

УДК 159.921

ДО ПРОБЛЕМИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ЗРІЛОСТІ ОСОБИСТОСТІ

кандидат психологічних наук, Москаленко О. В.

<https://orcid.org/0000-0001-6191-2490>

e-mail: Olgets@ukr.net

Національний технічний університет України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського», Україна, Київ

В статті розглянуто поняття «психологічна зрілість особистості» та висвітлено провідні підходи до розуміння даного феномену, його структурних елементів та їх показників. Визначено, що психологічна зрілість є багатоконпонентним конструктом, що виявляється на різних рівнях взаємодії особистості та складається з соціально-психологічних та індивідуально-особистісних характеристик. Психологічна зрілість виражається через зрілість особистісну, соціальну, емоційну та інтелектуальну. Рівень розвитку зазначених елементів виявляється через ряд показників, таких як прагнення особистості до самоактуалізації, особливості процесу формування Я-концепції та рельєфність «Я» - ядра особистості, сформованість ціннісної ієрархії та смисложиттєвих орієнтацій, особливості ставлення та взаємодії з соціальним оточенням тощо.

Ключові слова: психологічна зрілість особистості, самоактуалізація, розвиток особистості, «Я»-концепція, соціальна зрілість, емоційна зрілість, особистісна зрілість, інтелектуальна зрілість, критерії психологічної зрілості.

O. Moskalenko, PhD of Psychology Sciences, To the problem of research of psychological maturity of personality / National Technical

University of Ukraine "Igor Sikorsky Kyiv Polytechnic Institute", Ukraine, Kyiv.

The article considers the concept of "psychological maturity of the individual" and highlights the leading approaches to understanding this phenomenon, its structural elements and their indicators. It is determined that psychological maturity is a multicomponent construct that manifests itself at different levels of personality interaction and consists of socio-psychological and individual-personal characteristics. Psychological maturity is expressed through personal, social, emotional and intellectual maturity. The level of development of these elements is manifested through a number of indicators, such as the individual's desire for self-actualization, the peculiarities of the process of forming the self-concept and the relief of the "Me" - the core of personality, the formation of value hierarchy and meaning orientations, attitudes and interactions with the social environment.

Key words: psychological maturity of personality, self-actualization, personality development, "Me" -concept, social maturity, emotional maturity, personal maturity, intellectual maturity, criteria of psychological maturity.

Вступ. Дослідження проблеми психологічної зрілості сучасної особистості обумовлене стрімкими змінами, що відбуваються в усіх сферах життєдіяльності людини. Зміна формату навчання та роботи пов'язаних з всесвітньої пандемією, пріоритетність цифрових засобів комунікації під час міжособистісної взаємодії, обмеженість соціальних контактів, тобто нові умови існування стали поштовхом для пошуку та актуалізації власних психологічних ресурсів та можливостей кожної особистості з метою адаптації до реалій життя. Зрілість особистості є багатоаспектним явищем, що виявляється в особливостях ставлення

до себе, свого «Я», установках щодо міжособистісної взаємодії з оточуючими, ставленні власного особистого та професійного життя та його результатів. Таким чином, психологічна зрілість є багатовимірним конструктом, що складається з ряду соціально-психологічних та індивідуально-особистісних характеристик.

Дослідження проблеми психологічної зрілості особистості здійснено науковцями в рамках різноманітних напрямків психології, таких як гуманістична психологія, психології розвитку, психологія особистості, акмеологія тощо. Феномен зрілості особистості вивчали К. Роджерс, А. Маслоу, Г.Олпорт, Б. Ананьєв, Е. Еріксон, Г. Крайг, Дж. Ловінгер, О.Бодальов, А. Деркач, А. Реан, К. Абульханова, Т. Березіна, Л. Анциферова, Д. Леонтьєв, Б. Братусь, О. Асмолов, В.М'ясищев, С. Максименко А. Журавльов та ін. [10].

Формулювання мети та завдання статті. Дослідити сутність феномену психологічної зрілості особистості, її структуру та показники.

