

## ЕТАПИ ОСОБИСТІСНОГО ЗРОСТАННЯ

Олександр АНДРЕЄВ

УДК 159.923

Oleksandr Andreyev  
PHASES OF PERSONAL GROWTH

### 1. ВСТУП

В актуальності теми особистісного зростання слушно виділити два аспекти – загальнолюдський і науковий. У контексті першого важливість даної теми зростає з посиленням антропологічної кризи, яка набула ознак антропогенної [1]. Безперечно, особистість – надскладна онтофеноменальна даність (див. [17]). Водночас у науковому контексті актуальною постає проблема розуміння суті та рушійних сил особистісного зростання. С. Мадді позначає її як дилему між адаптацією і трансценденцією, що зумовлена самоактуалізацією [12, с. 196–197]. Метою цієї праці (див. також [3–5]) є виявлення та описання основних етапів і стадій особистісного зростання з позицій *інтегративного системно-процесуального підходу* [2] на основі розгляду основних рушійних сил такого зростання. Запропонований підхід – це одна з гілок *інтегративно-особистісного підходу* Г.О. Балла [8; 9]. Зокрема, як і в останньому, в запропонованому нами підході здійснюється інтеграція й у гносеологічному аспекті (синтез положень, властивих різним психологічним концепціям), і в онтологічному (орієнтація на цілісного людського індивіда, на досягнення гармонійної єдності його соматичних, психічних і духовних властивостей).

### 2. АВТОРСЬКА КОНЦЕПЦІЯ ОСОБИСТІСНОГО ЗРОСТАННЯ

Особистісне зростання – це сукупність змін особистості в напрямку адаптації, екологічної самореалізації та усвідомленої цілісності [4]. Описана нижче концепція особистісного зростання базується на запропонованій нами інтегративній моделі особистості (див. *рис.*). Док-

ладному її описанню присвячена стаття [6]. Буттєвість трьох рівнів зовнішнього простору – фізико-біологічного (I), психосоціального (II) та духовного (III) – обумовлює наявність відповідних рівнів і сегментів індивідуальної психіки та особистості. На цій підставі вказуємо на три основні компоненти особистісного

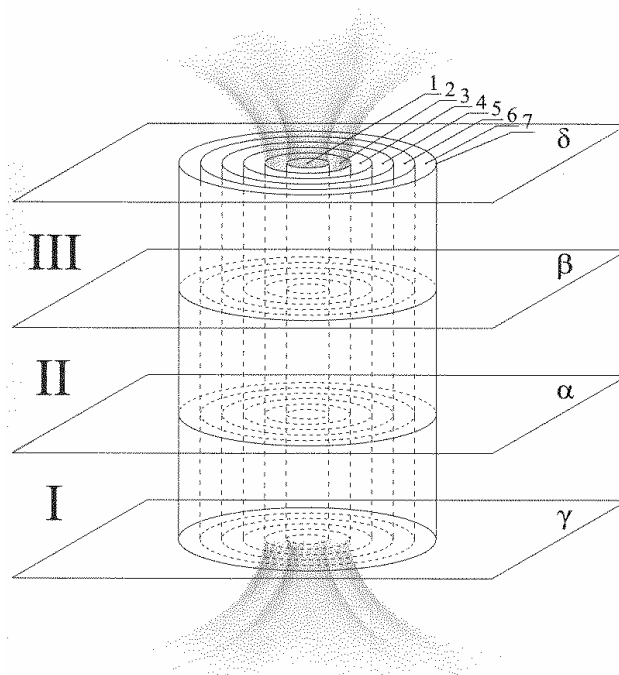


Рис.

*Інтегративна модель особистості:*

- 1 – універсальна Сутність;
- 2 (заштрихована ділянка) – архетипи;
- 3 – екзистенційна (індивідуальна) сутність особистості;
- 4 – ендопсихіка;
- 5 – екзопсихіка;
- 6 – контактний прошарок;
- 7 – кордон контакту із зовнішнім середовищем.

зростання – на тілесний, психосоціальний і духовний. При цьому важливими є динамічні взаємозв'язки між ними.

На *рис.* особистість моделюється суцільним колом, що знаходиться у трьохшаровому просторі. Шар I символізує природний фізико-біологічний початок, шар II – психосоціальний і шар III – духовний. Площина  $\alpha$  розмежує між собою шари I і II, а площина  $\beta$  – шари II і III. Площини  $\nu$  і  $\delta$  позначають кордон між особистістю і зовнішнім середовищем відповідно в біологічному та духовному нашаруваннях.

