МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КРИВОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Психолого-педагогічний факультет
Кафедра практичної психології

«*Допущено до захисту*»
Завідувач кафедри
_____О. А. Чаркіна
«____» _____ 2024 р.

Реєстраційний № _____
«____» _____ 2024 р.

ОСОБИСТІСНА ЗРІЛІСТЬ ЯК ДЕТЕРМІНАНТА ГОТОВНОСТІ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Кваліфікаційна робота студентки
групи ЗПП-м-23
ступінь вищої освіти магістр
спеціальності 053 Психологія
Тітяєвої Світлани Олександрівни

Керівник канд. пед. наук, доц.
кафедри практичної психології
Остапчук О. Є.

Оцінка:
Національна шкала _____
Шкала ECTS ____Кількість балів ___
Голова ЕК _____ _____
(підпис) (прізвище, ініціали)
Члени ЕК _____ _____
(підпис) (прізвище, ініціали)
_____ _____
(підпис) (прізвище, ініціали)
_____ _____
(підпис) (прізвище, ініціали)

Кривий Ріг – 2024

ЗАПЕВНЕННЯ

Я, **Тітяєва Світлана Олександрівна,** розумію і підтримую політику Криворізького державного педагогічного університету з академічної доброчесності. Запевняю, що ця кваліфікаційна робота виконана самостійно і не містить академічного плагіату, фабрикації, фальсифікації. Я не надавала і не одержувала недозволену допомогу під час підготовки цієї роботи. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають покликання на відповідне джерело.

Із чинним Положенням про запобігання та виявлення академічного плагіату в роботах здобувачів вищої освіти Криворізького державного педагогічного університету ознайомлена. Чітко усвідомлюю, що в разі виявлення у кваліфікаційній роботі порушення академічної доброчесності робота не допускається до захисту або оцінюється незадовільно.

Тітяєва С.О. _____

ЗМІСТ

ВСТУП…….. 4

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ В ПСИХОЛОГІЇ……. 7

1.1. Сутність та зміст особистісної зрілості……... 7

1.2. Вплив особистісної зрілості на розвиток особистості……. 12

1.3. Особистісна зрілість як ключовий фактор готовності до професійної діяльності…… 17

Висновки до розділу 1……. 22

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ ЯК ДЕТЕРМІНАНТИ ГОТОВНОСТІ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ …….. 23

2.1. Обґрунтування програми емпіричного дослідження особистісної зрілості ……. 23

2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження……. 29

Висновки до розділу 2…….. 41

РОЗДІЛ 3. ПРОГРАМА РОЗВИТКУ ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ ЯК ДЕТЕРМІНАНТИ ГОТОВОСТІ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ……. 43

3.1.Теоретичне обґрунтування умов розвитку особистісної зрілості. 43

3.2. Методичні рекомендації суб’єктам розвитку особистісної зрілості……. 56

Висновки до розділу 3 ……. 58

ВИСНОВКИ…….. 60

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ……. 65

ДОДАТКИ …….. 70

ВСТУП

Актуальність дослідження. Сучасний бурхливий розвиток суспільного життя, різноманітні динамічні процеси глобалізації спричинили суттєві зміни у вимогах, що характеризують професійну готовність особистості. Однією із таких вимог є особистісна зрілість особистості.

Поняття особистісної зрілості є важливим у психології та стосується рівня емоційного та когнітивного розвитку, що набувається людиною в процесі її життєдіяльності. Особистісна зрілість характеризується певним рівнем психологічного розвитку індивіда, якого можна досягти. Цю категорію, досить часто, використовують для опису здатності людей бути суспільно придатними, приймати правильні рішення та ефективно керувати своїм життям. Особистісна зрілість залежить від різних факторів, що включають біологічний розвиток індивіда, соціалізацію, суспільний розвиток, когнітивні здібності, вплив оточуючого середовища, особистий досвід тощо. Вона є мірою віддзеркалення поступового розвитку інтелектуального зростання, емоційного інтелекту, соціальних навичок. ЇЇ можна розглядати на двох рівнях: абсолютну і відносну.

Досліджуючи особистісну зрілість, ми також з'ясовуємо рівень зрілості як показник професійності готовності людини. А враховуючи те, що зараз більшість роботодавців надають перевагу працівникам з уже сформованим високим рівнем особистісної зрілості, то виникає актуальна потреба формування зрілості з раннього віку.

Сьогодні вже значна частка праць вітчизняних науковців присвячена саме вивченню та дослідженню особистісної зрілості. Серед них праці: С. Баранової, В. Барко, Л. Захаренко, С. Білозерська, Ю. Гільбух, А. Демченко, О. Садчікова, Н. Семенів, С. Стрельбицька, О. Стуліна, О. Чуйко, І. Шаповал, О. Штепа та інших. Головною проблемою у існуючих наукових напрацюваннях є те, що досить мало адаптованих методик дослідження

особистісної зрілості, що свідчить про потребу розвитку науки у даному напрямку. З опорою на вище наведені тези було обрано **тему дослідження**: «*Особистісна зрілість як детермінанта готовності до професійної діяльності*».

Мета дослідження: дослідити рівень розвитку особистісної зрілості як психологічної детермінанти готовності до професійної діяльності студентів психолого-педагогічного факультету.

Досягнення поставленої мети передбачає виконання наступних **завдань дослідження:**

1) провести аналіз теоретичних позицій стосовно особистісної зрілості як соціально-психологічного феномену;
2) визначити методи оцінки рівня особистісної зріліть у групі дослідження;
3) узагальнити результати емпіричного дослідження;
4) обґрунтувати програму розвитку особистісної зрілості як детермінанти готовності до професійної діяльності.

Об'єкт дослідження: особистісна зрілість особистості.

Предмет дослідження: особистісна зрілість як детермінанта готовності особистості до професійної діяльності.

Методи і методики дослідження:

1) теоретичні методи: аналіз наукової літератури з метою вивчення особистісної зрілості в психологічній науці;

2) емпіричні методи:

- опитувальник особистісної зрілості О. Штепи (вивчення психологічних ресурсів особистості);
- тест-опитувальник особистісної зрілості З. Гільбуха;
- 16-факторний особистісний опитувальник Р. Кеттела (вивчення рис особистості).

3) статистико-математичні методи: індивідуальні та середні показники на вибірці; розрахунок відсоткових показників досліджуваного явища.

Теоретико-методологічна основа дослідження:

1) дослідження вчених щодо визначення поняття та сутності особистісної зрілості (І. Шаповал, О. Чуйко, О. Москаленко, І. Яворська-Вєтрова, Н. Семенів та ін.);

2) загальнотеоретичні засади впливу особистісної зрілості на розвиток особистості та її готовність до професійної діяльності.

Практичне значення одержаних результатів дослідження.

Практична цінність роботи полягає у конкретизації чинників і критеріїв особистісної зрілості, врахування яких забезпечить підвищення рівня ефективності психологічного супроводу особистісного становлення молоді.

Організація і база дослідження. Емпіричне дослідження здійснювалось на базі Криворізького державного педагогічного університету. Дослідження проводилось з січня по вересень 2024 року. Загальна вибірка склала 50 осіб студентів, віком від 22 до 55 років.

Структура роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до кожного розділу, висновку, списку використаної літератури, що містить 42 найменування (з них, 10 іноземних авторів), 18 додатків. Загальний обсяг роботи становить 74 сторінки сторінок, з них 71 сторінка основного тексту. Робота містить 10 таблиць та 4 рисунка.

РОЗДІЛ 1
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ У ПСИХОЛОГІЇ

1.1. Сутність та зміст особистісної зрілості

Особистісна зрілість є складним за своєю структурою утворенням, що включає в себе різні характеристики та вирізняє соціально зрілу особистість від соціально незрілої. Вона є важливим елементом психологічного розвитку, який окреслює здатність людини успішно адаптуватися в житті й формується протягом усього життя через отримання різного життєвого досвіду та взаємодію з іншими людьми.

Термін «зрілий» у буквальному значенні означає фізіологічну ідею, яка полягає в тому, що в межах людського тіла існує певний максимальний ступінь розвитку. Коли дитина виростає у дорослого, ця дитина стає зрілою і її життя набуває рис, які притаманні зрілій особі. У небуквальному сенсі слово «зрілий» можна застосовувати для характеристики життєвих рішень, але при цьому воно втрачає деякі з раніше розроблених складових значень. Зокрема, те, що існує певна максимальна стадія розвитку, є саме одним із значень, якого необхідно позбутися, принаймні, для цього другого визначення «зрілий» [10].

Коли ідея зрілості застосовується до життєвих рішень людини, це відображає, скільки досвіду та проникливості вона передає у своєму виборі. Відповідно до цього психологічна зрілість залежить від другого значення терміну «зрілість», оскільки воно є здатністю людини приймати рішення з емоційно насичених тем, рішення, що змінюють життя, і навіть здатність протистояти серйозним викликам, не перевантажуючи себе.

Зараз питання сутності та змісту особистісної зрілості досліджують багато вітчизняних науковців. Дослідження наукових праць, які

присвяченні вивченню поняття особистісної зрілості вказує на те, що на сьогодні існує безліч різноманітних підходів стосовно розуміння даної категорії у психології. Зауважимо, що в даний час категорія «особистісна зрілість» у психологічній науці не має єдиного однозначного трактування, тому вона досліджується як багаторівнева та багатомірна категорія.

У своїй науковій праці вітчизняна науковиця І. Шаповал зазначає, що поняття «зрілість» у сучасній психології характеризує людину у трьох основних аспектах [7, С.221]:

1. Зрілість є рисою, яка охарактеризує онтогенетичний розвиток особи, при цьому виражаючи його відповідність віковій нормі. Відповідно до цього, поняття «зрілість» варто розглядати як сукупність закономірностей та механізмі формування особистих вікових новоутворень індивіда.
2. Зрілість являє собою окремий етап дорослості (вікового розвитку) людини у наступних її проявах: спрямованість, активність, диспозиція особистості та індивідуальна структура ставлень.
3. Зрілість – це особистісна характеристика, яка визначається завдяки розумінню сутності особистості.

На основі теоретико-методологічного обґрунтування сутності зрілості І. Шаповал зазначає, що особистісна зрілість – інтегральна системна наявних здібностей особистості, що надає можливість здійснювати особі самостійний вибір, виходячи із власних внутрішніх критеріїв, які визначають можливість зберігати ефективність та цінність власної діяльності, враховуючи змінні зовнішні умови і діючі сторонні впливи, при цьому здійснюючи на оточення цілеспрямовані впливи [7, С. 226].

Зауважимо, що дане твердження І. Шаповал є досить повним у своєму трактуванні, адже визначає категорію особистісної зрілості як систему, що включає особисті якості, чинники впливу на їх формування та вплив особи на оточуючих.

Науковиця О. Чуйко, досліджуючи співвідношення понять особистісна та професійна зрілість зазначає, що особистісна зрілість являє собою ключове новоутворення віку, яке глибоко змінює існуючу соціальну ситуацію розвитку особистості. Вона трактує дану категорію, як психологічне новоутворення, що має вигляд онтологічного ядра особистості та є дуже важливим для її его-ідентичності. Зрілість – це критерій особистісного зростання та прояв особистісного потенціалу людини [6, С. 186].

Варто наголосити на наукову думку О. Чуйко, що особистісна зрілість має розглядатись як функціональна складова компонентів професійної діяльності. При цьому науковиця зазначає, що таке трактування даної категорії є особливо притаманним для людинознавчих професій, специфіка яких вимагає від спеціалістів не лише вмінь надати організаційну або юридичну допомогу, але й як психологів, безпосередньо передбачає наявність у професіонала особистісної зрілості [6, С. 188].

Вивчаючи проблеми дослідження психологічної зрілості особистості О.В. Москаленко зазначає, що психологічна зрілість особистості являється процесом розвитку особистості та його результатом створення її внутрішнього світу, формування чого є неможливим без соціальної взаємодії. Головними елементами від яких залежить процес формування зрілості особистості та її рівень є сприймання особистістю себе, перспектив та власних можливостей; ставлення особистості до інших, яке залежить від розвитку емоційних і когнітивних процесів [2].

О. Москаленко зауважує, що на сьогодні значна кількість дослідників під час трактування сутності особистісної зрілості, зазвичай концентрують увагу не тільки на існуванні взаємзв’язку психологічного та соціального розвитку особистості, а також на їх фактичній інтеграції, що надає можливість розглядати категорію зрілість як психосоціальний феномен [2].

За результатами дослідження О. Москаленко зауважує, що зрілість особистості необхідно розглядати як багатокомпонентне, багаторівневе утворення, ступінь розвитку якого є залежним від етапів життя людини та ряду факторів. Зрілість проявляється у сфері соціальної взаємодії, самосвідомості, професійної реалізації тощо. Категорія особистісної зрілості є складовою психологічної зрілості особистості [2].

І. Яворська-Вєтрова досліджуючи особистісну зрілість суб'єктів професійної діяльності говорить про те, що зрілість являє собою інтегративне утворення, яке сумісно характеризує особистість. Також науковці стверджують, що особистісна зрілість – динамічна системна структура, що проявляється через поєднання ставлень особистості до себе, інших людей, навколишнього світу та безпосередньо впливає на її самореалізацію. Досить влучно І. Яворська-Вєтрова зазначила, що особистісна зрілість фахівця визначається певними показниками, критеріями та рівнями вираженості. Успішне досягнення особою зрілості є безпосередньо пов'язаним з емоційною психічною, соціальною, інтелектуальною зрілістю та інтеріоризацією духовних і цінностей суспільства, а також прийняттям особою на себе відповідальності за самореалізацію у обраній професійній сфері [9, С.439-440].

Про те, що зрілість особистості являє собою психологічно та соціально обумовлений етап розвитку кожної особистості зазначає у своєму дослідженні Н. Семенів. Даний етап розвитку, згідно твердження цієї науковиці, відповідає за досягнення особистістю рис самодостатності та самостійності. Це пояснюється тим, що лише особистість, яка є соціально зрілою може розуміти та сприйняти правильно внутрішньоіснуючі соціальні цінності, усвідомлювати та розуміти власні громадянські та соціальні права і обов'язки, ефективно сприймати та засвоювати існуючі норми співжиття та поведінки, а також критично розуміти і розглядати власний соціальний статус у професійному середовищі та суспільстві [4, С. 744].

