

Особистісна зрілість як акме особистості психолога–професіонала

У статті розглянуто особистісну зрілість як вершину у розвитку особистості психолога-професіонала. Розкрито особливості особистісної і професійної зрілості психолога, шляхи її формування.

Ключові слова: акме, особистісна зрілість, професійна зрілість, психолог-професіонал.

В статье рассмотрена личностная зрелость как вершина в развитии личности психолога-профессионала. Раскрыты особенности личностной и профессиональной зрелости психолога, пути ее формирования.

Ключевые слова: акме, личностная зрелость, профессиональная зрелость, психолог-профессионал.

У теперішній час збільшився інтерес до проблеми професійного розвитку. Високий професіоналізм людини став соціально необхідним у період економічної кризи, що висуває нові вимоги до якості підготовки майбутніх фахівців. Це обумовлено потребою у кваліфікованих спеціалістах, у вивченні особливостей становлення професіоналізму, закономірностей проходження шляху до вищих професійних досягнень людини. Актуальними є питання процесу ефективного саморозвитку та професійно-особистісної самореалізації майбутнього фахівця.

Розвиток професійних якостей спеціаліста відбувається шляхом підйому та спаду за певними показниками. Підйоми демонструють прихід до вершин (“акме”), а спади — відхід від них, а також підготовку до нового підйому і досягнення вищої вершини. Акме – найвищий ступінь розвитку особистості, період найбільших її досягнень, коли людина виявляє свою зрілість у всіх сферах життєдіяльності і, перш за все, у професійній діяльності [9]. Цей період охоплює вік від 18 до 55-60 років і характеризується високим рівнем фізичного та інтелектуального розвитку, творчих і професійних досягнень [7]. Акме – не статична величина, а варіативна і мінлива.

Дослідження акме сприяли появі акмеології. Вперше термін “акмеологія” для позначення періоду зрілості як

найпродуктивнішого, творчого періоду життя людини запропонував М. Рибников у 1928 році. Засновником акмеології як науки вважають Б.Г. Ананьєва (1968). Предметом акмеології є вивчення в процесуальному і результативному аспектах феномена зрілості або досягнення людиною вершини у розвитку як індивіда, особистості, суб'єкта діяльності та індивідуальності [12].

Областю дослідження акмеологічної науки є акмеологія суб'єкта професійної діяльності. Центральними у ній є проблеми професіоналізму, технологій його підвищення. Тому можна дати наступне визначення: акмеологія – наука про найвищі досягнення в області професійної майстерності. Суб'єкта праці у високопрофесійній діяльності досліджували К.О. Абульханова-Славська, О.О. Бодальов, А.О. Деркач, В.Г. Зазикін, Є.А. Клімов, Н.В. Кузьміна, А.К. Маркова, А.О. Реан та ін.

У зарубіжній психології концепції професіоналізації в основному групуються в рамках напрямку “психологія кар'єри” (psychology of career) або “кар'єрний розвиток” (career development). Питання вершини професіоналізму (акме) педагогів досліджували такі російські вчені: О.О. Бодальов, А.О. Реан, А.К. Маркова, Єрмолаєва та ін. Особливості формування професійних і особистісних якостей психологів серед зарубіжних дослідників: Е. Аллан, Р. Кочюнас, Р. Мей, К. Роджерс та ін.; серед українських вивчали: Т.В. Говорун, П.П. Горностай, Н.І. Пов'якель, Н.В. Чепелева, Т.С. Яценко та ін. Проте особистісна зрілість в контексті професіоналізму психолога вивчена недостатньо. Частково про становлення психолога-професіонала в контексті акме особистості говорив О.О. Бодальов [5]. Недостатнє дослідження цієї проблеми та її актуальність зумовило вибір теми і, відповідно, **мети статті** – вивчити особистісну зрілість як акме особистості психолога-професіонала.

