

**Методологічні засади вивчення акмеперіоду людини як  
найпродуктивнішого етапу її життєвого шляху**

*У статті розглядаються методологічні питання періодизації розвитку особистості та обґрунтовуються основні засади виокремлення акмеперіоду людини як найбільш чутливого з точки зору реалізації нею свого життєвого потенціалу.*

*В статье рассматриваются методологические вопросы периодизации развития личности и обосновывается выделение акмеperiodа человека как наиболее чувствительного с точки зрения реализации его жизненного потенциала.*

*The article deals with methodological questions of measuring the development of person and settles down the main points of distinguishing the Human Achmeperiod as the most sensitive from the point of view of self-realization.*

Проблема реалізації життєвого потенціалу людини сьогодні перестала бути виключно психологічною проблемою, а набула загальнонаукового значення. Практично кожна наукова праця із психології так чи інакше торкається різних аспектів самореалізації особистості, тому перелічити їх просто неможливо. Відносно недавні роботи в цій галузі належать Р.А.Зобову, В.Н.Келасьєву, Т.М.Буякасу, І.Н.Семенову тощо, які вважають, що процес самореалізації виражає найбільш глибоку, сутнісну сторону людини, що людина постійно прагне до самопрояву своїх потенцій та можливостей [1]. Але це прагнення очевидно не може бути в рівній мірі ефективно реалізоване на всіх етапах онтогенезу в силу того, що повна актуалізація потенцій людини не можлива без досягнення нею певного рівня фізіологічного, розумового, психічного, особистісного розвитку. Більше того, метою даної статті є методологічно обґрунтувати існування такого вікового

періоду, який є максимально чутливим до реалізації людиною її потенціалу, – акмеперіоду людини.

Розробка проблеми акмеперіоду людини в першу чергу потребує аналізу методологічних підходів щодо вивчення розвитку людини протягом життя, адже не існує єдино визначеної думки щодо стадіальності, періодичності онтогенезу.

Існуючі теорії щодо вивчення розвитку протягом життя можна розділити на дві широких категорії: механічні та організмичні [2]. Механічний підхід зводиться до трьох вихідних положень: а) розвиток обумовлюється або спадковістю, або життєвим досвідом індивіда; б) людина відіграє, по суті, пасивну чи реактивну роль; в) розвиток складається із послідовності малих, хоч і вимірюваних, позитивних чи негативних приростів. Три вихідних припущення протилежного організмичного підходу формулюються наступним чином: а) розвиток відбувається в результаті взаємодії досвіду та генетичних факторів; б) найважливішим джерелом розвитку є активність самої людини, що розвивається; в) розвиток складається із передбачуваної, незмінної послідовності якісно різних стадій. Дж.О.Лаго [2] відзначає, що зростаюче усвідомлення того, що люди – це активні і разом з тим реактивні істоти, призводить до поступового об'єднання цих протилежних поглядів у більш потужні узагальнені теорії, такі, як теорії Дж.Боулбі, що співставив психоаналіз із етологічною еволюційною теорією, та А.Бандури, який об'єднав теорію навічання із когнітивним підходом.

Зокрема, згідно поглядів А.Бандури, людину не можна назвати ні автономною системою, ні простим механічним втілювачем впливів оточення – вона має вищі здібності, які дозволяють їй передбачати появу подій і створювати засоби для здійснення контролю над тим, що впливає на її повсякденне життя. Соціально-когнітивна теорія А.Бандури стверджує, що люди не керуються виключно інтрапсихічними силами і не безумовно реагують на оточення. З позицій взаємного детермінізму фактори схильності

та ситуативні фактори є взаємопов'язаними причинами поведінки. Таким чином, соціально-когнітивна теорія описує модель взаємної причинності, в якій пізнавальні, афективні та інші особистісні фактори та події оточення працюють як взаємозалежні елементи [3].

Такий підхід дозволяє розглядати людину як активну істоту, яка все ж може бути як суб'єктом, так і об'єктом впливу, але найголовніше, що вона володіє здатністю до осмислення власної поведінки і регуляції її на цій основі, тобто, висловлюючись в термінах А.Бандури, до самоефективності.

