

### **Концептуальні основи вивчення акмеперіоду людини**

Статтю присвячено висвітленню концептуальних основ вивчення акмеперіоду людини, узагальнених в результаті емпіричного дослідження особливостей ірраціональних вірувань акмеперіоду людини залежно від домінуючої психологічної функції та загальної установки свідомості.

**Ключові слова:** акмеперіод, домінуюча психологічна функція, загальна установка свідомості, суб'єктивне благополуччя, загальна осмисленість життя, збалансованість життя, міра розквіту, позитивні емоції.

Статья посвящена освещению концептуальных основ изучения акмеperioda человека, обобщенных в результате эмпирического исследования особенностей иррациональных верований акмеperioda человека в зависимости от доминирующей психологической функции и общей установки сознания.

**Ключевые слова:** акмеperiod, доминирующая психологическая функция, общая установка сознания, субъективное благополучие, общая осмысленность жизни, сбалансированность жизни, мера расцвета, позитивные эмоции.

The article deals with the conceptual foundations of studying a person's acme period generalized as a result of empirical investigation of features of irrational beliefs during the person's acme period depending on the prevailing psychological function and general set of consciousness.

**Keywords:** acme period, dominant psychological function, general set of consciousness, subjective well-being, general meaningfulness of life, balance of life, measure of prosperity, positive emotions.

Сучасна вікова психологія, в контексті вивчення психологічних, біологічних, антропологічних, соціальних факторів, що впливають на розвиток людини по мірі її дорослішання, характеризується своєрідним зсувом предмету фундаментальних досліджень в сторону пізнання закономірностей розвитку в ранньому та пізньому онтогенезі. Ще Б.Г.Ананьєв зазначав, що ті фази онтогенезу, коли людина живе найбільш продуктивним творчим та соціально-активним життям, коли її психічний розвиток є еталонним по відношенню до інших етапів розвитку, опинилися на периферії дослідницького інтересу [1, 2]. Психологічна теорія дорослості та зрілості, що втілюється у акмеології, апелює, насамперед, до особистості як професіонала, що, безумовно, виправдано з точки зору діяльнісного підходу в психології, хоча в більш широкому розумінні її задачею є всебічне висвітлення особливостей зрілості людини [3]. І, коли мова йде про закономірності розвитку людини як певної динамічної системи, що прагне самореалізації, самопрояву всіх своїх потенційних можливостей, ми, з одного боку, не можемо розглядати її поза акмеологічним контекстом, з іншого боку – дослідження різних сторін життя дорослої людини, характеристик її психічної реальності виключно через призму досягнення вершин професіоналізму закріплює згадану тенденцію у віковій психології делегувати вивчення зрілості з її особливостями іншим наукам та суміжним з нею дисциплінам. Між тим, зрозуміло, що повна актуалізація потенційних можливостей неможлива без досягнення людиною певного рівня фізіологічного, розумового, психічного, особистісного функціонування, і тому дослідження самореалізації особистості як одного з найважливіших аспектів розвитку неможливо відокремити від контексту певних етапів онтогенезу людини. Проблема включення знань про закономірності вершинних досягнень в змістовне поле вікової, і, разом з нею, педагогічної психології постає як значуща з огляду на необхідність поглибити знання про людину в період її найбільш продуктивного у всіх відношеннях життя.

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

**Мета даної статті** – висвітлити концептуальні основи вивчення акмеперіоду людини, узагальнені в результаті дослідження особливостей ірраціональних вірувань акмеперіоду залежно від домінуючої психологічної функції та загальної установки свідомості.

Зазначимо, що акмеперіод людини є періодом максимальної потенційної готовності людини до самореалізації у її найвищих проявах, але те, чи буде актуалізовано цей потенціал, коли його буде актуалізовано, становить питання індивідуального життєвого шляху людини і, піддається впливу певних каталізуючих та стримуючих факторів [4]. Аналіз праць зазначених дослідників розвитку особистості дозволив визначити, що потенційно цей період охоплює кінець пубертату, юнацький вік, ранню та середню дорослість і може бути приблизно окреслений віковими рамками від 16-ти до 55-60-ти років. Але, зважаючи на те, що «запуск» процесу розгортання інтенцій та потенцій і, відповідно, тривалість періоду вершинних досягнень в кожному індивідуальному випадку може бути різною, досягнення людиною 16-річного віку можна сприймати як необхідну, але недостатню умову початку її «вершинного» етапу розвитку, так само як і досягнення 55-60 років є достатньою, але не обов'язковою умовою завершення вершинних процесів розвитку.

