

УДК 2-584.5

DOI: [https://doi.org/10.33272/2522-9729-2025-1\(220\)-12-20](https://doi.org/10.33272/2522-9729-2025-1(220)-12-20)



**ФАЗАН ВАСИЛЬ ВАСИЛЬОВИЧ,**

доктор педагогічних наук, доктор теологічних наук, професор, професор кафедри загальної педагогіки, проректор з наукової роботи, Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка, м. Полтава, Україна

**Vasyl Fazan,**

Doctor of Pedagogical Sciences, Doctor of Theological Sciences, Professor, Professor at the Department of General Pedagogy, Vice-Rector for Scientific Work, Poltava V. G. Korolenko National Pedagogical University, Poltava, Ukraine

**E-mail:** [Fazanvv@gmail.com](mailto:Fazanvv@gmail.com)

**ORCID iD:** <https://orcid.org/0000-0002-9823-3704>



**ФАЗАН ТЕТЯНА ПАВЛІВНА,**

кандидатка педагогічних наук, старша викладачка кафедри дошкільної освіти, Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка, м. Полтава, Україна

**Tetyana Fazan,**

Senior lecturer at the Department of Preschool Education, Poltava V.G. Korolenko National Pedagogical University, Poltava, Ukraine

**E-mail:** [fazantp7@gmail.com](mailto:fazantp7@gmail.com)

**ORCID iD:** <https://orcid.org/0000-0001-9132-9394>



**ЛІФРІДОВ ВЛАДИСЛАВ СЕРГІЙОВИЧ,**

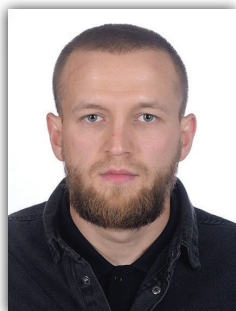
аспірант кафедри загальної педагогіки, Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка, м. Полтава, Україна

**Vladyslav Lifridov,**

PhD student at the Department of General Pedagogy, Poltava V.G. Korolenko National Pedagogical University, Poltava, Ukraine

**E-mail:** [lifridd@gmail.com](mailto:lifridd@gmail.com)

**ORCID iD:** <https://orcid.org/0009-0006-6350-5024>



**ОНИЩЕНКО ВЛАДИСЛАВ ПЕТРОВИЧ,**

аспірант кафедри загальної педагогіки, Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка, м. Полтава, Україна

**Vladyslav Onyshchenko,**

PhD student at the Department of General Pedagogy, Poltava V.G. Korolenko National Pedagogical University, Poltava, Ukraine

**E-mail:** [onyshchenkovlad@gmail.com](mailto:onyshchenkovlad@gmail.com)

**ORCID iD:** <https://orcid.org/0009-0005-9291-6212>

## ДЕФІНІЦІЯ «ДУХОВНЕ ЗРОСТАННЯ»: СИНЕРГІЯ НАУКОВОГО ТА ПОВСЯКДЕННОГО

**А** Проведено ґрунтовний теоретичний аналіз та уточнення дефініції «духовне зростання» шляхом дослідження його змісту в рамках наукового дискурсу та повсякденної практики. Досліджено можливості синтезу окреслених підходів для створення цілісного уявлення про даний феномен. Окрім вказаного, у статті охарактеризовано етапи та стадії духовного зростання особистості, а також визначено його основні компоненти, чинники та механізми.

Важливою частиною дослідження стало проведення опитування серед здобувачів вищої освіти Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка. Аналіз відповідей респондентів дозволив виокремити основні аспекти їхнього повсякденного розуміння поняття «духовне зростання». Результати опитування також висвітлюють різні погляди щодо зв'язку між фізичною активністю та духовним зростанням. Останні варіюються від прямої підтримки вказаної взаємозалежності до її часткового або повного заперечення.

Запропоновані результати зорієнтовані на вдосконалення методів виховання духовної культури молоді та сприяння формуванню гармонійно розвиненої особистості.

**Ключові слова:** особистість; духовність; духовне зростання; духовний розвиток; фізична активність; педагогіка; психологія; моральні цінності; освітня система

### DEFINITION OF "SPIRITUAL GROWTH": A SYNERGY OF SCIENCE AND DAILY LIFE

**S** The article provides a thorough theoretical analysis and clarification of the definition of "spiritual growth" by studying its content within the framework of scientific discourse and everyday practice. At the same time, the possibilities of synthesizing of outlined approaches to create a holistic view of this phenomenon are investigated in this article. In addition, the article characterizes the stages and phases of spiritual growth of the individual, as well as identifies its main components, factors and mechanisms. The role of the educational system in the formation of moral, aesthetic and cultural values is presented, and the influence of physical activity on spiritual development is also investigated.

The authors consider the phenomenon of spiritual growth as a fundamental factor in the formation of a harmoniously developed personality focused on moral, aesthetic, and cultural values.

An important part of the study was a survey among higher education students at the Poltava V. G. Korolenko National Pedagogical University. The analysis of the respondents' answers allowed the authors to highlight the main aspects of their daily understanding of the concept of "spiritual growth." The survey participants identified the following key components: self-knowledge, the ability to regulate emotions, the desire for harmony, and the formation of value statements. It was found that spiritual growth is closely related to social interaction, the ability to empathize, and rethinking life experience.

The survey results also highlight different views on the relationship between physical activity and spiritual growth. Respondents varied from direct support of this interdependence to its partial or complete denial.

The proposed results are aimed at improving the methods of educating the spiritual culture of young people and promoting the formation of a harmoniously developed personality.

**Keywords:** personality; spirituality; spiritual growth; spiritual development; physical activity; pedagogy; psychology; moral values; educational system

#### **Актуальність проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими практичними завданнями.**

Проблема духовності, духовного розвитку, духовного зростання та духовного пробудження молоді нині посідає одне із центральних місць у філософських, психологічних і педагогічних дослідженнях. Означена тематика набуває особливої актуальності в умовах сучасного світу, що характеризується швидкими соціокультурними змінами, інформаційною перенасиченістю та кризою моральних цінностей. У глобалізованому суспільстві, де матеріальні блага та технологічний прогрес доволі часто посідають вищу сходинку за духовні ідеали, зростає потреба у відродженні базових цінностей, які слугують основою гармонійного розвитку особистості.

