

*The results of empirical research communication system of sanctions (rewards and punishments) used by parents in the educational process of conflict behavior of adolescents. The features of conflict behavior of girls and teenage boys. Source - 7.*

**Keywords:** conflict behavior, conflict, hostility, aggressiveness, adolescent.

**Рогаль Ніна Іванівна** - аспірант факультету психології, кафедра соціальної психології, Київський національний університет імені Тараса Шевченка, м. Київ.

УДК 159.9

*Баранова С.В.*

### **ОСОБЛИВОСТІ ТУРБОТИ ОСОБИСТОСТІ ПРО СЕБЕ ЯК ПОКАЗНИКА ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ**

*У статті представлено аналіз сучасних підходів до виявлення феномена турботи особистості про себе. Розглянуто особливості процесу трансформації власних уявлень особистості про негативний досвід у кризових ситуаціях як основи становлення особистісної зрілості та прояву свідомої турботи про себе. Виявлені негативні прояви турботи про себе. Джерел – 12.*

**Ключові слова:** турбота про себе, особистісна зрілість, становлення особистості, трансформація уявлень, саморозвиток.

**Постановка проблеми.** Самодопомога і турбота про себе є основою практикою в процесі самореалізації й саморозвитку зрілої особистості. У результат свідомої турботи про себе людина все більше визволяється від зовнішньої детермінації поведінки, пов'язаної з вітальними потребами, у неї виникає внутрішня потреба власної реалізації. Особливості турботи про себе пов'язують з рівнем досягнення особистісної зрілості. Однак, стан зрілості не з'являється в людини несподівано й відразу, цей стан рефлексивно проживається і відновлюється кожну мить у будь-яких умовах, особливо в кризових. Саме тепер, в умовах соціокультурної кризи, яку проживає наше суспільство, для людини (безумовно, свідомої свого людського Я) ключовими постають питання самовизначення: хто я?, як я можу собі допомогти саме зараз?, що в моїх силах зробити для подолання кризи?, що я на своєму місці можу зробити для майбутнього? – на які потрібно мати відповідь, перш за все, для самої себе. Запізненість із визначенням відповіді на ці питання в сучасних темпах розвитку подій і суспільства в цілому може обійтися в ціну (приклад демонструє сучасність), несумісну з життям.

Отже, люди, у тому числі як «звичайні», так і кризових категорій, потребують психологічного консультування, психокорекційного впливу в різноманітній формі – від щирої бесіди-консультації до спеціального тренінгу та методу, спрямованих на відновлення й розвиток такого ресурсу особистісного росту, як турбота про себе.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У зарубіжній психологічній літературі турбота досліджується як соціальна установка, необхідна для гармонійного психічного розвитку особистості Іншого (Р. Байярд, Д. Байярд, У. Джеймс); як властивість особистості, процес становлення якої нерозривно пов'язаний із набуттям нею зрілості (А. Маслоу, Ф. Перлз, Е. Шостром, Е. Еріксон); як позитивна самоустановка, що проявляється в тілесному, соціальному, духовному аспектах особистісного зростання (Д. Боулбі, В. Віннікот, Н. Пезешкіан, М. Селігман, Б. Фредріксон, М. Чіксентміхалі).

У радянській психології проблема турботи про себе вивчалась побіжно, в основному як супутня при вивченні інших явищ, зокрема, у працях, присвячених вивченню

диспозицій та соціальних установок особистості (В. Ядов, К. Муздибаєв); активності суб'єкта (К. Абульханова-Славська, Б.Ананьєв); особливостей розвитку особистості в юнацькому віці (Л. Божович, І. Кон, Л. Обухова, А. Мудрик, Х. Ремшмідт, Д. Фельдштейн, П. Шавир, А. Прихожан).

Сучасні українські вчені досліджують феномен турботи в традиціях розвитку особистості (С. Максименко, І. Михайлова) як процес її активної життєтворчості (Т. Титаренко); у межах суб'єктно-генетичного підходу (В. Татенко); у руслі проблеми амбівалентності особистості в сімейних ролях (П. Горностай, Т. Зелінська, В. Хабайлюк) тощо. Окремі аспекти турботи через стосунки часто розглядаються в контексті онтогенетичного розвитку особистості (А. Фрейд, М. Кляйн, М. Малер, Д. Віннікот, Р. Фейрбейрн) і педагогічної діяльності (І. Бех, А. Богуш, О. Сухомлинська, Т. Челпаченко, В. Шахненко та інші). Опираючись на уявлення вітчизняних психологів про існування трьох класів психічних явищ, які є пов'язаними між собою та переходять одне в інше, можна говорити про те, що турбота як психологічне явище існує у формі психічного процесу (турбота), психічного стану (стурбованість) та властивості особистості (піклування). При цьому їхня одночасна наявність у психічному житті людини не є обов'язковою. Так, особистість може бути стурбованою, але не піклуватися в силу поганого самопочуття, настрою або не вважати це потрібним чи актуальним.