У центрі моделі знаходиться універсальна Сутність 1. Це – гіпотетичний універсальний загальнолюдський, божественний або вселенський початок. Він може відповідати юнгівському архетипу Самості. Заштрихована воронка 2 умовно позначає сферу решти юнгівських архетипів, котрі “проростають”, згідно з К.Г. Юнгом [49], із біологічного в духовне. Шар 3 – індивідуальна (або екзистенціальна) сутність, що визначається індивідуальним співвідношенням архетипів та (відповідно до уявлень екзистенціалістів) впливом зовнішніх подій, опосередкованих вищерозташованими шарами особистісної структури. Ділянки 1–3 разом утворюють *ядро психіки*. Цифрою 4 позначена *ендопсихіка* – функціональна система, що забезпечує внутрішню психічну діяльність особистості. Зміст ендопсихіки становлять інтероцептивні відчуття, сновидіння та їх переживання, уявлення особи про свої душевні процеси та ін. Функціональні системи (що формуються за потреби), котрі є підсистемами ендопсихіки, нами, слідом за О.Ф. Лазурським [11], названо *ендокомплексами*. Прикладами ендокомплексів можуть бути система уявлень про свій внутрішній світ, комплекс переживань свого внутрішнього життя, задатки, темперамент тощо. Далі знаходиться *екзопсихіка* (5–7), що є аналогом ендопсихіки, котрий забезпечує зовнішню психічну діяльність. У шарі 5 утворюються *екзокомплекси* – здатності, система цінностей та смислів. 6-й шар названий нами контактним. Це – частина екзопсихіки, у якій формуються психічні функціональні структури, котрі забезпечують контакт особистості із зовнішнім світом. Сюди відносяться риси характеру, аттитюди, ролі, навички спілкування, стереотипи поведінки тощо. Зовнішня межа контактного шару 7 являє собою *кордон контакту* (цей термін запозичено з гештальт-підходу [21]), через який здійснюється зв'язок людини із зовнішнім сві-

том. Він є проникливим й водночас відокремлює організм від навколишнього світу та слугує своєрідним фільтром, що відсіює непотрібне.

Вважаємо, що психічні процеси – сприйняття, емоції, когніції та діяльність – мають місце як в екзо-, так і в ендопсихіці, включаючи ядро. Це припущення обґрунтовує принципovu пізнаванність усіх шарів психіки на всіх трьох згаданих вище рівнях. Звідси випливає, що будь-яка частина психіки може бути як усвідомленою, так і не усвідомленою, тобто локалізація *ділянок свідомості* й *сфери не-свідомого* є індивідуальною й залежить від безлічі факторів. Ця обставина зумовлює індивідуальні особливості процесу розвитку усвідомленості й відтак перебігу особистісного зростання.

Водночас пов'язуємо особистісне зростання передусім із розвитком *усвідомленості*, що має два аспекти. Перший пов'язаний з розширенням меж усвідомлення, другий – із якісним його розвитком. Нижче коротко описані виділені нами основні етапи особистісного зростання. Більш докладний їх опис дано в [7]. Використовуючи результати наших спостережень і власний психотерапевтичний досвід, розглядаємо найбільш вірогідну первинну локалізацію усвідомлюваної сфери та її подальше розширення у просторі поданої на *рис.* моделі особистості. Істотною підмогою нам послугували виділені В.М. Бехтеревим [10] етапи розвитку свідомості.

### 3. ЕТАПИ ОСОБИСТІСНОГО ЗРОСТАННЯ

1. Перші ознаки свідомості пов'язані, відповідно до розмірковувань В.М. Бехтерева [10], з усвідомленням межі між собою та навколишнім світом. Дійсно, саме тут відбувається задоволення вітальних потреб. Починають розвиватися увага та сенсорна чутливість. Е. Еріксон [20] вказує на формування базової довіри або недовіри до світу, а також на те, що на цьому етапі досить частими є спонтанні містичні переживання. Такий рівень усвідомленості притаманний *немовлячому віку*.

2. Розвиток тілесних відчуттів та уваги сприяють усвідомленню вітальних потреб. У цьому беруть участь контактний шар та кордон контакту в фізико-біологічному сегменті. Вони пов'язані з біологічною адаптацією до середовища, залежність від якої є надзвичайно великою. Звідси – егоїзм та зовнішній локус контролю. Цей рівень усвідомленості має місце у *ранньому дитячому віці*.

3. Усвідомлення об'єктів зовнішнього світу та міжособистісних стосунків відбувається спочатку в контексті задоволення вітальних потреб. Розвивається соціальна сенситивність і разом з нею орієнтація в зовнішньому світі й у просторі відносин. Усвідомлення вистачає лише на найактуальніше. Тому типові стосунки ритуалізуються. Розвивається соціальна перцепція, яка становить початок усвідомлення екзопсихіки. Розвивається й емоційна сфера, котра визначає сприйняття та поведінку. Значущість думки навколишніх сприяє розвитку конформізму й частковому пригніченню природного спонтанного самовираження. На передній план виходить адаптація до соціального довкілля. Цей рівень усвідомленості спостерігається як у дітей, так і в дорослих.