Н. Семенів зазначає, що досягнення необхідного рівня особистісної зрілості являє собою постійний і тривалий соціально-психологічний процес, що визначається, як поступовий рух від системи індивідуальної мотивації до системи цінностей. Даний процес базується на осмисленні і прийнятті загально-соціальних цінностей і норм, а також прагнення їх дотримуватися та застосовувати під час соціальної взаємодії. Зауважимо, що Н. Семенів одна із не багатьох науковців, які вважають, що особистісна зрілість не являється віковою характеристикою [4, С. 744].

Відповідно до існуючих досліджень можна стверджувати, що зрілість – це риса, яка часто асоціюється з віком, але насправді це не питання, скільки років людині. Натомість це відображення рівня особистісного розвитку людини, який охоплює:

1. Емоційний інтелект. Певна здатність розпізнавати, розуміти та керувати власними емоціями, а також емоціями інших людей. Включає в себе самосвідомість, емпатію та соціальні навички. Люди з емоційним інтелектом можуть ефективно спілкуватися, вирішувати конфлікти та підтримувати здорові стосунки [14].
2. Соціальні навички. Вміння людини взаємодіяти з іншими позитивно та продуктивно. Соціальні навички містять в собі спілкування, роботу в команді та лідерство. Люди, які є соціально зрілими, здатні будувати міцні стосунки, ефективно співпрацювати з іншими, а також надихати та мотивувати оточуючих [14].
3. Інтелектуальне зростання. Здатність людини критично мислити, вирішувати проблеми та приймати обґрунтовані рішення. Воно визначається не віком, а скоріше бажанням людини вчитися та її здатністю застосовувати знання в реальних ситуаціях [14].

Таким чином, особистісна зрілість – це складна система, яка формується під впливом не лише особистісних факторів, але й оточуючого середовища. Більшість науковців визначають сутність особистісної

зрілості як категорію властивостей особистості, що пов'язана із рівнем взаємозв'язку психологічного та соціального розвитку. Сьогодні науково доведено, що пов'язувати особистісну зрілість із віком не варто, адже зрілість – це відображення рівня особистісного розвитку людини.

1.2. Вплив особистісної зрілості на розвиток особистості

Розвиток особистості стосується процесу, за допомогою якого організовані моделі мислення та поведінки становлять унікальну особистість людини, що виникає з часом. Такий розвиток відбувається природним чином протягом життя, але його також можна змінити у вигляді навмисних зусиль. Сьогодні в наукових джерелах існує твердження, що стовідсоткової вичерпної особистісної зрілості на практиці не існує. Жодна особа не має досконалого рівня наявності усіх складових особистісної зрілості, але ця категорія піддається розвитку та набуття людиною протягом всього її життя.

Вплив особистісної зрілості на розвиток особистості визначається рівнем наявності її характерних складових (Рис. 1.1). Наявність даних складових визначає психологічно та соціально зрілу особистість від незрілої.

Особистісно зріла людина є внутрішньо детермінованою та здатна координувати будь-які ситуації у власному житті, враховуючи власні потреби та має в пріоритеті пропорційне застосування власних можливостей відповідно до життєвих завдань. Така особистість має високу здатність до саморегуляції, може визначати хід подій на конкретному етапі власного життя та спрямовувати їх у необхідному напрямку, коригує власний стиль спілкування при цьому взаємодіє зі своїм соціальним оточенням. Відповідно до цього, особистісну зрілість варто розглядати не

тільки як певну характеристику особистості, але й як рису особи, що потребує належного формування та систематичного удосконалення.

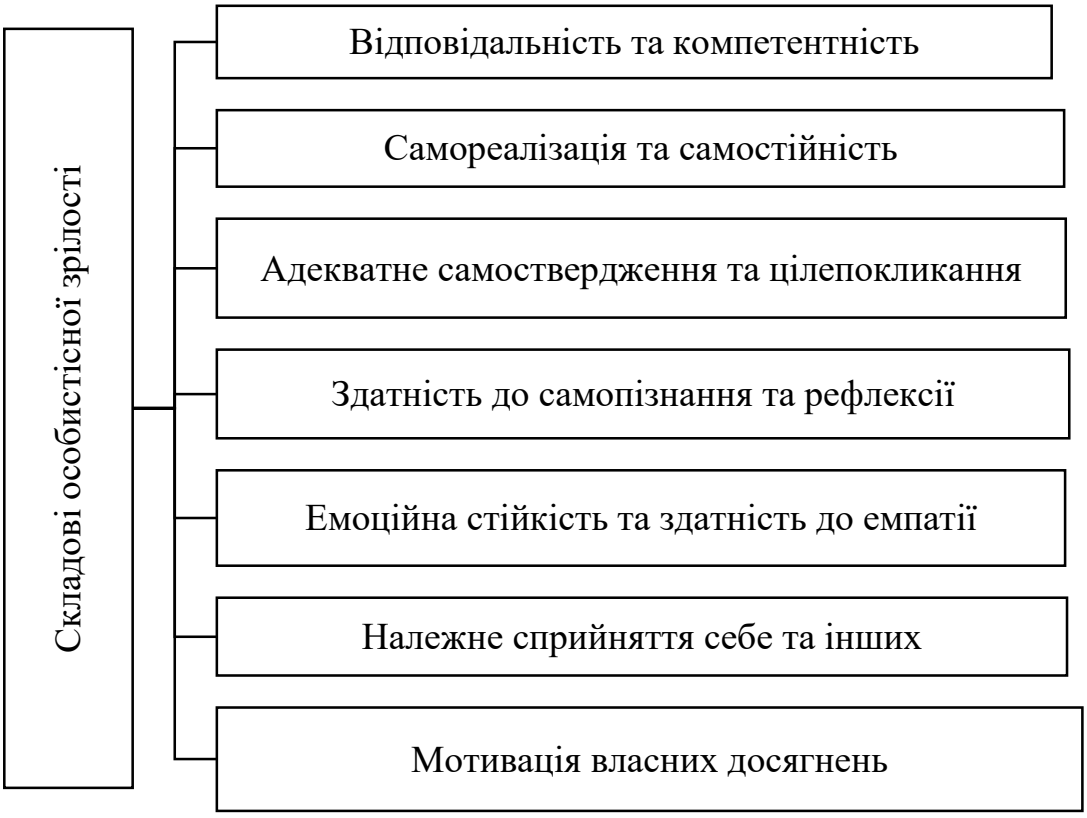

Рис. 1.1. Складові особистісної зрілості*

*Джерело: сформовано автором

В особистому житті людини зрілість глибоко впливає на стосунки та особистісне зростання. Це передбачає розуміння себе та інших, що веде до міцніших, повноцінніших зв'язків. Зрілі люди справляються з життєвими проблемами збалансовано та витончено, постійно навчаючись і розвиваючись на основі свого досвіду. Ця особиста еволюція не лише збагачує їхнє власне життя, але й позитивно впливає на оточуючих, створюючи більш співчутливу та стійку спільноту [13].

Характерною особливістю особистісної зрілості є те, що її можна набути. У міру поступового збільшення знань та інформації люди природно стають більш зрілими, але деякі люди також стають більш зрілими по

відношенню до свого віку. Загалом вплив особистісної зрілості на розвиток особистості характеризується перевагами зрілості та недоліки незрілості.

До переваг особистісної зрілості відноситься [14]:

1. Кращі стосунки з оточуючими, бо коли особа є зрілою її відносини з оточуючими значно покращуються. Стає менше суперечок і з'являються глибші зв'язки з людьми, які знаходяться поруч.
2. Більше стабільності. Чим вищий рівень особистісної зрілості, тим більше стабільності у різних сферах життя людини, включно з роботою, сім'єю, дружбою та романтичними стосунками.
3. Менше конфліктів. Особистісна зрілість нівелює дрібниці, які раніше являлися каталізатором виникнення конфліктних ситуацій з оточуючими людьми. Зрілі особи стають стійкішими у власному житті, їх перестають турбувати речі, які насправді не мають вагомого значення.

Недоліки незрілості особистості включають [14]:

1. Висока імпульсивність. Таким представникам часто важко контролювати свої імпульси. Звісно це негативно впливає на розвиток особистості та на належний рівень спілкування з оточуючими.
2. Саморуйнування. У таких людей існує схильність занурюватися в дрібні, незначні деталі або проблеми, які поглинають життєву енергію. Це виснажує і заважає бачити загальну картину. Може перешкодити досягненню цілей.
3. Уникнення відповідальності. Часто незрілі особистості можуть уникати відповідальності. Вони можуть набагато довше залежати від інших, ніж варто.

Всі ці перелічені переваги та недоліки вказують про важливість зрілості в розвитку особистості. А належному розвитку особистості необхідне досягнення зрілості. Це надасть можливість справлятися зі складними ситуаціями, приймати правильні рішення, створювати міцні зв'язки. Управління стресом і самосвідомість покращують стійкість перед

обличчям труднощів разом із зрілістю. Такі особистості більш емпатійніші, а це в свою чергу, сприяє конструктивному спілкуванню та глибокій взаємодії. Розвиваючи здорові стосунки, самосвідомість і прийняття правильних рішень, емоційна зрілість допомагає людям бути більш задоволеними своїм життям.

Як зазначає І. Шаповал, особистісна зрілість являє собою властивість особистості, що відображає досягнутий нею рівень самодетермінації. Самодетермінація визначається, як здатність кожного індивіда до здійснення вибору та його переживання. Науковець зауважує, що «…самодетермінація особистості передбачає як її активну взаємодію з оточенням та іншими людьми, так і можливість самостійного регулювання форми цієї взаємодії та міри участі в ній. Основним феноменом, який зумовлює та пояснює самодетермінацію особистості, є внутрішня мотивація…» [8, С. 180].

В основі внутрішньої мотивації лежать три базові потреби, які впливають на рівень психологічного благополуччя особистості [8, С. 180]:

- необхідність в самодетермінації – прагнення особи відчувати себе ініціатором власних дій та самостійно їх контролювати;
- необхідність в компетентності – прагнення особи досягти результативності у своєму житті та діяльності, тобто бути ефективним;
- необхідність у взаємозв’язку з іншими особами – прагнення особи до налагодження надійних відносин, які будуть реалізовувати відчуття приналежності та базуватися на основі взаємної прихильності.

Враховуючи те, що зрілість визначається, як здатність протистояти життєвим проблемам із ставленням, відповідальністю та співчуттям до інших, вона передбачає прийняття розсудливих рішень, роздуми про їх наслідки та тверде розуміння сенсу життя. Зрілість не статична і може змінюватись від людини до людини, оскільки це динамічний процес, який

розвивається в результаті життєвого досвіду. Навколишнє середовище, освіта та соціальна взаємодія можуть впливати на зрілість [11].

Варто відмітити, що на особистісну зрілість впливає безліч факторів, таких як життєвий досвід, освіта, навколишнє середовище та самосвідомість, що робить її більш складним процесом, ніж вибір партнера, здатного до зрілого мислення, може вплинути характер відносин. Коли партнер емоційно, соціально та психологічно зрілий, можна створити міцну основу для здорової та взаємної підтримки.

Зрілість необхідна для формування здорових відносин, що приносять задоволення, оскільки вона дозволяє людям ефективно справлятися зі стресом, приймати мудрі рішення і спілкуватися. Крім того, це сприяє ефективному спілкуванню, відповідальності та професіоналізму. Дорослі із зрілим мисленням здатні слухати зі співчуттям, ясно висловлювати свої думки і думки та ефективно управляти конфліктами, тим самим зміцнюючи зв’язки, розширюючи співробітництво та досягаючи спільних цілей [11].

Особистісна зрілість є важливою ознакою життя кожної особи, оскільки вона сприяє спонтанному навчанню та адаптації. Це має вирішальне значення для створення здорового, продуктивного життєвого середовища, розвитку міцних відносин та досягнення довгострокового успіху.

Зріла людина має тенденцію мати більше розуміння, зрілу, об’єктивну та відповідальну реакцію на навколишній світ. Вони здатні до раціонального мислення, ретельної оцінки інформації та розгляду наслідків своїх дій. Вони також можуть бути здатні мудро керувати своїми емоціями, контролювати свої імпульси та виявляти розсудливість у конфлікті.

Варто розуміти, що зрілість являє собою процес зростання особистості протягом усього життя. Вкрай важливо визнати можливість навчатися та прогресувати, а також намір розвивати мудре та конструктивне ставлення у різних ситуаціях. Зрілість зазвичай пов’язана зі здатністю

бачити речі з погляду іншої людини, приймати неповні відповіді про дії та їх наслідки, а також демонструвати співчуття та більше роздумів. Однак дорослішання часто конфліктує з такими рисами особистості, як егоїзм та егоцентризм [11]. Особистісна зрілість передбачає цілісний розвиток: гармонізація власних інтересів з інтересами інших і глибше розуміння взаємозалежності суспільства. Егоїзм часто сприймається як ознака незрілості чи відсутності зрілого розуміння життя суспільстві.

Отже, особистісна зрілість має вагомий вплив на розвиток кожної особистості. Складові зрілості являються основою формування індивіда, що в подальшому впливає на розвиток його особистих взаємовідносин з близькими та оточуючими людьми, а також впливає на його місце у суспільному житті. Набуття зрілості залежить від прагнення самої особистості мати усі притаманні їй ознаки. Розвиваючи особистісну зрілість кожен індивід має можливість досягти не лише особистого розвитку, але й сформувати належне середовище свого існування.

1.3. Особистісна зрілість як ключовий фактор готовності до професійної діяльності

Особистісна зрілість являється важливим показником належного рівня відповідальності та професіоналізму. Дорослі із зрілим мисленням здатні виконувати свої обов’язки, поважати кордони та дотримуватися своїх зобов’язань, зустрічати виклики та критику з ясним розумом та працювати етично та відповідально.

Важливий фактор досягнення особистісної зрілості, реалізуючи відносини людини з навколишнім середовищем, є професійним діяльності особистості. Це зумовлює досягнення нових соціальних рівнів і ідентифікує його як активну, трансформуючу індивідуальність. Зрілість особистості як суб’єкта виступає як ознака професійної діяльності й розкривається

насамперед через поняття професіоналізму та професійної компетентності [3].

У сучасному розумінні професіоналізм – це, перш за все, прагнення особистості запропонувати світу особисте «Я» через «сфера діяльності» тієї чи іншої діяльності, що має бути закріплена в її результатах. Акмеологічний синтез особистісного і професійного відбувається при аналізі: працівник реалізує не лише необхідне «суб'єкт-об'єктне» ставлення, але водночас відкрите «життєве смислове» ставлення до світу в діяльності [3].