Вивчення акмеперіоду людини в контексті перешкод на шляху до актуалізації потенційних можливостей особистості та у зв'язку з її характерологічними властивостями зумовлене необхідністю аналізу причин, що призводять до низької ефективності людини навіть у найбільш сприятливий для досягнень життєвий період. Аналіз сучасних досліджень проблем розвитку особистості показав, що дослідження особливостей акмеперіоду, побудоване на типологізації за критерієм «акме-спроможні»-«акме-неспроможні» (неважливо, чи мова йде про потенціал, чи про ознаки вже актуалізованої особистості) є і теоретично, і емпірично невиправданим. На нашу думку, варто говорити про суб'єктивно зумовлені перешкоди на шляху до актуалізації людських потенційних можливостей у їхньому зв'язку з *характерологічними властивостями* особистості, як ті емпіричні, але підвласні узагальненню, феномени, що можуть детермінувати «вершинний статус» людини, є достатньо ємкими і конструктивними (з огляду на можливість виявляти закономірності) для наукового доповнення тих знань про досягнення вершин, які психологія має на сьогоднішній день, і спроможними мати конкретну практичну значущість, вилитися в узагальнюючу теорію особливостей досягнення вершин життєдіяльності. Питання про те, яка типологія є релевантною дослідницьким задачам було вирішене на користь теорії психологічних типів К.Г.Юнга, оскільки диференціальним критерієм у цій теорії є саме структурні відмінності у сприйманні та мисленні людей [5].

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

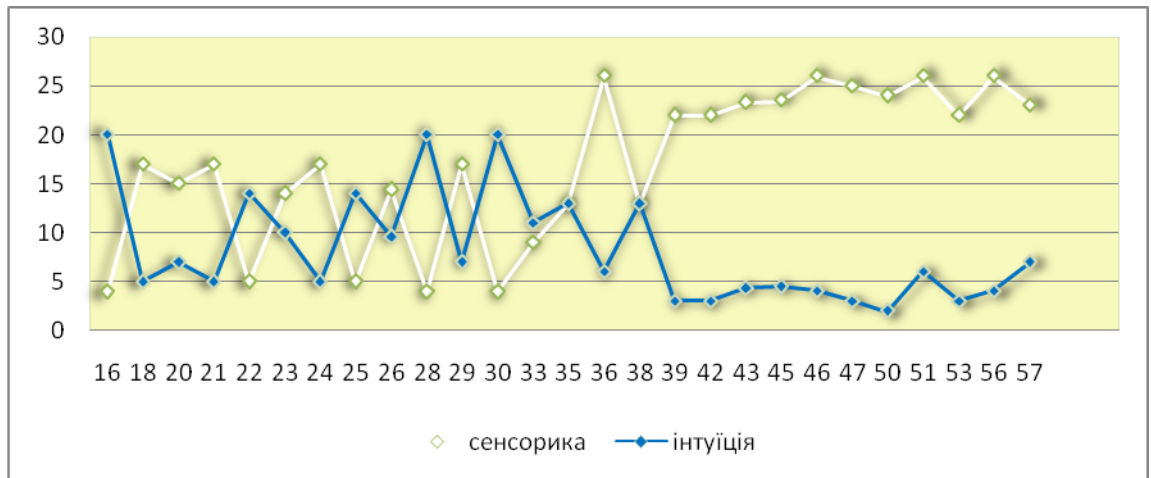
Емпіричне дослідження особливостей ірраціональних вірувань акмеперіоду людини залежно від домінуючої психологічної функції та загальної установки свідомості було здійснено в період 2008-2010 років. Об'єм вибірки досліджуваних становив 200 осіб, вік яких відповідає визначеним хронологічним параметрам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

Проаналізувавши основні тенденції, що були виявлені в результаті емпіричного дослідження [6], можна виділити ряд суттєвих, в контексті досліджуваної теми, характеристик акмеперіоду людини. Звичайно, чи не основним питанням є їх динаміка в межах означеного вікового проміжку, яку ми можемо простежити за допомогою відповідних графіків; враховуючи виявлені значущі кореляції основних досліджуваних змінних не лише з віком, а й зі статтю, графіки було розроблено окремо для чоловіків та для жінок (рис.1-9).