4. Все більш усвідомлюються актуальні відносини, які відбуваються на кордоні контакту особи із зовнішнім середовищем і знаходять відображення у внутрішньому нашаруванні її екзопсихіки після проходження через контактний шар. Екзокомплекси контактного шару (зокрема, аттитюди, ролі, стереотипи тощо) відіграють при цьому роль своєрідного фільтра. У результаті формуються й розвиваються внутрішня картина світу, мотиви, цілі та інші компоненти внутрішнього шару екзопсихіки. Вони і відносини між ними частково усвідомлюються. У зв'язку з цим усвідомлення відчуттів відступає на задній план. Локус контролю дещо зміщується всередину, розвивається відповідальність. Починають оприянюватися креативність і здатність до концентрації уваги. Соціальна адаптація виявляється у стримуванні природних спонтанних проявів. Одночасно починає утверджуватися самореалізація на рівні інтелектуальних конструктів.

5. Розвиток уваги призводить до усвідомлення інтелектуальних інтерпретацій на тлі усвідомлюваних відчуттів, стосунків та їх переживання. Значущими є емоційні переживання особистістю інтерпретацій актуальних подій. Спонтанне самовираження продовжує пригнічуватись. Зниження скривлювального впливу інтерпретацій сприяє конгруентності сприйняття, психічній гнучкості та адаптованості. Креативність виявляється у формі створення творів мистецтва та інтелектуальної творчості. Здатність до зосередження уваги зростає.

6. Усвідомлення емоцій та почуттів відбувається поза інтелектуальної інтерпретації, що супроводжується все більш відкритим їх проявом [16], поглибленням міжособистісних відно-

син та зростанням самореалізації. Більш адекватно сприймаються чужі емоції. Розвиваються толерантність й доброзичливість до себе та інших, самоповага й емоційна сенситивність. Усе це створює додаткові ресурси адаптації. Окрім творчої діяльності, самореалізація починає все більше виявлятися у повсякденних відносинах і вчинкових діях.

7. Усвідомлення тонких тілесних відчуттів здійснюється у їх взаємозв'язках з емоціями, відносинами та інтелектуальними інтерпретаціями останніх у поєднанні з усвідомленою диференціацією всіх названих психічних явищ. Активізуються інтуїтивні процеси. Удосконалюється самореалізація, що позначається й на адаптації. Сенситивність сприяє розвитку довільної саморегуляції, що, своєю чергою, стимулює згармонізування психіки, адекватності й толерантності стосовно себе та оточуючих, а також спричиняє зростання усвідомленості, відповідальності та екологічності поведінки. Розвиток усвідомленості призводить до очевидності власного розвитку, що позитивно позначається на свідомому прагненні особистості до саморозвитку.

8. Активізація усвідомлення взаємозв'язків відбувається між елементами екзопсихіки, а потім й ендопсихіки. Якщо зсув інтересів у напрямку від зовнішнього світу до внутрішнього унаслідок різко, то можуть порушитися сформовані механізми взаємодії між компонентами психіки, що підтверджуватимуть відхилення у саморегуляції та адаптації, що здебільшого негативно позначається й на міжособистісних стосунках. Це вказує на кризу особистісного зростання. Уникнути її можна шляхом розвитку усвідомлення взаємозв'язків між компонентами психіки в контексті відносин особистості із зовнішнім світом. Дружня підтримка – важливе доповнення до професійної допомоги. Зміни в напрямку усвідомленої цілісності все виразніше виявляються у більш цілісному її самосприйнятті як суб'єкта життєдіяльності. Це веде до вдосконалення стосунків із зовнішнім світом і до повнішого особистісного самовираження порівняно з докризовим періодом. Розвивається емоційна та сенсорна чутливість. Переорієнтація на усвідомлення свого внутрішнього світу сприяє скороченню дефіцитарних потреб й утвердженню буттєвих (див. [14]). Усвідомлення взаємозв'язків між ендопсихікою та екзопсихікою сприяє їх розвитку й динамічності, що є сприятливим для прояву природної спонтанності та креативності

особистості, прийняття себе й посилення самоповаги, а також стимулює її самодостатність та підвищення стійкості до несприятливих зовнішніх впливів. Зростає здатність брати на себе відповідальність за свої дії і свій стан. Самопізнання й самореалізація, що є характерними для цього етапу, здебільшого стимулюють прагнення до подальшого саморозвитку і самовдосконалення.