За словами С.Л. Рубінштейна, зовнішні події закладають лише фундамент особистості, а подальша добудова пов'язана з більш складною внутрішньою роботою, в якій формується особистість в її найвищих проявах. Тому детермінантами вищих професійних досягнень людини є “зовнішні” і “внутрішні” умови та специфічні особистісні новоутворення (самоактуалізація, самоефективність, самодетермінація, особистісна зрілість і т.д.).

Ступінь і, водночас, вершина зрілості (акме) – це, за визначенням О.О. Бодальова, багатовимірний стан людини, який охоплює значний етап її життя і показує, наскільки вона відбулася як фахівець, як особистість [5]. Тому можна виділити різні види зрілості: особистісна, професійна (суб'єктно-діяльнісна, за визначенням А.О. Реана). “Особистісна зрілість – це сформована особистісна структура, яка є виявом особистісного потенціалу і критерієм особистісного зростання людини”, за словами Д.О. Леонтьєва [10, 256]. Особистісна зрілість людини складається зі здатності до саморозвитку і особистісного зростання [3].

Професійна зрілість складається з професійної майстерності, покликання, досвіду самоактуалізації; громадянської зрілості; управлінської зрілості. Професійна зрілість включає інтелектуальний рівень професійної майстерності спеціаліста [3]. Професійну зрілість Дж. Сьюпер визначає як поінформованість про професію, шляхи її набуття і потребу в ній; усвідомлення зв'язку між навчанням і подальшою професійною діяльністю; достатній об'єм професійних знань, умінь, навичок; усвідомлення чинників, що визначають успішний професійний розвиток і т.д. На думку Б.Г. Ананьєва, критерії трудової зрілості “більшою мірою пов'язані з урахуванням станів фізичного і розумового розвитку” [1].

Особистісна і професійна зрілість взаємопов'язані: вдосконалюючи професійні якості, людина розвиває особистісні, і навпаки. Динаміка особистісної зрілості визначається рівнем самоактуалізації в житті й діяльності [3]. Це виражається в особистісному і професійному рості. Кінцевим результатом зрілості є досягнення поставлених цілей в особистому і професійному житті, на думку О. Варфоломєєвої [7].

Зрілість – період професійного життя людини. Труднощі на певних етапах життя долаються бажанням самої людини розвиватися, ставати більш зрілою і відповідальною. Зріла особистість самостійно обирає ситуацію свого розвитку, завдяки чому змінюється сама [3]. Стан зрілості не з'являється в людини непослідовно й відразу, на нього “працює” все попереднє життя людини, на думку О.О. Бодальова [5].

Сучасна акмеологія, як наука про вершини професіоналізму особистості і діяльності, вивчає феноменологію, закономірності й механізми розвитку людини на ступенях її

зрілості (вищі форми самореалізації особистості), розглядає процеси професійного та особистісного розвитку в їх єдності, шляхи професійної самореалізації. Істотного значення сучасна акмеологія набуває в управлінській, педагогічній, психотерапевтичній діяльності, де поняття “зрілість” розглядається як еталонне поєднання властивостей. Зрілість – як здатність перетворювати нагромаджений життєвий і професійний досвід на вищі досягнення (якісна характеристика).

Зрілість особистості розглядається як умова і невід’ємний компонент успішного становлення, особливо в професіях типу “людина-людина”, а особистісний розвиток багато в чому залежить від особливостей процесу професіоналізації [2, 176]. У професіях системи “людина-людина” особистісні якості складають основу для професійних, успішне їх поєднання забезпечує ефективне виконання професійної діяльності. До такого типу професій належить професія практичного психолога.

Професійне становлення – це продуктивний процес розвитку й саморозвитку особистості, в ході якого розвиваються професійно важливі якості особистості. Рівень професійного становлення особистості оцінюється на основі показників професійної продуктивності, ідентичності і зрілості. У процесі професійного становлення відбувається професійна самореалізація, самоактуалізація свого потенціалу для досягнення вершин професіоналізму.