Виклад основного матеріалу. Психологічна зрілість особистості в рамках гуманістичної психології розглядається як показник особистісного розвитку. Так, в теорії А. Маслоу зрілість особистості безпосередньо залежить від рівня самоактуалізації, тобто здатності досягнути та задовольнити усі щаблі піраміди потреб. «У випадку, коли людина внутрішньо відчуває себе вільною і за необхідності прислухається до себе, повністю довіряє собі і відображає те, що відбувається в її внутрішньому світі, тоді її прагнення до верхнього ступеня - самоактуалізації реалізується в повну силу, тобто людина досягає більшої зрілості» [8]. Прагнення досягти найвищого рівня піраміди сприяє розвитку особистісних якостей, що характеризують психологічно зрілу особистість, а саме: реалістичність, тобто здатність адекватно сприймати оточуючий світ і

себе в ньому, безпосередність, вміння концентруватися на проблемі, автономність та самодостатність, відкритість до нових переживань та нового досвіду, повага до інших, співчуття, здатність встановлювати глибокі але вибіркові стосунки з іншими, моральну переконаність, почуття гумору, креативність тощо [4].

Сутність психологічної зрілості, на думку К. Роджерса розкривається через процес формування Я-концепції особистості. В процесі власної життєдіяльності особистість набуває унікального, неповторного досвіду, засвоює певні моделі та правила поведінки, сприймає та оцінює себе крізь призму своїх вчинків та поглядів оточуючих, формує перспективні образи себе. Тобто, психологічна зрілість, як і Я-концепція є динамічною, гнучкою характеристикою, яка залежить від сприйняття і розуміння особистістю самої себе та залежить від власного досвіду, подій сьогодення і планів на майбутнє. Рівень психологічної зрілості залежить від визначеності, сформованості та рельєфності фундаментального «Я» - ядра особистості. Така особистість характеризується рядом якостей, що відображають її ставлення до себе та до інших [10]. Зріла особистість – це «повноцінно функціонуюча особистість», яка відкрита досвіду, рухається до повного усвідомлення себе і свого внутрішнього світу. Отже, психологічна зрілість особистості також розглядається як процес.

Динамічність процесу психологічної зрілості особистості розкрито в роботах Г.Олпорта, який стверджує, що дозрівання людини – це безперервний рух, який триває протягом усього життя людини і не залежить від хронологічних показників. Психологічно зрілих особистостей, на думку Г.Олпорта, можна виокремити за наявністю у них певних якостей. По-перше, це розширені межі «Я», які передбачають усвідомлення та прийняття себе, своїх інтересів,

потреб, можливостей, включення в різноманітні значимі для неї сфери життя. По-друге, це здатність до щирих, теплих соціальних взаємин, що включає як дружньо-інтимний аспект, так і здатність до співчуття – тобто терпимість до відмінностей між собою та іншими, виявлення поваги спільності. По-третє, це емоційна стабільність, що виявляється у самовладанні та самоконтролі. По-четверте – реалістичне сприймання, досвід та домагання. Зріла особистість бачить світ і речі в ньому такими, які вони є насправді, а не викривленими крізь призму власних бажань та фантазій. П'ятою рисою зрілої особистості є здатність до самопізнання, тобто чітке уявлення про свої чесноти та недоліки та розвинене почуття гумору, що допомагає запобігти самовихвалянню. Шостою рисою є цілісна життєва філософія, що ґрунтується на здатності бачити завершену картину світу, завдяки вмінню чітко та систематично визначати значущі моменти в особистому житті. Кожна людина має більш менш впорядковану систему цінностей і чим краще дана система структурована, чим виразніше особистість бачить життєві пріоритети, тим легше їй буде організувати свій життєвий простір і цілеспрямовано рухатися до головної мети [9].

Характеристики зрілої особистості, які в узагальненому вигляді співзвучні з вище зазначеними позиціями науковців, визначила Г. Сухобська, а саме: відповідальність, що відображає вміння використовувати набутий протягом життя досвід для побудови конструктивних взаємостосунків з оточуючими людьми, здатність до активного життя в суспільстві, ефективне використання своїх знань і здібностей та турбота про оточуючих людей [12].

Психологічну зрілість як результат розвитку особистості розглядав творець епігенетичної концепції життєвого шляху Е Еріксон. Тобто, на кожному віковому етапі існують певні умови, тобто

оптимальні періоди, що сприяють формуванню певних характеристик психологічної зрілості. Центральним компонентом психологічної зрілості, на думку вченого, є почуття ідентичності, сприятливим періодом для формування якого є підлітковий і ранній юнацький вік. Тобто, відповідь на питання «Хто Я?» є початковою і найважливішою ланкою для кожної особистості, ключовим компонентом психологічної зрілості. Подальший розвиток особистості передбачає зміцнення ідентичності та формування таких рис як здатність до зближення з іншими не порушуючи власної автономності, цілеспрямованість та результативність та інтегративність. Саме інтегративність є кінцевою ланкою психологічної зрілості, що полягає у здатності об'єднати всі складові психологічної зрілості особистості [4].