9. Подальше зростання особистості є рідкісним, оскільки зовнішні стимули вже слабкі через практичну задоволеність потреб адаптації та самореалізації і досягнення нею психічного благополуччя. Лише прагнення до саморозвитку стимулює свідомість до подальшого просування вглиб, що призводить до усвідомлення своєї індивідуальної сутності. На рівні ендopsихіки це усвідомлення переважно супроводжується екзистенційними переживаннями своєї унікальності, цінності життя, його осенсовування. На рівні екзopsихіки воно здебільшого виявляється як усвідомлення свого призначення в житті, глибинної близькості з природою та людьми, любові до них, як бачення прекрасного тощо. Можливі трансцендентні переживання, інсайти й зміна системи особистісних цінностей і смислів. Прояв екзистенціальної сутності стає квінтесенцією самореалізації. Взаємодія зі світом активується саме у його творчому аспекті. Життя стає яскравим, насиченим, але нестабільним унаслідок незбалансованості системи архетипів.

10. На цьому етапі відбувається продовження усвідомлення архетипового рівня. Специфіка переживань, котрі виникають при цьому, зумовлена тим, який саме архетип переживається. Ці переживання докладно описані К. Юнгом [19], і ми тут на них не будемо зупинятися. Архетипи (на рис. вони позначені заштрихованою “воронкою” 2) є компонентами колективного несвідомого, тобто виходять за межі індивідуальної психіки. Ця обставина суттєво підвищує ймовірність трансцендентних переживань. Практично всі особливості попереднього етапу стають більш вираженими. Однак ступінь самовираження тут знову дещо знижується внаслідок занурення особистості в себе, яке посилюється. Саме ця особливість відрізняє даний етап від попереднього.

11. Подальше смислове осягнення архетипів сприяє усвідомленню і гармонізації існуючих між ними взаємозв'язків та їх інтеграції. Гармонізуються прояви системи архетипів. Відбувається усвідомлене проникнення у Сутність і

трансценденція із втратою свого “я” й одночасно із збереженням усвідомленості. Особистість звертається всередину себе у прагненні осягнути свою Сутність й у таким спосіб її свідомість може трансцендувати (тобто вийти за межі індивідуальності) у світ, переживаючи єднання з усім сущим. При цьому вона прагне до усамітнення.

12. Нова якість буття людини у світі знаменується досягненням внутрішньої гармонії, яка поширюється назовні. При цьому гармонійно поєднуються звичайна взаємодія особистості зі світом, котра здійснюється через кордон контакту, й трансцендентне, зреалізоване Сутністю безпосередньо через архетипову воронку (див. рис. й наведене вище схарактеризування особистості). Усвідомлена Сутність, проявляючись через усі інші нашарування психіки, гармонізує їх та сприяє відпадинню ендо- та екзокомплексів, котрі стали непотрібними. Спілкування стає гранично простим, відкритим, мудрим, збалансованим і сповненим любові до усього сущого. Така особистість реалізує себе найприроднішим, гармонійним та екологічним чином. Повнота усвідомлення такої особистості наближає її адаптивні здібності, самореалізацію, стосунки, взаємодіяння і вчинки до досконалості.

#### 4. ВИСНОВКИ

Отже, головним напрямом особистісного зростання є *усвідомлення*, яке поступово поглиблюється, охоплюючи нові нашарування та різноманітні компоненти психіки, котрі належать до трьох основних її сегментів, поданих у пропонуваній нами *моделі особистості* (див. рис.): фізико-біологічного, психосоціального та духовного. В описаній вище наступності особистісного зростання нами зафіксоване чергування екстравертованості та інтровертованості особистості під час переходу її від одного етапу до іншого. Подібне чергування має місце й у моделі онтогенетичного розвитку, розробленій Д.Б. Ельконіним [17]. На завершальному етапі в нашій моделі обидві тенденції гармонізуються, динамічно врівноважуючи одна іншу. Певне збалансування має місце й на восьмому етапі, що може стати перешкодою для подальшого особистісного зростання.

В інтервалі від першого приблизно по четвертий етап основною рушійною силою особистісного зростання є *адаптація*. З четвертого етапу потреба в адаптації поступово знижується внас-

лідок своєї задоволеності та зростає значення *самореалізації*. На сьомому й передусім на восьмому етапах самореалізація доставляє задоволення. Можливо, вона запускається інстинктивними механізмами, котрі у сучасній етології залежні від комплексів фіксованих дій (КФД) [15]. Тоді можна припустити, що КФД, будучи пов'язані із самореалізацією, активізуються тоді, коли ці дії слабшають, коли зростає адаптованість особи, що концептуально узгоджується з [13]. На восьмому етапі людина стає здебільшого самоактуалізованою особистістю. Подальше її зростання спричинено не стільки інстинктивними механізмами (КФД), скільки усвідомленим прагненням до вдосконалення, що вимагає певних зусиль. Примітно, що етапи особистісного зростання, пов'язані з дією КФД, дуже близькі до етапів розвитку особистості в онтогенезі. Особливо явно присутні паралелі між нашим описанням етапів указанного зростання та закономірностями онтогенетичного розвитку особистості, наведеними Е. Еріксоном [20]. Останній, як відомо, говорить про *цілісність* як про сприятливий результат особистісного розвитку. Зауважимо, що з активізацією самореалізаційних процесів розбіжності між процесами особистісного зростання та онтогенетичного розвитку починають зростати.