Загальновідомо, що духовність слугує фундаментом формування життєвих смислів, моральних орієнтирів та емоційної зрілості людини. Її значення полягає не лише у вихованні індивідуальної відповідальності, але й у сприянні загальному суспільному розвитку та побудові гуманістичних взаємин. Особливу роль в аналізованому контексті відіграє духовне зростання, яке пропонуємо розглядати як багатовимірний процес інтеграції наукового розуміння, моральних принципів і повсякденного досвіду.

Враховуючи вищезазначене, маємо підстави стверджувати, що сучасна освітня система має виконувати важливу місію: не лише навчати, але й надихати молодь на пошук сенсу життя, формування цінностей, готовність до відповідального служіння суспільству. Погоджуємося з Н. Білик, що сім'ю теж необхідно розглядати як педагогічну систему, яка є джерелом педагогічних цілей і засобом їх досягнення одночасно. Сучасна «українська сім'я, українська родина входить у коло найдуховніших і культурно розвинених

народів світу, взаємодіє з ними, збагачуючись і збагачуючи іншим унікальним досвідом світорозуміння та світотворення» [1, с. 105]. Науковиця підкреслює, що «нині вкрай важливим є завдання виховання в учнівській молоді національної самосвідомості, громадянської позиції, духовності, налаштованості на осмислення моральних і культурних цінностей, історії, системи вчинків, які мотивуються любов'ю, вірою, волею, усвідомленням відповідальності» [там само].

Разом із тим, сучасна загальна середня й вища освіта мають допомогти учнівській і студентській молоді у цьому. Недостатність існуючих теоретичних моделей і практичних рекомендацій ускладнює формування стратегій, орієнтованих на гармонізацію духовного та морального розвитку особистості. Вказане потребує нових підходів у педагогіці та психології, які враховують як традиційні духовні основи, так і реалії сучасного глобалізованого світу.

Отже, незважаючи на значущість окресленої проблеми, рівень її психолого-педагогічного дослідження та науково-методичного обґрунтування досить недостатній.

**Аналіз попередніх досліджень і публікацій** свідчить про те, що проблема духовного зростання набуває очевидної актуальності та методологічної багатоспектральності. Окреслена тематика є об'єктом значної уваги сучасних науковців, які досліджують її через призму різних дисциплін – психології, педагогіки, філософії та релігієзнавства. Значний вклад у розвиток даної проблеми було зроблено О. Климишиною, Е. Помиткіним, М. Савчиним.

О. Климишин [2; 3] акцентує увагу на аксіологічному вимірі духовності та її автентичній природі, трактуючи духовне зростання як процес формування ціннісної бази особистості у контексті християнської психології. На переконання дослідниці, духовне зростання базується на інтеграції

релігійних переконань, етичних принципів та особистісного досвіду. Е. Помиткін [6; 7] розглядає духовний потенціал особистості як основу для духовного зростання. Науковець виокремлює основні аспекти забезпечення досліджуваного процесу в освітньому середовищі, акцентуючи увагу на інтеграції духовних цінностей в освітні програми.

Особливе місце займають дослідження, що зосереджені на психологічних механізмах духовного розвитку, таких, як-от: саморефлексія, мотивація, емоційний інтелект [10; 13]. Вчені наголошують на важливості психотерапевтичного супроводу процесу духовного зростання. Не менш вагомим компонентом є роль освітнього середовища у підтримці аналізованого процесу [7].

О. Хвостиченко детально характеризує основні етапи духовного зростання, підкреслюючи важливість процесів самопізнання та розвитку емоційної зрілості [11]. Окремо групою вчених (М. Чурсін, Г. Шевченко, Т. Антоненко) вивчається взаємозв'язок між теоретичними концепціями духовного зростання та його практичним застосуванням у сучасних умовах розвитку культурного та соціального середовища [12]. М. Савчин [8] переконаний, що дослідження духовного зростання є не лише теоретично важливим, але й практично необхідними для формування засад здорового суспільства та гармонійного розвитку особистості.

Отже, аналіз попередніх досліджень свідчить про актуальність і багатогранність вивчення феномену духовного зростання. Враховуючи значний науковий інтерес, залишаються невирішеними питання поєднання теоретичних і практичних підходів, що потребує подальших досліджень.

**Мета статті** полягає у теоретичному аналізі та уточненні дефініції «духовне зростання» шляхом вивчення її змісту у контексті наукового дискурсу та повсякденної практики, а також дослідження можливостей синергії між означеними підходами для формування цілісного розуміння даного феномена.

**Методи дослідження.** У дослідженні використовувалися загальнонаукові методи (аналіз, синтез, порівняння, узагальнення, систематизація) для опрацювання наукової літератури з означеної проблеми. Метод контент-аналізу нами використано під час опрацювання відповідей респондентів стосовно розуміння поняття «духовне зростання» та впливу фізичної активності на даний процес. Компаративний аналіз залучено для з'ясування синергетичного зв'язку між

науковим і повсякденним розумінням поняття «духовне зростання», формулювання загальних висновків.

**Викладення основного матеріалу.** Сучасні наукові та суспільні дискусії все більше зосереджуються на дослідженні духовності як основоположного чинника розвитку особистості та суспільства. Незважаючи на підвищений інтерес науковців до окресленої тематики, до цього часу існує низка невирішених питань, зокрема щодо інтеграції наукового підходу та повсякденної практики в осмисленні та визначенні даного феномена.

У сучасному науковому дискурсі дедалі більше уваги приділяється духовно-особистісному підходу, що концептуально розроблений визначним українським психологом Е. Помиткіним. Даний підхід вирізняється тим, що гармонійно поєднує філософські концепції духовності з психологічними уявленнями про особистість, її структуру, внутрішні процеси, а також аспекти самовиховання та самовдосконалення.

