

Частина 1. ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ ТА ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ

Бльок Анна-Марія. Психологічні детермінанти особистісної зрілості студентів-психологів

В основі феномену зрілої особистості лежать проблеми росту, розвитку, самовдосконалення людини. Поняття зрілості ґрунтовно та різнобічно розглядається з позиції акмеології, що дозволяє описати нове розуміння потенціалу особистості. Потенційність часто розуміється як самореалізація, самоактуалізація, реалізація можливостей. Зазначається, що зрілість як якість може бути віднесене не тільки до етапу зрілості (дорослості), але й до аналізу будь-якого періоду в індивідуальному розвитку людини й особистості. Особистісна зрілість не є віковою характеристикою, що неодноразово підкреслювалося дослідниками.

Запитання: Що собою являє особистісна зрілість?

Відповідь: Особистісна зрілість – це складне структурне утворення, яке включає в себе характеристики: відповідальність в різних сферах діяльності, самостійність, емоційну зрілість, самореалізацію, адекватне самоствердження, цілепокладання. Дане структурне утворення відрізняє соціально-зрілу особистість від соціально-незрілої.

Особистісну зрілість можна розглянути як динамічну особистісну структуру, в якій важливими є такі аспекти:

- особистісна зрілість є критерієм особистісного зростання і тому не характеризує його безпосередньо. Наприклад, особа з низьким рівнем особистісної зрілості зростатиме як особистість лише за організованих ззовні сприятливих обставин і, вірогідно, зовнішньої мотивації. Особа з високим рівнем особистісної зрілості сама організовує ситуації саморозвитку;
- особистісна зрілість є виявом особистісного потенціалу. Тобто життєстійкість людини забезпечується сформованістю особистісної зрілості як певної особистісної структури, важливої для его-ідентичності і тому стійкої під тиском екзистенційної тривоги;

- самодетермінація є феноменом особистісної зрілості. Вона характеризує як систему, що самоорганізується і виявляється у володінні людиною інструментами власного світогляду – свободою і відповідальністю. Іншими словами – здатність до самого створення.

Зріла особистість внутрішньо детермінована, здатна координувати своє життя в цілому зі своїми потребами, має здатність до продуктивного застосування своїх особистісних можливостей і особливостей пропорційно життєвим завданням, володіє здатністю до саморегуляції, здатна визначати й направляти хід подій у своєму житті, формувати ситуації життя, задавати стиль спілкування, впливати на оточуючих людей.

Отже, особистісну зрілість можна розглядати не лише як характеристику особистості, а й як професійну рису, яку потрібно формувати.

Затитання: *Тобто особистісна зрілість є віковою характеристикою?*

Відповідь: Особистісна зрілість не є віковою характеристикою, що неодноразово підкреслювалося дослідниками. Так, Б.Г.Ананьєв [3] відзначав необхідність розмежування дорослості й зрілості. О.О.Бодальов указує, що дорослість і зрілість – це поняття не тотожні [5]. З погляду К.О.Абульханової і Т.М.Березіної, зрілість – не даність віку, а досягнення певного, відповідного до типу особистості способу життя [1]. Е.Еріксон описує достатню слабкість взаємозв'язку дорослості як вікового етапу й зрілості як якості особистості: індивід, що не досяг фізичної дорослості, може бути морально зрілим, і навпаки [7]. Г.Оллпорт [10] також відзначає, що не всі дорослі досягають повної зрілості. Але уявлення стосовно сутності особистісної зрілості, її критеріїв до сьогодні недостатньо систематизовані, що ускладнює проведення досліджень за даною проблематикою, встановлення цілісної картини розвитку особистісної зрілості на всіх етапах онтогенезу.

Затитання: *Які характеристики свідчать про зрілу особистість?*

Відповідь: Найважливішими характеристиками зрілої особистості є: цілеспрямованість, самостійність, динамічність, цілісність, конструктивність, індивідуальність. Ступінь актуалізації даних характеристик залежить від певних умов –

насамперед від того, які в особистості складуться взаємини із власним внутрішнім і зовнішнім світом, іншими людьми. Актуалізуючий, творчий початок визнається, в першу чергу, за внутрішнім світом, у якому закладене прагнення до росту, до розкриття здатностей і посилення можливостей, до більшої ефективності, зрілості й конструктивності. Основний закон особистісного росту С.Л.Братченко й М.Р.Миронова формулюють так: якщо є необхідні умови, то в людині актуалізується процес саморозвитку, природнім наслідком якого будуть зміни в напрямку її особистісної зрілості. Саме ці зміни – їх утримування, спрямованість, динаміка – можуть виступати в якості критеріїв особистісного росту.

