

Перспективами **дальнейших исследований** в этой области является разработка на основе полученных данных методических рекомендаций и коррекционных программ, которые позволят личности сохранять психологическое благополучие и здоровье в условиях психосоциального стресса, а также совершенствование диагностического инструментария исследования психологического здоровья.

Литература

1. *Ананьев В.А.* Введение в психологию здоровья. – СПб.: Изд-во СПбГУ, 2000.- 148 с.
2. *Водяха С.А.* Современные концепции психологического благополучия личности // Дискуссия. - 2012. -№2 (20).-С. 132- 138.
3. *Ганзен В.А.* Описание психических состояний человека. – СПб.: Питер, 2001. - 512 с.
4. *Григорьянц Е.И.* Психическое здоровье личности. – СПб.: СПбЛТА, 2001.-20 с.
5. *Жуковская Л.В.* Шкала психологического благополучия К. Рифф // Психол. журн. - 2011. -Т. 32. -№ 2. - С. 82-93.
6. *Минюрова С.А.* Психология саморазвития человека в профессии М.: Компания Спутник , 2008. – 298 с.
7. *Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы / Под ред. И.В. Дубровиной. — 4-е изд. — Екатеринбург: Деловая книга, 2000. — 176 с.*
8. *Селигман Мартин Э.П.* Новая позитивная психология: Научный взгляд на счастье и смысл жизни . - М. : София, 2006. – 368 с.
9. *Хухлаева О.В.* Коррекция нарушений психологического здоровья дошкольников и младших школьников. – М.: Академия, 2003. - 184 с.
10. *Шамионов Р.М.* Субъективное благополучие личности: психологическая картина и факторы. – Саратов, 2008. – 328 с.
11. *Шевеленкова Т.Д.* Психологическое благополучие личности // Психол. диагностика. 2005. — № 3. - С. 95-129.

Відомості про автора:

Білоножко Анжеліка Володимирівна – кандидат психологічних наук, доцент кафедри клінічної психології Інституту інноваційної та післядипломної освіти Одеського національного університету імені І. І. Мечникова.

Статтю подано до друку 27.03.2015.

УДК 159.9.072.4

© А. М. Большакова, 2015 р.

А. М. Большакова (м. Харків)

СУБ'ЄКТИВНА ВИЧЕРПАНІСТЬ ОСОБИСТІСНОГО ПОТЕНЦІАЛУ НА РІЗНИХ ЕТАПАХ ЖИТТЄВОГО ШЛЯХУ

Предмет дослідження – суб'єктивна вичерпаність особистісного потенціалу. Показано, що цей феномен є психічним образом, в якому відображена суб'єктивно незадовільна оцінка результатів, процесу та перспектив реалізації особистісного потенціалу. Суб'єктивна вичерпаність особистісного потенціалу досліджена за допомогою методик вивчення суб'єктивної картини життєвого шляху та авторського «Опитувальника особистісної реалізованості». Виявлено вікові особливості переживання суб'єктивної вичерпаності особистісного потенціалу. Визначено, що співвідношення вичерпаності / потенційності є найбільш оптимальним у віці «акме», а показники суб'єктивної вичерпаності починають значно зростати після досягнення передпенсійного віку.

Ключові слова: особистісний потенціал, суб'єктивна вичерпаність, особистісна реалізованість, життєвий шлях, вікові особливості.

Предмет исследования – субъективная истощенность личностного потенциала. Показано что этот феномен является психическим образом, в котором отражена субъективно неудовлетворительная оценка результатов, процесса и перспектив реализации личностного потенциала. Субъективная истощенность личностного потенциала исследована с помощью методик изучения субъективной картины жизненного пути и авторского «Опросника личностной реализованности». Выявлены возрастные особенности переживания субъективной истощенности личностного потенциала. Определено, что соотношение истощенности / потенциальности является наиболее оптимальным в возрасте «акме», а показатели субъективной истощенности начинают значительно возрастать по достижении предпенсионного возраста.

Ключевые слова: личностный потенциал, субъективная истощенность, личностная реализованность, жизненный путь, возрастные особенности.