Означений концептуальний підхід розглядається як комплекс уявлень, моделей, принципів і методів, що забезпечують об'єктивне розуміння особистості в процесі її духовного зростання. Вчений особливо акцентує увагу на ролі ціннісно-сислової детермінації у формуванні життєвих орієнтирів, а також на тісному взаємозв'язку між ієрархічністю цінностей в окресленому процесі.

Окрім зазначеного, напрацювання Е. Помиткіна слугують комплексним матеріалом щодо розроблення психолого-педагогічних умов, що орієнтовані на духовний розвиток молоді. Пропоновані принципи формують методологічні константи для розроблення освітніх і виховних програм, які раціонально поєднують моральні, естетичні та духовні компоненти, забезпечуючи тим самим гармонійний розвиток особистості в умовах сучасних соціокультурних викликів [6].

Нині гармонійно звучать роздуми вченого про основоположні чинники забезпечення духовного зростання молоді. Науковець переконаний, що особливо важливою є духовна спрямованість педагогів, їх обізнаність із системою духовних надбань людства та здатність до передавання останніх майбутнім поколінням [7, с. 306].

У контексті проведеного нами дослідження заслуговує на особливу увагу напрацювання О. Хвостиченка. Вчений переконаний, що процес духовного зростання передбачає проходження особистістю чотирьох важливих етапів (рис. 1.):

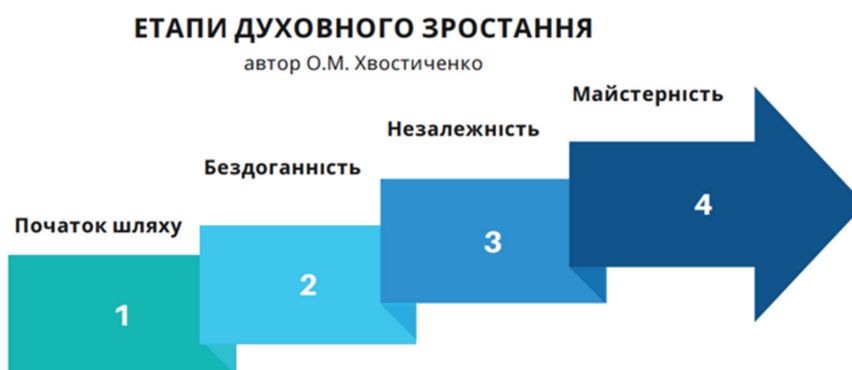


Рис. 1. Основні етапи духовного зростання

Науковець відзначає, що на початковому етапі відбувається формування внутрішньої основи для гармонійного зростання особистості. Ключовими завданнями є визначення цілей, які забезпечують структуру і напрям подальшої роботи, а також освоєння базових методів саморегуляції та управління власними ресурсами.

Особлива увага приділяється розвитку навичок самоконтролю, планування діяльності та управління часом, що створює передумови для ефективного досягнення поставлених цілей. Водночас, мають освоюватися базові техніки управління емоційними та психофізичними станами, які сприяють стабілізації внутрішньої рівноваги особистості. Науково обґрунтована робота на даному етапі дозволяє досягти перших результатів, що виступають як внутрішні підкріплювачі та мотиватори для продовження шляху духовного розвитку.

Другий етап позначений освоєнням універсальними методами управління зовнішніми проявами. Вказане стосується формування гідності, відсутності негативних проявів, агресії, насильства, образ. Перевага має надаватися почуттю обов'язку, позитивному впливу, адекватному захисту.

У процесі переходу на третій рівень спостерігається освоєння прийомами утримання позитивного внутрішнього стану з урахуванням: спокою, відсутності внутрішніх проблем, очищення свідомості; здатності власним вогнем запалювати інших, встановлювати і припиняти відносини або змінювати місце роботи. Саме вказане дає особистості внутрішню свободу, комфортні взаємини та почуття [11, с. 594].

Важливо зауважити, що саме четвертий етап характеризується досягненням високого рівня компетентності у застосуванні технік самоконтролю, саморегуляції та ефективного використання особистісних ресурсів. Саме на даному етапі індивід отримує можливість опанувати здатність входити у стан так званого «творчого потоку». Останній забезпечує максимальну концентрацію, продуктивність і гармонійне включення у процес діяльності.

Основоположним аспектом окресленого етапу є розвиток здатності до усвідомленого управління емоційним станом, що включає як контроль негативних реакцій, так і розкриття позитивних почуттів. Вказане сприяє формуванню емоційної стійкості, що є важливим складником гармонійної взаємодії з оточенням.

Не менш цінним компонентом є розвиток енергетичних здібностей, які включають уміння акумулювати, посилювати та спрямовувати внутрішню енергію для досягнення визначених цілей.

Означений етап забезпечує систематичний, цілеспрямований рух від однієї стратегічної мети до іншої. При цьому важливо зберігати емоційний баланс і відчуття внутрішньої гармонії. Досягнення даного рівня сприяє формуванню інтегрованого підходу до особистісного розвитку, підвищенню задоволеності життям, оптимізації ресурсів та ефективності діяльності в різних сферах.

Варто зауважити, що основні завдання розвитку проходять через усі етапи до майстерності: 1) розуміння; 2) постановка цілей; 3) самоконтроль; 4) керування часом;

5) перепрограмування свідомості; 6) управління станом; 7) розкриття творчості; 8) професіоналізм; 9) спосіб життя [там само, с. 595].

Доречною є позиція вченої Н. Сідаш про духовність як невід'ємний складник гармонійного розвитку людини, яка визначає її здатність до самопізнання, морального вдосконалення та усвідомлення власного місця в суспільстві та світі. Духовне зростання розглядається як процес, що охоплює формування цінностей, естетичної чутливості, морального сумління та здатності до гармонійної взаємодії з оточуючим середовищем. Особливе місце у згаданому дослідженні відіграє аналіз ролі освіти у сприянні процесу духовного розвитку. Науковиця акцентує увагу на тому, що значна кількість сучасних освітніх закладів не приділяє достатньої уваги підтримці духовного зростання молоді, незважаючи на високий рівень значення даного аспекту для формування зрілої та соціально відповідальної особистості. У статті підкреслюється необхідність розроблення нових підходів до виховання, які б включали спеціалізовані програми для сприяння духовному розвитку через самовираження у таких сферах, як-от: мистецтво, література, музика, а також через упровадження духовних цінностей в освітній процес [9, с. 202].