Отже, на сьогодні перед соціальною психологією постала потреба ретельного теоретично-прикладного розгляду проблеми турботи про себе як свідомого процесу саморозвитку особистості відповідно до реальних умов сучасного життя як суспільства в цілому, так і конкретної людини зокрема. Актуальним, на нашу думку, є дослідження психологічних засад трансформації уявлень негативного досвіду як основи турботи про себе.

**Мета статті** – теоретичний аналіз особливостей турботи особистості про себе в процесі особистісного становлення в сучасних умовах суспільної кризи.

**Виклад основного матеріалу і результатів дослідження.** Термін «турбота» використовується багатьма науками: філософією, біологією, психологією, соціологією тощо, містить у собі біологічний і соціальний компоненти. У процесі аналізу тлумачень поняття «турбота», наведених у тлумачних словниках, ми зсували, що турбота розуміється як:

- справа, діяльність, спрямована на благополуччя будь-чого чи будь-кого, догляд, клопотання;
- зосередженість думок на виконанні чогось, увага до потреб іншого, обдумування, задача, думка про щось;
- стурбованість, тривога, піклування, обтяжлива справа.

Дослідники проблеми «турботи про себе» вважають, вперше вона піднімається Платоном у діалозі «Алківіад I». Сократ бесідує з молодим Алківіадом. «Однак, що ти збираєшся робити з самим собою? – питає Сократ, – Залишитися таким, яким ти є, чи проявити про себе певну турботу?» [6]. У подальшому, окремі аспекти турботи розглядалися в ході усієї історії розвитку філософської науки. Явище турботи активно представлене в роботах Ф. Ніцше, який здійснив антропологічну революцію в філософії, воно є підґрунтям вчення про освіту як спосіб людського буття в працях М. Шелера. М. Хайдеггер, пояснюючи проблему *da-sein*, вибудував учення про фундаментальну онтологію, схоже на побудову філософської антропології.

Сучасний класик філософії М. Фуко також пов'язує заклик до самопізнання з вимогою виявляти турботу про самого себе. При цьому самопізнання тлумачиться як окремий випадок турботи про себе, як конкретне її застосування. М. Фуко намагається розкрити ідею, згідно з якою турбота про себе є основою належної поведінки в будь-якій формі активного життя, що відповідає принципам духовної раціональності. За М. Фуко, концепція турботи — це певний спосіб дій аж до зміни самого себе [9].

Сучасна вітчизняна дослідниця феномена турботи про себе в дитячому віці І. Михайлова зазначає, що поняття турботи про себе важливо відрізнити від деструктивних проявів особистості: маніпуляції (Е. Шостром, Ю. Щербатих), егоїзму (В. Москаленко, К. Муздибаєв, В. Шейнов), психологічних механізмів захисту (А. Богомолов, Р. Грановська, І. Нікольська).

Класики психології Е. Еріксон і А. Маслоу вказують на роль турботи (як про себе, так і про інших) у процесі самостворення особистості [11; 7]. Уміння піклуватися про іншого є обов'язковою умовою особистісного росту, самореалізації, а, отже, необхідне кожній людині для гармонійного розвитку. Тобто турбота є необхідною не лише для того, про кого піклуються, але і власне її суб'єкту. Функцією турботи стосовно того, хто піклується, є сприяння інтеграції, прогресивному розвитку власне його особистості.

Видатні науковці сучасності В. Віннікот і Дж. Боулбі пишуть про те, що турбота передбачає готовність допомогти (вона реалізується в певні моменти), тобто готовність надати можливість скористатися власними знаннями, можливостями свого «Я» іншій людині [4; 2]. Суб'єкт турботи є опорою для іншого в наданні допомоги щодо здійснення мети, розкриття здібностей. Те, у якій мірі виявлена готовність допомогти, визначає ступінь доступності суб'єкта турботи, а піклуватися, на думку цих авторів, означає бути доступним тоді, коли в цьому є потреба.