За визначенням А.О. Реана, професіоналізм особистості – якісна характеристика суб’єкта праці, що відображає високий рівень розвитку професійно важливих і особистісно-ділових якостей, акмеологічних складових професіоналізму, адекватний рівень домагань, мотиваційну сферу й ціннісні орієнтації, спрямовані на прогресивний розвиток спеціаліста [13, 468]. Незважаючи на те, що професіоналізм – якісна характеристика, його можна описати за допомогою кількісних показників. Міра оволодіння ним у різних людей різна, тому можна говорити про високий, середній і низький рівень професіоналізму діяльності представника тієї або іншої професії.

Професіоналізм є досягненням акме у професійній діяльності. Категорія професіоналізму розглядається в діяльнісному і особистісному аспектах, включає діалектичну єдність професіоналізму діяльності й професіоналізму особистості. У

процесі становлення професіоналізму розвивається особистість. Досягнення професіоналізму пов'язане з розвитком особистісних якостей (цілеспрямованості, ініціативності, організованості), рис вдачі (завзятості, наполегливості, послідовності), інтелектуальних якостей, вдосконаленням і збагаченням професійних умінь, розкриттям творчого потенціалу особистості.

На думку А.О. Реана, основні якості і уміння професіонала, чи необхідні умови, що забезпечують високу продуктивність діяльності, називають акмеологічними інваріантами професіоналізму. Вони бувають загальні (незалежні від специфіки діяльності: розвинута антиципація, високий рівень саморегуляції, вміння приймати рішення і стійка образна сфера) та специфічні, або особливі (відображають специфіку професійної діяльності: для професій типу “людина-людина” це проникливість, комунікабельність, уміння психологічно впливати на іншого та ін.) [12, 473].

Самоактуалізація людини як професіонала і особистості – це становлення, інтеграція й реалізація у професійній діяльності професійно значимих особистісних якостей та здібностей. Процес професіоналізації розглядається як розвиток професійного потенціалу особистості (професійно важливих якостей). Тому важливою у розробці проблем професіоналізму стала концепція психологічних професійно важливих якостей (ПВК) В.Д. Шадрікова, згідно якої ПВК – це якості суб'єкта, що включені в процес діяльності і впливають на її ефективність за основними показниками (загальносоматичні, нейродинамічні властивості, індивідуальні особливості психічних процесів і функцій, характеристики спрямованості особистості тощо). Ця концепція конкретизує принцип єдності свідомості і діяльності, розроблений С.Л. Рубінштейном, О.М. Леонтьєвим, Б.Г. Ананьєвим, Б.М. Тепловим, К.О. Абульхановою-Славською. Центральним моментом в розвитку ПВК є проблема розвитку психічних властивостей.

Аналіз літератури показав, що необхідними особистісними якостями психолога-професіонала є: відповідальність (Е. Аллан, Р. Кочюнас), емпатійність (П.П. Горностай, Р. Кочюнас, Р.С. Немов, Н.В. Чепелева та ін.); діалогізм, соціальний інтелект, рефлексія, асертивність (Н.І. Пов'якель, Н.В. Чепелева); комунікативна компетентність (П.П. Горностай, Р. Кеттелл, Н.В. Чепелева); аутентичність, конгруентність

(Колшед, К. Роджерс); безоціночне ставлення (Е. Аллан, Р.С. Немов, К. Роджерс та ін.); саморегуляція мислення (Н.І. Пов'якель) та ін.