У монографії «Психологія духовності особистості: християнсько-орієнтований підхід» дослідниця О. Климишин пропонує розгорнуте визначення поняття духовного зростання, яке позначено як багатогранний і досить складний процес. Вчена означає дану дефініцію як важливий шлях, на якому неминучою є внутрішня боротьба між біологічними та духовними силами. Це шлях пошуку і знаходження особистістю себе, критичної оцінки власних вчинків у відповідності до ціннісно-ідеальної системи, що сформована на даний момент у свідомості людини. Процес розвитку духовного начала передбачає аналіз, синтез, ієрархізацію системи цінностей, а також формування відповідних життєвих позицій. Важливо зауважити, що аналізований процес пов'язаний із постійним самовдосконаленням і пошуком сенсу життя. На переконання дослідниці, у свідомості кожної людини онтологічно закладений ідеальний образ, який слугує орієнтиром на шляху самореалізації. У рамках християнсько-орієнтованого підходу таким ідеалом є образ Божий, який виступає символом найвищого духовного потенціалу. Саме прагнення до уподібнення обраному ідеалу стає основою для подолання конфліктів між тілесними потребами та духовними прагненнями [3].

Не менш цінними для нашого дослідження є напрацювання вченої стосовно аксіологічного виміру автентичної природи з позиції християнської психології. Так, науковиця переконана, що духовне зростання варто трактувати як важливий аспект особистісного розвитку. Вказане розглядається у християнській психології як багатовимірний процес, заснований на сакраментальності людини. Остання визначається як аксіологічна характеристика, що виявляє здатність людини до самопізнання, самовдосконалення, гармонізації з образом Творця. Згідно з проведеними дослідженнями, вказана характеристика обумовлює її

трансцендентну природу, що розкривається через інтеграцію божественного та людського у структурі особистості.

Аналіз духовного розвитку з аксіологічної перспективи акцентує увагу на двох основних закономірностях: онтологічному синергізмі та онтологічному динамізмі. Перша закономірність позначена тісною взаємодією божественного і людського елементів у природі особистості. Остання забезпечується шляхом гармонійного поєднання духовних і фізичних аспектів буття, відкритістю до Божої благодаті та свободою вибору, що дозволяє людині свідомо формувати власний духовний шлях. Онтологічний динамізм орієнтований на внутрішню динаміку розвитку, яка мотивується прагненням до досконалості. Означений процес визначається присутністю образу Божого як внутрішнього ідеалу, що спонукає людину до досягнення моральних і духовних вершин.

На переконання дослідниці, свобода волі виступає центральним механізмом реалізації духовної природи людини. У християнській парадигмі свобода трактується не лише як дар, але й як етична відповідальність, що накладає обов'язок на особистість відповідати трансцендентному ідеалу. Означена інституція проявляється у виборі співпраці з божественним началом, що стає джерелом радості, внутрішньої гармонії та морального вдосконалення. Важливим аспектом охарактеризованого процесу є орієнтація на Христа як архетип духовної досконалості. Саме він постає взірцем моральної та духовної гармонії, демонструючи приклад, який надихає людину до наслідування. За рахунок зазначеного людина отримує можливість інтегрувати духовні цінності у повсякденне життя.

Дослідниця безспідставно визначає духовне зростання як неперервний процес, що триває впродовж усього життя. Воно не обмежується віковими чи соціальними рамками, але передбачає постійне перевершення людиною власних обмежень і рух до вищої реальності. Аналізований процес забезпечується через реалізацію таких цінностей, як любов, добро та істина, що стають основою гармонійного розвитку особистості. Сакраментальність, як базова структура людської природи, забезпечує цілісність і динаміку духовного поступу, спрямовуючи людину до трансцендентного ідеалу.

Базуючись на викладеному вище, духовне зростання постає як важливий компонент не лише особистісного розвитку, але й участі у Божому плані спасіння. У даному контексті сакральна природа людини виступає джерелом її потенційної самореалізації, відкриваючи нові горизонти для вдосконалення та досягнення гармонії з божественним началом [2, с. 56–64].

Значно розширює наше уявлення про окреслену проблематику стаття визначного науковця М. Савчина «Духовна парадигма розвитку українського суспільства». Автор наголошує, що духовність є істинною сутністю людини, яка проявляється через совість, творчість, здатність до самопожертви та гармонійне прагнення до досконалості. Важливими є також практичні аспекти даного процесу: вміння адаптуватися до життєвих ситуацій, ефективно саморегулювати діяльність, долати проблеми й конфлікти,

а також розвивати вміння знаходити сенс життя. Аналізована праця слугує важливим внеском для дослідження процесу духовного зростання, оскільки допомагає досягнути роль духовності як основи для сталого розвитку людства вирішення глобальних викликів сучасного суспільства [8, с. 480].

Особливе місце в дослідженні окресленої нами проблематики посідає стаття Г. Шевченко, що є фундаментальним дослідженням у контексті аналізу процесу духовного пробудження особистості та його впливу на формування морально-естетичних, культурних і ціннісних орієнтирів. Її важливість для дослідження тематики духовного зростання полягає у багатогранному підході до вивчення означеної проблеми, що охоплює філософські, психологічні та педагогічні аспекти.

Окрім зазначеного, у статті детально проаналізовано духовність як основоположну характеристику людського життя, що визначає його сенс і цінність. Дослідниця акцентує увагу на тому, що духовність є джерелом життєвої творчості, основою гармонійного співіснування індивідуума. Рівень духовного розвитку особистості визначає її здатність до духовного пробудження, що є фундаментальним для духовної безпеки, формування культури почуттів, морально-естетичних ідеалів та «чистої аури душі» [13, с. 287].

