

## ОСОБИСТІСНА ЗРІЛІСТЬ: СУТНІСТЬ ТА КРИТЕРІЇ

У статті представлений теоретичний аналіз основних підходів до визначення сутності і критеріїв особистісної зрілості, уявлень зарубіжних та вітчизняних психологів щодо особистісної зрілості як результату та умови розвитку психологічно здорової особистості.

*Ключові слова:* особистість, розвиток, зрілість, критерії особистісної зрілості, здорова особистість.

**А.И. Медникова**

### ЛИЧНОСТНАЯ ЗРЕЛОСТЬ: СУЩНОСТЬ И КРИТЕРИИ

В статье представлен теоретический анализ основных подходов к определению сущности и критериев личностной зрелости, представлений зарубежных и отечественных психологов относительно личностной зрелости как результата и условия развития психологически здоровой личности.

*Ключевые слова:* личность, развитие, зрелость, критерии личностной зрелости, здоровая личность.

**A.I. Mednikova**

### PERSONALITY MATURITY: ESSENCE AND CRITERIA

In the article the theoretical analysis of the basic going is presented near determination of essence and criteria of personality maturity, presentations of foreign and domestic psychologists in relation to personality maturity as result and condition of development psychologically of healthy personality.

*Key words:* personality, development, maturity, criteria of personality maturity, healthy personality.

Проблема зрілості особистості розглядалася в роботах багатьох вітчизняних і закордонних дослідників (Б.Г.Ананьєв, Л.І.Анциферова, М.Й.Боришевський, Ю.З.Гільбух, С.Д.Максименко, К.М.Муздибаєв, Г.Олпорт, Ф.Перлз, Л.В.Потапчук, Г.С.Пригін, А.О.Реан, К.Роджерс, В.В.Рибалка, В.А.Семиченко, О.В.Темрук, Т.М.Титаренко, Д.Й.Фельдштейн, О.С.Штепа та ін.). У дослідженнях здійснюються спроби розгляду особистісної зрілості як цілісного системного феномена. Зрілість розглядається як етап і як якість у психічному розвитку людини. 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. Зрілість як якість у психічному розвитку лежить в основі

визначення відносного початку й завершення будь-якої стадії онтогенезу людини, свого роду готовності до переходу на нову стадію (фазу, етап) [8].

Сучасний етап історико-еволюційного розвитку людини відзначений новим явищем. З одного боку, спостерігається прискорення дозрівання, з іншого, уповільнення темпів старіння, що в цілому сприяє подовженню життєвого циклу людини. У той же час, під впливом різних зовнішніх і внутрішніх умов, цілі групи дорослих людей перебувають на положенні соціально-інфантильних членів суспільства, не задовольняючи вимогам, що висуваються цим суспільством до дорослій людині: бути економічно незалежним, нести відповідальність як за себе, так і за інших, передбачати життєві події й бути готовим до вирішення виникаючих життєвих проблем [13].

Особистісна зрілість не є віковою характеристикою, що неодноразово підкреслювалося дослідниками. Так, Б.Г.Ананьев [3] відзначав необхідність розмежування дорослості й зрілості. О.О.Бодальов указує, що дорослість і зрілість - це поняття не тотожні [4]. З погляду К.О.Абульханової і Т.М.Березіної, зрілість - не даність віку, а досягнення певного, відповідного до типу особистості способу життя [1]. Е.Ериксон 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 [17]. Г.Оллпорт [11] 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.

Мета даної статті полягає в аналізі основних підходів до визначення сутності і критеріїв особистісної зрілості.

Координати розгляду феномена особистісної зрілості багато в чому визначаються вихідними уявленнями тих або інших авторів про сам процес особистісного розвитку.

К.Юнг виділив у розвитку особистості стадію індивідуації, яку людина може досягти в процесі духовного росту. Індивідуація – це процес «становлення со-

бою», процес, що задовольняє потребу бути єдиною, цілісною істотою, процес розвитку самості. Рисами здорової, зрілої особистості К.Юнг уважав прагнення до творчості, самовдосконалення, які на думку даного автора іманентно властиві людині і уходять коренями вглиб колективного несвідомого [18].