Зріла особистість внутрішньо детермінована, здатна координувати своє життя в цілому зі своїми потребами, має здатність до продуктивного застосування своїх особистісних можливостей і особливостей пропорційно життєвим завданням, володіє здатністю до саморегуляції, здатна визначати й направляти хід подій у своєму житті, формувати ситуації життя, задавати стиль спілкування, впливати на оточуючих людей [2].

Затитання: *Які є структурні компоненти особистісної зрілості?*

Відповідь: Автор диспозиційної теорії особистості Г. Оллпорт найважливішою одиницею аналізу цієї структури особистості визначив рису (диспозицію) [11, с. 163].

Він виокремив три типи рис особистості:

- кардинальні риси, якими володіє дуже небагато людей. Вони настільки охоплюють поведінку людини, що майже усі її вчинки можна звести до їх впливу;
- центральні риси – це домінуючі типи поведінки. Вони є своєрідними будівельними блоками індивідуальності і являють собою такі тенденції у поведінці людини, які легко може помітити оточення;
- вторинні риси менш помітні, менш стійкі, менш узагальнені і виявляються не так чітко й систематично, як інші риси характеру.

Можна вважати що, саме центральні риси утворюють, складають, характеризують особистісну зрілість.

Проблема особистісної зрілості зумовлена не лише складністю й суперечливістю даного феномену, а й недостатньою визначеністю методологічних засад роботи з таким предметом, недостатньою опрацьованістю поняттєвого

апарату, багатозначністю слів, які застосовуються для опису й аналізу даного явища.

Затитання: *У попередньому титанні ви говорили про проблеми особистісної зрілості, можете обґрунтувати це титання?*

Відповідь: У зв'язку з розумінням особистісної зрілості як інтегративної характеристики, що позначає відповідність рівня розвитку особистості певній онтогенетичній нормі, виникає ряд теоретико-методологічних нюансів дослідження даного феномену.

По-перше, це стосується складного питання взаємозв'язку соціального середовища і особистості. Так, особистісно зріла людина з точки зору соціальних очікувань і норм одного суспільства (культури), може здатися незрілою з позиції інших. Тому, методологія дослідження особистісної зрілості повинна враховувати характеристики конкретного соціального середовища, у якому відбувається формування і реальна життєдіяльність людини.

По-друге, проблема вимірювання особистісної зрілості – це проблема співвідношення дискретного і континуального. Окремі дії, вчинки і переживання особистості можуть свідчити про високий або низький, достатній або недостатній рівень особистісної зрілості. Завдання полягає у тому, щоб кваліфікувати не лише сам факт динаміки відповідних властивостей, а й віднайти саме ті властивості, що свідчитимуть про зміни процесу досягнення особистісної зрілості.

По-третє, оцінювання особистісної зрілості ускладнюється через гетерохронність дозрівання окремих її компонентів, тим більше що надзвичайно складно визначити ступінь цієї нерівномірності. Незрозуміло, що відбувається з особистісною зрілістю, якщо до певного необхідного рівня дозріває обмежена кількість їх складових; якою конкретно повинна бути їх кількість і співвідношення тощо [13].

Не менш складне завдання при дослідженні особистісної зрілості становить не лише питання про достатність кількості «дозрілих» окремих компонентів, а й проблема достатності того чи іншого рівня вираженості, розвинутої кожного компонента структури особистісної зрілості з метою кваліфікації людини як особистісно зрілої [14].

Водночас, гетерохронність розвитку компонентів особистісної зрілості, яка обумовлює труднощі при її

дослідженні, доповнюється іншими не менш складними проблемами: нелінійність життєвого шляху особистості, можливість виникнення життєвих криз, відома оборотність розвитку – все це ускладнює як визначення сутності особистісної зрілості, так і методів її дослідження [12].

Запитання: Коли відбувається формування та становлення особистісної зрілості?

Відповідь: Латентним періодом формування особистісної зрілості можна вважати 11-19 років, оскільки у підлітковому та юнацькому віці яскраво виявляються психологічна та соціальна зрілість особи як основа для формування особистісної зрілості.