Доцільно акцентувати увагу на розумінні дослідницею духовного розвитку не виключно релігійного, а й практичного процесу, що орієнтований на еволюцію свідомості. У статті також зазначається, що сучасне суспільство, захоплене матеріальними благами, значною мірою втрачає високі духовні цінності. Авторка наголошує, що саме духовне зростання допомагає людині досягти гармонії із собою, природою та Всесвітом.

Потрібно зазначити, що дослідниця також аналізує вплив культурних, емоційно-естетичних і соціальних факторів на процес духовного пробудження. Зокрема, наголошується на значенні культури у вихованні духовності, а також на необхідності формування у людини здатності до емоційного співпереживання, сприйняття краси, творчого самовираження. Вказані компоненти є важливим складником процесу духовного зростання.

Нам імпонує думка науковиці про те, що духовна людина прагне не лише особистого зростання, але й альтруїстичного служіння на благо інших. Формування таких якостей, як-от: доброта, чесність, терпимість і готовність до самопожертви, трактується як наріжний камінь духовної еволюції.

Особливої уваги заслуговує тлумачення дослідницею поняття «духовно-практична висота». Як зауважує Г. Шевченко, дане поняття є складним і багатограним явищем, яке досягається через гармонійну інтеграцію основоположних духовних якостей особистості. Серед них виокремлюється совість, яка сприяє моральному самоконтролю й усвідомленню відповідальності за свої вчинки; віра, що надає сенс життю та слугує джерелом внутрішньої сили; співчуття і співстраждання, які розвивають здатність до емпатії та підтримки ближніх. Не менш вагомими є любов як універсальна енергія творення й єднання, мужність як

здатність долати страхи й труднощі, сердечність, що формує теплоту людських стосунків, а також моральна й фізична підтримка, які є невіддільними від справжньої людяності. Якості честі й доблесті визначають високу моральну культуру та прагнення до шляхетних вчинків, патріотизм пробуджує почуття відповідальності за рідну землю, а працелюбність та інтелігентність забезпечують ефективну реалізацію потенціалу особистості в суспільстві [там само, с. 291].

У руслі проведеного нами дослідження заслуговує на увагу наукова позиція групи вчених (М. Чурсін, Г. Шевченко, Т. Антоненко), напрацювання яких має виняткове значення для дослідження феномену духовного зростання. Науковцями запропоновано комплексний підхід до аналізу духовності через міждисциплінарний дискурс. У статті акцентовано увагу на нових пізнавальних засобах, таких як кібернетика, теорія систем, інформаційний підхід і синергетика, які відкривають перспективи для глибшого осмислення духовності. Пропоновані підходи надають можливість розглядати духовне зростання як складний процес, що включає як матеріальні, так і нематеріальні аспекти людського існування.

Окрему цінність становить критичний аналіз редукціонізму, який, попри його наукову значущість, часто втрачає сутність духовності, зводячи її до суто біологічних чи фізичних механізмів. Автори наголошують на необхідності холістичних підходів, які дозволяють зберегти цілісність і багатогранність феномену духовності. Озвучена теза особливо важлива для розуміння духовного зростання як явища, що потребує врахування не лише індивідуальних, але й соціокультурного та глобального контексту.

Науковці зауважують, що духовне зростання спрямоване на досягнення загального блага, гармонізацію індивідуальних і колективних прагнень, а також формування відповідального ставлення до світу. Зазначене особливо важливо в умовах сучасного суспільства, коли технологічний прогрес змушує

переосмислювати взаємини між матеріальним і духовним [12, с. 293–313].

Звернемося до пояснення окресленої проблематики вченими Ю. Сурмяк, Л. Кудрик у статті «Психологічні механізми духовного розвитку особистості». У контексті аналізу статті про духовне зростання, варто відзначити її значущість для розуміння психологічних механізмів і принципів, які лежать в основі означеного процесу. Авторами детально проаналізовано основоположні компоненти духовного розвитку особистості: ідентифікація, рефлексія, усвідомлення буттєвої єдності. Вищезазначені механізми є фундаментальними для формування ціннісної і смислової сфери, яка визначає спрямованість і гармонійність розвитку особистості.

У дослідженні підкреслено, що розвиток духовного складника є основоположним для успішної соціалізації молоді, її здатності ефективно проходити етапи життєвої кризи. Важливим є також акцент на ціннісно-смисловій детермінації, яка виступає основою для саморегуляції поведінки та емоційного стану. Духовне зростання, на переконання науковців, виходить за межі задоволення біологічних і соціальних потреб, спрямовуючи особистість до самовдосконалення, служіння та пошуку вищих істин. Узагальнення висновків дозволяє визначити ефективні практичні шляхи для сприяння духовному розвитку молоді.

Аналізована стаття формує теоретичні константи для подальших досліджень у сфері духовного зростання, відкриваючи нові перспективи для наукового аналізу даного процесу [10, с. 63–73].

Для розуміння повсякденного тлумачення поняття «духовне зростання» нами було проведено опитування серед здобувачів вищої освіти Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка факультетів фізичного виховання та спорту, психології і соціальної роботи.

Результати опитування представлені на рис. 2:

