

ОСОБЛИВОСТІ ІРРАЦІОНАЛЬНИХ ВІРУВАНЬ АКМЕПЕРІОДУ ЛЮДИНИ ЗАЛЕЖНО ВІД ДОМІНУЮЧОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ФУНКЦІЇ ТА ЗАГАЛЬНОЇ УСТАНОВКИ СВІДОМОСТІ

УДК 159.922.6:159.923

У. І. Гуменюк

Сучасна вікова психологія, у контексті вивчення психологічних, біологічних, антропологічних, соціальних чинників, які впливають на розвиток людини у міру її дорослішання, характеризується своєрідним зсувом предмету фундаментальних досліджень у сторону пізнання закономірностей розвитку в ранньому та пізньому онтогенезі. Ще Б. Г. Ананьєв зазначав, що ті фази онтогенезу, коли людина живе найбільш продуктивним творчим і соціально-активним життям, коли її психічний розвиток є еталонним стосовно інших етапів розвитку, опинилися на периферії дослідницького інтересу [1; 2]. Психологічна теорія дорослості та зрілості, яка втілилася в акмеології, апелює, насамперед, до особистості як професіонала, що, безумовно, виправдано з точки зору діяльнісного підходу в психології, хоча в більш широкому розумінні її завданням є всебічне висвітлення особливостей зрілості людини [3]. І, коли йдеться про закономірності розвитку людини як певної динамічної системи, яка прагне самореалізації, самовияву всіх своїх потенційних можливостей, ми, з одного боку, не можемо розглядати її поза акмеологічним контекстом, з іншого боку – дослідження різних сторін життя дорослої людини, характеристик її психічної реальності виключно через призму досягнення вершин професіоналізму закріплює згадану тенденцію у віковій психології делегувати вивчення зрілості з її особливостями іншим наукам та суміжним із нею дисциплінам. Між тим, зрозуміло, що повна актуалізація потенційних можливостей є неможливою без досягнення людиною певного рівня фізіологічного, розумового, психічного, особистісного функціонування, і тому дослідження самореалізації особистості як одного з найважливіших аспектів

розвитку неможливо відокремити від контексту певних етапів онтогенезу людини. Проблема включення знань про закономірності вершинних досягнень у змістовне поле вікової та, разом із нею, педагогічної психології постає як значуща з огляду на необхідність поглибити знання про людину в період її найбільш продуктивного в усіх відношеннях життя.

Для осмислення цієї проблеми велике значення мають праці Ж. Піаже, О. О. Деркача, О. О. Бодальова, Л. С. Виготського, Б. Г. Ананьєва, О. М. Леонтєва, В. П. Зінченка, Ш. Бюлер, А. Бандури, Р. А. Зобова, В. М. Келасьєва Г. С. Костюка, З. С. Карпенко та ін. Аналіз їх досліджень надав можливість сформулювати положення про те, що на життєвому шляху людини існує певний віковий етап, найбільш сенситивний з точки зору реалізації нею свого життєвого потенціалу. Цей етап ми визначили як *акмеперіод* людини – період потенційної готовності до вершинних досягнень як в індивідуальному, так і в соціальному житті особистості, які стають можливими завдяки сформованості відповідних когнітивних, мотиваційних, особистісних структур психіки суб'єкта розвитку.

Мета цієї статті – висвітлити результати дослідження особливостей ірраціональних вірувань акмеперіоду людини залежно від домінуючої психологічної функції та загальної установки свідомості.

Акмеперіод людини є періодом максимальної потенційної готовності людини до самореалізації в її найвищих виявах, але те, чи буде актуалізовано цей потенціал, коли його буде актуалізовано, становить питання індивідуального життєвого шляху людини і піддається впливу певних каталізуючих та стримуючих чинників [4]. Аналіз праць зазначених дослідників розвитку особистості надав можливість визначити, що потенційно цей період охоплює кінець пубертату, юнацький вік, ранню та середню дорослість і може бути приблизно окреслений віковими межами від 16-ти до 55–60-ти років. Але, зважаючи на те, що “запуск” процесу розгортання інтенцій та потенцій і, відповідно, тривалість періоду вершинних досягнень у кожному індивідуальному випадку можуть бути різними, досягнення людиною

16-річного віку можна сприймати як необхідну, але недостатню умову початку її “вершинного” етапу розвитку, так само як і досягнення 55–60 років є достатньою, але не обов’язковою умовою завершення вершинних процесів розвитку.