Звертають до себе увагу збіги між установленими Е. Еріксоном закономірностями вікового розвитку особистості та виділеними нами (на підставі запропонованої моделі) взаємозалежними етапами особистісного зростання. Наявність цих збігів спонукає нас припустити існування *загальних закономірностей* розвитку особистості, незалежних від того, які механізми та умови спричиняють цей розвиток. У цьому контексті особистісне зростання та онтогенетичний розвиток доречно розглядати як два аспекти єдиного мегапроцесу розвитку особистості. Причому онтогенетичний розвиток становить основу, або, висловлюючись образно, ґрунт, на якому відбувається особистісне зростання.

Окреслені вище 12 етапів особистісного зростання логічно згрупувати у три стадії: (1) адаптації, (2) самореалізації і (3) свідомого самовдосконалення (трансценденції). Третя стадія завершується досягненням особистістю стану *усвідомленої цілісності*. Таким є запропоноване нами розв'язання суперечки про те, що є головним показником зрілості особистості: її адаптація, самореалізація чи трансценденція [10, с. 196–197]. Однак адаптована до соціуму особистість вже вважається зрілою,

тому виділені нами стадії особистісного зростання слушно розглядати як стадії зрілості. Істотно, що самі ці стадії значною мірою проникають одна в іншу. Те ж можна сказати й про дванадцять етапів, що їх утверджують. Отож, варто говорити лише про домінування адаптації, самореалізації чи свідомого самовдосконалення на відповідній стадії. Нескладно помітити, що процес адаптування починається з біологічної адаптації. Потім на неї накладається соціальна адаптація і, слідом за нею, самореалізація, яка має яскраво виражену соціально-культурну спрямованість. Тільки найвищі форми самореалізації пов'язані з проявом *ядра психіки* та охоплюють завдяки цьому духовну складову. Трансценденція має переважно духовне забарвлення, хоча може містити в собі компоненти біологічного й соціокультурного характеру. Примітно, що розвиток диференціації психіки та особистісної структури в кінцевому підсумку призводить до усвідомленої цілісності особистості. Цю закономірність розглядаємо як прояв енантіодромії.

З урахуванням можливості істотних індивідуальних відмінностей у перебігу усвідомлення елементів описаної на початку цієї статті моделі особистості, наступність та зміст описаних вище етапів особистісного зростання є досить умовними. Крім того, деякі етапи можуть відбуватися одночасно. При цьому розвиткове функціонування одного етапу буде неминуче позначатися на ході іншого, що є природним наслідком взаємозв'язків між складниками та компонентами людської психіки.

Зіставимо також виділені нами етапи особистісного зростання зі стадіями аналогічного зростання, обґрунтованими К. Роджерсом [16]. Перша стадія Роджерса приблизно відповідає третьому етапу в нашій схемі, сьома (остання) – восьмого. Неважко простежити аналогії на всіх проміжних етапах, хоча прямої відповідності, звісно, не спостерігається, тому що вочевидь використовувалися різні критерії: у нас – усвідомленість, а у Роджерса – конгруентність. Вкажемо також на узгодженість наступності отриманих етапів особистісного зростання із спрямованістю задоволення потреб у відомій схемі А. Маслоу [13].

Охарактеризовані вище етапи особистісного зростання логічно обґрунтовані, спільно із запропонованою нами інтегративною моделлю, як *етапи усвідомлення* особистістю власного психічного простору. При цьому вважаємо, що все сприйняття зовнішнього світу представлено

у психіці з допомогою *інтеріоризації*. Тому усвідомлення внутрішнього психічного простору пов'язане не тільки із самопізнанням, а й із пізнанням зовнішнього світу. І справді, пізнання цього світу опосередковано відчуттями, сприйняттям, його емоційним забарвленням і персоніфікованою внутрішньою картиною, у яку вписується усвідомлюване. Проте розвиток свідомості особистості відбувається саме у зв'язку із її взаємодією із зовнішнім світом, який є потужним джерелом-стимулом до вдосконалення.