Логіка обґрунтування латентного формування особистісної зрілості у підлітковому та юнацькому віці спирається на такі засади: 1) у цей віковий період рівень сформованості психічної та соціальної зрілості достатній для того, щоб бути основою для вияву особистісної зрілості; показником цього є самоусвідомлення особистості; 2) контент-аналіз психологічних новоутворень цього вікового періоду свідчить про наявність рис зрілої особистості у пропріумі особистості підлітка; 3) яскравим ефектом особистісного розвитку в зазначений віковий період є утворення особистісного конструкту зрілості, який виявляється у почутті дорослості, готовності до функціонування у дорослому світі, самовизначенні через переоцінку системи цінностей.

В 11-19 років, за Е.Еріксоном [8], остаточно формується его-ідентичність, чіткість якої науковець пов'язував самовизначенням підлітка, а дифузність – з регресією до інфантильних реакцій. Отже, у зазначений віковий період стає очевидною реверсивність станів «зрілість-інфантильність». Зазначені посилки дають змогу зробити висновок про особистісну трансформацію у віці 11-19 років, результатом якої є формування первісної особистісної зрілості людини, яка кристалізуватиметься протягом подальших життєвих змін. Але саме у підлітковому та юнацькому віці в емоційній, поведінковій та розумовій сфері утворюється конструкт зрілості особистості: почуття дорослості, бажання бути дорослим, готовність діяти як дорослий, скоригованість власних цінностей до системи цінностей дорослого світу. Зрілість стає значущою цінністю, яка реалізується у вияві індивідуальності особистості.

Результати дослідження довели наявність центральних рис зрілої особистості у молодих людей віком 19-20 років [15].

Головними рисами у молодих людей 19-20 років є відповідальність, глибинність переживань, життєва філософія, самоприйняття, синергічність, саме вона є найважливішим чинником.

Затитання: З чим пов'язана зрілість у 19-20 років?

Відповідь: Зрілість у 19-20 років тісно пов'язана з особистісною трансформацією та саморозумінням. Подіями, переживання яких вплинуло б на зростання їхньої особистісної зрілості, молоді люди 19-20 років вважають: 1) життєво важливий вибір (64%); 2) заміжжя або одруження (62%), народження дитини (називали лише дівчата, 35%); 3) власне житло (54%); 4) повне відокремлення від батьків (називали лише хлопці: 65%); матеріальна незалежність від чоловіка (відповіді лише дівчат – 35%); життя і заробіток окремо від батьків і від будь-кого іншого (54%); 5) відповідальна робота (47%), бажана посада на роботі (32%).

Феномен зрілості у віці 19-20 років тісно пов'язаний, передусім, з саморозумінням, що є однією з детермінант особистісної зрілості, а також з особистісною трансформацією й чіткістю Я-концепції.

Можна припустити, що молода людина, прагнучи саморозуміння, починає більш реалістично сприймати риси власної особистості, індивідуальний стиль спілкування і професійні здібності. Це спричиняє певні перетворення, трансформації, які, за К.Юнгом, ведуть особистість до набуття цілісності, завершеності. Це підтверджується тим, що найбільш значущою рисою у молодих людей є саме синергічність.

Затитання: Чи змінюється рівень особистісної зрілості людини?

Відповідь: Так, рівень особистісної зрілості людини може змінюватися. Ці зміни зумовлені розвитком особистості, у якому існують як позитивні, так і негативні, так звані мінусові фази, коли стосунки людини зі світом збіднюються, її часові перспективи звужуються, зменшуються можливості самореалізації [11, с.103]. Періоди зниження рівня особистісної зрілості можна пояснити виявом особистісної трансформації, яка, за К.Юнгом, супроводжується тимчасовою регресією [11, с.137].

Зростання рівня особистісної зрілості пов'язане з ефектом самодетермінації. Терміном, що відповідно окреслює процес зміни рівня особистісної зрілості внаслідок цього ефекту, можна

назвати «актуалізацію». Актуалізація – відтворення у людини знань, умінь, різних форм поведінки й емоційних станів, що вже були їй властиві, а також їх переведення з латентного, потенційного стану в актуальну дію [6, с.25].

Затитання: *Які аргументи можна навести щодо актуалізації?*

Відповідь: Як аргументи на користь припущення щодо актуалізації особистісної зрілості можемо навести:

1) наявність рис особистісної зрілості у молодих людей віком 19-20 років підтверджує, що особистісна зрілість у зрілому віці (20-65 років) не формується, а продовжує розвиватись; тому особистісну зрілість вважають психологічним новоутворенням зрілого періоду життя людини;

2) домінуюча інтернальність показників особистісної зрілості імперативно свідчить про першопочаткову значущість внутрішніх чинників у її детермінації як динамічної особистісної структури.