Під час визначення особистісної зрілості як ключового фактору готовності до професійної діяльності необхідно зрозуміти основні відмінність між особистісною зрілістю та професійною зрілістю. Досить влучне та зрозуміле розмежування даних видів зрілості було здійснено О. Чуйко [6, С.186-187]:

- особистісна зрілість – це онтологічне ядро особистості, яке є важливим для его-ідентичності та являється критерієм проявом особистісного потенціалу та зростання людини;
- професійна зрілість – це вищий рівень професійних досягнень індивіда, який не залежить від професійного стажу та віку та визначається, як індивідуальна даність особистості, яка впливає на його рівень компетентності, професіоналізму та кваліфікації.

У науковому просторі особистісну зрілість розглядають, як основу професійної зрілості. Без належного рівня складових особистісної зрілості формування зрілості професійної є не можливим.

Загалом, вплив особистісної зрілості на професійну діяльність визначається особливістю самої професії. Як зауважує О. Чуйко, усі професії можна поділити на дві групи [6, С.189]:

- професії у яких переважаюче значення має рівень сформованості конкретних спеціалізованих навичок, в вплив на результат праці деяких особистих якостей особистості буде незначним. При високому

рівні майстерності у праці у таких професіях особистість може вважатися професіоналом навіть при умові відсутності зрілості;

- професій, які передбачають людську взаємодію характеризується тим, що особистісна зрілість є невід'ємним компонентом і важливою умовою професіоналізму. У даних професіях завжди є необхідність в особистісній зрілості під час вирішення професійних задач.

Як зазначає О. Чуйко, процес досягнення професійної зрілості являється результатом як персоногенезу та професіогенезу. При цьому характеристики особистісної зрілості в професійного розвитку мають включати відповідні професійні здатності, що надають гарантії якісного виконання індивідом професійних вимог. В соціономічних професіях особистісна зрілість індивіда визначається як інтегративне психологічне новоутворення, яке передбачає його детерміноване включенням до сформованої системи людських взаємодій і взаємостосунків і взаємодій, а також визначає рефлексивний аналіз і трансцендентне переживання, як важливу умову формування професійної здатності щодо прийняття необхідних рішень [9, С. 438].

Зауважимо, що предметом діяльності у групі професій, які базуються на типі спілкування «людина–людина» являється психологічна реальність. Відповідно до цього, особистісна зрілість фахівця заключається у можливостях реструктуризувати, змінювати, відкореговувати соціально-психологічну та психічну реальність задля допомоги клієнту.

Увесь процес професіоналізації індивіда зумовлений потребою підготовки спеціалістів, які є здатними до особистісного саморозвитку, самовизначення, зростання, професійної відповідальності, зростання домагань і прагнень, самоствердження у професійній діяльності, зростання прагнень і домагань [1, С.21]. Визначальним детермінантом такого процесу являється досконале поєднання особистісного та професійного розвитку, які безпосередньо є залежними від зрілості індивіда. Відповідно до цього, при

відсутності особистісної зрілості процес професіоналізації індивіда практично є не можливим.

Особистісна зрілість має ряд компонентів, які визначають її як ознаку професійної готовності індивіда (Рис. 1.2).

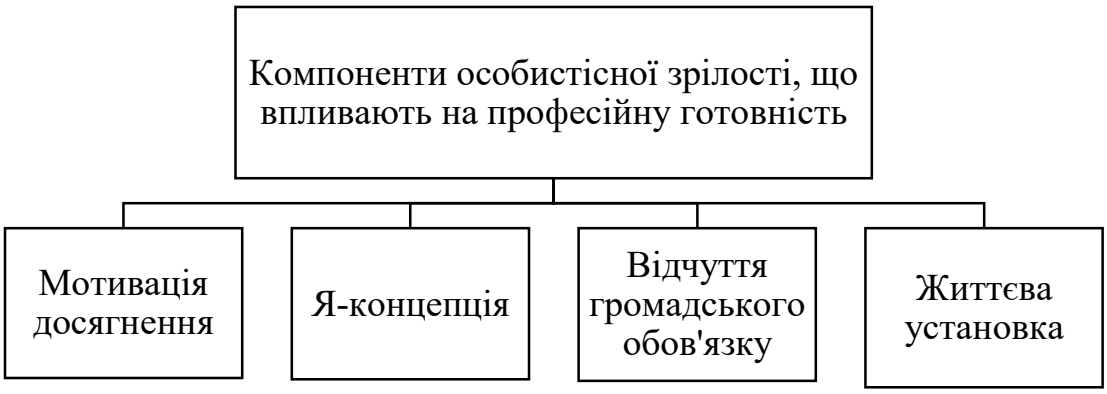

Рис. 1.2. Основні компоненти особистісної зрілості, що впливають на професійну готовність*

*Джерело: сформовано автором на основі даних джерела [1, С.8-9].

Мотивація досягнення – спрямованість особистості під час здійснення професійної діяльності досягти життєвих цілей, наявність прагнення до максимальної самореалізації, досягнення високих результатів та лідерства [1, С.8-9].

Я-концепція, тобто ставлення індивіда до самого себе. Дана концепція охоплює наступні характеристики зрілості: задоволення своїми здібностями, упевненість у своїх можливостях, задоволеність характером і темпераментом, власними вміннями, знаннями та навичками. При чому дане задоволення має поєднуватися з адекватною самооцінкою, скромністю, високою вимогливістю до себе, відсутністю самовдоволення та повагою до інших [1, С.8-9].

Відчуття громадського обов’язку, що має охоплювати наступні якості: інтерес до суспільно-політичного життя, патріотизм, колективізм,

потребу у спілкуванні та почуття професійної відповідальності [Білозерська, С.8-9].

Життєва установка – компонент особистісної зрілості, який поєднує в собі розуміння переважання раціонального над емоційним, відносності сенсу життя, емоційну розсудливість і врівноваженість. Життєва установка зрілої особистості базується на здатності налагодження психологічної близькості з іншими особами та має базуватися на таких особистісних якостях, як: емпатія, вміння слухати, доброзичливість до людей, потреба в духовній близькості [1, С.8-9].

Особистісна зрілість є важливим фактором визначення професійної готовності, оскільки вона характеризує існуючий стан розвитку особистості, який визначається завдяки високому ступеню особистісної функціональної продуктивності та особистісної конструктивної активності особистості. Особи із сформованою зрілістю мають здатність під час виконання професійної діяльності гармонізувати особистісне та професійне зростання, що впливає на продуктивність його праці.

Таким чином, особистісна зрілість являється ключовим фактор готовності індивіда до професійної діяльності. Присутність усіх компонентів особистісної зрілості сприяє професійному розвитку кожної особистості. Без існуючої особистісної зрілості в більшості професій досягти професійної зрілості практично неможливо.

Висновки до розділу 1

Вивчаючи сутність та зміст особистісної зрілості було встановлено, що в даний час категорія «особистісна зрілість» у психологічній науці не має єдиного однозначного трактування, тому вона досліджується як багаторівнева та багатомірна категорія. Узагальнюючи існуючі наукові трактування можна стверджувати, що особистісна зрілість являє собою систему наявних здібностей особистості, яка формується на основі її психологічного та соціального розвитку, враховуючи вплив усіх зовнішніх факторів. На сьогодні науково підтверджено, що особистісна зрілість не залежить від віку людини, а є відображенням рівня особистісного розвитку людини.

Вивчаючи вплив особистісної зрілості на розвиток особистості, було виявлено, що даний вплив визначається рівнем наявності таких характерних її складових, як: відповідальність та компетентність; самореалізація та самостійність; адекватне самоствердження та цілепокликання; здатність до самопізнання та рефлексії; емоційна стійкість та здатність до емпатії; належне сприйняття себе та інших; мотивація власних досягнень. Наявність в індивіда усіх складових ознак зрілості сприяє належному та ефективному його розвитку. Також було виявлено, що особистісна зрілість не статична і може змінюватись, оскільки це динамічний процес, який розвивається в результаті життєвого досвіду.

Вивчаючи особистісну зрілість як ключовий фактор готовності до професійної діяльності, було встановлено, що особистісну зрілість необхідне розглядати, як основу професійної зрілості. Визначено, що без належного рівня складових особистісної зрілості формування зрілості професійної є не можливим. Встановлено, що процес професіоналізації індивіда базується на досконалому поєднанню особистісного та професійного розвитку, які безпосередньо є залежними від зрілості індивіда.

РОЗДІЛ 2
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ ЯК ДЕТЕРМІНАНТИ ГОТОВНОСТІ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

2.1. Обґрунтування програми емпіричного дослідження особистісної зрілості

Констатувальний етап дослідження реалізовувався з урахуванням того факту, що особистісна зрілість формується поступово, протягом всіх вікових етапів. Одночасно, бралися до уваги психологічні особливості особистісного становлення індивіда. Важливою вихідною позицією в проведенні комплексної діагностики виступає ідея про динамічний характер особистісного розвитку і багатокомпонентний склад особистісної зрілості як системи [2, С. 17].

Особистісна зрілість, як наукове поняття, позначає стан дозрівання психічних функцій, сформованість базових конструктів особистості (самооцінки, Я-концепції, рис характеру, потреб і мотивів та ін.). Йдеться про такі психічні функції, як рефлексія і саморефлексія, саморегуляція, самоорганізація і самоконтроль, володіння різними моделями поведінки, готовність приймати рішення і брати за них відповідальність, реалізовувати поставлені цілі, встановлювати комунікативні зв’язки з різними соціальними суб’єктами і соціумом, у цілому.

У процесі комплексної процедури діагностики брали участь 50 осіб – студенти заочної форми навчання психолого-педагогічний факультету Криворізького державного педагогічного університету.

Для психодіагностики були обрані методи і методики, які підтвердили свою ефективність у вимірюванні різних компонентів особистісної зрілості

і супутніх феноменів систем і процесів. У підборі діагностичних методик враховувався віковий фактор.

Комплекс діагностичних засобів включає:

- опитувальник особистісної зрілості (О. Штепа);
- тест-опитувальник особистісної зрілості (З. Гільбух);
- 16-факторний особистісний опитувальник (Р. Кеттел).

1) Методика дослідження особистісної зрілості (О. Штепа)

Діагностична процедура розроблена для виявлення і вимірювання рис особистості, які становлять «ядро» особистісної зрілості, через які особистісна зрілість проявляється і втілюється у результатах життєдіяльності. Йдеться про такі риси особистості [5, С.119]:

- відповідальність (ділові якості, усвідомлення законів і правил, розуміння важливості наслідків своїх дій та дій інших осіб);
- децентрація (бути готовим по-різному сприймати об’єкт);
- глибинність переживань (здатність людини усвідомлювати свої емоцій і почуття, а також іншої особи; занурюватись у почуття, приділяти їм належну увагу; свідомо змінювати свій світогляд з урахуванням власних переживань);
- життєва філософія (здатність вести пошук особистісних смислів, готовність формулювати принципи власного життя, визначати місію буття);
- толерантність (безконфліктне сприйняття різних культур, ідей і позицій, відмінних від власної, готовність до діалогу і полілогу з носіями інших світоглядів, стійкість до впливу різних соціальних стереотипів);
- автономність (певний ступінь незалежності індивіда від соціуму, ідеологій тощо; впевненість людини у власних діях і судженнях, незалежних від зовнішнього впливу);

- контактність (спроможність індивіда швидко і гнучко налагоджувати зв’язки з соціальним оточенням);
- самоприйняття (здатність індивіда пізнавати себе, розуміти себе, свій потенціал і, на основі цього, виробляти ставлення до самого себе через самооцінювання і співставлення з іншими суб’єктами);
- креативність (готовність нестандартно сприймати оточуючий світ і себе в ньому, відновлювати і зберігати гармонійність, проявляти високу чутливість до протиріч);
- синергічність (здатність перебувати у зв’язку з процесами, суб’єктами і об’єктами, у взаємодії з ними, що призводить до синергетичного ефекту).

Діагностична процедура, за задумом О. Штепи, побудована на розумінні особистісної зрілості, як динамічної (а не статичної) системи, яка набуває своїх чітких абрисів на межі юності і зрілості. Ознакою сформованості базових компонентів особистісної зрілості являються прояви зв’язку даного феномену з різними видами ідентичності, зокрема, его-ідентичності.

Особистісна зрілість інтегрує всі аспекти процесу особистісного становлення індивіда, різні складові потенціалу психіки і особистості. Результатом і надійною ознакою такої інтеграцій являється життєстійкість людини [8, С. 14-16].

Діагностична методика розроблена у вигляді опитувальника. Респондентами треба оцінити («так» або «ні») кожну запропоновану смислову позицію. Емпіричні дані («сирі» бали) проходять процедуру переводу у стени, на основі яких встановлюється рівень особистісної зрілості.

Діагностика за даною процедурою уможливлює виявлення і вивчення зв’язку рис особистості та рівня її зрілості. Разом з тим, враховується такий параметр, як «світогляд», та його зв’язок з особистісною зрілістю. За це

«відповідає» така характеристика особистості, як наявність життєвої філософії та здатність її виробляти [7, С. 182].

2) Методика діагностики рівня особистісної зрілості (З. Гільбух)

Діагностичний засіб активно використовується психологами-дослідниками і практиками у вивченні стану особистісної зрілості індивіда.

Респонденти проходять процедуру тестування з використанням опитувальника, який включає низку тверджень [3].

З. Гільбух реалізує ідею про існування зв'язку рівня зрілості з віком людини і вважає процес особистісного становлення тривалим і неперервним. Протяжність у часі пов'язана з помірними темпами морального розвитку особистості, формуванням моральної свідомості і поведінки. Для цього потрібен час і відповідна соціальні ситуація, а саме: необхідно, щоби дозрілі психічні функції, з'явились психічні новоутворення, якими позначається перехід до наступного вікового періоду. До того ж, поступово накопичується власний досвід життєдіяльності. В першу чергу, досвід комунікації, міжособистісної взаємодії, колективної діяльності. Виходить так, що з віком людина стає більш зрілою.

Сучасна прикладна і практична психологічна наука виявила послаблення залежності особистісної зрілості від вікових параметрів людини. Не рідкісні випадки, коли доросла людина не є особистісно зрілою. Більш значимими стають інші фактори, в першу чергу, соціальні (умови, оточення, регулятиви).