Слід відзначити досить нерівномірний і стрибкоподібний розвиток інтуїційної функції протягом акмеперіоду (рис.1) (нагадаємо, що саме вона пов'язана найбільш значимо з основними параметрами благополуччя розвитку). Незважаючи на це, можна прослідкувати деякі його особливості: у жінок пік розвитку інтуїтивної функції припадає на 28-30 років; після 38 років починається суттєвий спад цього способу переробки інформації і лише ближче до завершення акмеперіоду значення функції знову дещо зростає. Сенсорна функція розвивається повністю протилежно.

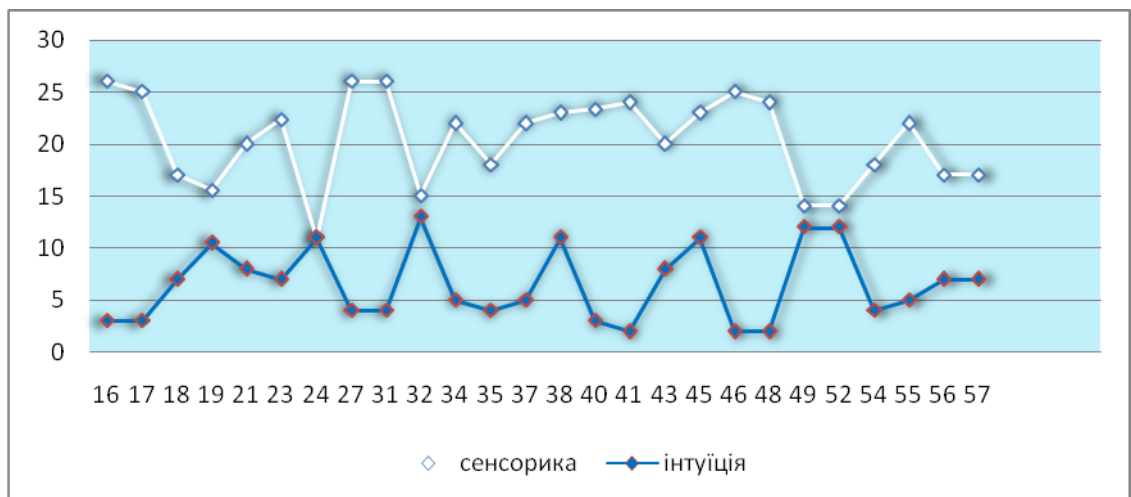
Виявлена характеристика розвитку інтуїції викликає неабиякий інтерес з точки зору того, що, традиційно, інтуїцію пов'язують зі здатністю миттєво схоплювати ситуацію завдяки наявності відповідним чином структурованого минулого досвіду [7]. Відповідно, те, що з віком ця здатність знижується, викликає певні питання. Хоча, з іншого боку, інтуїція пов'язана не лише з індивідуальним, а, значною мірою, і з колективним досвідом [8], що ніяк не суперечить виявленій характеристиці акмеперіоду. Більш обґрунтовану

інтерпретацію описаного можна буде здійснити, проаналізувавши інші особливості акмеперіоду людини, що були виявлені в результаті дослідження.