Що стосується важливого в контексті нашої роботи питання стадійності чи цілісності розвитку, то тут, як вже було сказано вище, також існують полярні точки зору. Всі спеціалісти по розвитку згодні, що деякі зміни протікають неперервно і поступово, але вони розходяться в тому, чи можливі стрибкоподібні зміни. Зокрема, прибічники теорії наuczіння та теорії соціального наuczіння (І.П.Павлов, Е.Л.Торндайк, Б.Ф.Скінер, А.Бандура та ін.) стверджують, що всі зміни є кумулятивними і представляють собою певну надбудову над попередніми [4]. Інші теоретики стверджують, що деякі аспекти розвитку правильніше розглядати як дискретні. Цієї точки зору по відношенню до когнітивного розвитку притримувався Ж.Піаже [5]; концепції стадіальності емоційного та соціального розвитку були розроблені З.Фрейдом та Е.Еріксоном [6,7].

В радянській літературі проблема людського розвитку та його вікової періодизації розроблялася в роботах Л.С.Виготського, С.Л.Рубінштейна, Б.Г.Ананьева та ін. Так, Л.С.Виготський [5] вважав, що на деяких вікових проміжках розвиток характеризується повільним, еволюційним, чи літичним, перебігом. Це періоди переважно плавної, часто непомітної внутрішньої зміни особистості людини, зміни, що досягається шляхом незначних «молекулярних» досягнень. Тут протягом досить тривалого часу, що охоплює зазвичай декілька років, не відбувається якихось фундаментальних, різких зсувів, що перебудовують всю особистість людини. Більш чи менш помітні зміни відбуваються в межах цього типу розвитку лише в результаті

тривалого плину прихованого «молекулярного» процесу. Вони виступають назовні та стають доступні прямому спостереженню лише як завершення тривалих процесів латентного розвитку. Ці мікроскопічні зміни особистості, накопичуючись до певної межі, стрибкоподібно виявляються у вигляді якогось вікового новоутворення.

Вікові періоди, що характеризуються іншим, протилежним типом розвитку, Л.С.Виготський назвав кризами. В цих періодах протягом відносно короткого періоду часу (декілька місяців, рік чи, найбільше, два) сконцентровані різкі та капітальні зсуви, зміни та переломи в особистості людини. Розвиток набуває бурхливого, стрімкого, іноді катастрофічного характеру, він нагадує революційний перебіг подій як по темпу змін, так і по їх змісту.

Таким чином, вікова періодизація розвитку людини за Л.С.Виготським з методологічної точки зору представляє собою поєднання основних постулатів теорій цілісного та стадіального розвитку щодо того, яким саме чином відбувається розвиток. Але хочеться наголосити, що все ж таки науковець відстоював необхідність виокремлення фаз, стадій, епох онтогенезу, адже вважав останній шаблевим за своїм характером, причому стверджував, що перехід від одного шаблю розвитку до іншого відбувається не еволюційним, а революційним шляхом.

Тож, що стосується полеміки з приводу наявності стадій людського розвитку, то на нашу думку, аналіз життєвого шляху неможливий без поділу (навіть умовного) онтогенезу на певні фази, адже навіть якщо припустити, що розвиток людини відбувається плавно, без різких стрибків у новий етап, то беззаперечно соціальність людського існування та зміна провідних інститутів соціалізації протягом життя все ж породжують необхідність характеризувати розвиток людини через призму його циклів, фаз. Так, зокрема, і Н.А.Логінова, відома дослідниця життєвого шляху людини, розглядала періодизацію життя та кризи розвитку особистості як невід'ємні аспекти аналізу розвитку особистості [8] .

Отже, в будь-якому випадку, поділ людського життєвого шляху на етапи є неминучим, і питання полягає лише в тому, наскільки обґрунтовані критерії періодизації (зовнішні чи внутрішні по відношенню до людини), і наскільки суттєвими є змістовні розбіжності між віковими етапами.

В основі найбільш відомих, «класичних» моделей періодизації онтогенезу лежать різні методологічні принципи, які, так чи інакше, дозволяють охопити в межах однієї теорії лише певний аспект розвитку. Так, З.Фрейд в якості центрального критерію своєї періодизації виділив зміну ерогенних зон протягом перших кількох років життя, що визначає емоційний розвиток людини та тип її особистості в майбутньому [6]. В основі виділення стадій розвитку Е.Еріксоном лежить епігенетичний принцип – концепція, яка вказує, що у всіх біологічних організмах закладено деякий «основний план», що визначає чи задає умови для розвитку протягом життя даного організму. Відповідно, зміна основних «завдань», що повинні бути виконані людиною за цим «планом» і визначає перехід її на нову стадію розвитку [7]. Згідно теорії Ж.Піаже когнітивний розвиток людини є тим показником, що визначає її перехід від одного етапу розвитку до іншого [9] тощо.