The article of research – the subjective outspent of personal potential. It is shown that this phenomenon is mental form of the subjectively unsatisfactory estimation of results, process and prospects of realization of personality potential. The subjective outspent of personality potential is investigated by methodologies of study of subjective picture of life course and authorial «Personal realization questionnaire». The age-related features of experiencing of subjective outspent of personal potential are educed. It's turned out, that age of «acme» characterizes by the optimal correlation of outspent / potentiality characteristics. It's demonstrated, that subjective outspent of personal potential increase from the fore-pension age.

Key words: personal potential, subjective outspent, personal realization, life course, age-related features.

Постановка проблеми. Найважливішою умовою та проявом психічного благополуччя і повноцінного функціонування людини на кожному етапі життєвого шляху є усвідомлення нею наявності ще невикористаного особистісного потенціалу. Прагнення до його невинної реалізації та відтворення є провідною рушійною силою життєвого самоздійснення особи будь-якого віку. Втім, об'єктивно та суб'єктивно важкі обставини життя, внутрішньопсихічні, міжособистісні, матеріальні, побутові та інші проблеми досить часто детермінують виникнення складних кризових явищ у психіці людини, проявом яких є переживання особистісної реалізованості – вичерпаності колись наявного особистісного потенціалу. Це суб'єктивне переживання власної завершеності є суттєвим бар'єром, що заважає використанню об'єктивно наявних особистісних ресурсів. Отже, визначення зовнішніх та внутрішніх детермінант генезу та динаміки суб'єктивної вичерпаності особистісного потенціалу є актуальним завданням психологічної науки.

Аналіз досліджень та публікацій. Дослідження проблеми потенційного у психіці людини як невикористаних психічних резервів, здатних актуалізуватися під впливом певних умов, розпочато у роботах класиків радянської психології (Б. Ананьєва, Л. Божович, Л. Виготського, О. Леонтьєва, Б. Ломова, В. Мясищева, С. Рубінштейна, та ін.). Однією з найбільш актуальних проблема особистісного потенціалу залишається й у сучасній психології.

Визначення особистісного потенціалу як інтегральної характеристики особистісної зрілості та основи самодетермінації людини запропонував Д. Леонтьєв [3], який вважав, що ця базова індивідуальна характеристика, «стрижень особистості», відображає міру подолання людиною завданих обставин та самого себе, свободи від зовнішніх та внутрішніх умов діяльності.

Розробку загальних закономірностей функціонування потенційної сфери у процесі діяльності особистості здійснено також при вивченні адаптаційного потенціалу (А. Маклаков), творчого

потенціалу (Я. Пономарьов, О. Яковлева, Д. Богоявленська), інтелектуального потенціалу (В. Дружинін), комунікативного потенціалу (О. Бодалев, Ю. Ємельянов, В. Лабунська, Л. Петровська), професіоналізму (А. Деркач, Е. Зеєр, Є. Климов, Н. Кузьміна, Т. Кудрявцев, К. Платонов, Н. Пряжников, В. Шадриков) та ін.

Втім, не всі важливі аспекти цієї важливої проблеми знайшли своє відображення у наукових працях. Зокрема, перевірки потребує припущення про наявність суттєвих вікових особливостей суб'єктивного переживання вичерпаності особистісного потенціалу.

Мета роботи – дослідити вікові особливості показників суб'єктивної вичерпаності особистісного потенціалу на різних етапах життєвого шляху.

Виклад основного матеріалу дослідження. У даному дослідженні прийняли участь 586 осіб віком від 17 до 78 років. Вибірку було розподілено на такі групи: перша – 97 досліджуваних віком від 17 до 23 років (за переконанням більшості психологів саме цей інтервал є межами юнацького віку). Досліджуваних старше 23 років було розподілено на групи за принципом десятиріч: друга група – досліджувані віком від 24 до 29 років (114 осіб), третя – від 30 до 39 років (102 особи), четверта – від 40 до 49 років (79 осіб), п'ята – від 50 до 59 років (75 осіб), шоста – від 60 до 69 років (64 особи), сьома – старше 70 років (55 осіб).