Вивчення особистісної зрілості відбувається за такими шкалами:

1) «мотивація досягнень» (характеризує загальну спрямованість індивіда на значимі для нього цілі, наявність вираженої потреби самостійно визначати життєві орієнтири, висувати і реалізовувати власні ініціативи через лідерську позицію);
2) «ставлення до свого «Я» (позначає сукупність таких ознак особистісної зрілості, як усвідомленість своєї сутності, своїх

можливостей, своїх домагань і здатності реалізовувати себе, позитивно сприймати свої особистісні особливості, готовність узгоджувати власне «Я» з «Я-концепціями» інших суб'єктів);

3) «почуття громадського обов'язку» (відповідальність перед суспільством, включеність в соціально корисні проекти і спільноти, суспільна ініціатива);
4) «життєва установка» (охоплює такі якості особистості, як раціональна спрямованість у сприйнятті подій, здатність впливати на свій емоційний стан, т. б. розвинена емоційна саморегуляція, сприйняття життєвий подій і ситуацій, як минущих, виваженість власних дій і рішень);
5) «прихильність до іншої людини» (здатність занурюватись у почуття, розуміти емоційні переживання іншої людини, готовність вислухати її і толерантно сприймати її духовні цінності і життєві переконання) [3].

Підсумковий результат, відповідно до процедури діагностування за даною методикою, обчислюється як сума балів, нарахованих за всіма питаннями тесту. Отримані бали можуть бути, як із знаком «+», так і із знаком «-». Від'ємні бали свідчать, про існуючий негативний фактор, який впливає на певні риси характеру, що в свою чергу, має негативний вплив на процес формування особистісної зрілості в цілому.

Подається рівневий розподіл з відповідними числовими інтервалами: дуже високий рівень, високий рівень, задовільний рівень, незадовільний рівень. Чим більша кількість балів, тим складнішим є процес формування необхідної риси, яка входить в одну із шкал особистісної зрілості [3].

3) Особистісний опитувальник Р. Кеттела

Ще однією методикою оцінки особистісної зрілості сформованої групи респондентів обрано 16-факторний опитувальник Р.Кеттела. Даний опитувальник був вперше опублікований Р. Кеттелом ще у 40-х роках XX

століття. З того часу він набув значної популярності на міжнародному та вітчизняному рівнях психодіагностичної практики. Обраний психодіагностичний засіб є ефективним і зручним, оскільки дозволяє отримати різноаспектну інформацію про особистість та її індивідуальні особливості [1, С. 25]. Важливим є те, що опитувальник виявляє первинні особистісні риси, за авторським визначенням Р. Кеттела – «конституційні фактори». Як і кожен науковий метод (методика, вимірювальний засіб), «16-факториний опитувальник» також має свої обмеження. Йдеться про неспроможність виявляти вплив динамічних чинників на особистісне становлення (передусім, потреб, мотивів, інтересів, цінностей і переконань). Під час формування результатів дослідження було враховано зауваження науковців стосовно можливих недоліків та похибок.

Разом з тим, опитувальник Р. Кеттела успішно застосовується у виконанні різних діагностичних завдань, зокрема у процедурі професійного відбору.

«Первинні» особистісні риси індивіда належать до одного із 16-ти факторів [6]. В процесі застосування 16-факторного особистісного опитувальника на основі існуючих інтерпретацій дослідження, автором методики було визначено ще один фактор оцінки особистості – «адекватність самооцінки» (MD). Даний фактор надає можливість визначити наскільки індивіду властиво переоцінювати себе та завищувати свої можливості. За допомогою діагностики з використанням 16-фаторного опитувальника визначаються рівні вираженості рис особистості:

- високий рівень вираженості певної риси;
- середній рівень вираженості риси, який має спрямування до високого рівня;
- середній рівень вираженості риси, який має спрямування до низького рівня;
- низький рівень.

Така детальна градація надає можливість досить ретельно і легко визначати рівень сформованості рис особистості.

Отже, сформована програма емпіричного дослідження особистісної зрілості базувалася на основі валідних та адаптованих методик, що мають доведену ефективність існуючими інтерпретаціями. Обрані методики мають різні складові елементи впливу та оцінки рівня особистісної зрілості, що сприяло можливості провести багатогранне емпіричне дослідження даної категорії.

2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження

Констатувальне дослідження проведене на базі психолого-педагогічного факультету Криворізького державного педагогічного університету. Комплексною діагностикою було охоплено студентів-психологів заочної форми навчання у кількості 50 осіб (групи ЗППм-23-1 та ЗППм-23-2).

Слід уточнити, що студенти заочної форми навчання мають різну вікову категорію, яка коливається в межах від 22 до 55 років. Враховуючи таку особливість, респондентів було поділено на дві групи:

- I група (25 осіб) – 22-36 років;
- II група (25 осіб) – 37-55 років.

Гендерний розподіл груп не здійснювався, оскільки кількість респондентів чоловічої статті у експериментальній групі становить лише 4 особи різного віку.

1) Опитувальник особистісної зрілості О. Штепи

Відповідно до результатів дослідження, отриманих завдяки опитувальнику особистісної зрілості О. Штепи, було визначено наступні рівні рис особистості студентів (див. рис. 2.1):

1. Рівень сформованості рис особистості: група I (22-36 років):

- високий рівень (8-14 стенів) – відповідальність, глибинність переживань, життєва філософія;
- середній рівень (4-7 стенів) – децентралізація, толерантність, автономність, контактність, самосприйняття, креативність та синергічність;
- низький рівень (1-3 стенів) – відсутній

2. Рівень сформованості рис особистості: група II (37-55 років):

- високий рівень (8-14 стенів) – відповідальність, децентралізація, глибинність переживань, життєва філософія, толерантність;
- середній рівень (4-7 стенів) – автономність, контактність, самосприйняття, креативність та синергічність;
- низький рівень (1-3 стенів) – відсутній.

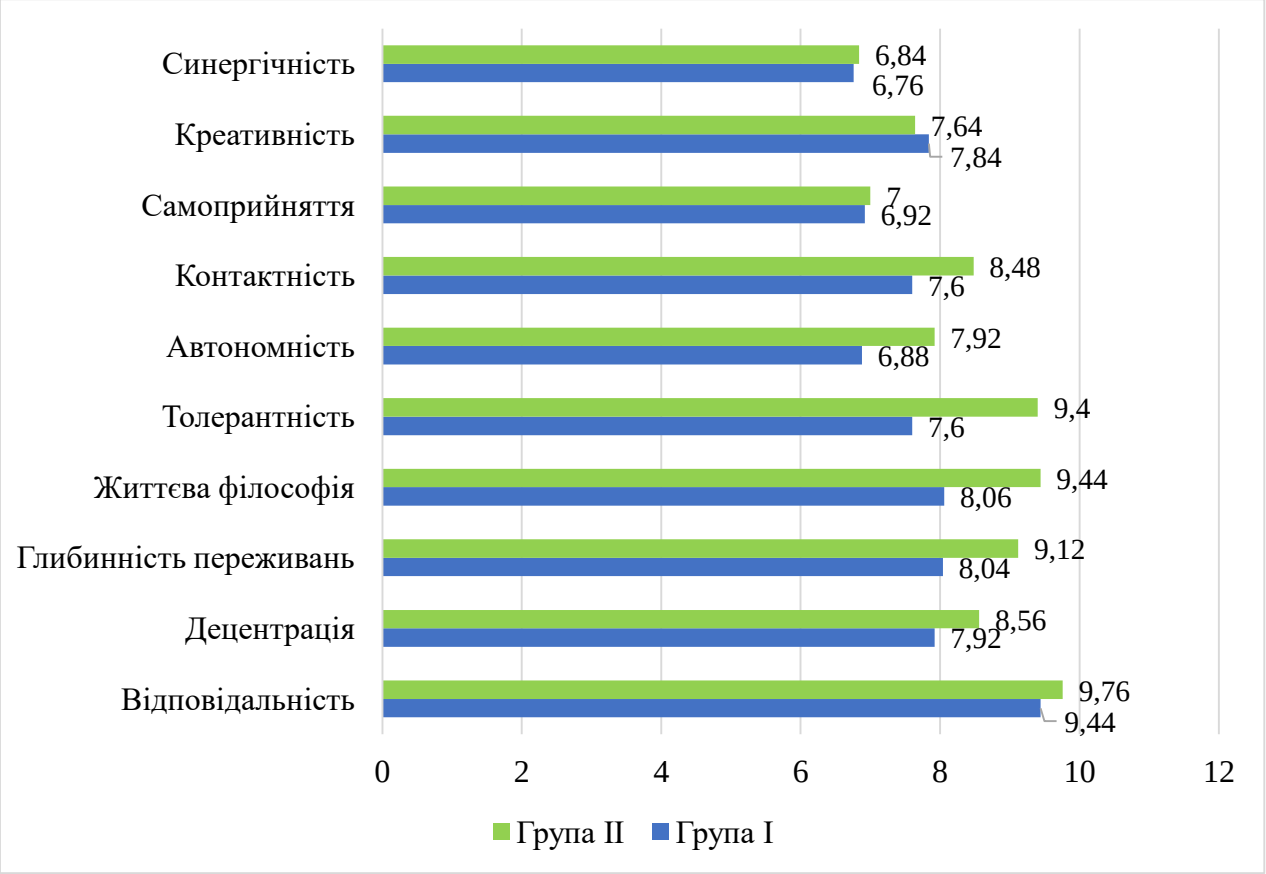

Рис. 2.1. Середнє значення стенів рис за групою I та групою II (методика О. Штепи)*

*Джерело: розраховано автором (Дод. А та Дод. Б)

Визначивши середнє арифметичне значення по усіх стенах зазначених рис особистості, на Рис. 2.1, було встановлено, що група респондентів віком від 37 до 55 років має високий рівень особистісної зрілості, оскільки сумарне середнє арифметичне значення стенів по визначених рисах усіх учасників даної групи становить 8,42. Групі респондентів, віком від 22 до 36 років, притаманним є середній рівень особистісної зрілості, оскільки середнє арифметичне значення стенів по визначених рисах усіх учасників групи, дорівнює 7,71.

На основі отриманих даних підтверджується гіпотеза щодо прямого зв'язку особистісної зрілості і віку респондентів: у процесі дорослішання зростає рівень особистісної зрілості. Також варто зауважити, що різниця між значеннями стенів двох груп є незначною, хоча відмінності у віці між деякими респондентами сягає більше 20 років (див. табл. 2.4).

Таблиця 2.4

Розрахунок відхилення середнього значення стенів групи I відносно стенів групи II*

Риси	Середнє значення стенів групи I	Середнє значення стенів групи II	Відхилення, +/-	Відхилення, %
Відповідальність	9,44	9,76	-0,3	-3,4
Децентрація	7,92	8,56	-0,64	-8,1
Глибинність переживань	8,04	9,12	-1,08	-13,4
Життєва філософія	8,06	9,44	-1,38	-17,1
Толерантність	7,6	9,4	-1,8	-23,7
Автономність	6,88	7,92	-1,04	-15,1
Контактність	7,6	8,48	-0,88	-11,6
Самоприйняття	6,92	7	-0,08	-1,2
Креативність	7,84	7,64	0,2	2,6
Синергічність	6,76	6,84	-0,08	-1,2

*Джерело: розраховано автором (Дод. А та Дод. Б)

Відповідно до даних Таблиці 2.4 можна зазначити, що найбільший відсоток відхилення у респондентів групи I порівняно з респондентами групи II мають такі риси, як: толерантність (23,7%), життєва філософія

(17,1%), автономність (15,1%), глибинність переживань (13,4%) та контактність (11,6%). Дані риси мають високий рівень залежності від життєвого досвіду особистості, що ще раз підтверджує залежність особистісної зрілості від віку.

Окрім того, під час дослідження було встановлено, що така риса, як креативність, у групи І порівняно з групою ІІ переважає на 2,6%. На нашу думку, перевага даної риси у молодших за віком респондентів пов'язана з тим, що вони більш адаптовані до сучасних соціальних процесів (інформатизація, комп'ютеризація, штучний інтелект, соціальні мережі тощо); особливо це стосується обізнаності у різних інноваційних напрямках щодо цифровізації та інформатизації сучасного світу.

Відхилення середнього значення стенів групи І відносно стенів групи ІІ становить менше 2 стенів, що є досить незначним, враховуючи існуючі відмінності у віці респондентів. Це свідчить про те, що окрім віку, на особистісну зрілість впливає середовище, в якому розвивається індивід.

Варто відмітити, що емпіричне дослідження проводилось у групах практичних психологів, серед яких є особи з вагомим досвідом роботи, що в свою чергу, також забезпечило високі показники за результатами оцінки особистісної зрілості. Відповідно до цього, можна сформулювати твердження, що між особистісною зрілістю та професійною діяльністю існує наступний взаємозв'язок: чим вищий рівень особистісної зрілості, тим вища ступінь готовності індивіда до професійної діяльності, а також, чим більший досвід професійної діяльності, тим вищі показники зрілості особистості.

2) Методика діагностики рівня особистісної зрілості (З. Гільбух)

Згідно до результатів, отриманих під час застосування методика З. Гільбуха, було встановлено наступні рівні особистісної зрілості студентів обох груп (див. Рис. 2.2):

1) рівні особистісної зрілості групи I (22-36 років):

- «Мотивація досягнень» – задовільний рівень;
- «Ставлення до свого “Я” (або “Я” – концепція)» – задовільний рівень;
- «Почуття громадського обов’язку» – задовільний рівень;
- «Життєва установка» – задовільний рівень;
- «Прихильність до іншої людини» – задовільний рівень.

2) рівні особистісної зрілості групи II (37-55 років):

- «Мотивація досягнень» – високий рівень;
- «Ставлення до свого “Я” (або “Я” – концепція)» – задовільний рівень;
- «Почуття громадського обов’язку» – задовільний рівень;
- «Життєва установка» – високий рівень;
- «Прихильність до іншої людини» – високий рівень.