**Рис. 1. Динаміка розвитку несвідомих психологічних функцій у жінок в акмеперіоді**

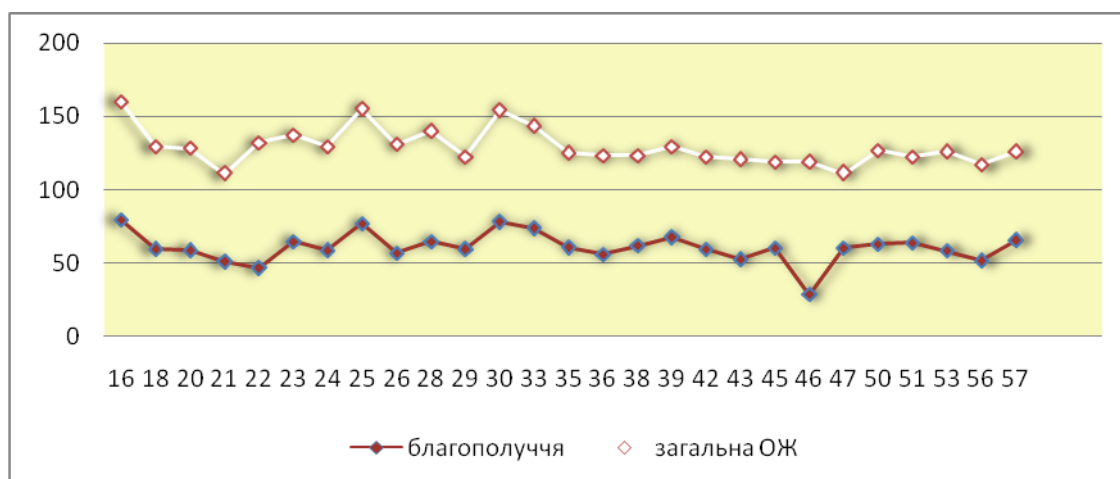
Цікаво, що динаміка розвитку інтуїції та сенсорики в чоловіків відрізняється від описаної вище (рис.2): функції розвиваються більш рівномірно від початку і до завершення акмеперіоду, і, як вже було сказано вище, сенсорна функція стабільно значно переважає. Очевидно, загальну статистику зниження інтуїції з віком створює жіноча частина вибірки.



**Рис. 2. Динаміка розвитку несвідомих психологічних функцій в чоловіків у акмеперіоді**

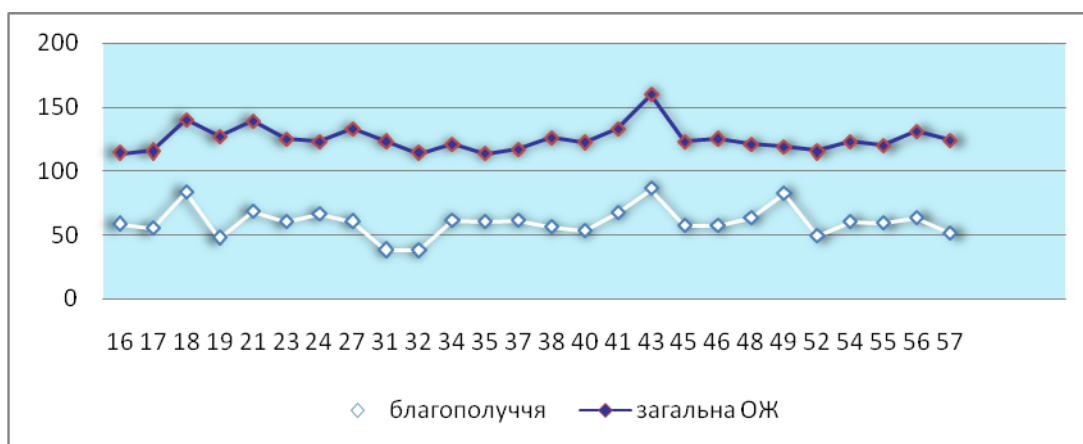
Щодо динаміки таких показників розвитку в акмеперіоді, як рівень суб'єктивного благополуччя та загальна осмисленість життя, то бачимо, що у

жінок вони мають досить плавний перебіг з деяким зниженням загальної осмисленості життя після 35 років (рис.3).