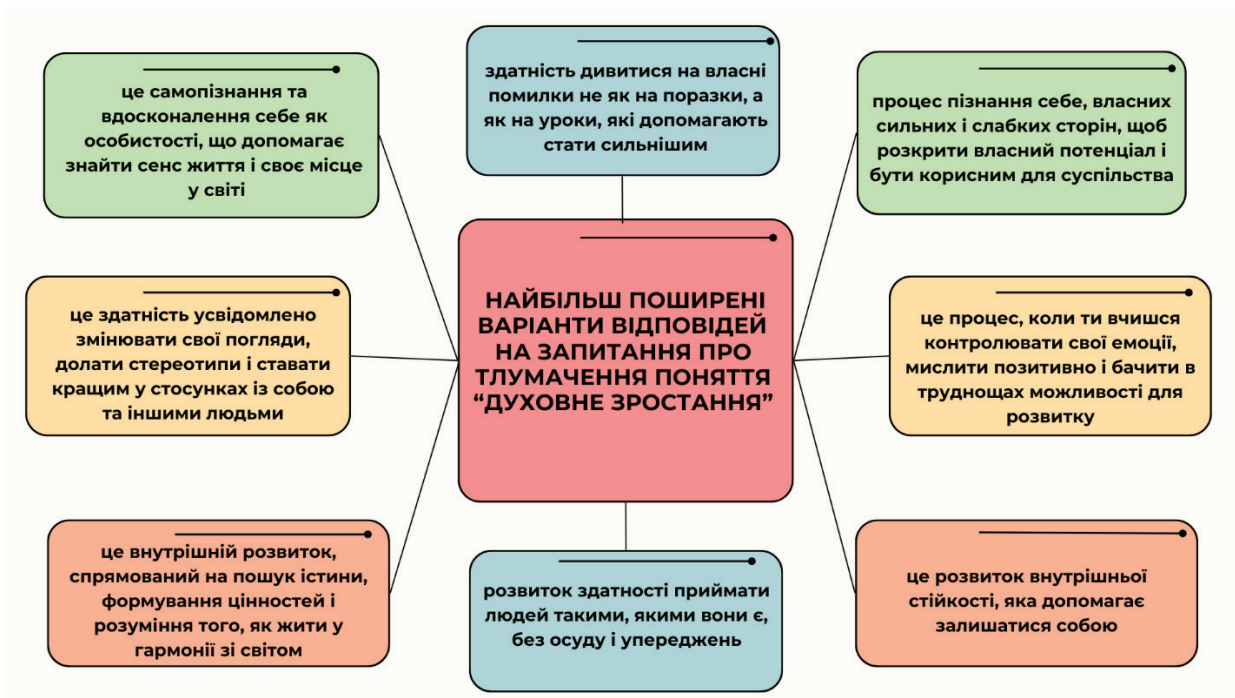


Рис. 2. Результати опитування стосовно розуміння поняття «духовне зростання»

Контент-аналіз отриманих відповідей респондентів дозволяє нам сформуванати загальне уявлення та виокремити основоположні категорії, які формують загальне розуміння означеного феномену. Також ми отримали можливість окреслити домінуючі теми, що відображають характерні риси повсякденного розуміння поняття «духовне зростання».

Серед істотних аспектів духовного зростання респондентами виокремлено процес самопізнання, який орієнтований на усвідомлення власної ідентичності, сильних і слабких сторін. У даному контексті важливу роль відіграє здатність знаходити сенс життя та визначати власне місце у світі. Вдосконалення себе як особистості стає ключовою передумовою гармонізації внутрішнього стану людини та її здатності взаємодіяти із оточуючим світом.

Значну увагу у процесі духовного зростання здобувачі вищої освіти приділяють розвитку емоційної зрілості. Вказане передбачає контроль над власними емоціями, позитивне мислення та вміння бачити у труднощах можливості для розвитку. Означений підхід дозволяє особистості не лише долати життєві виклики, але й трансформувати негативний досвід у джерело натхнення та навчання. Здатність інтерпретувати помилки не як поразки, а як уроки сприяють особистісному зміцненню.

На переконання респондентів, внутрішній розвиток, спрямований на пошук істини, формування цінностей, гармонізацію із зовнішнім світом, є ще одним складником духовного зростання. Вказане передбачає прагнення до поглибленішого розуміння свого місця у світі та створення основ для життя у відповідності до усталених моральних і духовних принципів. Важливим компонентом даного

процесу є розвиток внутрішньої стійкості, що допомагає залишатися собою навіть у складних життєвих обставинах.

Варто відмітити, що духовне зростання також включає соціальний вимір, що проявляється у покращенні взаємин із собою та іншими людьми. Вказане досягається через усвідомлену зміну власних поглядів, подолання стереотипів, розвиток здатності приймати інших без осуду й упереджень. Саме зазначений підхід сприяє зміцненню почуття емпатії, соціальної адаптації та створенню гармонійного середовища для гармонійного співіснування.

Окрему увагу здобувачі вищої освіти приділяють здатності переосмислювати власний життєвий досвід, аналізувати власні помилки з точки зору їх конструктивного впливу на особистісний розвиток. Респонденти переконані, що зазначене дозволяє людині отримувати важливі уроки з минулого, які сприяють її духовному та психологічному зміцненню.

На основі аналізу відповідей респондентів маємо підстави зробити висновок про духовне зростання як комплексний процес, що поєднує внутрішні (самопізнання, емоційна зрілість, гармонізація) та зовнішні (міжособистісні відносини) компоненти. Його основою визначено прагнення людини до самовдосконалення, формування цінностей і прийняття світу у його багатогранності. Повсякденне розуміння досліджуваного поняття демонструє тісний зв'язок між індивідуальними переживаннями та соціальним контекстом.

Також було проведено опитування серед здобувачів вищої освіти щодо впливу фізичної активності на процес духовного зростання. Результати представлено у вигляді схеми (рис. 3):



Рис. 3. Результати опитування щодо зв'язку між фізичною активністю та духовним зростанням

Опрацьовані матеріали дозволяють констатувати про різноманітні точки зору щодо можливого зв'язку між фізичною активністю та духовним зростанням. Загалом

отримані результати опитування доречно класифікувати на три категорії: підтримка взаємозв'язку, опосередкований вплив і заперечення взаємозв'язку.

Респонденти першої категорії переконані, що фізична активність сприяє духовному розвитку через зменшення стресу, розвиток терпіння, самодисципліни, самовдосконалення. Адже спорт і фізична активність розглядаються як метафора постійної роботи над собою, що відображає основні принципи духовного зростання.

Прихильники опосередкованого впливу припускають, що фізична активність впливає на духовність не напряму, а через розвиток самодисципліни, витривалості чи усвідомлення зв'язку між тілом і духом.

Здобувачі вищої освіти, які заперечують взаємозв'язок між визначеними показниками, розглядають фізичну активність виключно як інструмент підтримання фізичного здоров'я без істотного зв'язку зі сферами духовності особистості. Також мають місце переконання, що духовний розвиток залежить лише від мислення й світогляду, а не від фізичних дій. На наше переконання, останній підхід базується на спрощенішому уявленні про фізичну активність, ігноруючи її потенційний вплив на психологічний і духовний стан особистості [4].