Проаналізувавши ці підходи, можна помітити, що всі вони, незважаючи на свою обґрунтованість, не дають можливості охарактеризувати розвиток та життєвий шлях людини в цілому, а зосереджують увагу лише на окремій його стороні. Тому, мабуть, доцільніше в подальшому вести мову не лише про критерії поділу онтогенезу на періоди, а й про ті аспекти розвитку, яких торкається та чи інша періодизація.

В сучасній віковій психології більшості індустріальних країн прийнято виділяти наступні періоди життєвого шляху людини: 1) пренатальний (від зачаття до народження дитини); 2) вік немовляти ( від народження до 18-24 місяці); 3) період тодлерів (від 12-15 місяців до 2-3 років); 4) раннє дитинство або дошкільний період, як його називають радянські психологи (від 2-3 до 5-6 років); 5) середнє дитинство або шкільний вік (від 6 приблизно до 12 років); 6) підлітковий вік або пубертат (з 12 до 18 років); 7) юнацький вік (18-

21 рік); 8) рання дорослість (від 18-21 року до 40 років); 9) середня дорослість (від 40 до 60-65 років); 10) пізня дорослість (від 60-65 років до смерті)[10].

Наведена узагальнена періодизація розвитку побудована на основі аналізу чотирьох головних його аспектів, а саме: фізичний ріст і розвиток, когнітивний і мовленнєвий розвиток, розвиток особистості та соціокультурний розвиток. Саме в цих напрямках характеризуються основні зміни, що відбуваються в межах кожного періоду. До фізичного розвитку відносять зміни форми та розмірів тіла, а також зміни мозкових структур, сенсорних здібностей та моторних навичок. Розвиток в когнітивній сфері включає набуття навичок сприймання, мислення, вирішення задач і т.д., а також розвиток складних процесів мовлення. Розвиток особистісних характеристик полягає в розвитку відносно стабільних та стійких рис та почуття унікальності власної особистості. Нарешті, соціокультурний аспект складає соціалізація у всіх її проявах [там же].

Зрозуміло, що процес розвитку поділений на згадані періоди досить умовно і основна мета такої періодизації – систематизувати досвід та створити каркас для повного, інтегрального, обґрунтованого та змістовного аналізу життєвого шляху людини відповідно до тих мультимодальних змін, яких вона зазнає з моменту народження і до смерті. Але, на нашу думку, такий підхід хоч і дозволяє формально охопити основні вектори розвитку, все ж є «нечутливим» до такого його важливого аспекту, як самореалізація суб'єкта, що розвивається. Адже навіть різнобічна характеристика наявних можливостей людини на кожному віковому етапі не виносить з-за дужок складний і важливий процес перетворення її особистісного, духовного, творчого і загалом життєвого потенціалу у ці вже актуальні здібності. Ми переконані, що процес самореалізації виражає найбільш глибоку, сутнісну сторону людини та її розвитку. І цим обумовлюється необхідність доповнення наведеної стандартної схеми аналізу розвитку людини іншими критеріями, які, можливо, внесли б у неї необхідні зміни.

Р.А.Зобов та В.Н.Келасьєв [1] зазначають, що більшість існуючих розробок з проблеми людини страждають одним загальним недоліком: як правило в них дається набір різних відомостей про людину, запозичених із різних сфер знання (біології, філософії, соціології, медицини, психології, історії і т.д.), при чому ця людина втрачає свою єдність та багатомірність, оскільки не розглядається як цілісна істота, що актуалізується в процесі включення в соціум і реалізує в ньому і в його структурах свої потенції. На цьому фоні відчувається потреба в деякій об'єднуючій ідеї, що здатна дати розуміння людини як цілісного утворення. Тому і пропонується розглядати людину як динамічну цілісність, що розвивається, прагне до розгортання своїх глибинних потенцій, до підтвердження своєї власної значущості та цінності.