Вивчення акмеперіоду людини в контексті перешкод на шляху до актуалізації потенційних можливостей особистості, урахуваючи її характерологічні властивості, зумовлено необхідністю аналізу причин, які призводять до низької ефективності людини навіть у найбільш сприятливий для досягнень життєвий період. В якості таких причин можна розглядати різні феномени: очікування, Я-концепція, каузальні атрибуції (М. Селігман, Дж. Келлі, К. Роджерс), актуальні потреби (Н. Пезешкіан), локус контролю (Дж. Ротер), самоефективність (А. Бандура), когнітивна складова особистості (Ч. Осгуд, Дж. Келлі), система “повинностей” людини (К. Хорні), патології мотиваційної сфери, спрямованості, особистості, фіксації на певних стадіях психосексуального розвитку з подальшим неврозом характеру (З. Фрейд), граничні екзистенційні тривоги (Р. Мей, І. Ялом) та багато ін. Усі ці феномени змістовно різняться, але вони мають одну важливу формальну характеристику: у суб’єктивному просторі свідомості вони подані стенографічно, у вигляді думок (часто актуально неусвідомлюваних), якими супроводжуються всі дії людини, якими вона автоматично інструктує, прогнозує, пояснює тощо. Тобто, це завжди певним чином організована інформація про саму людину і світ, що її оточує, яку вона активно використовує для того, щоб приймати певні рішення та справлятися з актуальними завданнями. Різні форми конструктивного і дисфункціонального мислення сьогодні активно вивчаються Т. О. Гордеєвою, І. А. Джидар’яном, Н. А. Батуріним, М. М. Далгатовим, О. В. Криловою, Н. М. Мельниковою, Л. М. Рудіною, А. П. Стеценком, Д. А. Циринг, О. П. Яковлевою та ін. у межах когнітивної парадигми. Механізм впливу неадаптивних когніцій на життєдіяльність людини найбільш повно висвітлено у роботах А. Бека і А. Елліса, які здійснили класифікацію різних форм ірраціональних вірувань людини та зробили можливою систематизацію в

контексті їх теорій суб'єктивно зумовлених перешкод на шляху до досягнення вершин життєдіяльності.

З іншого боку, найбільш фундаментальним підходом щодо аналізу особливостей реалізації людиною свого життєвого потенціалу залишається гуманістичний. Однак він неодноразово підлягав критиці через те, що людський потенціал має кожна людина, а індивідуальні відмінності полягають лише в мірі його розкриття або в особистісній зрілості [5]. Останнє твердження, на думку Д. А. Леонтьєва, суперечить тим задачам вимірювання людського потенціалу, у розвитку яких зацікавлена прикладна психологія і реалізація яких ускладнюється без прийняття за основоположну ідеї про індивідуальні відмінності можливостей різних людей. Водночас, поняття потенціалу операціоналізується так само непросто, як і поняття зрілості, вершинності. Що стосується останніх, то ситуація є тим більше непростою з огляду на позицію про те, що ціле не дорівнює сумі частин, тобто є ймовірність існування такої величини, такого фактору, який операціоналізувати не вдасться, скажімо, як і у випадку з генеральним фактором інтелекту.