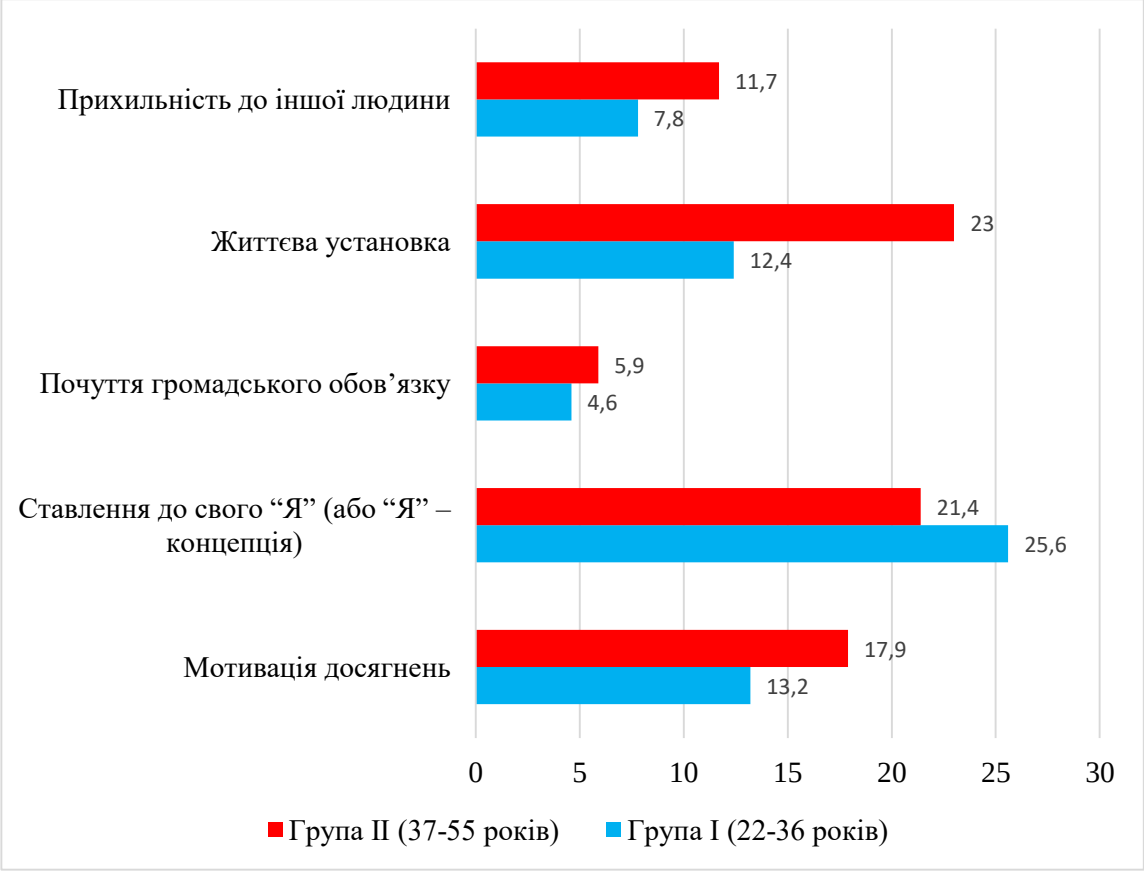

Рис. 2.2. Середнє значення критеріїв особистісної зрілості групи I та групи II (методика З. Гільбуха)*

*Джерело: розраховано автором (Дод. В та Дод. Г)

За даними Рис. 2.2 можна спостерігати, що за шкалою методики З. Гільбуха особистісна зрілість респондентів групи ІІ знаходиться на більш високому рівні, порівняно з групою І.

Високий рівень особистісної зрілості за критерієм «Мотивація досягнень» у студентів групи ІІ (17,9 %) дає підстави вважати, що у значної кількості респондентів наявна адекватна мотивація щодо власних досягнень. Це означає, що вони мають зацікавленість, а також бажання в тому, щоб досягти успіху в навчанні, особистих цінностях, кар'єрі тощо.

Задовільний рівень особистісної зрілості (13,2%) у студентів групи І означає, що значній значимій кількості студентів притаманний середній рівень мотивації щодо власних досягнень. Дані особи можуть мати певні амбіції та цілі, при цьому наполегливість та мотивація проявляються не завжди.

Задовільний рівень, отриманий за шкалою «Ставлення до свого «Я» («Я»- концепція)» по двох групах, вказує на те, що більшість респондентів не мають позитивної самоідентифікації, впевненості у власних здібностях та високої самооцінки; при цьому вони мають здорове ставлення до своєї індивідуальності, що сприяє самореалізації, взаємодії з людьми та розвитку психологічної стійкості.

Результати оцінки за критерієм «Почуття громадянського обов'язку» інформують про середній рівень відповідальності та свідомості респондентів стосовно їх соціальної відповідальності. Такий рівень свідчить про те, що у студентів почуття громадянської відповідальності не досяг належного рівня, щоби повноцінно зануритись у громадську діяльність.

Високий рівень за шкалою «Життєва установка» (23%) у студентів групи ІІ зазначає про те, що члени даної групи мають чітко визначені цінності, сформовану життєву мету, відчувають рівновагу між можливостями та бажаннями, налаштовані на позитивне сприйняття життєвих ситуацій тощо.

Задовільний рівень за шкалою «Життєва установка» (12,4%) у студентів групи І свідчить про відсутність чіткості у постановці мети власної життєдіяльності, а також про невпевненість у стратегіях подальшого особистісного розвитку.

Високий рівень особистісної зрілості (11,7%) за шкалою «Прихильність до іншої людини» у студентів групи ІІ визначає те, що усі респонденти даної групи проявляють емоційну відкритості, а також готовність до налагодження позитивного контакту з іншими людьми. Такі особи здатні відчути, побачити та правильно розуміти стан і емоційні потреби інших людей.

Середній рівень особистісної зрілості (7,8%) за шкалою «Прихильність до іншої людини» у студентів групи І фіксує існування потреби у формуванні вищого рівня емоційної відкритості для підвищення можливостей налагодження контактів з іншими людьми.

Відповідно до отриманих результатів дослідження за методикою З. Гільбуха, можемо зауважити, що жодний з респондентів з обох груп не мав незадовільного рівня. При цьому, у групі І домінує середній рівень особистісної зрілості, а у студентів групи ІІ переважає високий рівень зрілості.

У студентів, які увійшли до групи І, усі критерії знаходяться на середньому рівні, що може свідчити про актуальну потребу подальшого розвитку особистісної зрілості. Щодо ІІ групи респондентів, то у них усі критерії відповідно до методики З. Гільбуха, знаходяться на високому рівні, окрім критеріїв «Ставлення до свого “Я” (або “Я” – концепція)» та «Почуття громадського обов’язку» (їх значення є задовільним).

Аналізуючи відхилення середнього значення критеріїв особистісної зрілості групи І відносно групи ІІ за шкалою методики З. Гільбуха, можна спостерігати значно більшу різницю, аніж за стенами (за методикою О. Штепи) (див. табл. 2.5).

Таблиця 2.5

Розрахунок відхилення середнього значення критеріїв особистісної зрілості групи І відносно групи ІІ*

Риси	Середнє значення стенів групи І	Середнє значення стенів групи ІІ	Відхилення, +/-	Відхилення, %
Мотивація досягнень	13,2	17,9	-4,7	-35,6
Ставлення до свого “Я” (або “Я” – концепція)	25,6	21,4	4,2	16,4
Почуття громадського обов’язку	4,6	5,9	-1,3	-28,3
Життєва установка	12,4	23	-10,6	-85,5
Прихильність до іншої людини	7,8	11,7	-3,6	-50

*Джерело: розраховано автором (Дод. В та Дод. Г)

Згідно даних Таблиці 2.5, найбільші відмінності у рівнях особистісної зрілості групи І відносно групи ІІ виявлені за критеріями: «Життєві установки» (менше на 85,5%), «Мотивація досягнень» (менше на 35,6%) та «Почуття громадського обов’язку» (менше на 28,3%). Критерієм, за яким існує перевага у І групи, являється «Ставлення до свого «Я». Його середнє значення за результатами опитування у групі І перевищує даний показник групи ІІ на 16,4%.

3) 16-факторний особистісний опитувальник Р. Кеттела

Окрім вікових ознак та впливу зовнішнього середовища на процес формування особистісної зрілості особистості, вагоме значення мають первинні особистісні риси індивіда. Дані риси було визначено завдяки методиці дослідження рис індивідуальності особистості Р. Кеттела.

Проаналізувавши результати, отримані за допомогою 16-факторного особистісного опитувальника Р. Кеттела, було встановлено наступні рівні факторів у І і ІІ групах респондентів:

1. Рівні факторів групи I (22-36 років):

- Фактор A (замкнутість – товариськість) – високий рівень вираженості (11,3);
- Фактор B (інтелект) – середній рівень вираженості риси, який має спрямування до високого рівня (5,96);
- Фактор C (емоційна нестійкість – емоційна стійкість) – середній рівень вираженості риси, який має спрямування до високого рівня (5,96);
- Фактор E (підпорядкованість – домінантність) – середній рівень вираженості риси, який має спрямування до низького рівня (4,76);
- Фактор F (стриманість – експресивність) – середній рівень вираженості риси, який має спрямування до низького рівня (4,88);
- Фактор G (підвласність почуттям – висока нормативність поведінки) – середній рівень вираженості риси, який має спрямування до високого рівня (5,92);
- Фактор H (нерішучість – сміливість) – середній рівень вираженості риси, який має спрямування до високого рівня (5,2);
- Фактор I (жорстокість – чутливість) – високий рівень вираженості (7,32);
- Фактор L (довірливість – підозріливість) – високий рівень вираженості (6,68);
- Фактор M (практичність – розвинута уява) – середній рівень вираженості риси, який має спрямування до високого рівня (5,72);
- Фактор N (прямолінійність – дипломатичність) – середній рівень вираженості риси, який має спрямування до низького рівня (4,84);
- Фактор O (впевненість у собі – тривожність) – середній рівень вираженості риси, який має спрямування до високого рівня (6,32);
- Фактор Q1 (консерватизм – радикалізм) – середній рівень вираженості риси, який має спрямування до високого рівня (5,56);
- Фактор Q2 (конформізм – нонконформізм) – середній рівень вираженості риси, який має спрямування до високого рівня (5,36);

- Фактор Q3 (низький самоконтроль – високий самоконтроль) – середній рівень вираженості риси, який має спрямування до високого рівня (5,48);
- Фактор Q4 (розслаблення – напруженість) – середній рівень вираженості риси, який має спрямування до високого рівня (5,4);
- Фактор MD (адекватність самооцінки) – середній рівень вираженості риси, який має спрямування до високого рівня (5,36);

2. Рівні факторів групи II (27-55 років):

- Фактор A (замкнутість – товариськість) – високий рівень вираженості (10,32);
- Фактор B (інтелект) – високий рівень вираженості (7,68);
- Фактор C (емоційна нестійкість – емоційна стійкість) – високий рівень вираженості (7,12);
- Фактор E (підпорядкованість – домінантність) – високий рівень вираженості (8,2);
- Фактор F (стриманість – експресивність) – високий рівень вираженості (7,44);
- Фактор G (підвласність почуттям) – високий рівень вираженості (7,52);
- Фактор H (нерішучість – сміливість) – високий рівень вираженості (8,44);
- Фактор I (жорстокість – чутливість) – високий рівень вираженості (9,28);
- Фактор L (довірливість – підозріливість) – високий рівень вираженості (7,92);
- Фактор M (практичність – розвинута уява) – високий рівень вираженості (8,36);
- Фактор N (прямолінійність – дипломатичність) – високий рівень вираженості (7,2);
- Фактор O (впевненість у собі – тривожність) – високий рівень вираженості (8,12);

- Фактор Q1 (консерватизм – радикалізм) – високий рівень вираженості (7,76);
- Фактор Q2 (конформізм – нонконформізм) – високий рівень вираженості (8,12);
- Фактор Q3 (низький самоконтроль – високий самоконтроль) – високий рівень вираженості (8,28);
- Фактор Q4 (розслаблення – напруженість) – високий рівень вираженості (7,68);
- Фактор MD (адекватність самооцінки) – високий рівень вираженості (9,36).

Відповідно до вище зазначених даних, можна спостерігати, що у групі I переважають фактори, які мають середній рівень вираженості рис особистості (спрямування до високого рівня), а у групі II усі фактори мають високий рівень вираженості.

Проаналізувавши різницю між значеннями факторів індивідуальних рис групи I відносно групи II, було встановлено, що найбільша відмінність зафіксована по таких позиціях:

- факторі E (менше на 72,3%),
- факторі F (менше на 52,5%),
- фактор Q_2 (менше на 51,5%),
- факторі H (менше на 62,3%),
- фактор Q3 (менше на 51,1%) (див. Таблиця 2.6).

Інтерпретація виявлених відмінностей між I і II групами респондентів за факторами наступна:

1) за фактором E: респонденти групи I є більш сором’язливими, схильними давати дорогу іншим; такі індивіди часто виявляються залежними від обставин та беруть провину на себе, а також мають підвищену тривожність стосовно можливих помилок;

2) за фактором F: суттєва різниця означає, що респонденти групи I мають схильність все ускладнювати, їм притаманна песимістичність у сприйнятті дійсності;
3) за фактором H: менше значення фактору у групі I свідчить про те, що її члени більш сором'язливі, нерішучі та стримані;
4) за фактором $Q_{2:}$ респонденти групи I є залежними від суспільної думки; зазвичай, такі особистості прагнуть працювати та приймати рішення спільно з іншими людьми, орієнтуючись при цьому на соціальне схвалення;
5) за фактором Q3: нижчі значення свідчать про те, що учасники групи I є більше зорієнтовані на соціальні потреби, що опосередковано означає більший вплив на них зовнішніх факторів.

Таблиця 2.6

Розрахунок відхилення середнього значення факторів індивідуальних рис групи I відносно групи II*

Фактори	Група I	Група II	Відхилення, +/-	Відхилення, %
Фактор A	11,32	10,32	1	8,8
Фактор B	5,96	7,68	-1,72	- 28,9
Фактор C	5,96	7,12	-1,16	- 19,5
Фактор E	4,76	8,2	-3,44	- 72,3
Фактор F	4,88	7,44	-2,56	- 52,5
Фактор G	5,92	7,52	-1,6	- 27,
Фактор H	5,2	8,44	-3,24	- 62,3
Фактор I	7,32	9,28	-1,96	- 26,8
Фактор L	6,68	7,92	-1,24	- 18,6
Фактор M	5,72	8,36	-2,64	- 46,2
Фактор N	4,84	7,2	-2,36	- 48,8
Фактор O	6,32	8,12	-1,8	- 28,5
Фактор Q1	5,56	7,76	-2,2	- 39,7
Фактор Q2	5,36	8,12	-2,76	- 51,5
Фактор Q3	5,48	8,28	-2,8	- 51,1
Фактор Q4	5,4	7,68	-2,28	- 42,2
Фактор MD	5,36	9,36	-4	-8,8

*Джерело: розраховано автором (Дод. Д та Дод. Є)

Відповідно до даних Таблиці 2.6, також можна спостерігати, що у групі І, порівняно з групою ІІ, переважають риси Фактору А. Дана перевага визначає, що респонденти групи І є більш товариськими, душевними, їм властиві достовірність, природність особистості і поведінки.