В. Текхе зазначає, що турбота завжди пов'язана з майбутнім [10], тобто передбачає не лише врахування актуального стану людини, досягнення нею комфорту, але й того, якою вона має стати, чому навчитися, тобто сприяння особистісному росту протече. Особистісне зростання, особливо в зрілому віці, передбачає прагнення досягати все більш високих цілей, розвивати здібності самовдосконалення в будь-яких умовах. Таким чином, основний психологічний смисл процесу становлення особистості – визволення, набуття самого себе й свого життєвого шляху, самоактуалізація й розвиток власної автентичності. До того ж взаємодія із власним внутрішнім світом у цілому не менш (а в багатьох відношеннях – більш) значима, ніж зі світом зовнішнім. Принципово важливим для людини є також визнання й повага до її внутрішнього світу інших людей. Особистісне зростання не є тотожним просуванню людини «східцями віку»; це – складний багатоаспектний процес, що відбувається відповідно до своєї внутрішньої логіки та має завжди індивідуально-своєрідну траєкторію.

Є підстави говорити лише про найбільш загальний «основний закон особистісного росту», який, опираючись на відому формулу К. Роджерса «якщо – то» (Rogers C., 1959), можна сформулювати так: якщо є відповідні умови, то в людині актуалізується процес саморозвитку, природним наслідком якого будуть зміни, спрямовані на її особистісну зрілість. Інакше кажучи, саме ці зміни – їх зміст, спрямованість, динаміка – свідчать про процес особистісного росту й досягнення людиною особистісної зрілості.

Особливості становлення особистісної зрілості в сучасних умовах в Україні зумовлені потужними суспільними викликами. У науковому доробку вітчизняних дослідників у галузі соціальної, політичної психології та психології особистості (В. Васютинський, І. Жадан, П. Горностай, Л. Найдюнова, С. Максименко, В. Москаленко, М. Слюсаревський, В. Татенко, С. Циба та ін.) виокремлено такі особливості суспільного стану в період соціокультурної кризи: 1) загострення соціальних конфліктів, 2) рефлексивна модернізація суспільства (переосмислення історії і стосунків), 3) інформаційні війни та інші комунікативні процеси.

Дослідники розглядають кризу як один з аспектів критичної ситуації наряду зі стресом, фрустрацією та конфліктом. Також пропонується розглядати категорію кризи через призму індивідуального життя, яка розуміється як динамічне ціле, як життєвий шлях особистості. Магомед-Емінов [5] визначає складні (важкі) ситуації як такі, що містять у собі загрозу людським цінностям (життю, здоров'ю, самоповазі, сенсу буття). Вони містять як розвиваючий, так і руйнівний потенціал. Розвиваючими вони стають тоді, коли в результаті

людина набуває більш високого рівня розвитку, підвищується її задоволеність та впевненість у собі. У тому випадку, якщо наслідком складної ситуації стає дезадаптація, поява психосоматичних захворювань, неврозів, депресія, дистрес, говорять про її руйнівний вплив на особистість. Так відбувається, коли вимоги, висунуті до людини є непосильними для неї, коли власних копінг-ресурсів (когнітивних, емоційних) недостатньо для конструктивного вирішення проблеми. За таких умов людина вимушена застосовувати захисні стратегії, які завдають шкоди її психічному й фізіологічному здоров'ю. Однією з базових стратегій є пошук соціальної підтримки. Проте її мобілізація не завжди необхідна.

Складнощі й труднощі цих процесів створюють ту саму ситуацію, результатом якої є страждання та актуалізація потреби в турботі перш за все про самого себе як конструювання себе в нових умовах. На думку Дж. Бюдженталля, страждання містить могутню силу позитивних особистісних змін. Воно ж є і найбільш важливим поштовхом, який примушує людину прийняти рішення звернутися за професійною допомогою до психолога. Однак, за його твердженням, одного лише страждання, яким би сильним воно не було, явно замало для зміни свого життя на краще [3].