Ці ж дослідники вважають, що проблему самореалізації неможливо відокремити від контексту певних етапів життєвого шляху людини. При цьому основний акцент робиться на значенні поняття смислу життя на різних вікових проміжках і наповненні його специфічним змістом відносно фази похилого віку, старості. Мається на увазі важливість питання про те, що стоїть за поняттями «достойна старість» чи «щаслива старість», які форми самореалізації залишаються, які зникають з віком, які перспективи суспільство може запропонувати людині, що старіє, у що трансформується сам смисл життя порівняно із попередніми етапами розвитку, як з точки зору самореалізації повинно бути сконструйоване соціальне середовище для людей похилого віку так, щоб був відчутний запит на їх мудрість, знання тощо [там же].

Уже з самої постановки такої проблематики зрозуміло, що самореалізація людини утруднюється із досягненням нею певного віку під впливом як внутрішніх по відношенні до людини факторів (мова йде про фізіологічні зміни в організмі, викликані його старінням), так і зовнішніх (тих, що пов'язані із її соціальним оточенням). Більше того, ми схильні думати, що існує й, умовно кажучи, «нижній поріг» самореалізації людини:

той віковий період, коли, по-перше, потенціал людини ще не «дозрів» до такої міри, щоб бути свідомо актуалізованим і набути певної особистісної цінності для людини і, по-друге, коли соціум не готовий сприйняти людину як таку, що перебуває у процесі активної реалізації свого Я.

Отже, виходячи із сказаного вище, ми схильні висунути положення про те, що *в онтогенезі людини існує період, найбільш сензитивний з точки зору реалізації нею свого життєвого потенціалу* з огляду на всю сукупність зовнішніх обставин та внутрішніх умов. Цей відрізок життя ми пропонуємо називати *акмеперіодом людини*. Опис формальних (хронологічних) та змістовних його характеристик потребує окремої публікації, оскільки повинен ґрунтуватися на результатах відповідних емпіричних досліджень .

З точки зору методології, для аналізу акмеперіоду ми використовуємо модель «акме», у якій критерієм виступає не точка, а процес інтенсивного зростання і якісного стрибка розвитку, запозичену нами з акмеології [11] з одним застереженням: ми не приймаємо за основу подальших розмірковувань думки І.Н.Семенова про те, що в фокус уваги дослідника «акме» мають потрапляти, головним чином, професійні досягнення, а також те, що процес самовдосконалення і творчого розвитку можуть іти безупинно по висхідній траєкторії. З цими положеннями можна не погодитись, оскільки, прогресуюча самореалізація людини (як професійна, так і особистісна) навіть на пізніх етапах онтогенезу, можлива лише за певних умов, тому говорити про все зростаючу продуктивність розвитку можна тільки відносно, апелюючи до окремих випадків, а не типової тенденції.

Л.І.Анциферова [12] зазначала, що розвиток – це основний спосіб існування особистості на всіх етапах її індивідуального шляху, і це положення висуває перед психологією в якості основної і найменш вивченої задачі психологічного дослідження цілісного життєвого шляху особистості, що повинно включати такі питання: співвідношення біографічних подій та



моментів природного життєвого циклу індивіда; фази, періодизація життя; кризи розвитку особистості; типи біографій; вікові особливості внутрішнього світу людини; роль духовних факторів в регуляції соціальної життєдіяльності; вікова динаміка творчої продуктивності; загальна продуктивність життєвого шляху; задоволеність життям тощо. Так і Б.Г.Ананьєв [13] у своїй концепції онтопсихології наголошував на важливість вивчення взаємозв'язку онтогенезу та життєвого шляху, котрі визначають основні закономірності цілісного індивідуального розвитку людини.

Таким чином, онтогенез із його послідовністю фаз виступає лише як об'єктивний фактор життєвого шляху людини, як певний простір і час, в якому розгортається історія особистості та суб'єкта діяльності [*там же*, С.162], і, аналізуючи розвиток людини лише через призму етапів онтогенезу, ми ігноруємо вже згадані і, безумовно, важливі його аспекти, що стосуються самореалізації особистості. Тому, характеризуючи акмеперіод людини, ми розглядаємо його як етап онтогенезу у його нерозривному зв'язку з життєвим шляхом людини.