А.Маслоу на основі аналізу біографій видатних особистостей, яких загальна думка розглядає як зрілих, виділив наступні спільні якості: ефективно сприйняття реальності й комфортні взаємини з нею; прийняття себе, інших, природи; спонтанність; зосередженість на проблемі; відстороненість; незалежність від культури й оточення; постійна свіжість оцінок; безмежні обрії; соціальне почуття; глибокі, але виборчі соціальні взаємини; демократичний характер; моральна переконаність; невороже почуття гумору; креативність. Якщо особистість вільна й має можливість прислухатися до себе й опертися на себе, як на цілісну природну істоту, точно й повно відображаючи, що відбувається в ній самій, то «тенденція до актуалізації» діє на повну силу й забезпечує рух людини – незважаючи на можливі помилки й труднощі – до більшої зрілості, до більш повноцінного життя [10].

Г.Олпорт поняття «зріла особистість» використовує як рядопокладене із поняттям «здорова особистість». У пошуках критеріїв зрілості він спирається, по-перше, на визначення, згідно якого здорова особистість опановує своїм оточенням, демонструє певну єдність особистості й здатна правильно сприймати світ і себе; по-друге, на положення Е.Ериксона про те, що справжня зрілість не може бути досягнута без міцного почуття ідентичності; по-третє, на виділені А.Маслоу якості, що характеризують зрілих особистостей або особистостей, що самоактуалізуються. Г.Олпорт виділив шість критеріїв зрілості особистості: розширення почуття Я; теплота у відношенні до інших; емоційна безпека (прийняття себе); реалістичне сприйняття, уміння й завдання; самооб'єктивація: розуміння й гумор; єдина філософія життя [11].

К.Роджерс для опису здорової, зрілої особистості застосовує поняття «повноцінно функціонуюча особистість», з яким зв'язує поняття «гарне життя». Для визначення «гарного життя», на думку К.Роджерса, більш за все підходять такі вислови: захоплююче, значиме, таке, що збагачує, винагороджує, кидає виклик.

Людина, залучена у процес «гарного життя» – це, перш за все, творча людина, яка в будь-який час і в будь-якій культурі може жити більш повноцінно, з більшою амплітудою почуттів, бо вона стає більш впевненою у собі при зустрічі з життям у всьому його різноманітті [12].

На концепцію К.Роджерса у своєму розумінні зрілої особистості спираються С.Л.Братченко і М.Р.Миронова. Найважливішими характеристиками зрілої особистості дані автори вважають: цілеспрямованість, самостійність, динамічність, цілісність, конструктивність, індивідуальність. Ступінь актуалізації даних характеристик залежить від певних умов – насамперед від того, які в особистості зложаться 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 С.Л.Братченко й М.Р.Миронова формулюють так: якщо є необхідні умови, то в людині актуалізується процес саморозвитку, природнім слідством якого будуть зміни в напрямку її особистісної зрілості. Саме ці зміни – їх утримування, спрямованість, динаміка – можуть виступати в якості критеріїв особистісного росту, які автори розділяють на інтраперсональні й інтерперсональні.

До інтраперсональних критеріїв належать: прийняття себе; відкритість внутрішньому досвіду переживань; розуміння себе; відповідальна свобода; цілісність; динамічність, а до інтерперсональних - прийняття інших; розуміння інших; соціалізованість; творча адаптивність. Зміни в кожному із цих напрямків руху до особистісної зрілості відбуваються (якщо відбуваються) у відповідності зі своїми специфічними закономірностями. У той же час це процес цілісний, взаємозалежний і ріст по одному з критеріїв сприяє просуванню в інших. Тому важливіше всього сам факт руху в цих напрямках, включення в процес відкриття й знаходження себе, що дає можливість людині ставати усе більш вільною і відповідальною, автентичною і неповторною, дружлюбною і відкритою, сильною і творчою і, в остаточному підсумку, – більш зрілою [6].

Зв'язок особистісної зрілості з активністю особистості, її свободою, відповідальністю, підкреслюється в роботах українських психологів і психологів близького зарубіжжя (К.О.Абульханова, Т.М.Березина, О.Р.Калітєвська, Д.О.Леонтєв, А.О.Реан, О.С.Штепа й ін.).