**Рис. 3. Динаміка рівня суб'єктивного благополуччя та загальної осмисленості життя у жінок в акмеперіоді**

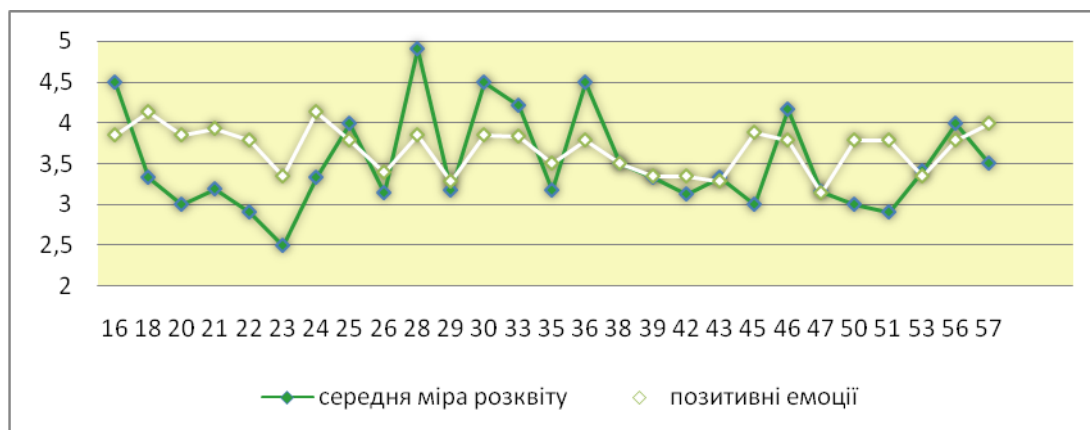
Той же рівномірний перебіг даних характеристик спостерігається і у чоловіків (рис.4), з деякою досить передбачуваною «кризою» суб'єктивного благополуччя в 31-32 роки і піком розвитку обох показників приблизно у 43 роки. Але тут варто зауважити, що загальний рівень осмисленості життя значно вищий у жінок (відповідна кореляція – 0.161, рівень значущості 0.05), щодо осмисленості життя, то такої тенденції не виявлено.



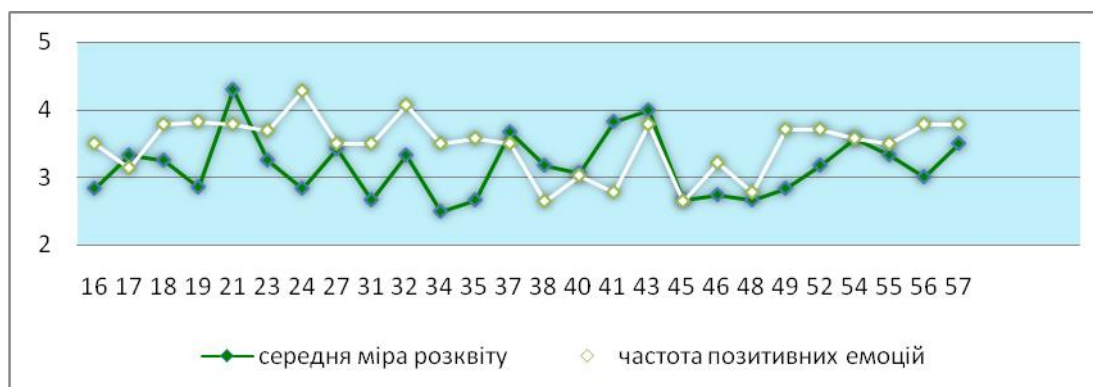
**Рис. 4. Динаміка рівня суб'єктивного благополуччя та загальної осмисленості життя у чоловіків у акмеперіоді**

Ще дві характеристики розвитку людини в акмеперіоді – середня міра розквіту та частота позитивних емоцій. У жінок пік розквіту за методикою «Збалансованість життя», припадає на період 25-36 років (рис.5). Цікаво, що

останнім часом на Україні спостерігається «постаріння народжуваності»: середній вік народження дитини, наприклад, в 1991 році становив 24,9 роки, а до 2005 року підвищився до 25,4 роки; це пов'язують з «перенесенням» народження дітей (часто – первістків) жінками, що вже подолали відмітку 25, а іноді 30 років, адже саме в цьому віковому інтервалі повікова народжуваність останніми роками підвищилась найбільш відчутно [9]. У чоловіків, навпроти, в інтервалі 24 – 37 років відмічається спад за даною методикою (рис.6). Не слід забувати, що показники середньої міри розквіту у чоловіків досягаються, вочевидь, за рахунок розвитку в сфері професійного життя (що підтверджується результати нашого дослідження). Тому питання про те, наскільки отримані показники пов'язані із народженням дітей, слід в подальшому ретельно перевірити, і наведені факти вважати лише підставою для постановки відповідних гіпотез.