Тому ми виходимо з того, що дослідження особливостей акмеперіоду, побудоване на типологізації за критерієм “акме-спроможні”-“акме-неспроможні” (неважливо, чи йдеться про потенціал, чи про ознаки вже актуалізованої особистості), є і теоретично, й емпірично невиправданим. На нашу думку, варто говорити про *суб'єктивно зумовлені перешкоди* на шляху до актуалізації людських потенційних можливостей у їхньому зв'язку з *характерологічними властивостями* особистості, як ті емпіричні, але піддаються узагальненню, феномени, що можуть детермінувати “вершинний статус” людини, є достатньо емкими та конструктивними (з огляду на можливість виявляти закономірності) для наукового доповнення тих знань про досягнення вершин, які психологія має на сьогоднішній день, і спроможними мати конкретну практичну значущість, вилитися в узагальнюючу теорію особливостей досягнення вершин життєдіяльності. Питання про те, яка типологія є релевантною дослідницьким завданням, було вирішено на користь

теорії психологічних типів К. Г. Юнга, оскільки диференціальним критерієм у цій теорії є саме структурні відмінності у сприйманні та мисленні людей [6].

Отже, основу дослідження, результати якого висвітлюються в цій статті, складають гіпотези про те, що: 1) ірраціональні вірування людини перешкоджають реалізації потенційних можливостей людини в її акмеперіоді; 2) існує зв'язок між домінуванням у людини певної установки свідомості і психологічної функції та наявністю у неї того чи іншого типу ірраціональних вірувань.

Методичний інструментарій дослідження склали: “Перелік критичних життєвих подій” (на основі методу інтерв'ю), Мультиmodalьний опитувальник життєвої історії А. Лацаруса (окремі модальності), тест MBTI (індикатор типів Маєрс-Бріггс), опитувальник частоти переживання різних емоційних станів, Вісбаденський опитувальник до методу позитивної психотерапії і сімейної терапії, опитувальник “Шкала суб'єктивного благополуччя” М. В. Соколової, Тест Смишлужиттєвих орієнтацій Д. А. Леонтьєва, авторський опитувальник “Збалансованість життя”.

Емпіричне дослідження особливостей ірраціональних вірувань акмеперіоду людини залежно від домінуючої психологічної функції та загальної установки свідомості було здійснено в період 2008–2010 років. Обсяг вибірки досліджуваних становив 200 осіб, вік яких відповідає визначеним хронологічним параметрам акмеперіоду людини: наймолодшому учаснику дослідження – 16 років, а найстаршому – 60, усереднений вік вибірки складає 36,24 років (із стандартним відхиленням у 13,87 р.).

Серед основних ірраціональних вірувань, що характеризують досліджувану вибірку, зафіксовано вірування, пов'язані з контролем (типу “Я повинен усе контролювати”), які спостерігаються у 84% вибірки, повиннісні вірування (82% досліджуваних), осудні вірування (75% досліджуваних). Слід зазначити, що такий розподіл основних ірраціональних вірувань у досліджуваній вибірці відрізняється від типового для США, який наводить А. Елліс на основі своєї клінічної і дослідницької практики [7], а саме: “Я маю

бути успішним”, “Люди повинні добре до мене ставитися”, “Світ повинен бути простим”.

Щодо того, як пов’язані виявлені ірраціональні вірування з домінуючою психологічною функцією та загальною установкою свідомості, то, за класифікацією вірувань А. Бека [8; 9], було виявлено такі тенденції: інтроверсія, на відміну від екстраверсії, пов’язана з тенденцією переоцінювати значущість поставлених завдань і відчувати приголомшеність на цій основі. Розвинена сенсорна функція супроводжується очікуваннями негативних подій у майбутньому та раціональністю в оцінюванні теперішніх подій і себе порівняно з іншими. Інтуїти, навпаки, схильні негативно інтерпретувати теперішні події та “перетворювати мух у слонів”, водночас, як очікування щодо майбутнього не мають дисфункціонального характеру. Розвинена функція почуття, на відміну від мислення, пов’язана на високому рівні значущості з очікуваннями негативних подій у майбутньому (вірування типу: “Я ніколи не зможу їх зрозуміти”, “Не буде з цього нічого хорошого”, “Треба знайти спосіб не думати про майбутнє взагалі” тощо).