Отже, проаналізувавши основні складові особистісної зрілості з використанням опитувальника О. Штепи та тесту-опитувальник З. Гільбуха, визначивши рівень особистісних рис завдяки 16-факторному особистісному опитувальнику Р. Кеттела, можна стверджувати, що у індивідів, які мають вищий рівень особистісної зрілості, первинні особистісні риси також знаходяться на високому рівні вираженості. Можна стверджувати, що формування та розвиток особистісної зрілості особистості, як детермінанти готовності до професійної діяльності, базується на первинних рисах особистості та залежить від віку і соціуму.

Висновки до розділу 2

Для проведення емпіричного дослідження особистісної зрілості було використано три валідні та адаптовані методики: опитувальник особистісної зрілості О. Штепи; тест-опитувальник особистісної зрілості З. Гільбуха; 16-факторний особистісний опитувальник Р. Кеттела.

Методику дослідження особистісної зрілості О. Штепи обрано для того, щоб визначити основні риси, які слугують надійними критеріями особистісного зростання. Методику діагностики рівня особистісної зрілості З. Гільбуха було застосовано для оцінки рівня особистісної зрілості за такими критеріями: мотивація досягнень. ставлення до свого «Я», почуття громадянського обов’язку. життєва установка, прихильність до іншої людини.

Методика дослідження рис індивідуальності особистості Р. Кеттела використовувалася з метою деталізувати взаємозв’язок первинних особистісних рис індивіда та рівня особистісної зрілості.

Отримані результати емпіричного дослідження надали можливість визначити, що особистісна зрілість є прямо залежною від віку індивіда. Відповідно до цього можна стверджувати, що з віком зростає особистісна зрілість, а отже, і готовність до професійної діяльності.

У процесі емпіричного дослідження було визначено, що прямий вплив на розвиток особистісної зрілості мають первинні особистісні риси індивіда, які формуються протягом усього життя.

РОЗДІЛ 3
ПРОГРАМА РОЗВИТКУ ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ ЯК ДЕТЕРМІНАНТИ ГОТОВОСТІ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

3.1. Теоретичне обґрунтування умов розвитку особистісної зрілості

Враховуючи важливість особистісної зрілості у професійній діяльності і беручи до уваги результати комплексної діагностики поставлене завдання розробити корекційно-розвивальну програму, яка би сприяла підвищенню рівня особистісної зрілості (див. табл. 3.1).

Таблиця 3.1

Корекційно-розвивальна програма підвищення рівня особистісної зрілості*

Структурний блок	Тема семінару	Кількість семінарів	Тривалість семінару (у хвилинах)
Вступний блок	Семінар 1. «Вступ: роль та значення особистісної зрілості у діяльності психолога»	1	90
Основний блок	Семінар 2. «Деталізація основних рис особистісної зрілості»	1	90
	Семінар 3. «Проблемні риси особистісної зрілості»	1	90
	Семінар 4. «Мотивація досягнень – запорука успіху у професійному розвитку»	1	90
	Семінар 5. «Я-концепція, як основа формування особистісної зрілості»	1	90
	Семінар 6. «Громадський обов'язок та його взаємозв'язок з особистісною зрілістю»	1	90
	Семінар 7. «Життєва установка – внутрішній план самореалізації у професійній діяльності»	1	90
	Семінар 8. «Зв'язок прихильності до інших людей і особистісної зрілості особистості»	1	90
Завершальний блок	Семінар 9. «Власне розуміння особистісної зрілості»	1	90

*Джерело: сформовано автором

Корекційно-розвивальна програма впроваджена у групах студентів КДПУ спеціальності «Практична психологія» заочної форми навчання (ЗППм-23-1, ЗППм-23-2). Віковий діапазон учасників: від 22 до 55 років.

Зміст програми реалізований протягом десяти семінарів по 60 хвилин в режимі ZOOM – зустрічей.

Мета корекційно-розвивальної програми: створити умови для формування рис особистості, які є необхідними для досягнення особистісної зрілості.

Реалізація поставленої мети корекційно-розвивальної програми передбачає виконання таких завдань:

- переконати студентську молодь у високій суспільній значущості особистісної зрілості у діяльності психолога;
- деталізувати основні риси особистісної зрілості;
- охарактеризувати проблемні риси особистості, які проявились на діагностичному етапі в обох студентських групах;
- розглянути мотивацію досягнень, як запоруку успіху у професійному розвитку;
- розглянути «Я-концепцію», як основу формування особистісної зрілості;
- розглянути громадський обов’язок та його взаємозв’язок з особистісною зрілістю;
- розглянути життєву установку, як внутрішній план самореалізації у професійній діяльності;
- проаналізувати зв'язок особистісної зрілості особистості з такою рисою, як прихильність до іншої людини;
- провести коротку тезисну конференцію з усіма учасниками на тему «Моє розуміння особистісної зрілості»;
- провести повторне тестування за допомогою опитувальника особистісної зрості О. Штепи, тесту-опитувальника особистісної зрілості З. Гільбуха, 16- факторного особистісного опитувальника Р. Кеттела.

Для детального розуміння цільової спрямованості і змісту запропонованої корекційно-розвивальної програми пропонується план семінарів.

Семінар 1

Тема: «Вступ: роль та значення особистісної зрілості у діяльності психолога»

Час: 60 хв.

План:

1. Вступне слово до учасників семінару (15 хв).

Психолог вказує основну мету семінарів. Розповідає про себе. Коротко знайомить усіх учасників між собою.

2. Доповідь та презентація «Роль особистісної зрілості» (15 хв).

Психолог за допомогою слайдів розповідає про суть та роль особистісної зрілості, її значимість у професійній діяльності. Увага звертається на ролі особистісної зрілості у кар'єрному зростанні особистості.

3. Доповідь та презентація «Значення особистісної зрілості» (20 хв).

Психолог характеризує значення особистісної зрілості особистості. Розкриваючи її значення у двох напрямках : значення в особистому житті; значення у професійній діяльності.

4. Обговорення з учасниками ролі та значення особистісної зрілості (20 хв).

До обговорення ролі та значення особистісної зрілості психолог залучає кожного учасника семінару для визначення рівня розуміння даних категорій. Кожен з учасників коротко має пояснити, як він розуміє роль та значення особистісної зрілості.

5. Заключне слово (5 хв).

Психолог підсумовує результати спільної діяльності. Визначається дата наступної зустрічі на платформі «ZOOM» чи очної зустрічі.

Семінар 2

Тема: «Деталізація основних рис особистісної зрілості»

Час: 60 хв

План:

1. Вступне слово до учасників семінару (10 хв).

Психолог повторює основні аспекти Семінару 1. Доводить до відома учасників, що заплановано розглянути на Семінарі 2.

2. Доповідь та презентація «Риси особистісної зрілості» (20 хв).

За допомогою слайдів психолог розкриває поняття рис особистісної зрілості. Окреслює фактори впливу на формування рис особистості. Детально зупиняється на тлумаченні вказаних рис особистості.

3. Обговорення (30 хв)

Психолог залучає кожного учасника семінару до обговорення значимості рис особистісної зрілості.

4. Заключне слово (10 хв).

Психолог підсумовує інформацію семінару. Організується вільне обговорення учасниками результатів семінару. Визначається дата наступної зустрічі.

Семінар 3

Тема: «Проблемні риси особистісної зрілості»

Час: 60 хв

План

1. Вступне слово до учасників семінару (5 хв).

Психолог повторює основні аспекти Семінару 2. Доводить до відома учасників, що заплановано розглянути на Семінарі 3.

2. Доповідь та презентація «Результати проведеного емпіричного дослідження» (10 хв).
3. Доповідь та презентація «Деталізація «слабких» рис у групі І, можливі причини їх виникнення» (15 хв).

Психолог за допомогою слайдів описує «слабкі» риси у групі І: синергічність, самоприйняття, автономність, толерантність та контактність. Описує фактори, які спричинюють появу таких рис особистості. Прогнозує наслідки, до яких може призвести прояви таких рис особистості.

4. Доповідь та презентація «Деталізація слабких рис у групі ІІ, можливі причини їх виникнення» (15 хв).

Психолог за допомогою слайдів описує слабкі риси, які були виявлені у групі ІІ (синергійність, самоприйняття, креативність). Описує фактори, які могли вплинути на низький рівень сформованості даних рис, та наслідки такого стану.

5. Обговорення з аудиторією проявлених недоліків та можливих причин їх виникнення (30 хв).

Психолог розпочинає дискусію з учасниками семінару щодо існуючих недоліків та можливих причин їх виникнення.

6. Заключне слово (5 хв).

Психолог підсумовує інформацію семінару. Визначається дата наступної зустрічі.

Семінар 4

Тема: «Мотивація досягнень – запорука успіху у професійному розвитку»

Час: 60 хв.

План

1. Вступне слово до учасників семінару (10 хв).

Психолог актуалізує основні висновки попереднього семінару. Доводить до відома учасників план семінару.

Доповідь та презентація «Результати проведеного емпіричного дослідження щодо значення критерію «Мотивація досягнень» (10 хв).

2. Доповідь та презентація «Мотивація досягнень – запорука успіху у професійному розвитку» (20 хв).

Психолог за допомогою слайдів деталізує критерій «Мотивація досягнень – запорука успіху у професійному розвитку». Визначаються його характерні риси та особливості формування. Характеризуються фактори, які впливають на мотивацію досягнень. Описується вплив мотивації досягнень на рівень особистісної зрілості.

3. Заключне слово (10 хв).

Психолог підсумовує результати спільного обговорення на семінарі.

Семінар 5

Тема: «Я-концепція, як основа формування особистісної зрілості»

Час: 60 хв

План

1. Вступне слово до учасників семінару (10 хв).

Психолог актуалізує основні тези попереднього семінару. Доводить до відома учасників план наступного семінару.

2. Доповідь та презентація «Результати емпіричного дослідження щодо значення критерію «Я-концепція» (10 хв).
3. Доповідь та презентація «Я-концепція, як основа формування особистісної зрілості» (20 хв).

Психолог за допомогою слайдів деталізує критерій «Я-концепція, як основу формування особистісної зрілості». Визначаються особливості формування Я-концепції. Описується вплив Я-концепції на рівень особистісної зрілості.

4. Обговорення з аудиторією критерію «Я-концепція» (40 хв).

Психолог з учасниками семінару розпочинає обговорення критерію «Я-концепція». Визначаються зрозумілі та непрояснені деталі критерію. Пропонується спільно обговорити психологічні умови і засоби становлення Я-концепції.

5. Заключне слово (10 хв).

Психолог підсумовує інформацію семінару.

Семінар 6

Тема: «Громадський обов'язок та його взаємозв'язок з особистісною зрілістю»

Час: 60 хв.

План:

1. Вступне слово до учасників семінару (10 хв).

Психолог актуалізує основні положення попереднього семінару і пропонує план наступного семінару.

2. Доповідь та презентація «Результати проведеного емпіричного дослідження щодо значення критерію «Почуття громадського обов'язку» (10 хв).
3. Доповідь та презентація «Громадський обов'язок та його взаємозв'язок з особистісною зрілістю» (20 хв).

Психолог за допомогою слайдів деталізує критерій «Громадянський обов'язок та його взаємозв'язок з особистісною зрілістю». Визначається смислове наповнення поняття «громадянський обов'язок». Характеризуються фактори, які впливають на даний критерій. Визначаються способи підвищення рівня сформованості громадянської відповідальності. Описується вплив громадянського обов'язку на рівень особистісної зрілості.

4. Обговорення з аудиторією критерію «Почуття громадського обов'язку» (20 хв).

Психолог з учасниками семінару розпочинає обговорення критерію «Почуття громадського обов'язку».

Визнаються зрозумілі та не цілком зрозумілі аспекти. Заключне слово (10 хв). Психолог підсумовує інформацію семінару.

Семінар 7

Тема: «Життєва установка – внутрішній план самореалізації у професійній діяльності»

Час: 60 хв.

План:

1. Вступне слово до учасників семінару (10 хв).

Психолог актуалізує положення попереднього семінару і оголошує план наступного.

Доповідь та презентація « «Життєва установка особистості» (10 хв).

2. Доповідь та презентація «Життєва установка – внутрішній план самореалізації у професійній діяльності» (20 хв).

Психолог за допомогою слайдів деталізує критерій «Життєва установка – внутрішній план самореалізації у професійній діяльності». Визначаються його характерні риси та особливості формування. Характеризуються фактори, які впливають на даний критерій. Визначаються способи розвитку особистісної зрілості за даним критерієм. Описується вплив життєвих установок на рівень особистісної зрілості.

3. Обговорення з аудиторією критерію «Життєва установка» (40 хв).

Психолог з учасниками семінару розпочинає обговорення критерію «Життєва установка». Визнаються зрозумілі та не цілком зрозумілі деталі критерію.

4. Заключне слово (10 хв).

Психолог підсумовує спільне обговорення питань семінару. Визначається дата наступної зустрічі.

Семінар 8

Тема: «Вплив здатності прихильно ставитись до інших людей на формування особистісної зрілості»

Час: 60 хв.

План:

1. Вступне слово до учасників семінару (10 хв).

Психолог актуалізує положення попереднього семінару і оголошує план наступного.

2. Доповідь та презентація «Психологічна прихильність до іншої людини» (10 хв).
3. Доповідь та презентація «Вплив прихильного ставлення до людей на формування особистісної зрілості» (20 хв).

Психолог за допомогою слайдів деталізує значення критерій. Описується зв'язок прихильності і особистісної зрілості.

4. Обговорення з аудиторією критерію «Здатність бути прихильним до інших людей» (40 хв).

Психолог з учасниками семінару розпочинає обговорення критерію. Заключне слово (10 хв). Психолог підсумовує інформацію семінару. Обумовлюється дата наступної зустрічі.

Семінар 9

Тема: «Власне розуміння особистісної зрілості»

Час: 60 хв

План:

1. Вступне слово до учасників семінару (10 хв).

Психолог підводить підсумки попередніх семінарів. Визначає позитивні аспекти попередніх зустрічей.

2. Тезисна конференція «Власне розуміння особистісної зрілості» (30 хв).

Проводиться конференція на тематику «Власне розуміння особистісної зрілості». Кожен учасник наперед має підготувати тези, як він розуміє особистісну зрілість. Дані тези мають самостійний та творчий характер, тому деталізованих вимог немає. Кожен учасник самостійно визначає основні аспекти у висловленні.

3. Рекомендації учасникам та підведення підсумків (20 хв).

Психолог підсумовує інформацію семінару. Надає рекомендації щодо розвитку основних рис особистісної зрілості. Пропонує пройти повторне тестування на бланках у електронній формі за допомогою опитувальника особистісної зрості О. Штепи, тесту-опитувальника особистісної зрілості З. Гільбуха, 16-факторного особистісного опитувальника Р. Кеттела . Дякує усім учасникам за участь у семінарах.