**Рис. 5. Динаміка середньої міри розквіту та частоти позитивних емоцій у жінок в акмеперіоді**

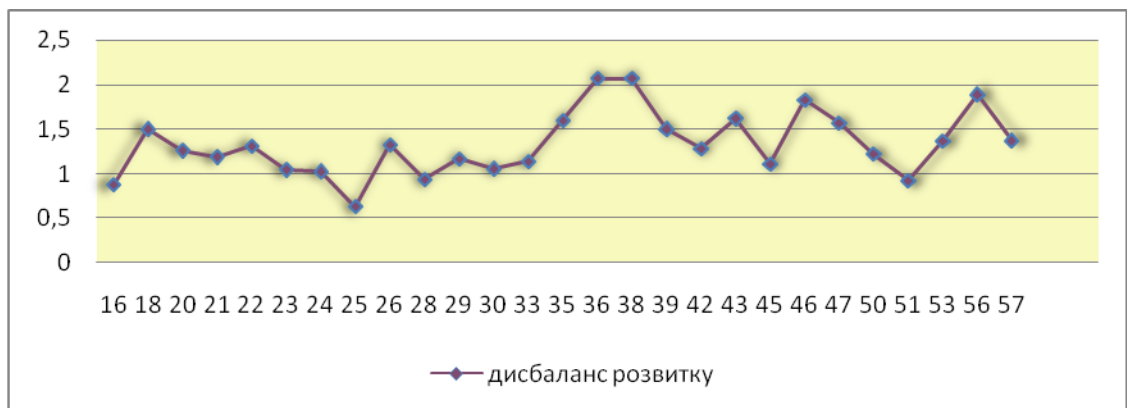


**Рис. 6. Динаміка середньої міри розквіту та частоти позитивних емоцій в чоловіків у акмеперіоді**

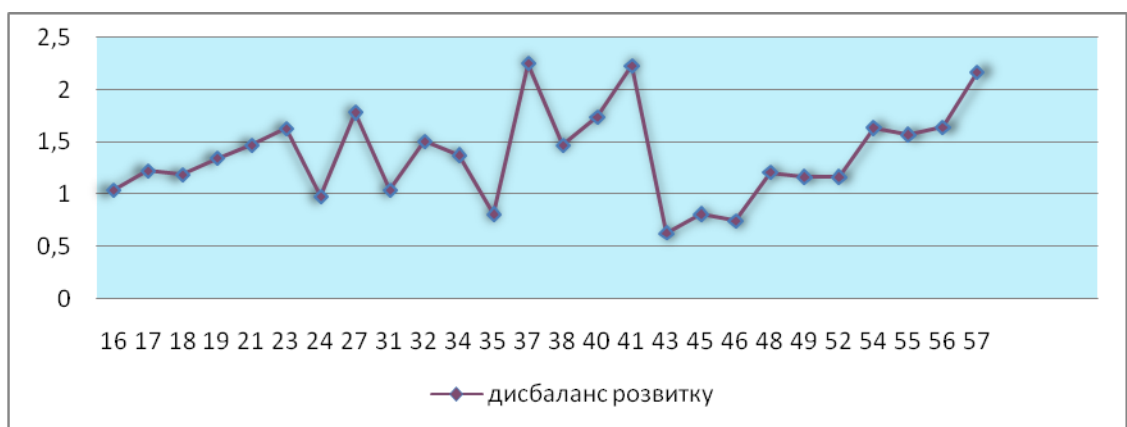


Частота позитивних емоцій у жінок є більш-менш стабільною протягом всього акмеперіоду в той час, як у чоловіків, на фоні загальної більш помірної (порівняно із жіночою частиною вибірки) частоти відповідних переживань, спостерігаються деякі «низинні» в цьому сенсі періоди – 38-41рр. та 45-48 рр. Пік насиченості життя позитивними емоціями як у чоловіків, так і у жінок – 24 роки.