Проведений нами комплексний аналіз засвідчує, що фізична активність може виступати вагомим складником духовного розвитку, але ступінь означеного зв'язку залежить від контексту, індивідуального підходу та виду активності конкретної особистості.

Потрібно акцентувати увагу на тому, що саме здобувачі вищої освіти факультету фізичного виховання і спорту у більшості переконані про беззаперечний вплив фізичної активності на процес духовного зростання. Значно нижчі показники відмічено серед респондентів факультету психології і соціальної роботи.

Опрацьовані матеріали дозволяють констатувати наступне: наукове та повсякденне розуміння поняття «духовне зростання» дещо відрізняються як у своїй основі, так і в способах інтерпретації.

Науковий підхід до розуміння духовного зростання ґрунтується на систематичному аналізі, застосуванні наукових методологій, теоретичних концепцій. Означене явище розглядається крізь призму різних аспектів, зокрема психологічного, соціокультурного, аксіологічного та нейрофізіологічного. Об'єктивність і вимірюваність є важливими складниками наукового підходу, що передбачає дослідження процесу духовного зростання через моделі, етапи, механізми та впливи. Системний підхід передбачає розгляд духовного зростання як інтегрального складника загального розвитку особистості, яка охоплює емоційні,

когнітивні, соціальні та моральні аспекти. Особлива увага приділяється контекстуальності, тобто вивченню залежності процесу духовного зростання від культурних, релігійних чи соціальних умов. Такий підхід дає змогу розробляти універсальні моделі або підходи для поглибленішого розуміння даного складного феномена.

Дещо інший формат має повсякденне тлумачення аналізованого поняття. Так, духовне зростання часто сприймається як індивідуальний і глибоко особистісний процес. Вказане зазвичай пов'язано з відчуттям гармонії, морального вдосконалення, пошуком сенсу життя. Здобувачі вищої освіти доволі часто асоціюють духовне зростання із ситуаціями, які викликають сильні емоції чи змінюють світогляд. Зазвичай це може бути обумовлено результатом пережитих життєвих труднощів, переосмислення цінностей, прагнення особистості до самовдосконалення. Також доволі часто простежується тенденція до повсякденного розуміння терміну «духовно рости» через виконання певних дій – молитва, медитація, читання духовних текстів, волонтерство або роздуми над сенсом власного життя. Окрім зазначеного, здобувачі вищої освіти доволі часто ототожнюють духовне зростання з поняттями, близькими до щоденного досвіду: доброта, чесність, внутрішній спокій, гармонійні відносини з оточуючими.

**Висновки.** Підсумовуючи опрацьовані матеріали, маємо підстави виокремити основні відмінності у науковому та повсякденному розумінні поняття «духовне зростання». Вони вбачаються нами у наступному: наукове розуміння базується на ґрунтовних дослідженнях і спробах узагальнення, тоді як повсякденне є інтуїтивнішим і залежить від особистого досвіду індивідуума. Окрім вказаного, для наукового тлумачення характерне формування об'єктивної картини досліджуваного явища та розроблення практичних рекомендацій з метою подальшої реалізації, для повсякденного – досягнення суто суб'єктивного відчуття гармонії та щастя.

Однак вказані відмінності не заперечують синергетичної взаємодії обох підходів. Наукове розуміння дозволяє сприяти поглибленню практичного досвіду духовного зростання, а повсякденний досвід надихати науковців на розроблення нових авторських концепцій і теорій.

**Перспективи подальших досліджень** полягають у поглибленішому вивченні внутрішніх механізмів процесу духовного зростання, розробленні ефективних практик для активізації даного процесу, а також аналізі впливу сучасних соціокультурних факторів на формування духовності.

### Список використаних джерел

- Білик Н. І. Управління виховним процесом у закладі загальної середньої освіти на засадах духовності. *Виховання духовності особистості у контексті реалізації цілей сталого розвитку України* : зб. матеріалів Всеукр. наук.-практ. конф., Київ, 27 лютого 2020 р. / за наук. ред. О. І. Бондаря, О. М. Отич. Київ : Вид. дім «Гельветика», 2020. С. 99–106.
- Климишин О. І. Аксіологічний вимір автентичної природи людини з позиції християнської психології. *Психологія особистості*. 2019. № 1 (10). С. 56–64.
- Климишин О. І. Психологія духовності особистості: християнсько-орієнтований підхід. Івано-Франківськ : Гостинець, 2010. 440 с.
- Колос О. А., Підлужняк О. І., Столярик В. А. Вплив фізичної активності та спорту на подолання стресу у студентів ВНЗ. *Матеріали II науково-технічної конференції підрозділів ВНТУ*. 2023. URL: <https://ir.lib.vntu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/38198/135058.pdf?sequence=2&isAllowed=y>.
- Луканюк Х. В. Герменевтика поняття «духовне зростання» в контексті досліджень самоактуалізації особистості. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. 2012. № 2. С. 339–344.
- Помиткін Е. О. Психологічна діагностика духовного потенціалу особистості: посібник. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2013. 144 с.
- Помиткін Е. О. Специфіка забезпечення процесу духовного зростання молоді в закладах позашкільної освіти. *Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України*. 2007. Т. IX, ч. 4. С. 303–310.



8. Савчин М. Духовна парадигма розвитку українського суспільства. *Тоталітаризм як система знищення національної пам'яті*: зб. наук. праць за матеріалами Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю. Львів, 2020. С. 477–480.
9. Сідаш Н. С. Теоретичні засади духовних цінностей студентської молоді. *Духовність особистості: методологія, теорія і практика*. 2024. № 1 (108). С. 198–205.
10. Сурмяк Ю. Р., Кудрик Л. Г. Психологічні механізми духовного розвитку особистості. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. 2016. № 2. С. 63–73.
11. Хвостиченко О. М. Про зміст духовного розвитку у системі духовно-інтелектуального виховання та навчання. *Духовно-інтелектуальне виховання і навчання молоді в XXI столітті*: міжнар. період. зб. наук. пр. Харків, 2022. Вип. 4. С. 592–595.
12. Чурсін М. М., Шевченко Г. П., Антоненко Т. Л. Методологічні аспекти дослідження духовності. *Духовність особистості: методологія, теорія і практика*. 2024. № 1 (108). С. 293–313.
13. Шевченко Г. П. Проблема духовного пробудження особистості. *Духовність особистості: методологія, теорія і практика*. 2021. № 2 (101). С. 284–297.