Проаналізувавши отримані дані відповідно до класифікації ірраціональних вірувань А. Елліса [9; 10], ми помітили, що найменше специфічність ірраціональних вірувань визначає загальна установка свідомості; психологічні функції особистості пов’язано (більшою чи меншою мірою, але значущо) з тією чи іншою категорією когніцій. Так, розвинена сенсорна функція пов’язана з віруваннями про те, що людина повинна бути покарана або заслуговує на осуд за свої негативні якості, а також, що дуже важко витримувати, коли світ не такий, яким має бути; крім того, ці судження у сенсориків стосуються, більшою мірою, інших людей, а не їх самих. Це свідчить про їхню схильність переживати гострі почуття несправедливості, образи, обурення тощо, які є деструктивними за своєю природою (ірраціональними за визначенням А. Елліса [там же]). Тенденція до осудного мислення передбачає також схильність генералізувати конкретні недоліки на особистість загалом. Інтуїтивна ж функція, навпаки, пов’язана з розвитком

повиннісних вірувань стосовно себе та жахаючих когніцій, що, знову ж таки, вказує на схильність до катастрофізації (як і в класифікації вірувань А. Бека).

Досліджувані з домінуванням функції почуття демонструють найбільше ірраціональних тенденцій, адже її розвиток пов'язано на статистично значущому рівні з усіма категоріями ірраціональних вірувань, окрім жахаючих суджень. Мисленеві типи, навпаки, є найменш обтяженими деструктивними когніціями, які складають цю класифікацію. Варто зазначити, що існує обернений зв'язок високого рівня значущості між функціями мислення та почуття (-0,908), у силу чого досить важко без спеціального дослідження інтерпретувати виявлені кореляції однозначно, оскільки вони можуть бути опосередковані тими чинниками, які в цьому дослідженні не враховувалися.

Крім того, варто зазначити, що, згідно з результатами дослідження, у межах наведеної класифікації А. Елліса спостерігаються інтеркореляції між різними категоріями основних ірраціональних вірувань. Це надає можливість припустити, що об'єднання кількох категорій у більш великі може бути доцільним та обґрунтованим. Так, повиннісі вірування пов'язано на статистично значущому рівні із жахаючими (0,376), а вірування типу “належно” і “слід” стосовно світу – з осудними дисфункціональними когніціями (0,443).

Проаналізувавши, як пов'язані домінуюча психологічна функція і загальна установка свідомості з базовими, “серцевинними” ірраціональними віруваннями (які, за твердженням А. Елліса, складають основу більшості емоційних розладів) [11], ми виявили низку значущих кореляцій (табл. 1), що надає змогу говорити про деякі тенденції у когнітивному реагуванні представників різних психологічних типів та свідчить про те, що наша гіпотеза про існування зв'язку між домінуванням у людини певної установки свідомості і психологічної функції та наявністю у неї того чи іншого типу ірраціональних вірувань не спростована результатами дослідження.

Узагальнити відповідні дані можна таким чином: екстраверсія й інтроверсія визначають ірраціональні вірування абсолютно в межах комплексу рис, охарактеризованого Г. Айзенком [12], тобто, дисфункціональні когніції

типового екстраверта стосуються його слабкого контролю над емоціями та почуттями, орієнтації на точку зору інших і суспільно прийняті нормативи поведінки при оцінюванні себе; вірування типового інтроверта відповідають його схильності тримати свої почуття під контролем, песимістичності, інтроспективності та вимогливості до себе.