Сутність етапів розвитку особистості визначив С. Максименко. Перший рівень характеризується відсутністю рефлексії власного внутрішнього світу, який лише формується. На цьому рівні особистісні якості створюються в процесі подолання труднощів у досягненні власних цілей, на другому рівні розвитку особистість формує власне оточення, передбачає наслідки і планує події, обирає друзів тощо, на третьому рівні особистість стає суб'єктом власного життєвого шляху, який вона сама обирає, а також – суб'єктом розвитку свого власного внутрішнього світу, тобто формує власне «Я» [7]. Отже, процес розвитку особистості може бути представлений як поступове оволодіння власним внутрішнім світом, а саме: на першому рівні духовне Я вчиться контролювати активність біологічного Я, на другому рівні – бере під контроль прояви соціального Я, а на третьому (вищому) рівні – формує сама себе та виконує функції інтегруючого фактора в середині триади [2].

Важливу роль в процесі розвитку психологічної зрілості відіграє активність особистості. Так, на думку К. Абульханової та Т. Березіної,

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 зрілою вона стає [1].

Отже, поява психологічних новоутворень, розвиток та зміна спрямованості особистості відбувається за рахунок досягнення певного рівня зрілості. На думку, А.Журавльова, «фактично всі соціально-психологічні об'єкти можуть характеризуватися тим чи іншим рівнем зрілості». Критеріями соціальної зрілості, є оцінка особистісних якостей, співвіднесення себе з іншими, визначення властивостей спрямованості особистості по відношенню до інших людей, до рідних і знайомих в соціальному оточенні, спрямованості особистості на себе [5].

Більшість дослідників, трактуючи сутність різних видів зрілості, концентрують свою увагу не лише на тісному зв'язку соціального і психологічного розвитку особистості, а й на їх фактичній інтеграції, що в дозволяє розглядати зрілість як психосоціальний феномен.

Таким чином, спираючись на погляди науковців можна стверджувати, що психологічна зрілість особистості є процесом і результатом розвитку особистості, становлення її внутрішнього світу, яке неможливе без соціальної взаємодії на кожному етапі її формування. Особливості сприймання особистістю себе, своїх можливостей та перспектив, ставлення до інших, що залежить від рівня розвитку когнітивних та емоційних процесів є невід'ємними

елементами, від яких залежить процес психологічної зрілості особистості та рівень зрілості, якого людина може досягти.

Ми цілком підтримуємо думку Н. Антонової та Л. Рибачук [2], які визначають, що структурними компонентами психологічної зрілості є: особистісна зрілість

- інтелектуальна зрілість
- емоційна зрілість
- соціальна зрілість

Особистісна зрілість, на думку О. Штепи, існує «у вигляді онтологічного ядра особистості, важливого для его-ідентичності. Вона є одночасно критерієм особистісного зростання та виявом особистісного потенціалу людини» [14]. Тобто, особистісна зрілість включає сукупність психологічних властивостей, що є провідними для прийняття себе, самовизначення, автономності та відкритості до формування нового досвіду спираючись на власні особистісні характеристики. Особистісна зрілість є динамічним процесом, який передбачає, як наголошує, Л. Анциферова накопичення людиною певних ознак, які постійно трансформуються та ускладнюються [3], а саме:

- розвиток та вихід за межі наявної ситуації;
- самоідентифікація, саморозкриття та екстраполяція себе в майбутнє;
- конкретизація способу власного особистісного існування;
- збагачення свого ціннісно-смыслового простору, шляхом пізнання інших;
- нарощування рівнів психічного життя, формування ієрархічних властивостей психічної організації;
- планування власного розвитку;
- формування особистості як самоорганізація і типізація

ставлення до себе та інших;

- розвиток мотивації, шляхом усвідомлення сенсу життя;
- підтримка постійної незавершеності, зв'язку з новими видами діяльності;
- відкриття шляхів і здатностей до самоперетворення;
- підвищення гнучкості та легкості під час переходу із одного організаційного рівня на інший – більш прогресивний та здоровий;
- зростання власного особистісного простору.

Отже, важливою ознакою особистісної зрілості є здатність до самопізнання [11].

Інтелектуальна зрілість особистості полягає у здатності та готовності до використання набутих знань у предметній діяльності, до логічного мислення, до рефлексії і творчості [2]. Провідними ознаками інтелектуальної зрілості є характеристики когнітивної сфери, рівень її розвитку, наявний потенціал та успішність особистості в різних видах діяльності.

