

Зінченко С.В. Особистісний розвиток дорослих: психологічний контекст / С.В. Зінченко // Сучасна середня освіта: інновації, методологія, теорія, практика: матеріали міжрегіональної науково-практичної конференції пам'яті академіка НАПН України / за заг. ред. І.М. Бобер. – Кременчук, 2014. – С. 350-352.

ОСОБИСТІСНИЙ РОЗВИТОК ДОРΟΣЛИХ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ КОНТЕКСТ

С.В. Зінченко

м. Київ, Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих
Національної академії педагогічних наук України

Однією з важливих і актуальних проблем сучасної психології залишається проблема особистісного розвитку. Аналіз вітчизняної та зарубіжної психолого-педагогічної літератури з даної проблеми свідчить про неоднозначність, різноманітність підходів до її розгляду.

Вперше феномен особистісного розвитку був сформульований у межах гуманістичної концепції К. Роджерса і А. Маслоу, згідно якій внутрішня природа особистості дорослої людини розкривається через самоактуалізацію, що біологічно обумовлена, забезпечується “ростом зсередини”, і важливо, щоб соціальні умови суспільства не заважали цьому розвитку. Креативні сторони проявляються яскравіше, якщо особистість перебуває у сприятливому оточенні та докладає активних зусиль у напрямі реалізації власної природи [2].

У працях зарубіжних психологів Е. Берна, М. Джеймса, Д. Гордона, Л. Камерон-Бендлера, Ф. Перлза, Дж. Рейнуотера аналізується проблема особистісного розвитку. Самоактуалізація особистості розглядається К. Абульхановою-Славською, Є. Горячевою; самореалізація особистості – Л. Коростильовою, Д. Леонтьєвим, Р. Мамеркуловою; самовдосконалення особистості – Н. Гаджиєвою, Ю. Орловим, саморозвиток особистості – Г. Цукерманом, Б. Мастеровим.

Особистісний розвиток є процесом набуття абсолютно нового досвіду, формування певного стилю поведінки та ставлення до оточуючих.

Кількість часу, необхідного для повноцінного особистісного розвитку, може бути абсолютно різною, і, в першу чергу, залежить від бажання дорослої людини щось змінити в своєму житті і витрачених зусиль. Постійний розвиток допомагає особистості впоратися з багатьма не тільки психологічними, але й психосоматичними труднощами.

Адже існує загальновідомий доведений факт взаємозв'язку між здоров'ям дорослої людини та її психологічним станом. Тобто, особистісний розвиток – це позитивні зміни в особистості, активізація її потенціалу [3]. Креативність, безпосередність, сміливість і наполеглива

робота є основними характерними рисами дорослих, які самоактуалізуються [6, с. 406].

Як зазначають С. Братченко, М. Миронова, головний психологічний сенс особистісного розвитку – знаходження свого життєвого шляху, самоактуалізація та розвиток цілеспрямованості, самостійності, динамічності, цілісності, конструктивності, індивідуальності. Взаємодія особистості з власним внутрішнім світом в цілому є не менш значущою, ніж зі світом зовнішнім. Також принципово важливим є визнання її внутрішнього світу іншими людьми. Тобто повноцінний особистісний розвиток можливий тільки в тому випадку, якщо інтраперсональність не буде пригнічуватися інтерперсональністю [1, с. 38-46].

Інтраперсональними критеріями особистісного розвитку є: прийняття себе, відкритість внутрішньому досвіду переживань, розуміння себе, відповідальна свобода, цілісність, динамічність. Інтерперсональними критеріями особистісного розвитку є: прийняття інших, розуміння інших, соціалізованість, творча адаптивність [4, с. 294-296]. Узгодженість цих критеріїв впливає на особистісний розвиток.

У кожної особистості є величезний потенціал можливостей, який вона може реалізувати. Проте зазвичай свій життєвий потенціал доросла людина реалізує не повною мірою, а якщо обставини життя складаються негативно, то реалізує тільки невелику його частку.

Тобто особистісний розвиток пов'язаний з позитивним поглядом на природу дорослої людини. У зв'язку з цим психологічний тренінг особистісного розвитку спрямований на розкриття особистістю потенційних можливостей, віру в свої сили, подолання проблем. Досить часто психологічний тренінг має і психотерапевтичну дію – при набутті віри в себе та в свої сили поліпшується і фізичне здоров'я дорослої людини [5].

Отже, особистісний розвиток є еволюційно необхідним процесом та єдиною запорукою психологічного, етичного, духовного здоров'я дорослої людини, а відповідно і її соціального та фізичного здоров'я. Таким чином, практичне розуміння та застосування концепції особистісного розвитку є актуальним.

Література

1. Братченко С.Л. Личностный рост и его критерии / Братченко С.Л., Миронова М.Р. // Психологические проблемы самореализации личности. – СПб., 1997. – С. 38-46.
2. К проблеме личностного роста [Электронный ресурс]. – Режим доступа 02.03.2014: <<http://www.moluch.ru/archive/45/5560/>>. – Загл с экрана. – Язык рус.

3. Психологос. Энциклопедия практической психологии [Электронный ресурс]. – Режим доступа 15.01.2014: <http://www.psychologos.ru/articles/view/lichnostnyu_rost>. – Загл с экрана. – Язык рус.
4. Тавтилова Н.Н. К проблеме личностного роста / Н.Н. Тавтилова // Молодой ученый. – 2012. – №10. – С. 294-296.
5. Тренинг личностного роста как способ преодоления проблем и улучшения качества жизни [Электронный ресурс]. – Режим доступа 09.04.2014: <goldcoach.ru/poleznoe/trening-lichnostnogo-rosta.html>. – Загл с экрана. – Язык рус.
6. Фрейджер Р. Личность. Теории, упражнения, эксперименты / Фрейджер Р. – СПб.: Прайм – ЕВРОЗНАК, 2006. – С. 373-406.