Основою особистісного зростання для нас є *усвідомленість* як поєднання глибини та широти усвідомлення. Вона може збільшуватися чи зменшуватися залежно від психічного стану людини в даний момент прожиття. Крім того, кожна особа усвідомлює те, що для неї актуально. Тому наступність нових усвідомлень має суто індивідуальний та ситуативний характер, залежить, окрім актуальної ситуації, від спрямованості, характеру та інших властивостей особистості, від особливостей соціального, культурного й фізико-географічного довкілля та від багатьох інших факторів. З урахуванням незліченної кількості можливих об'єктів усвідомлення практично неможливо порівнювати між собою *поля усвідомленості* двох людей. Одна особистість краще усвідомлює один набір об'єктів, в іншій цей набір істотним чином відмінний. І навіть один й той самий об'єкт може усвідомлюватися однією особистістю більш широко, а іншою – більш глибоко. Шерег нових усвідомлень має суто індивідуальнісний характер і залежить від багатьох обставин, що ускладнює діагностику усвідомленості. Однак ця діагностика не лише важка, а й не має першорядного значення у процесі практичного сприйняття особистісному зростанню клієнта через канал усвідомленості, виходячи з його актуальної ситуації. До того ж особливості його свідомості в контексті цієї ситуації неминуче виявляються під час психотерапевтичної взаємодії. Не меншого значення має *прийняття* усвідомленого матеріалу самим клієнтом. Адже безусвідомлене прийняття найчастіше призводить до прояву внутрішнього конфлікту між усвідомлюваною та неусвідомлюваною частинами психіки. І тут принципової вагомості набуває наявність адекватних особистісних ресурсів прийняття.

1. Андреев А.С. Развитие экологического сознания посредством психологических тренингов / А.С. Андреев // Конференция “Дни Петербургской философии”

/ Тезисы и статьи секции: “Новый век: гармония природы и интеллекта”. – СПб: СПбГУ, 2008. – С. 60–68.

2. Андреев А.С. Авторский интегративный подход к содействию личностному росту: основные положения / А.С. Андреев // Горизонты образования. – Ялта: КГГУ, 2008. – № 2. – С. 33–37.

3. Андреев А.С. Интегративный подход к содействию личностному росту в условиях психологического тренинга: практическое приложение (I) / А.С. Андреев // Горизонты образования. – Севастополь: Рибест, 2010. – № 2. – С. 145–150.

4. Андреев А.С. Естественные предпосылки личностного роста / А.С. Андреев // Современные приоритеты практической психологии в образовании: Материалы V Крымской научно-практической конференции / Составитель Кузьмина Р.И. – Симферополь: Учпедгиз, 2010. – С. 35–39.

5. Андреев А.С. Методы фасилитации спонтанного развития личности / А.С. Андреев // Горизонты образования. – Севастополь: Рибест, 2010. – №1. – С. 78–83.

6. Андреев О.С. Интегративна модель особистості / О.С. Андреев // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – Т. Х. Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія. – Вип. 19. – ДП “Інформ.-аналіт. аг.”, 2011. – С. 9–17.

7. Андреев А.С. Психологическая природа и этапы личностного роста / А.С. Андреев // Горизонты образования. – Севастополь: Рибест, 2012. – №1 – С. 78–83.

8. Балл Г.А. Психология в раиоигуманистической перспективе: Избранные работы / Г.А. Балл. – К.: Изд-во Основа, 2006. – 408 с.

9. Балл Г.А. Личность как модус культуры и как интегративное качество лица / Г.А. Балл, В.А. Мединцев // Мир психологии. – 2010. – № 4. – С. 167–178.

10. Бехтерев В.М. Личность и условия её развития и здоровья / В.М. Бухтерев // Психология личности в трудах отечественных психологов / Сост. Л.В. Куликов. – СПб.: Питер, 2000. – С. 146–151.

11. Лазурский А.Ф. Классификация личностей / А.Ф. Лазурский. – Петроград: Госиздат, 1922. – 222 с.

12. Мадди С.Р. Теории личности: сравнительный анализ / С.Р. Мадди. – СПб.: Речь, 2002. – 539 с.

13. Маслоу А. Мотивация и личность / А. Маслоу. – 3-е изд. – СПб.: Питер, 2003. – 352 с.

14. Маслоу А. Новые рубежи человеческой природы / А. Маслоу. – М.: Смысл, 1999. – 425 с.

15. Менинг О. поведение животных. Вводный курс / О. Менинг. – М.: “Мир”, 1982. – 360 с.

16. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Роджерс. – М.: Изд. группа “Прогресс”, “Универс”, 1994. – 480 с.

17. Фурман А.А. Психология особистості: ціннісно-орієнтаційний вимір: [монографія] / А.А. Фурман. – Одеса: ОНПУ; Тернопіль: ТНЕУ, 2016. – 312 с.

18. Эльконин Д. Б. К проблеме периодизации психологического развития в детском возрасте / Д.Б. Эльконин // Вопросы психологии. – 1971. – № 4. – С. 6–20.

19. Юнг К.Г. Аналитическая психология / К.Г. Юнг; пер. и ред. В.В. Зеленского. – СПб: МЦНК и Т “Кентавр”, Институт Личности, ИЧП “Палантур”, 1994. – 136 с.