Нарешті, щодо міри збалансованості (на рис.7 та 8 зображено динаміку зміни показника дисбалансу) життя на різних етапах акмеперіоду людини, можна помітити, що у чоловіків відзначаються більш стрибкоподібні і різкі зміни; найбільш гармонійно розвиток відбувається у жінок в 25 років, у чоловіків – в 46; пікові показники дисбалансу досягаються у жінок – у віці 36-38 років, у чоловіків – 37, 41, 57 років.



**Рис. 7. Динаміка зміни показника дисбалансу в житті жінок в акмеперіоді**

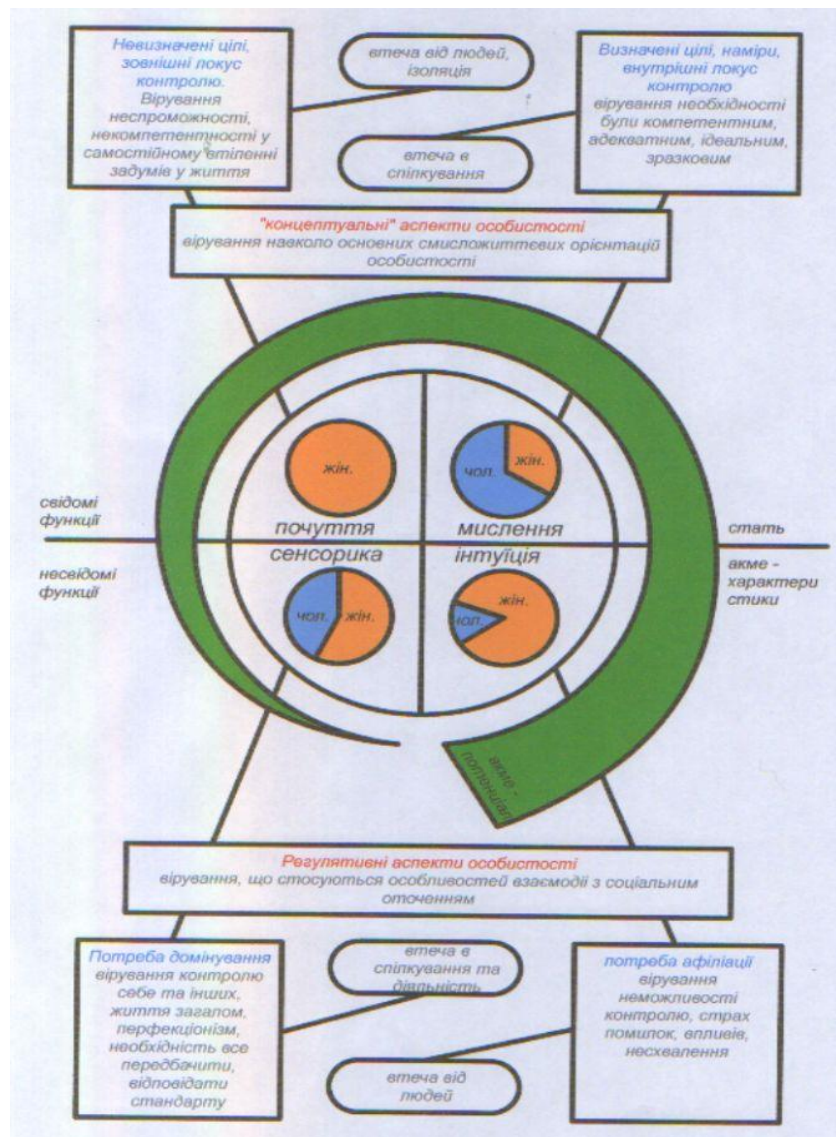


**Рис. 8. Динаміка зміни показника дисбалансу в житті чоловіків в акмеперіоді**

Порівнявши та узагальнивши дані графіків, що характеризують перебіг акмеперіоду людини, можна констатувати, що «найуспішніший» вік типового чоловіка у досліджуваній вибірці – приблизно 43 роки; для жінок же це певний «підперіод», що триває від 25 до 30 років. Звичайно, для того, щоб адекватно проінтерпретувати дані результати, потрібно в перспективі організувати відповідне дослідження, адже слід зважити на той факт, що 43-річних чоловіків у вибірці було лише двоє, у жінок в періоді 25-30 років відмічалися досить помітні стрибки у динаміці ключових характеристик розвитку; висловлені думки з приводу інтерпретації отриманих результатів носять характер припущень.