У наших попередніх дослідженнях [1] було показано, що суб'єктивна вичерпаність особистісного потенціалу (особистісна реалізованість) є психічним образом, в якому відображено суб'єктивно незадовільну оцінку результатів, перебігу та перспектив реалізації особистісного потенціалу людини, образу, пов'язаного з переживанням стагнації процесу самоздійснення, фрустрації потреби в самореалізації на трьох етапах життя: минулому, теперішньому та майбутньому. Отже, особистісна реалізованість може досліджуватися як сукупність психобіографічних характеристик – особливостей побудови суб'єктивної картини життєвого шляху (психічного образу, «в якому відображені соціально зумовлені просторово-часові характеристики життєвого шляху (минулого, сьогодення й майбутнього), його етапи, події та їх взаємозв'язки» [2, с. 149–150]). Виходячи з цього положення показники суб'єктивної вичерпаності особистісного потенціалу досліджувалися за допомогою методик, розроблених в рамках подійно-біографічного підходу та призначених для діагностики особливостей суб'єктивної картини життєвого шляху: «Оцінювання п'ятирічних інтервалів» (Є. Головаха та ін.), «Психологічна автобіографія» (О. Коржова). Також використовувалася методика, що дозволяє оцінити ставлення людини до різних етапів свого життя – «Семантичний диференціал часу» (Л.І. Вассерман та ін.).

Ознаками вичерпаності особистісного потенціалу вважалися спрямованість у минуле, бідність психологічного майбутнього, низька продуктивність життєвого планування, песимістичні прогнози, «психологічна старість» досліджуваних. Як збереженість потенціалу інтерпретувалися ті характеристики суб'єктивної картини життя, що свідчать про спрямованість у майбутнє, активність планування, розвинуті перспективи, оптимістичні прогнози, «психологічну молодість», віру у наявність нереалізованого потенціалу.

Суб'єктивне переживання вичерпаності/наявності особистісного потенціалу також було досліджено за допомогою авторської методики – «Опитувальника особистісної реалізованості», який дозволяє оцінювати загальний рівень прояву цього феномену та три його окремі виміри за шкалами «ретроспектива» (вимір минулого), «поточний момент» (вимір теперішнього), «перспектива» (вимір майбутнього).

При статистичній обробці даних було проведено однофакторний дисперсійний аналіз результатів, отриманих за допомогою названих методик. Для оцінки гомогенності дисперсій використовувався тест Левена (Levene Statistic), для визначення того, які саме вікові групи відрізняються одна від одної – тест Дункана (Duncan Statistic).

Описову статистику показників суб'єктивної вичерпаності особистісного потенціалу за методикою «Оцінювання п'ятирічних інтервалів» для різних вікових груп наведено у табл. 1.

Таблиця 1

**Середні значення показників суб'єктивної вичерпаності
особистісного потенціалу за «Оцінюванням п'ятирічних інтервалів»**

Показники суб'єктивної вичерпаності особистісного потенціалу	Вікові групи						
	1	2	3	4	5	6	7
	17-23 років	24-29 років	30-39 років	40-49 років	50-59 років	60-69 років	від 70 років
Оцінка минулого	6,25	6,18	6,41	7,03	7,63	8,01	8,45
Оцінка теперішнього	8,6	9,69	8,93	8,13	7,46	7,12	6,74
Оцінка майбутнього	6,73	7,36	7,24	7,31	5,85	5,62	5,34
Оцінка життя в цілому	6,63	6,4	6,28	6,55	6,73	6,24	6,41
Очікувана тривалість життя	88,67	81,54	83,41	81,71	75,81	73,9	76,9
Реалізованість, що розраховується	19,66	26,13	35,47	51,65	61,65	69,03	75,41
Власна суб'єктивна оцінка реалізованості	30,31	36,85	42,34	56,86	69	77,9	85,3
Психологічний вік	17,05	21,28	32,81	41,36	50,4	61,72	72,13
Коефіцієнт дорослості	90,96	85,84	89,61	88,84	96,33	98,41	97,15

Результати статистичного аналізу даних за оцінками *минулого* показали гомогенність груп досліджуваних, що відрізняються за віком ($p = 0,156$), та значущий вплив віку ($F = 4,295$; $p < 0,01$). Суб'єктивна оцінка насиченості минулого значущими подіями є на статистично значущому рівні найменшою у вікових групах від 17 до 39 років, починає зростати після 40 років, досягаючи максимуму у старості (після 70). Подібну закономірність, можна пояснити, як за рахунок підвищення суб'єктивної значущості минулого у процесі старіння, так і тим, що з віком більша частина важливих подій дійсно залишається позаду – виникає об'єктивна вичерпаність особистісного потенціалу.