З погляду К.О.Абульхановой і Т.М.Березіної, зрілість - це своєчасність особистості, що визначається як знаходження свого способу життя. 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, здійснюваних особистістю, тим більше зрілої вона стає [1].

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].

О.Р.Калітєвська, Д.О.Леонтєв і співавтори також у якості реальності, власливої зрілій особистості, виділяють здатність до самодетермінації, тобто здатність діяти, не піддаючись зовнішнім тискам, відповідно до власних довгострокових інтересів і ціннісно-значенневих орієнтацій. Здатність до самодетермінації виникає в ході індивідуального розвитку на основі інтеграції свободи й відповідальності. Під свободою авторами розуміється вища форма активності, що виражається в здатності ініціювати, припинити або змінити напрямок діяльності в будь-якій момент, а під відповідальністю – вища форма саморегуляції, що виражається в усвідомленні й використанні себе як причини змін у собі й зовнішньому світі. У підлітковому віці на основі інтеграції й повноцінного розвитку механізмів свободи й відповідальності рушійні сили особистісного розвитку зміщуються ззовні всере-

дину особистості. Саме даний процес і забезпечує здорове розв'язання підліткової кризи [14].

З розв'язанням криз, а також із самодетермінацією особистості зв'язує особистісну зрілість і О.С.Штепа. Авторка визначає особистісну зрілість як ефект самостійно пережитої людиною в зрілому віці ненормативної кризи ідентичності. Особистісна зрілість як ефект визначається, виходячи з того, що вона розглядається, як слідство ненормативної кризи. Самостійність вказує на здатність людини без сторонньої допомоги, покладаючись тільки на себе, вийти зі складної ситуації. Найбільш яскравим показником сформованої особистісної зрілості, на думку О.С.Штепи, є самодетермінація, яка проявляється у взаємоактивації свободи та відповідальності.

О.С.Штепою виділено десять експлікованих рис зрілої особистості: синергічність, автономність, контактність, самоприйняття, креативність, толерантність, відповідальність, глибинність переживань, децентрація, життєва філософія [16].

Відповідальність і саморозвиток, поряд з терпимістю, у якості компонентів особистісної зрілості виділяють Н.В.Бордовська й А.О.Реан. Крім того даними авторами виділяється інтегративний компонент, який охоплює всі попередні й одночасно є присутнім у кожному з них. Цим компонентом є позитивне мислення, позитивне ставлення до світу. Розглядаючи актуальну потребу в саморозвитку, прагнення до самовдосконалення й самореалізації як показник особистісної зрілості й одночасно умову її досягнення, автори відзначають, що саморозвиток і самоактуалізація не можуть розглядатися поза зв'язком з феноменом самотрансценденції як здатності людини виходити за межі свого «Я» [5].

Згідно з підходом В.Франкла, самотрансценденція - це неодмінний атрибут людини взагалі, це шлях до автентичності, а бути автентичним, значить жити по совісті, що вимагає спеціальних зусиль і волі, інтеграції й нагромадження досвіду буття собою. Автентичність, за В.Франклом, – результат знаходження смислу, а результатом здійснення смислу є знаходження зрілості. Не залишає своєю увагою В.Франкл і феномен відповідальності. Для нього відповідальність людини як суб'єкта, автора свого життя, проявляється в прийнятті рішень, у здійсненні виборів

у ситуації протиріччя, в усвідомленні безлічі можливостей. Відповідальність нерозривно пов'язана із свободою: бути вільним означає ухвалювати рішення й виконувати їх самостійно, і відповідати також самостійно за наслідки зроблених виборів і дій [15].

С.Д.Максименко виділяє кілька основних ліній розвитку, що сприяють появі гармонійної особистості, яка цілком відповідає основним характеристикам особистісної зрілості. Автором виділяються наступні лінії розвитку: народження особистості, яке пов'язане з появою суб'єкта, тобто людини рефлексивної, відповідальної, свідомої й упередженої; лінія розвитку інтеграції особистості, яка визначає особистість не тільки як суб'єкта власної поведінки, але і як суб'єкта свого внутрішнього світу; лінія почуття причетності й інтринсивної мотивації, як умова формування інтернального локусу контролю; лінія розвитку саморегуляції й сенсу життя [9].