О.О. Бодальов дослідив особистісні якості великих і видатних людей, які досягли акме у професійній діяльності [4]. У них сформований *сенс життя*, що визначає спрямованість їх вчинків. Зазвичай сенсом життя є загальнолюдські цінності, що стали для них особистісно значущими. Успішно здійснивши одну мету у професійній діяльності, вони формують для себе іншу, часто складнішу, що важче реалізовується, ніж попередня. У них висока мотиваційна включеність в певний вид діяльності. Неодмінною їх якістю є *креативність* — здатність вирішувати завдання не стереотипним шляхом, а застосовувати оригінальні ідеї в сенсі їх відповідності специфіці і ступеню складності проблеми. Визначеність зі змістом сенсу життя, конкретизація його цілей, на досягнення яких спрямовуються вчинки, творчий рівень їх здійснення вимагає *самостійності* і здатності людини протистояти тиску ззовні, якщо характер останнього протирічить її основним ціннісним установам. Властивий також *трудоголізм*, про наявність якого свідчать яскраво виражена потреба в праці і стійка здатність цю потребу задовольняти. Проте ця праця повинна створювати нове, захоплювати, вимагати активності, інтелекту, високого емоційного тону, вольових зусиль. Крім цього, існують ще такі якості особистісної структури видатних людей: *завзятість*, що виявляється при реалізації бажаного, коли потрібно долати об'єктивні і суб'єктивні труднощі; *упевненість в собі*, не безоглядна самовпевненість, а віра в себе, у свої сили та можливості; *самокритичність*. Разом з тим, досягнуте великими людьми — це результат їх постійної і величезної праці, а не прояв певного таланту.

У роботі психолога-професіонала важливим є *професійний інтелект, соціальний інтелект*, що відображається в інтересі до внутрішнього світу іншої людини уміння цілісно охоплювати психологічну суть кожної людини і робити висновки про причини її поведінки, здатність вдивлятися, вслухуватися, вдумуватися. Для цього треба навчитися відчувати чуже Ти так же сильно, як власне Я, на думку О.О. Бодальова [5]. Якщо такий рівень ставлення до іншої людини не досягнутий, то пізнання іншої людини буде поверхневим, фрагментарним, а

загальна думка про неї далекою від суті. Це означатиме психологічний непрофесіоналізм фахівця, тому що оцінки “взагалі”, “приблизно” психіки, особистості в психології недопустимі. Професіоналізм психолога складають також його *професійно спрямована уява, пам'ять і мислення, зосередженість і розподіл уваги, уміння бачити психологічно важливе, чути істотне, децентрація* (уміння ставити себе на місце іншої людини і дивитися на світ її очима), *емпатія* (співпереживання). Психолог повинен уміти утримувати себе на позиції ззовні і здійснювати постійне стеження і за собою, вносячи вчасно психологічно доцільні корективи в свою поведінку. Пристрасність і одержимість розвиватимуться при пошуку успішного вирішення завдань психологічної допомоги, саморозвитку і самовдосконаленні фахівця. На думку О.О. Бодальова, бути професіоналом у психології – це обов'язково. Оскільки об'єктом діяльності психолога є людина, то обов'язковим є *гуманістична спрямованість особистості психолога, ставитися до людини як найвищої цінності*.

Отже, вимоги до особистості практичного психолога співпадають з характеристиками особистісно зрілої людини: активна життєва позиція, реалістичне сприйняття дійсності і себе, креативність, відповідальність, самостійність, здатність до самопізнання і самовдосконалення. Це доводить важливість особистісної зрілості у формуванні професіоналізму психолога. Саме тому більшість дослідників головним компонентом психологічної готовності до професійної діяльності психолога називають особистісне зростання фахівця як розвиток особистості, актуалізації власних можливостей. Саме до розвитку таких важливих особистісних характеристик, як: відкритість власному досвіду, відповідальності, толерантності до невизначеності, креативності, глибоких міжособистісних відносин, сили особистості та ідентичності, вмінні ставити реалістичні цілі, розвитку рефлексії, самовдосконалення, гармонійності, цілісності особистості має прагнути психолог, який мріє стати професіоналом.

Особливістю професійної діяльності практичного психолога є те, що він працює з індивідуальністю людини та водночас і сам є індивідуальністю. Професійна підготовка майбутнього практичного психолога має спрямовуватися на оволодіння не лише професійними знаннями, уміннями та навичками, що включає професійний компонент готовності до діяльності, але

і пов'язуватися з вимогами до нього як до особистості, яка цілеспрямовано працює з клієнтом – особистісний компонент готовності до психологічної діяльності. Навіть сама особистість практичного психолога є інструментом впливу на людину. У випадку особистісної незрілості психолога, такі ж риси за принципом контртрансферу можуть з'явитися і в особистості клієнта, що зробить неможливим надання ефективної психологічної допомоги, а значить, ще більше поглибить проблему.