Встановлено гомогенність груп досліджуваних, що відрізняються за віком ($p = 0,342$), та значущий вплив віку ($F = 7,821$; $p < 0,0001$) за оцінками *теперішнього*. Отже, дані наведені у табл. 1, дозволяють дійти висновку, що суб'єктивна насиченість теперішнього значущими подіями є відносно низькою в юнацькому віці (від 17 до 23 років), у період досягнення зрілості та акме вона досягає максимальних значень (вік від 24 до 49 років) і значно знижується, починаючи з 50-річного віку.

Встановлено гомогенність груп досліджуваних, що відрізняються за віком ($p = 0,98$), та значущий вплив віку ($F = 2,569$; $p < 0,05$) з оцінками *майбутнього*. У результаті дисперсійного аналізу біло утворено дві групи, що відрізняються на статистично значущому рівні. У першу об'єднано досліджуваних віком від 17 до 49 років. У другу – досліджуваних віком від 50 років та старше. Отже, за даними табл. 1 можна дійти висновку, що очікування досліджуваних щодо насиченості майбутнього значущими подіями починають знижуватися з досягненням 50-річного віку та сягають мінімуму у старості, що є досить зрозумілим та, певно, адекватним ставленням до перебігу життя.

Встановлено гомогенність груп досліджуваних, що відрізняються за віком ($p = 0,3$), та відсутність значущого впливу віку ($F = 4,323$; $p < 0,001$) за оцінками *життя в цілому*.

Встановлено гомогенність груп досліджуваних, що відрізняються за віком ($p = 0,608$), та значущий вплив віку ($F = 2,697$; $p < 0,05$) за *очікуваною тривалістю життя*. У результаті дисперсійного аналізу було встановлено, що найбільш оптимістичними є прогнози щодо тривалості життя у юнацькому віці (від 17 до 23 років). Деяко нижчими вони є у вікових групах від 24 до 49 та досягають ще нижчих, реалістичніших уявлень після 50 років.

Встановлено гомогенність груп досліджуваних, що відрізняються за віком ($p = 0,178$ та $p = 0,29$), та значущий вплив віку ($F = 2,495$; $p < 0,05$ та $F = 3,671$; $p < 0,05$) на показники *реалізованості*

(тієї, що об'єктивно розраховується, та суб'єктивної). Дисперсійний аналіз встановив наявність статистично значущих розбіжностей між всіма групами за обома показниками реалізованості, які цілком очікувано зростають від юнацького віку до старості.

Встановлено гомогенність груп досліджуваних, що відрізняються за віком ($p = 0,68$), та значущий вплив віку ($F = 4,785$; $p < 0,001$) на *психологічний вік*. Цей показник суб'єктивної вичерпаності особистісного потенціалу досліджуваних зростає пропорційно їх біографічному віку, при цьому, в середньому відповідаючи нижній віковій межі сформованих груп.

Встановлено гомогенність груп досліджуваних, що відрізняються за віком ($p = 0,23$), та значущий вплив віку ($F = 5,412$; $p < 0,01$) на *коефіцієнт дорослості*. Цей показник суб'єктивної вичерпаності особистісного потенціалу на статистично значущому рівні зменшується при переході від вікової групи 17-23 роки до групи 23-29 років, що, певно, пов'язано з прагненням досліджуваних відчувати себе більш дорослими та самостійними. Починаючи з періоду ранньої зрілості значення коефіцієнту дорослості на статистично значущому рівні збільшується у вікових групах від 30 до 49 та 50 і старше.