Емоційна зрілість характеризується сукупністю психологічних властивостей особистості, що забезпечують можливості ідентифікувати та контролювати власні емоції та емоційні стани оточуючих. Як зазначили О. Кочарян та М. Півень, емоційну зрілість можна розглядати, як версію емоційного інтелекту особистості, який включає такі компоненти як ідентифікація емоцій; емоційне сприйняття мисленню; розуміння емоцій; керування емоціями. Звичайно, зазначені показники емоційного інтелекту не повністю відображають емоційну зрілість особистості, проте висвітлюють вагомі її показники, поряд емоційної гнучкості, емпатії, компетентності у сфері емоцій [6]. Основними критеріями емоційної зрілості особистості є:

- здатність усвідомлювати та розуміти власні та чужі емоції;
- здатність висловлювати емоційні переживання;

- здатність адекватно демонструвати і виражати емоції, почуття в різних соціальних ситуаціях, зважаючи на норми вираження емоцій в конкретних життєвих ситуаціях та власний емоційний стан;

- здатність приймати власні емоції та бути відповідальним за них;

- здатність природно, спонтанно виражати пережиті емоції в міміці, жестах, інтонації тощо.

Соціальна зрілість відображає сукупність психологічних властивостей особистості, що дають змогу ефективно взаємодіяти з іншими особистостями в системі міжособистісних відносин [2]. Соціальна зрілість передбачає відповідність самопрезентації та поведінки людини вимогам та очікуванням суспільства, відповідальне виконання нею соціальних ролей, під яким розуміється дотримання певного сценарію виконання кожної ролі [13].

Соціальну зрілість деякі дослідники розглядають як результат соціального розвитку особистості, її успішного пристосування до соціуму, тому її можна виразити через коефіцієнт соціального інтелекту, який свідчить про рівень адаптованості людини до навколишнього соціального середовища.

Критеріями соціальної зрілості є: активність, рефлексія, відповідальність, самостійність, вміння конструктивно взаємодіяти з навколишнім середовищем. [15]. Соціально зріла особистість демонструє такі якості:

- здатність зрозуміло, чітко і ясно висловлювати свої думки, наміри і бажання;

- здатність приймати себе, як частину суспільства і одночасно диференціювати себе і інших;

- шанобливе та толерантне ставлення до інших людей в суспільстві;

- здатність розглядати відмінності між собою та іншими не як

загрозу, а як можливість отримання нової інформації;

- здатність об'єктивно сприймати оточуючих;

- здатність бути відповідальним за свої думки, поведінку, діяльність;

- володіння розвиненими комунікативними навичками, що полегшують взаємодію з іншими у суспільстві.

Висновки. Таким чином, психологічну зрілість особистості необхідно розглядати як багаторівневе, багатокomпонентне утворення, рівень розвитку якого залежить від ряду важливих факторів та етапів життя людини. Вона виявляється у сфері самосвідомості, соціальної взаємодії, професійної реалізації тощо. Психологічна зрілість є інтегрованим феноменом, структуру якого складають особистісна, емоційна, інтелектуальна та соціальна зрілість. Кожен з цих компонентів має свої показники, а їх фіксація дає можливість визначити певний рівень психологічної зрілості особистості.

Література:

1. Абульханова К.А., Березина Т.Н. (2001) Время личности и время жизни. СПб, Алетейя, 304 с.
2. Антонова, Н., Рибачук, Л. (2019). Психологічна зрілість як основа готовності до професійної діяльності психолога // Проблеми сучасної психології, (7). <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2010-7.%p>
3. Анциферова Л. И. (1981) К психологи личности как развивающейся системе. Психология формирования и развития личности. Под. ред. Л.И.Анциферовой, М., С.3-33.
4. Балык А. С., Цыбуленко О. П. (2016) Психологическая зрелость личности: теоретические концепции и подходы. Общество: социология, психология, педагогика. № 12. С.124–125.