20. Erikson E. The life cycle completed / E. Erikson. – NY: Norton, 1982. – 362 p.

21. Perls, F. Gestalt Therapy: Excitement and Growth in the Human Personality / F. Perls, R. Hefferline, P. Goodman. – NY: Highland, 1994. – 481 p.

## REFERENCES

1. Andreyev A.S. Razvitie ekologicheskogo soznaniya posredstvom psihologicheskikh treningov / A.S. Andreyev // Konferentsiya "Dni Peterburgskoy filosofii". / Tezisy I stat'i seksii: "Novyy vek: harmoniya prirody I intelekta". – SPb: SPbGU, 2008. – S. 60–68 [In Russian].
2. Andreyev A.S. "Avtorskij integrativnyj podhod r sodejstviju lichnostnomu rostu: osnovnye polozheniya" / A.S. Andreyev // "Gumanitarnye nauki" – Jalta: KGGU, 2008. – № 2. – S. 33–37 [In Russian].
3. Andreyev A.S. Integrativnyj podhod r sodejstviju lichnostnomu rostu v uslovijah psihologicheskogo treninga: prakticheskoe prilozhenie (I). / A.S. Andreyev // "Gorizonty obrazovanija". – Sevastopol': Ribest, 2010. – № 2. – S. 145–150 [In Russian].
4. Andreyev A.S. Estestvennye predposylki lichnostnogo rosta / A.S. Andreyev // Sovremennye priority prakticheskoy psihologii obrazovanija: Materialy V Krymskoj nauchno-prakticheskoy konferentsii / Sostavitel' Kuz'mina R.I. – Simferopol': Uchpedgiz, 2010. – S. 35–39 [In Russian].
5. Andreyev A.S. Metody fasilitatsii spontannogo razvitija lichnosti / A.S. Andreyev // "Gorizonty obrazovanija". – Sevastopol': Ribest, 2010. – №1. – S. 78–83 [In Russian].
6. Andreyev A.S. Integrativna model' osobystosti / A.S. Andreyev // Aktual'ni problemy gcyhologii: Zbirnik naukovyh prats'Instytutu psihologii imeni G.S. Kostjuka NAPH Ukraini. – T. X. Psihologia navchannja. Genetichna psihologija. Medychna psihologija. – Vyp. 19. – "DP Informatsijno-analitychne agenstvo", 2011. – S. 9–17 [In Ukrainian].
7. Andreyev A.S. Psihologicheskaja priroda i etapy lichnostnogo rosta. / A.S. Andreyev // "Gorizonty obrazovanija". – Sevastopol': Ribest, 2012. – №1 – S. 78–83 [In Russian].
8. Ball G.A. Psihologija v ratsiogumanisticheskoy perspektive: Izbrannye raboty / G.A. Ball. – K.: Izd-vo Osnova, 2006. – 408 s. [In Russian].
9. Ball G.A. Lichnost' kak modus kul'tury I kak integrativnoe kachestvo litsa / G.A. Ball, V.A. Medintsev // Мир психологии. – 2010. – № 4. – S. 167–178 [In Russian].
10. Bechtere V.M. Lichnost' I uslovija ejo razvitija I zdorov'ja. / V.M. Bechtere // Psihologija lichnosti v trudah otcyestvennyh psihologov / Sost. L.V. Kulikov. – SPb.: piter, 2000. – S. 146–151 [In Russian].
11. Lazurskij A.F. Klassifikatsija lichnostej / A.F. Lazurskij. – Petrograd: Gosizdat, 1922. – 222 s. [In Russian].
12. Maddi S.R. Teorii lichnosti: sravnitel'nyj analiz / S.R. Maddi. – SPb.: Rech', 2002. – 539 s. [In Russian].
13. Maslow A. Motivatsija I lichnost' / A. Maslow. 3-e izdanie. – SPb.: Piter, 2003. – 352 s. [In Russian].
14. Maslow A. Novye rubezhi chelovecheskoj prirody. / A. Maslow. – M.: Smysl, 1999. – 425 s. [In Russian].

15. Mening O. Poedenie zhivotnyh. Vvodnyj kurs / O. Mening. – M.: "Mir", 1982. – 360 s. [In Russian].

16. Rodzhers K. Vzgljad na psihoterapiju. Stanovlenie cheloveka / K. Rodzhers. – M.: Izd. gruppa "Progress", "Univers", 1994. – 480 s. [In Russian].

17. Furman A.A. Psiholohiya osobystosti: cinnisno-orientatsiyni vymir : [monografiya] / A.A. Furman. – Odesa: ONPU; Ternopil: TNEU, 2016. – 312 s. [In Ukrainian].

18. El'konin D.B. K probleme periodizatsii psihologicheskogo razvitija v detskom vozraste / D.B. El'konin // Vopr. psihol. – 1971. – № 4. – S. 6–20 [In Russian].