Для визначення комплексу почуттів і ставлень людини, яка серйозно задумалася про своє життя й перебуває в стані готовності змінити звичний спосіб буття, обставини відношень чи внутрішні орієнтації свого життя, Дж. Бюдженталль вживає термін «турбота». Як цілісне утворення, турбота є системою, яка складається з таких елементів: болю, надії, зобов'язань і внутрішньої орієнтації. Біль у вигляді емоційного дистресу, тривоги чи реального фізичного болю є природним сигналом того, що в людини щось відбувається не так. Надія – це віра, не обов'язково свідомо, у те, що життя може стати кращим. Проте людина може дійсно мучитися від болю, але майже не мати актуальної надії. Зобов'язання означають бажання взяти на себе відповідальність за власну діяльність, якщо вона спрямована на досягнення хоча б скільки-небудь значущих результатів. Внутрішня орієнтація вимагає залучення уваги людини до того, що відбувається всередині неї, усвідомлення самої себе й того, як формується її віра у світ. Таким чином, турбота є потенціалом людського ества, що робить її відкритою для нового досвіду, сприяє інтуїтивному просуванню в напрямку найбільш повної реалізації своїх можливостей.

Саме проживання кризової проблемно-конфліктної ситуації вимагає від людини зміни життєвого стилю, способу мислення, способу пізнання й бачення світу, ставлення до себе й оточуючих, що, як наслідок, може призвести до духовної кризи. Турбота про себе як особистісне зростання проте не відміняє глибокі душевні страждання, пов'язані з протистоянням кризи чи травмі. Зростання і розвиток під час кризи не мають знеболюючого ефекту. Явище духовного росту скоріше пов'язане з використанням цього болісного процесу як шляху для внутрішнього розвитку й подолання, саме тому в цей момент особливо важливо усвідомлювати значимість самотурботи.

Видатний психотерапевт ХХ ст. В. Франкл у теорії особистості також наголошує, що саме подолання травматичного стресу можливе в переосмисленні життя, знаходженні нових смислів у творчості й переживанні нових цінностей: «...Ми набуваємо зрілості, ми ростемо, ми переростаємо самих себе. Саме там, де ми безпомічні й позбавлені надії, будучи не в змозі змінити ситуацію – саме там ми покликані, відчуваємо необхідність змінитися самим. ...Страждання має сенс, якщо ти сам стаєш іншим [12, с. 212].

Однак, не зважаючи на виокремлення необхідності й можливості актуалізації навіть слабо виявленої турботи, Дж. Бюдженталль одночасно стверджує можливість її повного, яке не підлягає відновленню, руйнування: «Життєвий досвід іноді так руйнує чи спотворює внутрішнє почуття людини, що не зважаючи ні на які практичні потреби встановити контакт з її внутрішнім світом неможливо» [3].

Р.Мей також переконаний, що страждання є одним з факторів позитивної трансформації особистості. «Людське еґо є непокірним і впертим; воно відштовхує те, що може стривожити, через сильний страх глибокої невпевненості, що приходить у той момент, коли стиль життя людини виявляється в непевному стані» [цит. за 1]. Людина частіше обирає витримання нещастя реальної ситуації, ніж ризик невпевненості, яка настане зі змінами. І тоді лише непереносні страждання і відчай підштовхнуть її до усвідомлення необхідності змін. Таким чином, душевний біль, викликаний кризою – це точка росту! У нашій країні можливість такого виду росту зараз має надзвичайно високу ціну, але, очевидно, громадянам важливо сплатити таку ціну, щоб жити інакше.

У процесі консультування, яке ми проводили для тих, хто потребував психологічної допомоги, важливо було чітко визначити, що людина дійсно багато в чому безсила: змінити глобальні процеси, зупинити кровопролиття, втрати, втрату близьких, каліцтва, руйнування міст і сіл, підривання мостів...

Проте, в наших силах змінити себе, своє ставлення до того, що відбувається, організувати свій внутрішній і зовнішній простір, виконувати свої професійні й громадянські обов'язки, турбуватися про своїх близьких. Згідно з Е.Еріксоном, на кожному ступені розвитку особистість складається заново, на нових засадах, але з урахуванням попередніх. Формована ідентичність інтегрує в себе різнобічні ставлення особистості до себе й до оточуючого світу. У цьому випадку людина сприймає нещастя як випробування, через яке необхідно гідно пройти і яке необхідно стійко витримати. Стійкість тут розглядається як з точки зору ефективності самозбереження й адаптації, так і з точки зору ефективного розв'язання задач розвитку.