Відповідно до основної мети корекційно-розвивальної програми, спрямованої на підвищення рівня особистісної зрілості, визначено такі умови розвитку особистісної зрілості:

- детальне розуміння ролі, значення та основних рис особистісної зрілості;
- розуміння та усвідомлення наявних проблем та недоліків, які заважають розвитку особистісної зрілості;
- професійний пошук шляхів та способів подолання виявлених проблем та недоліків у процесі становлення особистісної зрілості;
- об’єктивна оцінка досягнутих особистих успіхів у покращені рівня особистісної зрілості.

Отже, умови розвитку особистісної зрілості відповідно до сформованої корекційно-розвивальної програма більшою мірою залежать не від зовнішніх факторів, а від особистісних рис людини, які потребують постійного розвитку та удосконалення. Дана програма сприяє поглибленому розумінню психологічних засад особистісної зрілості.

Ефективність корекційно-розвивальної програми перевірялась шляхом повторної діагностики.

Згідно результатів повторного тестування за усіма критеріями спостерігалась позитивна динаміка.

Порівняння середнього значення стенів групи І та стенів групи ІІ після проведених семінарів (опитувальник особистісної зрості О. Штепи) вказує на позитивну динаміку кожної риси особистості (див. табл. 3.2).

Таблиця 3.2

Порівняння середнього значення стенів групи І та стенів групи ІІ після проведених семінарів (опитувальник особистісної зрості О. Штепи) *

Риси	**Середнє зн. стенів групи І (Тест 1)**	**Середнє зн. стенів групи ІІ (Тест 1)**	**Середнє зн. стенів групи І (Тест 2)**	**Середнє зн. стенів групи ІІ (Тест 2)**	**Відхилення % (група І)**	**Відхилення % (група ІІ)**
Відповідальність	9,44	9,76	9,92	9,96	5,08	2,05
Децентрація	7,92	8,56	8,68	9,24	9,6	7,9
Глибинність переживань	8,04	9,12	8,56	9,56	6,5	4,8
Життєва філософія	8,06	9,44	9,08	9,76	12,7	3,4
Толерантність	7,6	9,4	9,16	9,68	20,5	2,9
Автономність	6,88	7,92	8,44	9,28	22,7	17,2
Контактність	7,6	8,48	8,72	9,28	14,7	9,4
Самоприйняття	6,92	7	9,04	9,4	30,6	34,3
Креативність	7,84	7,64	9,4	9,04	19,9	18,3
Синергічність	6,76	6,84	9,12	9,28	34,9	35,7

*Джерело: розраховано автором (Дод. Є-1, Дод. Є-2, Дод. И-1, Дод. И-2)

У групі І після проведених семінарів найбільше підвищилась синергічність (на 34,9%), самосприйняття (на 30,6%), а також автономність (на 22,7%). У групі ІІ також покращилась синергічність (на 35,7%), самосприйняття (на 34,3%) та креативність (на 18,3%).

Порівняння середнього значення критеріїв особистісної зрілості групи І та групи ІІ після проведених семінарів (тест-опитувальник особистісної зрілості З. Гільбуха) показує зростання показників по усіх визначених рисах (див. табл. 3.3). Відповідно до отриманих результатів у групі І найбільше зросли почуття громадського обов’язку (на 53,9%) та життєва установка (на 34,9%). У групі ІІ суттєво збільшився показник риси особистості «почуття громадського обов’язку» (43,1%).

Таблиця 3.3

Порівняння середнього значення критеріїв особистісної зрілості групи І та групи ІІ після проведених семінарів (тест-опитувальник особистісної зрілості З. Гільбуха) *

Риси	**Середнє зн. стенів групи І (Тест 1)**	**Середнє зн. стенів групи ІІ (Тест 1)**	**Середнє зн. стенів групи І (Тест 2)**	**Середнє зн. стенів групи ІІ (Тест 2)**	**Відхилення, % (група І)**	**Відхилення, % (група ІІ)**
Мотивація досягнень	13,2	17,9	14,96	19,04	13,3	6,4
Ставлення до свого “Я” (або “Я” – концепція)	25,6	21,4	26,48	21,64	3,4	1,12
Почуття громадського обов’язку	4,6	5,9	7,08	8,44	53,9	43,1
Життєва установка	12,4	23	16,72	24,12	34,8	4,9
Прихильність до іншої людинини	7,8	11,7	8,52	12,64	9,2	8,03

*Джерело: розраховано автором (Дод. Ж-1, Дод. Ж-2, Дод. І-1, Дод. І-2)

Порівняння значення факторів індивідуальних рис групи І та групи ІІ після проведених семінарів зазначає про позитивні зміни у рівнях вираженості факторів особистості у групи І та у групі ІІ (див. табл. 3.4). У групи І суттєве збільшення відбулось за фактором М (практичність – розвинута уява) на 23,8%; за фактором N (прямолінійність – дипломатичність) на 22,3%; за фактором Q2 (конформізм – нонконформізм) - на 19,4%; за фактором Q3 (низький самоконтроль – високий самоконтроль) - на 21,2%; за фактором MD (адекватність самооцінки) - на 21,6%; за фактором Е (підпорядкованість – домінантність) - на 19,3%; за фактором В

(інтелект) - на 14,1%; за фактором F (стриманість – експресивність) - на 15,6%.

У групи II найбільші зміни відбулись за фактором A (замкнутість – товариськість) - на 15,9%; за фактором C (емоційна нестійкість – емоційна стійкість) - на 17,4%; за фактором F (стриманість – експресивність) - на 14,5%; за фактором G (підвласність почуттям) - на 13,3%; за фактором N (прямолінійність – дипломатичність) - на 17,2%; за фактором Q4 (розслаблення – напруженість) - на 14,6%.

Таблиця 3.4

Порівняння значення факторів індивідуальних рис групи I та групи II після проведених семінарів (16-факторного особистісного опитувальника Р. Кеттела)*

Фактори	**Середнє значення група I (Тест 1)**	**Середнє значення група II (Тест 1)**	**Середнє значення група I (Тест 2)**	**Середнє значення група II (Тест 2)**	**Відхилення, % (група I)**	**Відхилення, % (група II)**
Фактор A	11,32	10,32	11,96	11,96	5,7	15,9
Фактор B	5,96	7,68	6,8	8,28	14,1	7,8
Фактор C	5,96	7,12	6,72	8,36	12,8	17,4
Фактор E	4,76	8,2	5,68	8,72	19,3	6,3
Фактор F	4,88	7,44	5,64	8,52	15,6	14,5
Фактор G	5,92	7,52	6,24	8,52	5,4	13,3
Фактор H	5,2	8,44	5,44	9,12	4,6	8,1
Фактор I	7,32	9,28	7,6	9,6	3,8	3,4
Фактор L	6,68	7,92	6,92	8,72	3,6	10,1
Фактор M	5,72	8,36	7,08	9,08	23,8	8,6
Фактор N	4,84	7,2	5,92	8,44	22,3	17,2
Фактор O	6,32	8,12	6,96	8,88	10,1	9,4

Фактор Q1	5,56	7,76	6,4	8,6	15,1	10,8
Фактор Q2	5,36	8,12	6,4	9,04	19,4	11,3
Фактор Q3	5,48	8,28	6,64	9,08	21,2	9,7
Фактор Q4	5,4	7,68	6,2	8,8	14,8	14,6
Фактор MD	5,36	9,36	6,52	9,6	21,6	2,6

*Джерело: розраховано автором (Дод. З-1, Дод. З-2, Дод. Ї-1, Дод. Ї-2)

На основі теоретичних висновків, результатів емпіричного дослідження і повторної діагностики нами упорядковані методичні рекомендації стосовно умов розвитку особистісної зрілості (параграф 3.2).

3.2. Методичні рекомендації суб'єктам розвитку особистісної зрілості

Особистісна зрілість являється ключовим фактором у досягненні успіху у професійній діяльності. Взаємозв'язок між зрілістю особистості та професійним успіхом неоднозначний, хоча між даними феноменами існує позитивна кореляція. Особистісна зрілість також перебуває у зв'язку з такими самопроцесами, як самоефективність і саморегуляція.

Особистісно зрілі люди, зазвичай, мають більш високий рівень самоефективності. Це означає, що вони з більшою ймовірністю здатні самостійно і цілісно визначати свою діяльність, бути відповідальними за наслідки своєї активності [34].

Ще одним напрямком взаємозв'язку між особистісною зрілістю та професійним успіхом являється важливість навичок управління власним часом. Особистісно зрілі люди мають здатність ефективно визначати пріоритети в завданнях і раціонально управляти власним часом, що в свою чергу, надає можливість зосередитися на найважливішому і уникати

відволікаючих факторів. Окрім того, особистісно зрілі люди мають здатність краще виконувати покладені на них обов'язки, проявляють уміння виокремлювати найважливіші завдання.

Враховуючи важливість досягнення особистісної зрілості у професійній діяльності, сформульовано наступні рекомендації:

1. Розвивайте самоконтроль. Прагніть систематично навчатися контролювати власні слова та дії. Емоції не мають керувати вчинками та сказаними словами. При виконанні дій переконайтесь, чи не гуртуються вони суто на емоціях, а також, чи узгоджуються вони з життєвими цінностями.

2. Посилюйте самодостатність. Це забезпечить можливість жити власним життям, певною мірою незалежним, що, у свою чергу, сприятиме правильному професійному вибору і позитивно вплине на розвиток особистісної зрілості.

3. Розвивайте самодисципліну. Завдяки цьому з'явиться можливість контролювати власні дії, позбутися непередбачуваності.

4. Розвивайте здатність цілепокладання. Особистісно зріла людини чітко усвідомлює, чого хоче досягти Тож, своєчасно і чітко визначайте власні цілі і покроково наближайтесь до їх реалізації.

5. Дотримуйтесь професійної етики. Надмірна самовпевненість іноді шкодить професійному розвитку особистості.

6. Будьте зосередженими. Прагніть правильно розподіляти пріоритети (надавати перевагу довгостроковим цілям).

7. Зберігайте баланс у різних сферах життєдіяльності. Насамперед, важливо підтримувати баланс між професійними та іншими потребами. Правильний розподіл пріоритетів забезпечить ефективність розвитку особистісної зрілості.

8. Прагніть своєчасно виправляти помилки.

9. Розвивайте навички спілкування. Ефективна комунікація є центральним компонентом особистісної зрілості. Розвивайте уміння слухати, висловлюватись, знаходити компроміси у конфліктних ситуаціях.

10. Побудуйте здорові професійні відносини. Поважайте професійні кордони, будьте доброзичливим колегою і партнером.

11. Розвивайте адаптивний потенціал, це допоможе адекватно реагувати і діяти у мінливих умовах

12. Свідомо націлюйте себе на професійний розвиток.

13. Системно і систематично розвивайте емоційний інтелект і соціальні навички. Для цього важливо використовувати техніки саморефлексію та уважність.

Отже, розвиваючи особистісну зрілість індивіди можуть стати більш професійно зрілими, а також краще підготовленими для вирішення професійних і життєвих проблем. Зосереджуючись на особистісному зростанні, люди можуть покращити власний професійний рівень, знайти більше задоволення в житті, а також стати більш особистісно зрілими та всебічно розвиненими особистостями.

Висновки до розділу 3

Корекційно-розвивальна програма спрямовувалась на підвищення рівня особистісної зрілості. Дана програма була сформована у виглядів семінарів, проведення яких розраховано на дев’ять занять тривалістю 60 хвилин. Для зручності участі усіма учасниками було обрано платформу «ZOOM». Корекційно-розвивальна програма має чітко визначену мету - створити умови для формування рис особистості, які є необхідними для досягнення особистісної зрілості.

Реалізація мети корекційно-розвивальної програми передбачала виконання низки завдань, зміст яких узгоджувався з психологічними

параметрами особистісної зрілості. Також, було визначено умови розвитку особистісної зрілості.

На основі емпіричних даних, отриманих під час дослідження, були сформульовані психологічні рекомендації з розвитку особистісної зрілості. Дані рекомендації передбачають удосконалення рис особистості та умов розвитку особистісної зрілості.

ВИСНОВКИ

На основі результатів проведеного дослідження можна зробити висновок, що було досягнуто поставлену мету, а саме досліджено рівень розвитку особистісної зрілість як детермінанти готовності до професійної діяльності студентів психолого-педагогічного факультету.

Вивчаючи теоретично-методологічні аспекти особистісної зрілості у психології було встановлено, що під поняттям «зрілість» необхідно розуміти здатність людини приймати рішення з емоційно насичених тем, рішення, що змінюють життя, і навіть здатність протистояти серйозним викликам, не перевантажуючи себе. Досліджено, що в даний час категорія «особистісна зрілість» у психологічній науці не має єдиного однозначного трактування, тому вона досліджується як багаторівнева та багатомірна категорія. На основі існуючих досліджень було визначено, що особистісна зрілість – це риса, яка часто асоціюється з віком та являє собою складну систему, яка формується під впливом не лише особистісних факторів, але й оточуючого середовища. При цьому було встановлено, що зрілість полягає не у тому скільки років людині, а відображає рівень особистісного розвитку людини, який охоплює: емоційний інтелект, соціальні навички та інтелектуальне зростання.

Досліджуючи вплив особистісної зрілості на розвиток особистості, було визначено, що даний вплив визначається рівнем наявності її характерних складових, до яких відносяться: відповідальність та компетентність; самореалізація та самостійність; адекватне самоствердження та цілепокликання; здатність до самопізнання та рефлексії; емоційна стійкість та здатність до емпатії; належне сприйняття себе та інших; мотивація власних досягнень. У ході дослідження також було встановлено, що характерною особливістю особистісної зрілості є те, що її можна набути. Також було визначено переваги та недоліки особистісної

зрілості. До переваг відносяться: кращі відносини з оточуючими; більше стабільності; менше конфліктів. До недоліків входять: висока імпульсивність; саморуйнування; уникнення відповідальності.

Вивчаючи особистісну зрілість як ключовий фактор готовності до професійної діяльності було встановлено, що дана категорія являється важливим показником належного рівня відповідальності та професіоналізму. Визначено, що досліджуючи особистісну зрілість як ключовий фактор готовності до професійної діяльності необхідно зрозуміти основні відмінність між особистісною зрілістю та професійною зрілістю. Також було встановлено, що до переліку основних компонентів особистісної зрілості, що впливають на професійну готовність входять: мотивація досягнення; Я-концепція; відчуття громадського обов'язку; життєва установка. На основі результатів дослідження, було сформовано твердження, що: особистісна зрілість являється важливим фактором визначення професійної готовності, оскільки вона характеризує існуючий стан розвитку особистості, який визначається завдяки високому ступеню особистісної функціональної продуктивності та особистісної конструктивної активності особистості.

