

Секция «Психология личности: вызовы, сложности, неопределенности и разнообразия»

## Экзистенциальные основания переживания личностной зрелости

Научный руководитель – Шумский Владимир Борисович

*Чукарина Анастасия Александровна*

*Аспирант*

Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Факультет социальных наук, Москва, Россия

*E-mail: 4erep.jmet@gmail.com*

В силу радикальной смены культурно-исторического жизненного контекста в современной психологии произошло изменение отношения к периоду зрелости. Если ранее считалось, что во зрелость человек вступает уже сформированной личностью, и нет необходимости изучать этот этап более детально, то в настоящее время признается, что взрослый человек продолжает свое взросление. Люди взрослеют биологически, но испытывают трудности в определении, а стали ли они действительно взрослыми или остались выросшими детьми. Наблюдается тенденция инфантилизма и бегства от зрелости, и необходимо более глубокое исследование факторов и предпосылок личностной зрелости для возможности рекомендаций по фасилитации практиками становления личностной зрелости.

Существует ряд критериев личностной зрелости, предложенный учеными, представителями различных психологических направлений. Среди них можно назвать ответственность, самоконтроль, осознанность, рефлексивность, стремление к саморазвитию, самопринятие, автономия, самоуправление и организация жизни, целостность, конгруэнтность, широта связей с миром, позитивные межличностные отношения, гуманность, социальная направленность. Из множества критериев личностной зрелости очень трудно вывести хоть какую-то последовательность, как происходит пошаговое их достижение. Из чего состоит путь овладения этими качествами, служащими характеристиками зрелости, и какова структура, упорядочивающая и объединяющая критерии в одно целостное виденье.

Мы предлагаем использовать конструкт экзистенциальная исполненность как критерий личностной зрелости, объединяющий и структурирующий взгляды других авторов. Экзистенциальная исполненность описана А. Лэнгле в теории экзистенциального анализа как результат исполненности четырех фундаментальных мотиваций. Исполненность четырех мотиваций - это реализация себя на четырех уровнях развития личности - способность быть в мире, способность получать удовольствие от жизни, способность быть аутентичным, способность иметь смысл своего существования. Другими словами, экзистенциальная исполненность - это нахождение ответов на четыре поставленных личностью перед собой вопроса: «Могу ли я быть в этом мире?», «Нравится ли мне жить?», «Имею ли я право быть таким?», «Что я должен делать?». Если рассмотреть подробно предпосылки и содержание каждой из четырех экзистенциальных мотиваций, можно увидеть корреляцию с критериями зрелости, принадлежность и представленность их в каждом уровне экзистенциальной исполненности.

Целью исследования было прояснение характера событий, влияющих на процесс личностного взросления. Для обработки данных и интерпретации результатов использовалась теория фундаментальных экзистенциальных мотиваций А. Лэнгле [1].

В качестве методического инструментария использовалась методика, разработанная В. Нурковой «Линия жизни» [2], в ее модификации применительно к проблеме личностной зрелости, названной нами «Линия зрелости». Мы попросили респондентов отметить

на линии времени соответственно возрасту события, наиболее повлиявшие на их личностное взросление. И далее ответить на вопрос по каждому событию: «Как именно это событие повлияло на Вас?».

Выборка составила 53 человека, из них 34 женщин, 19 мужчин, в возрасте от 19 до 38 лет.

Нами был проведен непараметрический однофакторный дисперсионный анализ Краскела — Уоллиса для анализа структуры четырех фундаментальных мотиваций и возрастных промежутков в событиях, повлиявших на личностное взросление.

Получены следующие результаты. События первой фундаментальной мотивации, связанной с базовым доверием миру, и третьей фундаментальной мотивации, связанной с самооценностью, значимо чаще присутствуют в характере событий, повлиявших на личностное взросление, чем событий второй фундаментальной мотивации, связанной с ценностью жизни, и четвертой фундаментальной мотивации, связанной с реализацией в мире и поисками смысла жизни.

Если рассмотреть характер событий, повлиявших на личностное взросление более частным образом, то можно сделать выводы, что по эмоциональной окраске значимо равное количество негативных событий, повлиявших на личностное взросление, по первой, второй и третьей мотивации. В то время как значимо меньше присутствует негативных событий по эмоциональной окраске и по отрицательному влиянию на личностное взросление из четвертой мотивации. Вероятно, переживания связанные с поисками смысла и реализацией вовне, не имеют явно отрицательной эмоциональной окраски и негативного влияния на личностное взросление.

Из проведенного непараметрического однофакторного дисперсионного анализа Краскела — Уоллиса также последовали выводы, что на процесс личностного взросления респондентов значимо больше повлияли события, произошедшие в возрасте 13-17 лет и 18-23 года, причем промежуток 18-23 года преобладает.

В то же время, если говорить о событиях, повлиявших на личностное взросление респондентов и имеющих негативную окраску, то их значимо больше произошло в возрасте до 12 лет, в то время как событий, имеющих позитивную эмоциональную окраску, значимо больше произошло в возрасте 18-23 года.

Стоит заметить, что в процессе проведения исследования был зафиксирован терапевтический характер методики «Линия взрослости», проявляющийся в появлении у респондентов более объемного и целостного понимания картины их взрослости, новых осознаний процесса их личностного взросления.

#### *Выводы*

- Экзистенциальная исполненность - критерий личностного взросления
- Преобладают события из первой и третьей фундаментальной мотивации по вкладу в их личностное взросление, то есть наибольший вклад во взросление вносят события, связанные с опорами в мире, и с поиском аутентичного способа жизни.
- Переживания и события из четвертой фундаментальной мотивации меньше всего имеют негативную эмоциональную окраску и отрицательное влияние.
- На личностное взросление респондентов значимо больше повлияли события в возрасте 18-23 года.
- Негативных событий, способствующих личностному взрослению, значимо больше в возрасте до 12 лет.

#### **Источники и литература**

- 1) Лэнгле А. Person: Экзистенциально аналитическая теория личности: Сборник статей //М.: Генезис. – 2006

- 2) Нуркова В. В. Методика «Линия жизни» как фактор формирования зоны ближайшего развития исторического аспекта самосознания личности //Зона ближайшего развития» в теоретической и практической психологии. Матер. XI Международных чтений памяти ЛС Выготского (15–18 ноября 2010 года, Москва).—М. – 2010. – С. 88-95