Затитання: *Що можете сказати про особистісну зрілість як акмеологічна інваріанта психолога?*

Відповідь: Дослідження особистісної зрілості має і прикладний аспект, адже основним засобом, що стимулює вдосконалення особистості клієнта, є особистість психолога. Тому важливим завданням є визначити якості особистості психолога, що сприятимуть його ефективній роботі.

Р.Кочюнас пропонує таку модель особистості ефективного психолога: важливішою стрижневою якістю особистості психолога та екзистенційною цінністю є автентичність, а також відкритість власному досвіду як щирість та відвертість у сприйманні власних почуттів, і розвиток самопізнання. Для такого психолога відповідь на питання, як можна допомогти іншій людині, полягає у самооцінці психолога, адекватній до його ставлення до власних здібностей та загалом до життя. Він постійно перевіряє себе та свої життєві цінності, виявляє толерантність до невизначеності і здатність нести відповідальність за свої дії у цих ситуаціях. Має добре почуття гумору і вміє абстрагуватися від ситуації та сприймати її з іронією. Ефективний психолог – це передусім за все той, хто може зрозуміти позицію іншого, здатний до емпатії [9].

Р.Джордж та Т.Крістіані зазначили риси некваліфікованого, «закритого» психолога, а саме: авторитарність, пасивність, залежність, замкненість, схильність використовувати клієнта для

вирішення власних проблем, невміння бути терпимим, невротична установка стосовно грошей [9].

Затитання: *Що означає акмеологічні інваріанти психолога?*

Відповідь: Акмеологічними інваріантами практичного психолога є певні компоненти структури професіоналізму, які зумовлюють оптимальний творчий потенціал та найвищу продуктивність праці незалежно від впливу зовнішніх умов та чинників. Серед акмеологічних інваріантів, що визначають просування психолога до вершин професіоналізму, зазначають, зокрема, постійну включеність у процес прийняття рішення, передбачення, проникливість, особистісні досягнення, мотивацію досягнення та саморегуляцію

Затитання: *Які риси особистості має мати практикуючий психолог?*

Відповідь: Багато авторів у своїх роботах шукають ті риси особистості практикуючого психолога, які слугують катализатором самопізнання, зміни та вдосконалення іншої людини. К.Шнейдер виділяє три рівні ефективності практикуючого психолога: особистісна зрілість; соціальна зрілість; зрілість як процес, а не стан [16].

На думку Г.Берулави, неможливо бути ефективним практикуючим психологом, не маючи добре розвинутої інтуїції, рефлексії, високого рівня абстрактно-логічного і соціального інтелекту, позитивних моральних якостей, фасилітативності, високого рівня емпатії, сформованості широкого спектра рольової поведінки [4, с.54].

Затитання: *Які можна назвати атрибути зрілої особистості?*

Відповідь: Можна визначити атрибути зрілої особистості, що сприяють самовираженню та самовизначенню індивідуальності:

- здібність самостійно мислити – людина стосовно будь-якого приводу має власну думку, засновану на власній системі цінностей;
- готовність взяти на себе відповідальність за свої вчинки - людина готова визнати свої недоліки і взяти провину на себе;
- вміння долати страх і стримувати гнів, тобто вміння володіти собою, не впадати в паніку;

- бажання працювати - людина бере на себе відповідальність, хоче приносити користь суспільству і домогтися повної фінансової незалежності;
- здібність до любові та побудови міцних стосунків з партнером – людина вміє виявляти свої почуття до іншої людини, що є основою глибоких і близьких відносин.

Зріле самовизначення, розвиток особистості на всіх етапах життєвого шляху здійснюється за допомогою процедур самоаналізу психологічних властивостей особистості, свідомої постановки питань особистісного розвитку, кар'єрного зростання. Важливу роль у цьому відіграють такі чинники особистісного становлення, як потреба в досягненні мети, престиж знань, моделювання особистісного профілю, потенціал особистості, рівень розвитку мотивації навчальної та самоосвітньої діяльності, самовдосконалення. Ці чинники мають яскраво виражену психологічну специфіку, що, безумовно, дозволяє стверджувати необхідність всебічного дослідження феномену особистісної зрілості.