Таблиця 1

**Значущі зв'язки установок свідомості та психологічних функцій
з основними ірраціональними віруваннями**

	Екстрав.	Інтров.	Сенсорика	Інтуїція	Мислення	Почуття
“Людина вкрай потребує схвалення оточенням”	0,213**	-0,167**	-0,772**	0,736**	---	-0,162*
“Деякі люди підлі, злі, порочні, огидні і вони мають бути за це строго покарані”	---	0,216**	---	---	-0,172**	0,160*
“Це катастрофа, якщо події розгортаються не так, як хочеться”	-0,593**	0,675**	0,149*	---	---	-0,125
“Усі біди нав'язані нам ззовні людьми чи обставинами”	---	---	---	0,130*	---	0,136*
“Людина вкрай потребує чогось більш сильного і значущого, ніж те, що вона відчуває в собі”	-0,324**	0,196**	---	---	-0,273**	0,317**
“Людина повинна бути абсолютно компетентною, адекватною і успішною у всіх відношеннях, щоб вважати себе достойною”	---	-0,167**	---	0,136*	0,391**	- 0,418**
“Поведінку людини визначає її минуле; те, що одного разу вплинуло на життя людини, буде визначати його завжди”	0,125*	---	-0,126*	0,173**	---	---
“Плисти за течією і не вживати ніяких заходів – це шлях до щастя”	---	---	---	---	-0,159*	0,241**
“Ми не владні над своїми емоціями і не можемо не відчувати їх”	---	---	-0,301**	0,528**	---	---
“Я повинен все контролювати”	---	---	0,352**	-0,222**	---	---

	Екстрав.	Інтров.	Сенсорика	Інтуїція	Мислення	Почуття
“Якщо робота не зроблена досконало, то вона не зроблена взагалі”	-0,136*	0,258**	-0,120*	0,190**	0,175**	- 0,213**
“Тільки якщо ти демонструєш всі ознаки дорослості, ти вартий чогось”	0,202**	-0,132*	0,123*	-0,170**	---	---
“Буде жахливо, якщо я не виправдаю покладених на мене сподівань”	0,202**	-0,200**	-,560**	0,556**	-0,132*	---
“Я повинен робити все краще, ніж це роблять інші”	---	0,132*	0,117*	---	---	---
“Я повинен все передбачити”	-0,303**	0,393**	0,188**	-0,123*	---	0,195**
“Щоб бути щасливим, я маю бути таким (такою), як всі”	-0,163*	---	0,225**	---	---	---

Можна помітити, що ірраціональні вірування, пов’язані із сенсорикою, стосуються теми контролю і чим більшого розвитку ця функція дістає, тим більш нагальною стає для людини необхідність відчувати, що вона не випускає з виду нічого, що може вплинути на її життя та на її особистість. За переконанням К. Юнга, гіпертрофована сенсорика, яка звикла довіряти лише об’єктивним фактам, витісняє в несвідоме, в основному, інтуїцію, пов’язану з передчуттями, і остання починає здійснювати функцію компенсації [6]. На основі цього можна припустити, що перерозвинена сенсорна функція, призвівши до несвідомого “сумніву” у можливості контролю та появи у житті все більшої кількості натяків на те, що впливати можна не на все і не на всіх, схильна набувати характеру невротичної компенсації тим же контролем. Крім того, аналіз кореляцій між розвитком сенсорної функції та частотою різних емоційних станів свідчить, що сенсорики частіше, ніж представники інших типів, відчуваються пригніченими і виснаженими, часто у відчаї.

З розвитком функції інтуїції пов’язано вірування протилежного характеру, об’єднані ідеєю того, що певні сили (події минулого, обставини, емоції, воля інших) визначають плин життя та керувати ними неможливо. Крім того, у інтуїтів розвинено перфекціоністські дисфункціональні когніції. Однак,

щоб сприймати ці результати правильно, варто згадати про значущий на рівні 0,01 обернений зв'язок між розвитком інтуїції і віком (-0,400), який свідчить про те, що інтуїти – це, переважно, молода частина вибірки. Тому слід окремо дослідити, наскільки згадану тенденцію можна пояснювати вираженістю функції інтуїції, а наскільки – юнацьким максималізмом. Варто також зауважити, що інтуїти відзначають свою неспроможність контролювати власні емоційні реакції та, ніби на підтвердження цього, демонструють найширший порівняно з іншими типами спектр властивих їм переживань.

Максималістські вірування притаманні також і досліджуваним із розвиненою функцією мислення. Цікаво, що це, переважно, чоловіки (відповідний коефіцієнт кореляції – 0,361, рівень значущості – 0,01).