Смисл цієї точки зору на функціонування людини, на яку негативно вплинули важкі події, може бути передане висловленням Ф. Ніцше: «Что не убивает меня, то делает меня сильнее».

Досягнення особистістю стану зрілості не з'являється у людини несподівано й відразу, вона рефлексивно повинна свідомо проживати кожен мить свого життя. Прийняття себе та відкритість своїм переживанням визначаються як критерії особистісної зрілості. Прийняття себе означає визнання себе й безумовну любов к себе такого, яким я є, ставлення до себе як «особистості, гідної поваги, здатної на самостійний вибір» [8, с.69], віру в себе і свої можливості, довіру власній природі, організму. Важливо прийняти себе не лише при успішних досягненнях, але й при власній слабкості й неспроможності (безпомічності). Довіру до свого організму слід виокремити особливо, оскільки в цьому випадку довіра до себе не означає лише віру у здібності свідомого «Я» (тим більше – лише в силу свого інтелекту), але також розуміння того, що «цілісний організм може бути – і найчастіше є – мудрішим, ніж його свідомість» [8, с. 242]. Прийняття себе забезпечує таку низку критеріїв зрілого ставлення до життя: відкритість внутрішньому досвіду переживань, яка, у свою чергу, зумовлює розуміння себе і своїх можливостей і тим самим прийняття відповідальності за себе. Чим сильніша і більш зріла особистість – тим вона вільніша від спотворюючого впливу захисту і здатна прислухатися до цієї внутрішньої реальності, поставитись до неї як такої, що гідна уваги, «жити сьогодні».

Однак, турбота про себе, як будь-яке явище, крім позитивних моментів розвитку особистості та досягнення її зрілості, може мати й негативні вияви. Турбота про себе може носити еґоїстичний, маніпулятивний характер. Діапазон негативних проявів турботи може поширюватися від стурбованості до повної безтурботності. Прояви стурбованості, гіперпідключення, слідування будь-яким жорстким догмам може носити руйнівний характер як для самої особистості, так і для оточуючих. Стурбованість – суєтлива й тривожна, нав'язлива форма турботи. З іншого боку, бути безтурботним – чудово, але безтурботне життя можливе лише тоді, коли про тебе піклується хтось інший. Безтурботне дитинство дарують дітям

дбайливі й люблячі батьки. Безтурботна відпустка сьогодні буде лише в того, хто потурбувався про неї вчора. Безтурботний може мати удачу, але не бути успішним, дійсно успішним є той, хто турбується про себе.

**Висновки.** Таким чином, в умовах сучасної соціокультурної кризи актуалізується потреба особистості в турботі про себе. Особистість прагне впорядкувати своє світорозуміння, зробити світ передбачуваним і зрозумілим для себе. Для підтримки своєї стабільності вона може вдаватися навіть до самообману. Руйнування суб'єктивного світу, деконцептуалізація існування людини є наслідком краху її надій і вірувань. Найчастіше – це найбільша трагедія для особистості. Страждання, яке має потужну руйнівну силу для особистості, одночасно може сприяти й актуалізації можливостей трансформації й росту особистості. Труднощі й несприятливі колізії створюють ту саму ситуацію, результатом якої є страждання та актуалізація потреби в турботі перш за все про себе як конструювання себе в нових умовах.

Особистісне зростання є активним процесом становлення, у якому людина свідомо бере на себе відповідальність за власне життя, свій життєвий шлях, і саме свідоме ставлення до власного життя, на наш погляд, є головною відмінною між процесами особистісного розвитку й особистісного зростання.