Запитання: Отже, особистісну зрілість можна розглядати не лише як характеристику особистості у зрілий період її життя, а й як професійну рису, яку потрібно формувати?

Відповідь: Так. Зріла особистість в процесі становлення самостійно обирає чи змінює зовнішню ситуацію свого розвитку, а завдяки цьому змінює і себе.

Висновок. Отже, найважливішими характеристиками зрілої особистості є: цілеспрямованість, самостійність, динамічність, цілісність, конструктивність, індивідуальність. Ступінь актуалізації даних характеристик залежить від певних умов – насамперед від того, які в особистості складуться взаємини із власним внутрішнім світом і зовнішнім світом, іншими людьми. Актуалізуючий, творчий початок визнається, в першу чергу, за внутрішнім світом, у якому закладене прагнення до росту, до розкриття здатностей і посилення можливостей, до більшої ефективності, зрілості й конструктивності. Основний закон особистісного росту: якщо є необхідні умови, то в людині актуалізується процес саморозвитку, природнім наслідком якого будуть зміни в напрямку її особистісної зрілості.

Для кожної особистості існує певний ритм життя, оптимальний для неї, часові потенціали, що створюють основу

для наростаючої здатності особистості опанувати своїми природними психічними можливостями й особливостями, перетворювати їх у ресурси своєї активності, з наступним використанням або свідомим застосуванням своєї активності як ресурсу самовираження, самореалізації у формах життя, діяльності, спілкування. Чим більш зрілим і гармонічним є ряд цих перетворень, здійснених особистістю, тим більше зрілою вона стає.

Важливу роль особистісного становлення відіграють такі чинники, як потреба в досягненні мети, престиж знань, моделювання особистісного профілю, потенціал особистості, рівень розвитку мотивації навчальної та самоосвітньої діяльності, самовдосконалення. Ці чинники мають яскраво виражену психологічну специфіку, що, безумовно, дозволяє стверджувати необхідність всебічного дослідження формування особистісної зрілості.

Потреба в саморозвитку, самореалізації – це основоположна складова зрілої особистості. З наявністю вираженого прагнення до саморозвитку пов'язана успішність студентів та досягнення ними також професійного успіху.

Джерела:

1. Абульханова К.А., Березина Т.Н. Время личности и время жизни. – СПб.: Алетейя, 2001. – 304 с.
2. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни. – М.: Мысль, 1991. – 298с.
3. Ананьев Б.Г. Психология и проблемы человекознания. – М.: Изд-во «Институт практической психологии»; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1996. – 384 с.
4. Берулава Г. А. Методологические основы практической психологии. – М.: Изд-во Московского психолого-социального института; Воронеж: Изд-во НПО «МОДЭК», 2004. – 192 с.
5. Бодалёв А.А. Вершина в развитии взрослого человека: характеристики и условия достижения. – М.: Флинта: Наука, 1998. – 168 с.
6. Большой психологический словарь / Сост. и общ. ред. Б. Мещеряков, В. Зинченко. – СПб.: прайм – ЕВРОЗНАК, 2003. – 672 с.
7. Эриксон Э. Детство и общество. – СПб.: Ленато, АСТ, Фонд «Университетская книга», 1996. – 592 с.
8. Крайг Г. Психология развития. – СПб.: Изд-во Питер, 2000. – 992с.
9. Кузовкин В. В. Тренинг личностного роста/ Под ред. Соломатиной Т. Б. – Химки: Изд-во Высшая школа UNIVERSUM, 2001.
10. Олпорт Г. Становление личности: избранные труды. – М.: Смысл, 2002. – 462 с.
11. Психология личности: Словник-довідник / За редакцією П.П. Горностая, Т.М. Титаренко. – К.: Рута, 2001. – 320 с.
12. Райгородський Д.Я. Практическая психодиагностика. – Самара, 2002. – 672 с.
13. Феномен особистісної зрілості // Соц. психологія. – 2005. - №1.
14. Хухлаева О. В. Психология развития: молодость, зрелость, старость. – М.: Издательский центр Академия, – 2002. – 208 с.

15. Штепа О. С. Формування особистісної зрілості у підлітковому і юнацькому віці // Соц. психологія.– 2006. – №1(15). – С. 129–146.
16. Schneder K. Therapist personal maturity and the therapeutic success // The Psychhtrapy, 1992, Vol. 8. – P. 71 –79.

Стаття надійшла 20 травня 2016 р.