Особистісно незрілий психолог не зможе допомогти іншій людині особистісно зростати, оскільки не можна навчити іншого того, чого не вмієш сам. Від загальноособистісного розвитку суб'єкта психологічної діяльності залежать результати професійних впливів психолога на людину. Адже цілі, зміст і характер його роботи, методи, які він застосовує в процесі вирішення професійних завдань, значною мірою визначаються особистістю спеціаліста. Саме тому практичний психолог повинен реалізувати свою психологічну підготовку у ставленні до себе для того, щоб потім успішно працювати з іншими людьми.

Без спеціальної роботи психолога над собою ефективність психологічної допомоги різко знижується. Тому професія психолога вимагає від свого представника насамперед відпрацювання власних емоційних і змістових проблем, оволодіння певною культурою самоаналізу й особистісної рефлексії, усвідомлення власних цінностей, без співвіднесення з якими практика психологічної допомоги не може бути ефективною. Неможливо уявити професійного психолога особистісно незрілим, обтяженим особистісними чи екзистенційними конфліктами, таким, що нав'язує свою концепцію світу клієнту (О.Ф. Бондаренко, Р.В. Овчарова, Н.В. Чепелева та ін.).

Існує думка, що, вибираючи професію психолога, молода людина підсвідомо намагається вирішити власні проблеми внутрішньоособистісного чи міжособистісного характеру. Тому І.В. Вачков, І.Б. Гріншпун, Н.С. Пряжников вважають, що найважливішим елементом професійної культури психолога є формування в собі готовності самостійно розв'язувати свої психологічні проблеми. Ще З. Фройд говорив, що жоден психоаналітик не просунеться у своїй роботі з клієнтом далі, ніж йому дозволять власні проблеми і внутрішній опір.

Професійний та особистісний розвиток взаємообумовлені: професійний розвиток вдосконалює особистісний, і навпаки.

На думку А.Ф. Бондаренко, “професійне самовизначення психолога-практика знижує тривожність, підвищує особистісний потенціал, тобто стає умовою і одночасно стимулом до подальшого особистісного зростання і самовизначення. Досягнення адекватної професійної ідентичності зменшує роздвоєність, невпевненість, авторитарність і тривожність психологів” [6, 143]. При відсутності відповідного рівня особистісної зрілості у психолога може виникати “зупинка” у професійному і особистісному розвитку, поява негативних рис (авторитарність, демонстративність, дидактичність, індиферентність, консерватизм, агресія, соціальне лицемірство, перенесення), що призводить до деформації особистості. Відкладання професійного самовизначення у зв’язку з відсутністю у молодій людини стійких інтересів часто поєднується із загальною незрілістю, інфантильністю поведінки і соціальних орієнтацій. Оволодіння секретами професійної майстерності приносить соціальне визнання і радісне відчуття від уміння робити свою справу [8].

Саморозвиток як рушійна сила професійного розвитку спеціаліста можливий лише при високому рівні рефлексії особистості. Рефлексія – інструмент саморозвитку, на думку І.С. Кона [8]. Свідоме, активно-рефлексивне ставлення до життя, професії, дозволяє людині, вважає Ш. Бюлер, перейти до фази зрілості. Чинником, який визначає успішний професійний розвиток і зрілість є, згідно з Дж. Сьюпером, усвідомлення особливостей професії і себе в ній – професійна рефлексія. Детермінантою успішного професійного становлення і показником професіоналізму, на думку Є.О. Клімова, є також рефлексивні особливості свідомості професіонала. Професійний шлях, усвідомлені, відрефлексовані етапи професіоналізації в теорії К.Г. Юнга є основним чинником самореалізації. Отже, рефлексивна робота психолога над власними зовнішніми і внутрішніми проблемами, дозволяє йому особистісно і професійно самовдосконалюватися, ставати особистісно й професійно зрілим.