19. Yung K.G. Analiticheskaja psihologija. per. i red. V.V. Zelenskogo / K.G. Yung. – SPb: MTsNK i T "Kentavr", Institut lichnosti, IChP "Palantir", 1994. – 136 s. [In Russian].

20. Erikson E. The life cycle competed / E. Erikson. – NY: Norton, 1982. – 362 p. [In English].

21. Perls, F. Gestalt Therapy: Excitement and Growth in the Human Personality / F. Perls, R. Hefferline, P. Goodman. – NY: Highland, 1994 – 481 p. [In English].

## АНОТАЦІЯ

*Андрєєв Олександр Сергійович.*

**Етапи особистісного зростання.**

На основі авторської інтегративної моделі особистості виділено 12 етапів особистісного зростання, що об'єднані в три стадії – адаптації, самореалізації і трансценденції. Описано закономірності процесу особистісного зростання в цілому. Зокрема, виявлено чергування періодів екстраверсії та інтроверсії, обґрунтовані загальні закономірності у процесах особистісного зростання та онтогенетичного розвитку, окреслений зв'язок між закономірностями вказаного зростання й актуальними потребами людини як суб'єкта життєдіяльності. Побіжно розглянуті питання діагностики та фасилітації особистісного зростання.

**Ключові слова:** психіка, особистість, інтегративно-особистісний підхід, інтегративна модель, особистісне зростання, стадії, закономірності.

## АННОТАЦИЯ

*Андреев Александр Сергеевич.*

**Этапы личностного роста.**

На основе авторской интегративной модели личности выделены 12 этапов личностного роста, которые объединены в три стадии – адаптации, самореализации и трансценденции. Описаны закономерности процесса личностного роста в целом. В частности, выявлено чередование периодов экстраверсии и интроверсии, обнаружены общие закономерности в процессах личностного роста и онтогенетического развития, обозначена связь между закономерностями отмеченного роста и актуальными потребностями человека как субъекта жизнедеятельности. Затронуты вопросы диагностики и фасилитации личностного роста.

**Ключевые слова:** психика, личность, интегративно-личностный подход, интегративная модель, личностный рост, стадии, закономерности.

**ANNOTATION***Andreyev Oleksandr.***Phases of personal growth.**

Based on the author's integrative model of personality 12 phases of personal growth were identified and described. These phases were combined in three stages: adaptation, self-actualization and transcendence. Patterns of development of the process of personal growth as a whole are described. In particular, alternation of periods of extraversion and introversion is educed, general regularities in

the processes of personal growth and ontogenetic development are found out. The connection between regularities of personal growth and actual needs of individual is pointed. The questions related to diagnostics and facilitation of personality growth are discussed briefly.

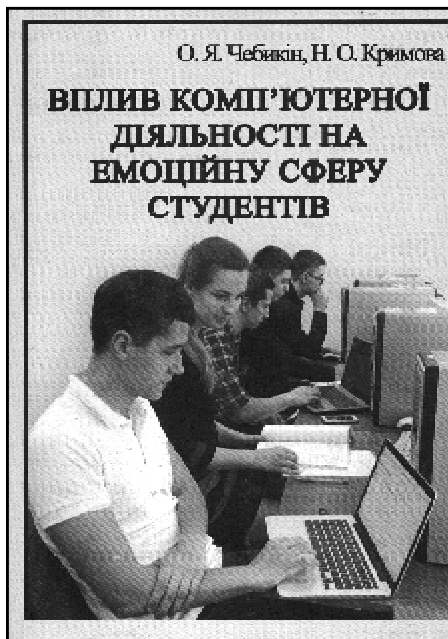
**Key words:** *personality, model, personal growth, stages, regularities.*

**Надійшла до редакції 11.07.2016.**

**Підписана до друку 16.05.2017.**

Бібліографічний опис для цитування:

**Андреев О. Этапы личностного зростання / Олександр Андреев // Психологія і суспільство. — 2017. — №2. — С. 127–134.**

**КНИЖКОВА ПОЛИЦЯ**

*Чебикін О.Я., Кримова Н.О.*

Вплив комп'ютерної діяльності на емоційну сферу студентів: [монографія] / О.Я. Чебикін, Н.О. Кримова. — Одеса: Вид-во ТОВ "Лерадрук", 2016. — 190 с.

Монографію присвячено дослідженню впливу комп'ютерної діяльності на емоційну сферу, емоційну стабільність студентів. Отримані в процесі дослідження результати стали основою для побудови цілеспрямованої системи формування емоційної стабільності та корекції негативних емоційних проявів у студентів, які активно працюють за комп'ютером.

Монографія адресована науковцям, аспірантам, викладачам, психологам та користувачам комп'ютерної техніки.