Домінування функції почуття пов'язано з наявністю ірраціональних вірувань навколо теми слабкості перед лицем обставин та негативних людей, бездіяльності чи неможливості діяти самотужки. Тут також неможливо минути увагою суттєвий зв'язок почуттєвої функції з приналежністю до жіночої статі (0,908, рівень значущості – 0,01). Варто зауважити таку особливість цього зв'язку, що у жінок є суттєво більш розвиненою функція мислення, ніж у чоловіків – почуття. Зважаючи на те, що, за словами А. Адлера, особистість жінки-невротика розвивається за чоловічим типом [13], з відповідними установками, то виявлена тенденція варта уваги при аналізі результатів, які стосуються акмеологічних характеристик розвитку. Почуттєвий тип, окрім того, характеризує найбільше (порівняно з представниками інших типів) негативних, деструктивних переживань високої інтенсивності і частоти. Зокрема, вони мають виражену схильність до переживання стурбованості, тривоги, напруження та жаху – емоцій, що є екстрапольованими у майбутнє і повністю співвідносяться з провідними дисфункціональними когніціями “почуттєвого” типу.

Найбільшу кількість позитивних переживань ми можемо спостерігати у зв'язку з розвитком функцій мислення й інтуїції. Варто також відзначити

“багатство” емоційного світу в інтроверта та “бідність” в екстраверта, що може бути пов’язано з інтроспективністю і рефлексивністю, які в них теж різняться.

Під час дослідження було виявлено ірраціональні вірування, які найбільше пов’язані з основними характеристиками перебігу акмеперіоду (табл. 2), на основі чого можна стверджувати, що гіпотезу про те, що ірраціональні вірування перешкоджають реалізації потенційних можливостей людини в її акмеперіоді, не було спростовано результатами дослідження.

Таблиця 2

Значущі зв’язки між показниками, що характеризують перебіг акмеперіоду, та ірраціональними віруваннями різних типів

	Загальна осмисленість життя	Суб’єктивне благополуччя	Середня міра “розквіту”
Очікування негативних подій у майбутньому (за А. Беком)	-0,328**	---	---
Приголомшеність, зумовлена відповідальністю і значущістю завдань (за А. Беком)	---	-0,147*	---
Вірування типу “належно” і “слід” стосовно світу (за А. Еллісом)	-0,170*	-0,156*	---
Осудні вірування (за А. Еллісом)	-0,272**	-0,144*	-0,196**
“Деякі люди підлі, злі, порочні, огидні і вони мають бути за це строго покарані”	---	---	-0,146*
“Це катастрофа, якщо події розгортаються не так, як хочеться”	---	-0,219**	---
“Якщо робота не зроблена досконало, то вона не зроблена взагалі”	-0,154*	---	---
“Буде жахливо, якщо я не виправдаю покладених на мене сподівань”	-0,154*	---	---
“Я повинен (повинна) все передбачити”	---	---	-0,150*

Примітка: ** – кореляція, значуща на рівні 0,01; * – кореляція, значуща на рівні 0,05.

Чи не основним питанням у контексті нашого дослідження є динаміка ірраціональних вірувань, психологічних функцій в акмеперіоді в їх зв’язку з виокремленими нами критеріями благополуччя розвитку, міри наближеності його до вершинного (осмисленість життя, наявність смислотворчих

переживань, суб'єктивне благополуччя, збалансованість життя, суб'єктивна оцінка міри розквіту). Проаналізувавши й узагальнивши відповідні дані, ми констатували, що “найуспішніший” вік типового чоловіка у досліджуваній вибірці – приблизно 43 роки; для жінок же це певний “підперіод”, який триває від 25 до 30 років. Звичайно, для того, щоб адекватно проінтерпретувати ці результати, необхідним є спеціальне дослідження, у проведенні якого ми вбачаємо неабияку перспективу для поглибленого розуміння особливостей реалізації потенціалу особистості в акмеперіоді.