Численні взаємозв'язки між досліджуваними феноменами, що були виявлені нами в результаті дослідження особливостей ірраціональних вірувань акмеперіоду людини залежно від домінуючої психологічної функції та загальної установки свідомості, в процесі аналізу та узагальнення набули досить чітких обрисів, що дозволило нам розробити схему значущих взаємозв'язків змістовних аспектів акмеперіоду людини (рис.9).

Дана схема показує, що потенціал особистості в акмеперіоді найбільше пов'язаний з розвитком несвідомих психологічних функцій, які стосуються регулятивних аспектів особистості (тоді як свідомі функції – «концептуальних»). Акмепотенціал, що визначався через базові емоції, показники суб'єктивного благополуччя, осмисленості життя, збалансованості життя, є максимальним при домінуванні інтуїтивної функції і мінімальним при перерозвитку функції сенсорики. Обидві зазначені функції стосуються особливостей взаємодії людини з соціальним оточенням; ірраціональні вірування, характерні інтуїтам, є найбільш «екологічними» з точки зору самореалізації людини і ґрунтуються на афіліативних потребах особистості, в той час, як у сенсориків вірування відображають потребу у домінуванні і найменше сприяють досягненню вершин у розвитку.



**Рис.9. Схема значущих зв'язків змістовних аспектів акмеперіоду людини**

Свідомі психологічні функції меншою мірою пов'язані з реалізацією потенціалу людини в акмеперіоді. Вони стосуються основних смисложиттєвих орієнтацій досліджуваних і, в цьому відношенні, ірраціональні вірування мисленнєвого типу менше заважають розкриттю потенціалу особистості, ніж вірування почуттєвого. Із сказаного можна зробити висновок, що вершинність розвитку особистості в акмеперіоді пов'язана з системою її відношень до інших (просоціальністю, загальнолюдськістю) більше, ніж з її концептуальним баченням себе, своєї компетентності, самостійності, спроможності ставити цілі та досягати.

Таким чином, дослідження особливостей ірраціональних вірувань акмеперіоду людини залежно від домінуючої психологічної функції та

загальної установки свідомості мало своїм результатом не лише підтвердження припущень про те, що ірраціональні вірування людини перешкоджають реалізації потенційних можливостей людини у її акмеперіоді, а також про те, що існує зв'язок між домінуванням у людини певної установки свідомості та психологічної функції і наявністю у неї того чи іншого типу ірраціональних вірувань; врахування змістовних аспектів розвитку особистості з точки зору реалізації нею свого потенціалу, поєднання когнітивного та характерологічного підходів до дослідження акмеперіоду створили підґрунтя для глибокого розуміння концептуальних основ його вивчення, що можуть втілитися у подальших дослідженнях в цьому напрямку.

### **Література:**

1. Ананьев Б. Г. Психология и проблемы человекознания. - Воронеж : МОДЭК, 2005.
2. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. - СПб. : Питер, 2001.
3. Бодалев А. А. Акмеология. - М. : РАГС, 2002.
4. Кузьмина Н. В. (Головко-Гаршина) Предмет акмеологии. - СПб. : Политехника, 2002.
5. Юнг К. Г. Психологические типы. - М. : Университетская книга, АСТ, 1996.
6. Гуменюк У.І. Особливості ірраціональних вірувань людини в залежності від її психологічного типу (за типологією К.Юнга) // Наукові записки. Серія «Психологія і педагогіка». – Острог: Вид-во Національного університету «Острозька академія», 2008. – Вип.11.– С. 56-71.
7. Ушаков Д. В. Одаренность, творчество, интуиция // Основные современные концепции творчества и одаренности / ред. Богоявленская Д. Б.. - М., 1997.

8. Юнг К. Г. Структура психики и архетипы. - М. : Академический проект, 2007.
9. Курило И., Слюсар Л. и Стешенко В. Семья и рождаемость в Украине // Демоскоп Weekly. - Институт демографии Государственного университета - Высшей школы экономики, 16-29 04 2007. - 285-286. - <http://www.demoscope.ru>.