На основі аналізу визначень особистісної зрілості в психологічній науці Н.М.Дідик виявила, що феномен особистісної зрілості характеризується такими рисами: самоприйняття; суб'єктність, здатність до вчинку; відповідальність, інтернальний локус контролю; саморегуляція; соціабельність; трансценденція; креативність; самостійність; самоактуалізація; філософське почуття гумору; інтелектуальність; автентичність; нонконформізм; моральність; психічне здоров'я [7].

Проведений аналіз дозволяє зробити висновок, що зрілість, головним чином, розглядається в психологічній науці як етап психічного розвитку і якість особистості. До поняття «зрілість» як до характеристики розвитку людини на окремих вікових етапах звертаються в тих випадках, коли в авторів з'являється необхідність відзначити відповідність певних психологічних новоутворень віковому етапу розвитку. Особистісна зрілість є результатом і ресурсом особистісного розвитку, обумовленим активністю особистості, її здатністю до самодетермінації, саморегуляції, потребою в самоактуалізації й саморозвитку, прагненням до смислу як окремих своїх дій, учинків, так і до життєвого смислу в цілому. Рівень особистісної зрілості визначається тим, наскільки особистість виступає суб'єктом своїх власних трансформацій, свого саморозвитку.

Перспективи подальших досліджень вбачаються у визначенні зовнішніх та внутрішніх чинників особистісної зрілості на різних етапах онтогенезу.

### Список літератури

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. – 298 с.
3. Ананьев Б.Г. Психология и проблемы человекознания. – М.: Изд-во «Институт практической психологии»; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1996. – 384 с.
4. Бодалёв А.А. Вершина в развитии взрослого человека: характеристики и условия достижения. – М.: Флинта: Наука, 1998. – 168 с.
5. Бордовская Н.В., Реан А.А. Педагогика. – СПб: Питер, 2000. – 304 с.
6. Братченко С.Л., Миронова М.Р. Личностный рост и его критерии // Психологические проблемы самореализации личности / Под ред. А.А. Крылова, Л.А. Коростылевой. – СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 1997. – С. 38-46.
7. Дідик Н.М. Професійно значущі характеристики особистісної зрілості майбутніх психологів // Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / За ред. С.Д. Максименка, Л.А. Онуфрієвої. – Вип. 7. – Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2010. – С. 190-206.
8. Зрелость как этап и как качество в психическом развитии человека // Гамезо М.В., Петрова Е.А., Орлова Л.М. Возрастная и педагогическая психология. – М.: Педагогическое общество России, 2003. – С. 251-257.
9. Максименко С.Д. Генезис существования личности. – К.: Издательство ООО «КММ», 2006. – 240 с.
10. Маслоу А. Мотивация и личность. – СПб.: Евразия, 1999. – 478 с.
11. Олпорт Г. Становление личности: избранные труды. – М.: Смысл, 2002. – 462 с.
12. Роджерс К.Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека. – М.: Прогресс-Универс, 1994. – 480 с.
13. Рыбакова Н.А. Взрослость – базисная категория андрагогики // Профессиональное развитие педагога в системе постдипломного образования: IX област. науч.-практ. конф., 27-29 ноября 2001 г.: тезисы докладов – Ч.1. – Псков: ПОИПКРО, 2002. – С.18-23.
14. Калитиевская Е.Р., Леонтьев Д.А., Осин Е.Н., Бородкина И.И. Смысл, адаптация и самодетерминация у подростков // Вопросы психологии. – 2007. – №2. – С. 68-79.
15. Франкл В. Человек в поисках смысла. – М.: Прогресс, 1990. – 368с.
16. Штепа О.С. Дефініція особистісної зрілості // Наукові студії із соціальної та політичної психології: Збірник статей / АПН України, Ін-т соціальної та політичної психології. – К.: Міленіум, 2007. – Вип. 16 (19). – С. 149-157.
17. Эриксон Э. Детство и общество. – СПб.: Ленато, АСТ, Фонд «Университетская книга», 1996. – 592 с.
18. Jung C.G. The archetypes and the collective unconscious // The collected works of C.G. Jung (Vol. 9). Princeton, NJ: Princeton University Press, 1969. – P. 134-267.