5. Журавлев А.Л. (2007) Социально-психологическая зрелость: обоснование понятия. Психологический журнал. 2007. № 2. С. 44-54
6. Кочарян О. С., Півень М. А. Емоційна зрілість особистості: дослідження феномену. Збірник наукових праць. Психологічні науки. Том 2. Випуск 9. С. 140- 144.
file:///C:/Users/Note/AppData/Local/Temp/Nvmdups_2012_2_9_29.pdf
7. Максименко С.Д., Максименко К.С., Папуча М.В. Психологія особистості. К.: Вид-во ТОВ "КММ", 2007. 296 с.
8. Маслоу А. Мотивация и личность. СПб., 2014. 352с.
9. Олпорт Г. Становление личности: избранные труды. М.: Смысл, 2002. 462 с.
10. Психология развития и возрастная психология: учебник и практикум для прикладного бакалавриата (2018) 2-е изд., испр. Москва : Издательство Юрайт, 413 с.
URL:https://studme.org/191182/psihologiya/psihologiya_razvitiya_i_vozrastnaya_psihologiya (дата звернення: 13.05.2021).
11. Реан А.А. (2000) Акмеология личности // Психологический журнал, Т. 21, № 3. С. 88–95.
12. Сухобская Г.С. (2004) Понятие "зрелость социально-психологического развития человека" в контексте андрагогики. Психология обучения. № 4. С. 17-20
13. Штепа О. (2005) Феномен особистісної зрілості. Соціальна психологія. №1, С.62-77.
14. Штепа О.С. (2004) Пропріум зрілої особистості. Практична психологія та соціальна робота, № 2. С. 26–35.
15. Соціальна зрілість і соціальний інфантилізм особистості в соціонічному аспекті. Редим доступу: <http://socionics.lite-web.net/>.

References:

1. Abulhanova K.A., Berezina T.N. (2001) Vremya lichnosti i vremya zhizni. SPb, Aleteyya, 304. [in Russian].
2. Antonova, N., Rybachuk, L. (2019). Psykholohichna zrilist yak osnova hotovnosti do profesiinoi diialnosti psykholoha // Problemy suchasnoi psykholohii, (7). Retrieved from: <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2010-7.%p> [in Ukrainian].
3. Antsiferova L. I. (1981) K psihologi lichnosti kak razvivayuscheysya sisteme. *Psihologiya formirovaniya i razvitiya lichnosti*, M., 3-33. [in Russian].
4. Balyik A. S., Tsybulenko O. P. (2016) Psihologicheskaya zrelost lichnosti: teoreticheskie kontseptsii i podhodyi. *Obschestvo: sotsiologiya, psihologiya, pedagogika*. 12, 124–125. [in Russian].
5. Zhuravlev A.L. (2007) Sotsialno-psihologicheskaya zrelost: obosnovanie ponyatiya. *Psihologicheskiiy zhurnal*. 2, 44-54. [in Russian].
6. Kocharian O. S., Piven M. A. (2012) Emotsiina zrilist osobystosti: doslidzhennia fenomenu . *Zbirnyk naukovykh prats. Psykholohichni nauky*. T. 2, no 9, 140- 144. Retrieved from: file:///C:/Users/Note/AppData/Local/Temp/Nvmdups_2012_2_9_29.pdf [in Ukrainian].
7. Maksymenko S.D., Maksymenko K.S., Papucha M.V. (2007) Psykholohiia osobystosti. K. TOV “KMM”, 296. [in Ukrainian].
8. Maslou A. (2014) Motivatsiya i lichnost. SPb., 352 [in Russian].
9. Olport G. (2002) Stanovlenie lichnosti: izbrannyye trudyi. M.: Smyisl, 462 [in Russian].
10. Psihologiya razvitiya i vozrastnaya psihologiya: uchebnik i praktikum dlya prikladnogo bakalavriata (2018) 2-e izd., Moskva, Izdatelstvo Yurayt,

413 [in Russian]. Retrieved from:

https://studme.org/191182/psihologiya/psihologiya_razvitiya_i_vozrastnaya_psihologiya

11. Rean A.A. (2000) Akmeologiya lichnosti. *Psihologicheskiy zhurnal*, t. 21, 3, 88–95 [in Russian].

12. Suhobskaya G.S. (2004) Ponyatie "zrelost sotsialno-psihologicheskogo razvitiya cheloveka" v kontekste andragogiki. *Psihologiya obucheniya*. 4, 17-20 [in Russian].

13. Shtepa O. (2005) Fenomen osobystisnoi zrilosti. *Sotsialna psykholohiia*. 1, 62-77. [in Ukrainian].

14. Shtepa O. (2004) Proprium zriloi osobystosti. *Praktychna psykholohiia ta sotsialna robota*, 2, 26–35. [in Ukrainian].

15. Sotsialna zrilist i sotsialnyi infantylyzm osobystosti v sotsionichnomu aspekti. Retrieved from: <http://socionics.lite-web.net/>.