Численні взаємозв'язки між досліджуваними феноменами, які були виявлені нами в результаті дослідження особливостей ірраціональних вірувань акмеперіоду людини залежно від домінуючої психологічної функції та загальної установки свідомості, у процесі аналізу й узагальнення набули досить чітких обрисів, що надало можливість розробити схему значущих взаємозв'язків змістовних аспектів акмеперіоду людини (див. рисунок). Ця схема свідчить, що потенціал особистості в акмеперіоді найбільше пов'язано з розвитком несвідомих психологічних функцій, які стосуються регулятивних аспектів особистості (тоді як свідомі функції – “концептуальних”). Акмепотенціал, що визначався через базові емоції, показники суб'єктивного благополуччя, осмисленості життя, збалансованості життя, є максимальним при домінуванні інтуїтивної функції і мінімальним при перерозвитку функції сенсорики. Обидві зазначені функції стосуються особливостей взаємодії людини із соціальним оточенням. Ірраціональні вірування, характерні інтуїтам, є найбільш “екологічними” з точки зору самореалізації людини та ґрунтуються на афіліативних потребах особистості, водночас, як у сенсориків вірування відображають потребу у домінуванні і найменше сприяють досягненню вершин у розвитку.

Свідомі психологічні функції меншою мірою пов'язано з реалізацією потенціалу людини в акмеперіоді. Вони стосуються основних смисложиттєвих орієнтацій досліджуваних та в цьому відношенні ірраціональні вірування мисленнєвого типу менше заважають розкриттю потенціалу особистості, ніж

вірування почуттєвого. Із зазначеного можна зробити висновок, що вершинність розвитку особистості в акмеперіоді пов'язано із системою її відношень до інших (просоціальністю, загальнолюдськістю) більше, ніж з її концептуальним баченням себе, своєї компетентності, самостійності, спроможності ставити цілі і досягати.