Для проведення емпіричного дослідження особливостей особистісної зрілості як детермінанти готовності до професійної діяльності була сформована програма, яка базувалася на методах оцінки рівня особистісної зрілість у групі дослідження відповідно до визначених методик, а саме: опитувальника особистісної зрості О. Штепи; тесту-опитувальника особистісної зрілості З. Гільбуха та 16-факторного особистісного опитувальника Р. Кеттела. Емпіричне дослідження особистісної зрілості проводилось відповідно до поставленої мети та визначених завдань. У даному досліджені взяли участь 50 осіб – студентів заочної форми навчання психолого-педагогічний факультету Криворізького державного педагогічного університету. Дослідження особистісної зрілості за

методикою О. Штепи проводилось на основі опитувальника, що містить 85 тверджень. Опитувальник особистісної зрілості О. Штепи надав можливість деталізувати взаємозв'язок особистих рис індивіда та його особистісної зрілості. Оцінкою особистісної зрілості відповідно до методики З. Гільбуха являється алгебраїчна сума балів 33 питань тест-опитувальник. Тест-опитувальник З. Гільбуха надав можливість оцінити рівень розвитку елементів особистісної зрілості за такими шкалами, як: мотивація досягнень; ставлення до свого "Я"; почуття громадянського обов'язку; життєва установка; здатність до психологічної близькості з іншою людиною. Ще однією методикою оцінки особистісної зрілості сформованої групи респондентів обрано 16-факторний особистісний опитувальник Р. Кеттела. 16-факторний особистісний опитувальник забезпечив можливість отримати багатогранну інформацію щодо індивідуальності кожного учасника досліджуваної групи.

Аналіз результатів емпіричного дослідження за методикою О. Штепи вказує на те, що рівні рис групи I (22-36 років) мають наступний розподіл: високий рівень (8-14 стенів) – відповідальність, глибинність переживань, життєва філософія; середній рівень (4-7 стенів) – децентралізація, толерантність, автономність, контактність, самосприйняття, креативність та синергічність; низький рівень (1-3 стенів) – відсутній. В той час, як рівні рис групи II (37-55 років) розподіляються на наступні рівні: високий рівень (8-14 стенів) – відповідальність, децентралізація, глибинність переживань, життєва філософія, толерантність; середній рівень (4-7 стенів) – автономність, контактність, самосприйняття, креативність та синергічність; низький рівень (1-3 степів) – відсутній. Також на основі отриманих даних опитувальника особистісної зрілості О. Штепи підтвердилась існуюча гіпотеза щодо прямої залежності особистісної зрілості від віку респондентів.

Аналіз результатів емпіричного дослідження за методикою З. Гільбуха визначає, що рівні особистісної зрілості групи І (22-36 років) відповідно до шкали З. Гільбуха розподіляються наступним чином: мотивація досягнень – задовільний рівень; ставлення до свого "Я" (або "Я" – концепція) – задовільний рівень; почуття громадського обов'язку – задовільний рівень; життєва установка – задовільний рівень; здатність до психологічної близькості з іншою людиною – задовільний рівень. Щодо рівня особистісної зрілості групи ІІ (37-55 років) за шкалою З. Гільбуха, то розподіл за рівнями мав наступний вигляд: мотивація досягнень – високий рівень; ставлення до свого "Я" (або "Я" – концепція) – задовільний рівень; почуття громадського обов'язку – задовільний рівень; життєва установка – високий рівень; здатність до психологічної близькості з іншою людиною – високий рівень. Було визначено, що за шкалою методики З. Гільбуха особистісна зрілість групи ІІ респондентів дослідження знаходиться на вищому рівні порівняно з групою І.

Аналіз результатів емпіричного дослідження на основі 16-факторного особистісного опитувальника Р. Кеттела вказує на те, що у групі І переважають фактори, які мають середній рівень вираженості риси, що має спрямування до високого рівня, а у групі ІІ усі фактори мають високий рівень вираженості.

На основі результатів емпіричного дослідження, було визначено, що у індивідів, які мають вищий рівень особистісної зрілості первинні особистісні риси також знаходяться на високому рівні вираженості.

За результатами емпіричного дослідження було розроблено програму розвитку особистісної зрілості як детермінанти готовності допрофесійної діяльності

За результатами емпіричного дослідження було розроблено програму розвитку особистісної зрілості як детермінанти готовності до професійної діяльності студентів груп ЗППм-23-1 та ЗППм-23-2. Мета корекційно-

розвивальна програма полягає у тому, щоб відкоригувати існуючі недоліки у тих рисах, які визначають особистісну зрілість у цільової аудиторії осіб та спонукати до розвитку усіх необхідних якостей особистості, що впливають на особистісну зрілість індивіда. Враховуючи те, що студенти сформованих груп є мають різну вікову категорію (від 22 до 55 років) під час реалізації даної програми була можливість обміну практичним досвідом у напрямках набуття особистісної зрілості. Також було сформовано методичні рекомендації суб'єктам дослідження, які забезпечать розвиток необхідних рис особистісної зрілості.

Отже, результати дослідження надають можливість сформувати твердження, що особистісна зрілість являється важливою ознакою готовності до професійної діяльності, а її високий рівень потребує значних особистісних зусиль та постійного розвитку протягом усього життя особистості.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Баранова С.В. Особистісна зрілість та відповідальність: соціально-психологічний аспект : монографія. Київ : Інтерконтиненталь-Україна, 2020. 364 с.
2. Барко В.І., Барко В.В., Захаренко Л.М. Дослідження індивідуально-психологічних особливостей поліцейських з використанням адаптованого українськомовного опитувальника 16-PF Кеттелла. *Вісник Національного університету оборони України*, 4 (74). 2023. С. 22-38
3. Білозерська С.І. Особистісна зрілість як умова професійного зростання майбутнього педагога. *Теорія і практика сучасної психології*. №5. Т.2. 2019. С. 20-24
4. Борисюк О.М., Перун А.М. Теоретичні аспекти вивчення особистісної зрілості та її компонентного наповнення. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ (серія психологічна), №1, 2022. С. 3-9
5. Варій М. Психологія особистості. Посібник. Видавництво «Сварог», 2023. 593 с.
6. Вахоцька І.О. Психологічні особливості поведінки у конфлікті залежно від рівня особистісної зрілості. *Питання психології, №2 (66), 2022*. С. 18-24
7. Вінник Н. Дослідження особистісної зрілості студентів як умови успішної професійної самореалізації. *Педагогічний процес: теорія і практика* (серія: психологія), № 3 (62), 2018. С. 16-20
8. Гільбух Ю.З. Тест-опитувальник особистісної зрілості. Київ: НВЦ *Психодіагностика та диференційоване навчання*, 1994. 23 с.
9. Гусак В.М. Вплив особистісної зрілості на розвиток показників психологічної культури студентів спеціальності «Соціальна робота». Габітус, №21, 2021. С. 114-118

10. Демченко А.В., Пасинчук К.А. Особистісна зрілість майбутніх фахівців екстремальних видів діяльності як чинник формування їхньої успішної професіоналізації. Proceedings of the 5th International Scientific and Practical Conference «Scientific Trends and Trends in the Context of Globalization», № 143. 2023. С. 140-148
11. Драгола Л., Сіденко Ю. Саморозвиток особистості як предмет психології та педагогіки. *Психологічний журнал*, №12, 2024. С. 28-35.
12. Загальна психологія з практикумом: лабораторний практикум частина 2 з дисципліни для студентів денної та заочної форм навчання спеціальності 053 Психологія / укладач Б.В. Барчі. Мукачево: МДУ, 2017. 51 с.
13. Мітченко К.В. Характеристика психологічної зрілості як soft-skill сучасної особистості. Alfred Nobel University Journal of Pedagogy and Psychology ISSN 2522-9133. 2024. № 1 (27). С. 58-65
14. Москаленко О.В. До проблеми дослідження психологічної зрілості особистості. Журнал науковий огляд №4 (76). 2021. URL: https://naukajournal.org/index.php/naukajournal/article/view/2305/2305 (дата звернення: 25.05.2024)
15. Онуфрієва Л.А. The determinants of a personality's professional maturity as a readiness for professional realization. URL: https://journals.uran.ua/index.php /2227-6246/article/download/157028/156336/342139 (дата звернення: 27.05.2024)
16. Особистісна зрілість як проблема сучасної психології. Том 1 : колективна монографія / кол. авт.; наук. ред. З.М. Мірошник. Кривий Ріг : Вид. Р.А. Козлов, 2019. 220 с.
17. Пріма Р., Пріма Д. Виховання соціальної зрілості особистості у науковому дискурсі. *Нова педагогічна думка*, №1 (117), 2024. С. 60-64 Alfred Nobel University Journal of Pedagogy and Psychology ISSN 2522-9133 (online) 2024. № 1 (27)

18. Савченко В., Харченко Г., Омері І., Неведомська Є., Тимчик О., Буряк О., Яценко С., Погребняк Ю. Зв'язок особистісної зрілості людини зі способом життя. *Наукове електронне періодичне видання «Спортивна наука та здоров'я людини»*, № 2 (8), 2022. С. 119-137. DOI: 10.28925/2664-2069.2022.2 (дата звернення: 24.08.2024)
19. Садчікова О.Г. Теоретичні аспекти вивчення особистісної зрілості. Габітус. Випуск 17, 2020. С. 116-120
20. Семенів Н.М. Психологічні аспекти дослідження рівня особистісної зрілості. «Young Scientist». № 11 (75). 2019. С. 743-749
21. Стрельбицька С.М. Професійна зрілість як складова професіоналізму особистості: концептуальні засади. Digital Repository Dragomanov Ukrainian State University, 2022. URL: http://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/38405 (дата звернення: 01.09.2024)
22. Стуліна О.Б., Недєлько П.Е. Емоційна стійкість як важливий аспект розвитку особистісної зрілості в юнацькому віці. *Молодий вчений*, №4 (128), 2024. С. 120-124
23. Тест Кеттелла (16 RF-опитувальник). Діагностика психічних станів і властивостей особистості. Психодіагностика. Офіційний сайт «Psychic.at.ua – все для психолога». URL: https://psychic.at.ua/publ/psikhodiagnostyka/diagnostika_temparamentu_i_kharakteru/test_kettella_16_rf_opituvalnik/13-1-0-56 (дата звернення: 16.08.2024)
24. Торба Н.Г. Психологія особистості: електронній навчальний курс. Біла Церква: БІНПО ДЗВО «УМО» НАПН України, 2024. 40 с.
25. Турбанов В. В. Проблема становлення поняття «особистість» в українській психології другої половини XIX – початку XXI століть. *Актуальні проблеми психології*: збірник наук. Праць Інституту психології

імені Г.С. Костюка НАПН Україні. Київ, Ніжин, 2018. Т. IX. Вип. 11. С. 204 – 205.

26. Черкашин А. Особливості формування особистісно-професійної зрілості майбутніх фахівців у вищих навчальних закладах: теоретичний аспект. *Теорія і практика управління соціальними системами*. №1. 2018. С. 3-13
27. Чуйко О.В. Особистісна і професійна зрілість. Київський національний університет імені Тараса Шевченка. URL: https://sociology.knu.ua/sites/default/files/library/elopen/actprob13_184.pdf (дата звернення: 25.05.2024)
28. Шаповал І. Зрілість особистості як інтегральна здібність: теоретико-методичне обґрунтування. *Психологія: реальність і перспектива*. Випуск 16. 2021. С. 221-228
29. Шаповал І. Особистісна зрілість: структурно-функціональний аналіз. *Вісник Львівського університету*. Серія психологічні науки. Випуск 8. 2021. С. 179-185
30. Штепа О. С. Ресурсна насиченість особистості. *Проблеми сучасної психології*. Вип. 47. 2020. С. 231 – 252.
31. Штепа О.С. Особистісна зрілість: Модель. Опитувальник. Тренінг: монографія. Львів: Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2008. 210 с.
32. Яворська-Вєтрова І.В. Вивчення особистісної зрілості суб'єктів професійної діяльності у сучасних психологічних розвідках. *Міжнародний науковий журнал «Грааль науки».* №34. 2024. С. 435-440
33. An Essay On The Nature Of Maturity. Philosophy on Being Mature. URL: https://ideasinhat.com/2018/09/04/on-being-mature/ (дата звернення: 25.05.2024)
34. Cherry K. (2024). Self Efficacy and Why Believing in Yourself Matters. URL: https://www.verywellmind.com/what-is-self-efficacy-2795954 (дата звернення: 26.09.2024)

35. Fahreza. (2023). Personal Growth On Maturity. URL: https://fahreza77.medium.com/personal-growth-navigating-the-path-to-maturity-with-insights-and-tips-63064d3abd67 (дата звернення: 27.05.2024)
36. Gupta S. (2023). How to Be More Mature. URL: https://www.verywellmind.com/how-to-be-more-mature-6504436 (дата звернення: 27.05.2024)
37. Gupta S. (2023). Maturity is More Than Just Age: The Three Components of Personal Development: The Story of Lord Krishna and Sudama. URL: https://www.linkedin.com/pulse/maturity-more-than-just-age-three-components-personal-yatendra-singh (дата звернення: 24.09.2024)
38. Leontyev V. (2023). What is Maturity, and Why is it important? URL: inkedin.com/pulse/what-maturity-why-important-valery-leontyev-ys6bf#:~:text=Similarly%2C%20in%20personal%20life%2C%20maturity,and%20growing%20from%20their%20experiences (дата звернення: 27.05.2024)
39. Lin A (2021). What Is Personal Development? 3 Simple Steps to Self Improvement. URL: https://www.cake.me/resources/personal-development-plans (дата звернення: 25.09.2024)
40. Perry E. Activities for personality development: 15 ways to grow. URL: https://www.betterup.com/blog/activities-for-personality-development (дата звернення: 25.09.2024)
41. Rodriguez R. (2022). Maturity: discover 10 characteristics. URL: https://ifeelonline.com/en/online-therapy/maturity-10-characteristics/(дата звернення: 26.09.2024)
42. Singh Y. (2023). Maturity is More Than Just Age: The Three Components of Personal Development: The Story of Lord Krishna and Sudama. URL: inkedin.com/pulse/maturity-more-than-just-age-three-components-personal-yatendra-singh#:~:text=Maturity%20is%20a%20trait%20that,social%20skills%2C%20and%20intellectual%20growth (дата звернення: 25.05.2024).