## References

1. Bilyk, N. I. (2020). Upravlinnia vykhovnym protsesom u zakladi zahalnoi serednoi osvity na zasadakh dukhovnosti [Management of the educational process in the institution of general secondary education on the basis of spirituality]. In O. I. Bondar, O. M. Otych (Eds.), *Vykhovannia dukhovnosti osobystosti u konteksti realizatsii tsilei staloho rozvytku Ukrainy [Education of the spirituality of the individual in the context of the implementation of the goals of sustainable development of Ukraine]*: zb. materialiv vseukr. nauk.-prakt. konf. (pp. 99-106). Kyiv: Vyd. dim «Helvetyka» [in Ukrainian].
2. Klymyshyn, O. I. (2019). Aksiolohichni vymiry avtentychnoi pryrody liudyny z pozytsii khrystyianskoi psykholohii [Axiological dimension of authentic human nature from the standpoint of Christian psychology]. *Psykholohiia osobystosti [Personality psychology]*, 1 (10), 56-64 [in Ukrainian].
3. Klymyshyn, O. I. (2010). *Psykholohiia dukhovnosti osobystosti: khrystyiansko-orientovanyi pidkhid [Psychology of the spirituality of the individual: a Christian-oriented approach]*. Ivano-Frankivsk: Hostynets [in Ukrainian].
4. Kolos, O. A., Pidluzhniak, O. I., & Stoliaryk, V. A. (2023). Vplyv fizychnoi aktyvnosti ta sportu na podolannya stresu u studentiv VNZ [The influence of physical activity and sports on overcoming stress in university students]. *Materialy II naukovo-tekhnichnoi konferentsii pidrozdiliv VNTU [Materials of the 2nd scientific and technical conference of VNTU subdivisions]*. Retrieved from <https://ir.lib.vntu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/38198/135058.pdf?sequence=2&isAllowed=y> [in Ukrainian].
5. Lukaniuk, Kh. V. (2012). Hermenevtyka poniattia «dukhovne zrostantia» v konteksti doslidzhen samoaktualizatsii osobystosti [Hermeneutics of the concept of "spiritual growth" in the context of research on self-actualization of the individual]. *Naukovyi visnyk Lvivskoho derzhavnoho universytetu vnutrishnikh sprav [Scientific Bulletin of the Lviv State University of Internal Affairs]*, 2, 339-344 [in Ukrainian].
6. Pomytkin, E. O. (2013). *Psykholohichna diahnozyka dukhovnoho potentsialu osobystosti [Psychological diagnosis of a person's spiritual potential]*: posibnyk. Kirovohrad: Imeks-LTD [in Ukrainian].
7. Pomytkin, E. O. (2007). Spetsyfika zabezpechennia protsesu dukhovnoho zrostantia molodi v zakladakh pozashkilnoi osvity [The specifics of ensuring the process of spiritual growth of youth in out-of-school education institutions]. *Zbirnyk naukovykh prats Instytutu psykholohii im. H. S. Kostiuka APN Ukrainy [Collection of scientific works of the Institute of Psychology named after G. WITK. Bone of the APN of Ukraine]*, IX, 4, 303-310 [in Ukrainian].
8. Savchyn, M. (2020). Dukhovna paradyhma rozvytku ukrainskoho suspilstva [The spiritual paradigm of the development of Ukrainian society]. In *Totalitaryzm yak sistema znyshchennia natsionalnoi pamiaty [Totalitarianism as a system of destruction of national memory]*: zbirnyk naukovykh prats za materialamy vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii z mizhnarodnoiu uchastiu (pp. 477-480). Lviv [in Ukrainian].
9. Sidash, N. S. (2024). Teoretychni zasady dukhovnykh tsinnosti studentskoi molodi [Theoretical foundations of spiritual values of student youth]. *Dukhovnist osobystosti: metodolohiia, teoriia i praktyka [Personal spirituality: methodology, theory and practice]*, 1 (108), 198-205 [in Ukrainian].
10. Curmiak, Yu. R., & Kudryk, L. H. (2016). Psykholohichni mekhanizmy dukhovnoho rozvytku ocobytosti [Psychological mechanisms of spiritual development of personality]. *Naukovyi visnyk Lvivskoho derzhavnoho universytetu vnutrishnikh sprav [Scientific Bulletin of the Lviv State University of Internal Affairs]*, 2, 63-73 [in Ukrainian].
11. Khvostychenko, O. M. (2022). Pro zmist dukhovnoho rozvytku u systemi dukhovno-intelektualnoho vykhovannia ta navchannia [About the content of spiritual development in the system of spiritual and intellectual education and training]. In *Dukhovno-intelektualne vykhovannia i navchannia molodi v XXI stolitti [Spiritual and intellectual education and training of youth in the 21st century]*: mizhnar. period. zb. nauk. pr. (Is. 4, pp. 592-595). Kharkiv [in Ukrainian].
12. Chursin, M. M., Shevchenko, H. P., & Antonenko, T. L. (2024). Metodolohichni aspekty doslidzhenia dukhovnosti [Methodological aspects of the study of spirituality]. *Dukhovnist osobystosti: metodolohiia, teoriia i praktyka [Personal spirituality: methodology, theory and practice]*, 1 (108), 293-313 [in Ukrainian].
13. Shevchenko, H. P. (2021). Problema dukhovnoho probudzhennia osobystosti [The problem of spiritual awakening of the individual]. *Dukhovnist osobystosti: metodolohiia, teoriia i praktyka [Personal spirituality: methodology, theory and practice]*, 2 (101), 284-297 [in Ukrainian].

Дата надходження до редакції авторського оригіналу: 10.01.2025