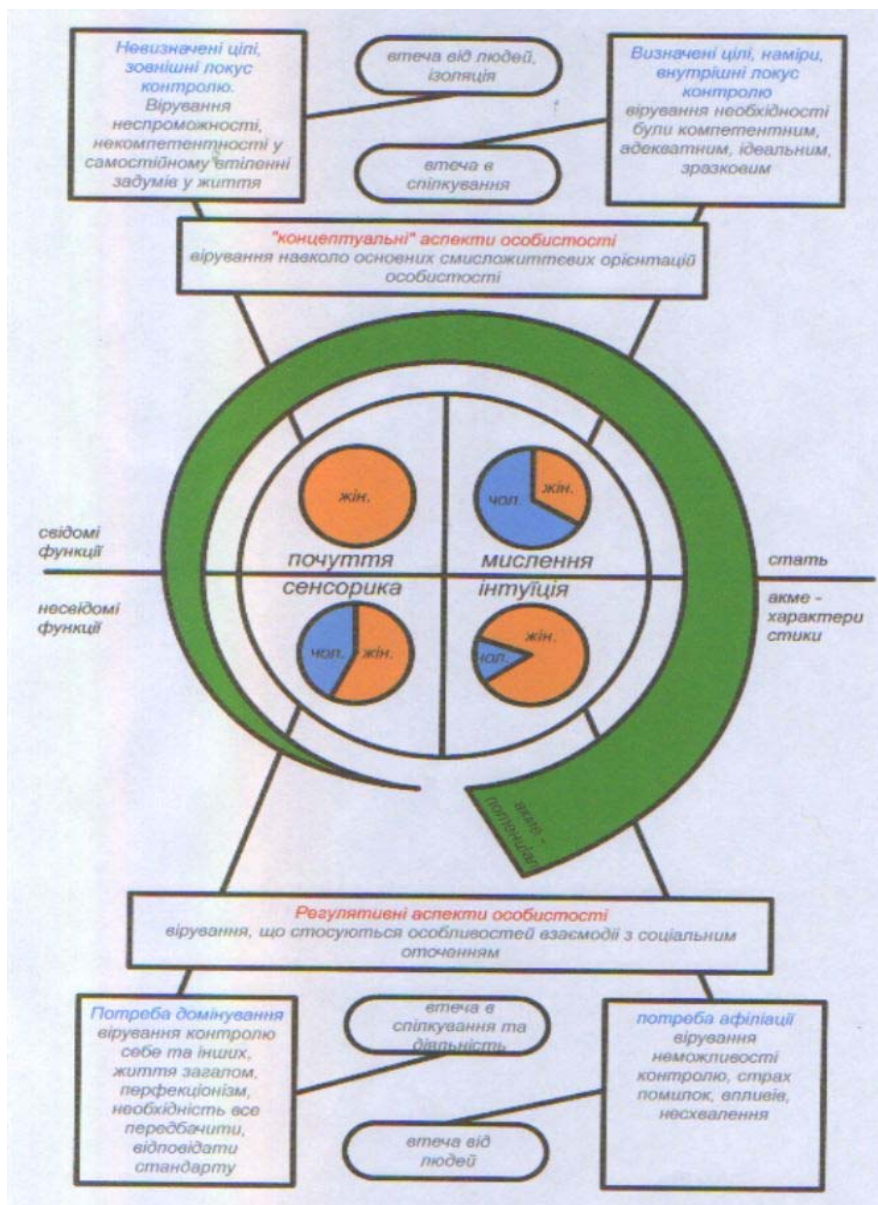


Схема значущих зв'язків змістовних аспектів акмеперіоду людини

Отже, проведене дослідження мало своїм результатом підтвердження припущень про те, що ірраціональні вірування людини перешкоджають реалізації потенційних можливостей людини в її акмеперіоді, а також про те, що існує зв'язок між домінуванням у людини певної установки свідомості та

психологічної функції і наявністю у неї того чи іншого типу ірраціональних вірувань. Крім того, урахування змістовних аспектів розвитку особистості з точки зору реалізації нею свого потенціалу, поєднання когнітивного та характерологічного підходів до дослідження акмеперіоду створили підґрунтя для глибокого розуміння концептуальних основ його вивчення і подальших досліджень.

Список використаної літератури

1. Ананьев, Б. Г. Психология и проблемы человекознания / Б. Г. Ананьев. – Воронеж : МОДЭК, 2005.
2. Ананьев, Б. Г. Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – СПб. : Питер, 2001.
3. Бодалев, А. А. Акмеология / А. А. Бодалев. – М. : РАГС, 2002.
4. Кузьмина, Н. В. Предмет акмеологии / Н. В. Кузьмина. – СПб. : Политехника, 2002.
5. Леонтьев, Д. А. Опыт структурной диагностики личностного потенциала / Д. А. Леонтьев, Е. Ю. Мандрикова, Е. Н. Осин и др. // Психологическая диагностика. – 2007. – №1.
6. Юнг, К. Г. Психологические типы / К. Г. Юнг. – М. : Университетская книга, АСТ, 1996.
7. New Concept in Practice: On Therapy – A Dialogue with Aaron T. Beck and Albert Ellis // American Psychological Assotiation. 108th Convention. – Washington DC, August 4-8, 2000.
8. Бек, А. Техники когнитивной психотерапии : хрестоматия / А. Бек // Психологическое консультирование и психологическая терапия ; ред. Фенько А. Б. – СПб., 1997. – Т. 1.
9. МакМаллин, Р. Практикум по когнитивной терапии / Р. МакМаллин ; [пер. с англ.]. – СПб. : Речь, 2001.
10. Эллис, А. Практика рационально-эмотивной терапии / А. Эллис, У. Драйден. – СПб. : Речь, 2002.

11. Эллис, А. Когнитивный элемент депрессии, которым несправедливо пренебрегают / А. Эллис // Московский психотерапевтический журнал. – М., 1994. – №1.
12. Айзенк, Г. Как измерить личность / Г. Айзенк. – М. : Когито-центр, 2000.
13. Адлер, А. Практика и теория индивидуальной психологии / А. Адлер. – СПб. : Питер, 2003.

Рецензент: доктор психологічних наук, професор Пасічник І. Д.