Серед робіт, орієнтованих на вивчення динаміки зовнішніх та внутрішніх детермінант життєвого шляху людини, передумов її самореалізації, слід згадати працю Ш.Бюллер, яка запропонувала три аспекти вивчення життєвого шляху людини: *біолого-біографічний*, що включає вивчення умов життя, оточуючого середовища і поведінки в ньому людини; аспект вивчення становлення та динаміки цінностей, *еволюції внутрішнього світу*, дослідити яку можна було б через вивчення переживань людини [8]; аспект, пов'язаний з *аналізом результатів діяльності*, особливо творчої [14].

Цей підхід до вивчення життєвого шляху людини здається нам доцільним в контексті дослідження акмеперіоду людини, оскільки дозволяє охопити і зовнішні, і внутрішні детермінанти розвитку, а також проаналізувати цей етап з точки зору досягнень як об'єктивних результатів

самореалізації з одного боку, і як початкової точки відліку до наступного витка розвитку – з іншого.

Таким чином, узагальнюючи проаналізовані нами теоретичні концепції, можна виділити кілька основних положень, які ми розглядаємо як методологічне підґрунтя подальших емпіричних досліджень акмеперіоду людини. По-перше, ми бачимо людину як активну динамічну цілісність, що розвивається, прагне до розгортання своїх глибинних потенцій, до підтвердження своєї значущості та цінності, і, актуалізуючись в процесі включення в соціум і реалізуючи в ньому свої потенції, може бути як об'єктом, так і суб'єктом впливу.

По-друге, основним способом існування особистості є розвиток, і аналізувати його без поділу онтогенезу на певні етапи неможливо. Існуючі підходи до періодизації людського розвитку відображають лише певні його аспекти, в зв'язку з чим існує необхідність у доповненні їх новими змістовними критеріями, що були б чутливими до особливостей реалізації життєвого потенціалу суб'єкта, що розвивається, як найбільш значущого показника продуктивності розвитку як такого. Причому, онтогенез виступає тут як об'єктивний фактор цілісного життєвого шляху людини і не може розглядатися поза зв'язком із останнім.

По-третє, самореалізація людини має певні вікові «пороги», за межами яких в силу як зовнішніх, так і внутрішніх по відношенню до людини умов, утруднюється актуалізація її життєвого потенціалу. Тому можна говорити про деякий період онтогенезу, що є найбільш сензитивним з точки зору реалізації людиною її потенціалу – акмеперіод людини. Причому, в якості «акме» тут виступає не точка, а процес інтенсивного зростання і якісного стрибка розвитку. Отже, критерієм виділення акмеперіоду людини як окремого вікового етапу є міра суб'єктивної готовності та об'єктивної можливості успішної реалізації свого життєвого потенціалу.

### *Літэратура:*

1. Зобов Р.А., Келасьев В.Н. Самореализация человека: введение в человековедение: Учеб. пособие. – СПб.: Издательство С.-Петербургского университета, 2001. – 280 с.
2. Психологическая энциклопедия. 2-е изд. / Под ред. Р.Корсини, А.Ауэрбаха. – СПб.: Питер, 2006.
3. Бандура А. Теория социального научения. – СПб.: АСТ, 1997.
4. Ньюкомб Н. Развитие личности ребенка. – 8-е междунар. изд. – СПб.: Питер, 2002. – 640с.
5. Выготский Л.С. Психология. – М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – 1008с
6. Фрейд З. Очерки по психологии сексуальности. – Мн.: БелСЭ, 1990.
7. Эриксон Э.Г. Детство и общество: Пер. с англ. – СПб.: Ленато, АСТ, Университетская книга, 1996.
8. Логинова Н.А. Жизненный путь человека как проблема психологи // Вопросы психологии. - №1. – 1985.
9. Пиаже Ж. Избранные психологические труды. – М., 1969.
10. Крайг Г., Бокум Д. Психология развития. – 9-е изд. – СПб.: Питер, 2004, 940 с.
11. Семенов И.Н. Акмеология – новое направление междисциплинарных исследований человека // Общественные науки / Современность, 1998. – №3. – С.85-87.
12. Анцыферова Л.И. Некоторые теоретические проблемы психологии личности // Вопросы психологии. - №1. – 1978. – С.37-50.
13. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. – Л., 1969.
14. Человек: индивидуальность, творчество, жизненный путь / Под ред. В.Н.Келасьева. – СПб., 1998.