### Література

1. Андреева М.В. Феномен заботы личности. / Автореф. дис... канд. психол. наук.: 19.00.05. Казань, 2009.  
Режим доступу до [http://www.dissforall.com/\\_catalog/t22/\\_science/19/9188616.html](http://www.dissforall.com/_catalog/t22/_science/19/9188616.html)
2. Боулби Д. Создание и разрушение эмоциональных связей / Д. Боулби. – М.: Академ. проект, 2004. – 237с.
3. Бюдженаль Д. Искусство психотерапевта / Д. Бюдженаль. – СПб.: Питер, 2001. – С.148-203.
4. Винникот В.Д. Маленькие дети и их матери / В.Д. Винникот. – М.: Независимая фирма «Класс», 1998. – 80 с.
5. Магомед-Эминов М.Ш., Квасова О.Г., Савина О.О. Посттравматический рост как модель реагирования на геополитический кризис // Современные исследования социальных проблем, № 1 (21), с. 5-25: //  
Режим доступу до <http://istina.msu.ru/publications/article/8878806/>
6. Платон. Алкивиад  
Режим доступу до <http://psylib.org.ua/books/plato01/08alki1.htm>
7. Маслоу А. Психология бытия [Электронный ресурс]. – Электронные данные. – URL // Режим доступу <http://bookz.ru/authors/maslou-abraham/maslow01/page-6-maslow01.html> - с. 71-99.
8. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. М., 1994.
9. Суб'єктивність та її самопізнання на тлі цивілізації: божевілля і сексуальність. Герменевтика суб'єкта. М. Фуко (1926-1984) //  
Режим доступу до <http://ua.textreferat.com/referat-10112.html>
10. Тэкхе В. Психика и ее лечение [Электронный ресурс]. – Электронные данные. – М., [2000]. – URL: //  
Режим доступу до <http://mystic11.moy.su/load/1-1-1-36>
11. Эриксон Э. Детство и общество / Э. Эриксон. – СПб: Речь, 2000. – 415 с.
12. Франкл В. Человек в поисках смысла. – М.: Прогресс, 1990. – 368 с.

### References

1. Andreeva M.V. The phenomenon of caring personality. / Author. Dis ... Cand. psychol. Sciences. : 19.00.05. Kazan, 2009. - //

- access mode to [http://www.dissforall.com/\\_catalog/t22/\\_science/19/9188616.html](http://www.dissforall.com/_catalog/t22/_science/19/9188616.html)
2. Bowlby D. The creation and destruction of emotional ties / D. Bowlby. - M.: Academic project, 2004. - 237 p.
3. Bugental D. Art therapist / D. Byudzhenal. - SPb.: Peter, 2001. - p. 148-203.
4. Winnicott V.D. Young children and their mothers / V.D. Winnicott. - M.: The Independent firm "Class", 1998. - 80 p.
5. Mohammed Emin M.Sh., Kvasova OG, Savina OO Posttraumatic growth as a model response to geopolitical crisis // Modern studies of social problems, № 1 (21), p. 5-25: // access mode to <http://istina.msu.ru/publications/article/8878806/>
6. Platon. Alcibiades I. // access mode to <http://psylib.org.ua/books/plato01/08alki1.htm>
7. Maslow A. Psychology of life [electronic resource]. - Electronic data. - URL: // Access mode to <http://bookz.ru/authors/maslou-abraham/maslow01/page-6-maslow01.html> - with. 71-99
8. Rogers K. A look at psychotherapy. Becoming a person. M., 1994.
9. Sub'ektivnist that ii samopiznannya on tli tsivilizatsii: bozhevillya i seksualnist. Hermeneutics sub'ekta. Michel Foucault (1926-1984) // access mode to <http://ua.textreferat.com/referat-10112.html>
10. Tekhe V. psyche and its treatment [electronic resource]. - Electronic data. - M., [2000]. - URL: // Access mode to <http://mystic11.moy.su/load/1-1-1-36>
11. Erikson E. Childhood and Society / E. Erikson. - St. Petersburg: Rech, 2000. - 415 p.
12. Frankl V. Man's Search for Meaning. - M.: Progress, 1990. - 368 p.

**Баранова С.В.**

**Особенности заботы личности о себе как показатель личностной зрелости**

*В статье представлен анализ современных подходов к выявлению феномена заботы личности о себе. Рассмотрены особенности процесса трансформации собственных представлений личности о негативном опыте в кризисных ситуациях как основы процесса становления личностной зрелости и проявления сознательной заботы о себе. Выявлены негативные проявления заботы о себе. Ист. – 12.*

**Ключевые слова:** забота о себе, личностная зрелость, становление личности, трансформация представлений, саморазвитие.

**Baranova S. V.**

**Personality features cares about itself as an indicator of personal maturity**

*The article presents an analysis of current approaches to the study of the phenomenon of individual care of themselves. The features of the transformation of their own ideas about the negative experience of the individual in crisis as the basis of personal maturity and becoming conscious manifestation of caring for themselves. Negative caring for themselves. Sources - 12.*

**Key words:** care of themselves, personal maturity, identity formation, transformation of ideas, self-development.

**Баранова Світлана Вячеславівна** - кандидат психологічних наук, доцент, докторант Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, м.Київ.