Отже, особистісна зрілість – акме у структурі особистості психолога-професіонала. Особистісна зрілість – умова професійного зростання фахівця. Тому важливо створити сприятливі умови для особистісної зрілості й професійної самоактуалізації психолога, досягнення вершин професіоналізму, тобто акмеологічну оптимізацію (акмеологічний супровід). Для

оптимізації розвитку особистісної зрілості у професійному становленні психолога важливо формувати в особистості майбутнього спеціаліста творчу спрямованість, розвиток допитливості, виховання інтелекту не виконавця, а професіонала-дослідника, здатного самостійно побачити проблему, грамотно її сформулювати, адекватно застосувати засоби для її вирішення. Формувати образ “Я-професіонал” можна за допомогою самопізнання, самоусвідомлення, рефлексії, акмеологічного проектування (визначення стратегії професійного вдосконалення), акмеологічного консультування (надання допомоги в досягненні вершин професійної діяльності).

Перспективи подальшого наукового дослідження проблеми особистісної зрілості як акме психолога-професіонала: створення методики діагностики особистісної і професійної зрілості психолога, розробка акмеологічної ієрархії рівнів формування особистісної та професійної зрілості такого фахівця, впровадження ефективної методики розвитку професійно значущих характеристик особистісної зрілості психолога.

Список використаних джерел

1. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания – СПб.: Питер, 2001. – 288 с.
2. Андреев А.В. Личностное и профессиональное развитие в период зрелости // Вопр. психол. – 1998. – №2. – С. 31-37.
3. Архипова С. П. Творча зрілість особистості й рівні досягнення “акме” людини в процесі її професійного становлення // Соціальна педагогіка. – 2005. – №4. – С. 84–90
4. Бодалев А.А. Как становятся великими или выдающимися — это акмеология тоже должна исследовать. – Режим доступа: <http://akme31.narod.ru/12.html>
5. Бодалев О.О. О становлении психолога-профессионала // Вершина в развитии взрослого человека. – Режим доступа: <http://hpsy.ru/public/x815.htm>
6. Бондаренко А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика: Учебное пособие. – К.: Укртехпрес, 1997. – 216 с.
7. Варфоломеева О. Акмеология как наука в интерпретации российских исследователей. – Режим доступа: <http://www.politik.org.ua/vid/magcontent.php3?m=6&n=72&c=1683>

8. Кон И.С. В поисках себя. Личность и ее самосознание. – М.: Политиздат, 1984. – Режим доступа: http://ihtik.lib.ru/psychology_20sept2007/psychology_20sept2007_1447.rarhtt
9. Полочек В.А. “Акме”, профессионализм и социальная адаптация человека: периодизация развития и типологии социальной активности человека. – Режим доступа: <http://akme31.narod.ru/25.html>
10. Психология личности. Словарь-справочник / Подред. П. П. Горностаев, Т. М. Титаренко. – К.: Рута, 2001. – 294 с.
11. Психология человека от рождения до смерти / А. А. Реан. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2002. – 656 с.
12. Реан А.А. Психологические проблемы акмеологии. Акмеология личности // Психологический журнал. – 2000. – № 3. – С. 88-95.

The personality maturity as top is considered in development of personality of psychologist-professional in the article. The features of personality and professional maturity of psychologist, ways of its forming, are exposed.

Key words: akme, personality maturity, professional maturity, psychologist-professional.

Отримано: 04.03.2009

УДК 159.9.019.4:061.91

О.В. Зонтов

Психологічні умови розвитку самоконтролю поведінки депривованих підлітків у неформальних об'єднаннях

У статті розглядаються особливості саморегулятивної поведінки депривованих підлітків в умовах неформальних об'єднань. Зазначається, що серед багатьох відмінностей між підлітками із соціально благополучного та неблагополучного соціального середовища особливе місце посідають ті, що мають безпосереднє відношення до сформованості механізмів самоконтролю. Окреслю-