Описову статистику найважливіших показників суб'єктивної вичерпаності особистісного потенціалу за «Психологічною автобіографією» для різних вікових груп наведено у табл. 2.

Результати статистичного аналізу показали гомогенність груп досліджуваних, що відрізняються за віком ($p = 0,23$), та значущий вплив віку ($F = 3,551$; $p < 0,05$) на *загальну кількість подій*. У результаті дисперсійного аналізу встановлено, що в юнацькому віці загальна продуктивність побудови суб'єктивної картини життя є найменшою. При переході до віку ранньої зрілості вона зростає та залишається без значних змін протягом всього життя.

Встановлено гомогенність груп досліджуваних, що відрізняються за віком ($p = 0,461$), та значущий вплив віку ($F = 2,764$; $p < 0,05$) на *кількість названих подій минулого*. Продуктивність відтворення у пам'яті колишніх подій є найменшою в юнацькому віці. При переході до вікової групи 24-29 років вона значно збільшується. Подальше статистично значуще зростання кількості названих подій минулого спостерігається починаючи з 40 років.

Таблиця 2

Середні значення показників суб'єктивної вичерпаності особистісного потенціалу за «Психологічною автобіографією»

Показники методики	Вікові групи						
	1	2	3	4	5	6	7
	17-23 років	24-29 років	30-39 років	40-49 років	50-59 років	60-69 років	від 70 років
Загальна кількість подій	10,8	14,15	14,26	13,43	14,29	13,84	13,15
Загальна кількість подій минулого	5,53	8,54	8,12	8,29	10,43	11,35	12,08
Загальна кількість подій майбутнього	5,27	5,62	6,14	5,14	3,86	2,49	1,07
Середній час ретроспекції	4,48	7,21	12,36	17,91	26,24	32,41	41,15
Середній час антиципації	5,66	5,59	5,51	4,79	3,33	2,24	0,89

Встановлено гомогенність груп досліджуваних, що відрізняються за віком ($p = 0,21$), та значущий вплив віку ($F = 4,315$; $p < 0,05$) на *кількість названих подій майбутнього*. Досить високою є продуктивність створення образів майбутнього у трьох вікових групах – від 17 до 23, від 24 до 29 та від 30 до 39. Починаючи з 40 років продуктивність життєвого планування починає знижуватися та досягає мінімуму у старості після 70 років.

Встановлено гомогенність груп досліджуваних, що відрізняються за віком ($p = 0,12$), та значущий вплив віку ($F = 2,915$; $p < 0,05$) на *середній час ретроспекції* (вказує на віддаленість названих подій в минуле). Цей автобіографічний показник суб'єктивної вичерпаності особистісного

потенціалу на статистично значущому рівні поступово зростає протягом всього життя. Отже, чим старше стає людина, тим менше вона відкрита досвіду теперішнього та глибше їй властиво занурюватися в минуле.

Встановлено гомогенність груп досліджуваних, що відрізняються за віком ($p = 0,41$), та значущий вплив віку ($F = 3,612$; $p < 0,05$) на середній час антиципації (вказує на віддаленість у майбутнє життєвих перспектив та планів). Дисперсійний аналіз показав досить високий рівень антиципації у юнацькому віці та віці ранньої зрілості. Із досягненням 40-річного віку він починає скорочуватися і досягає мінімуму у старості.

Описову статистику найважливіших оцінок суб'єктивної вичерпаності особистісного потенціалу за «Семантичний диференціал часу» для різних вікових груп наведено у табл. 3.

Таблиця 3

**Середні показники оцінок суб'єктивної вичерпаності
особистісного потенціалу за «Семантичним диференціалом часу»**

Показники	Вікові групи						
	1	2	3	4	5	6	7
	17-23 років	24-29 років	30-39 років	40-49 років	50-59 років	60-69 років	від 70 років
Теперішнє	6,72	6,64	5,56	5,07	4,67	4,13	4,08
Минуле	4,26	6,31	6,5	6,52	6,42	6,32	6,71
Майбутнє	6	8,06	7,69	6,84	6,34	6,01	5,73

Оцінки теперішнього є гомогенними для груп досліджуваних, що відрізняються за віком ($p = 0,98$). Позитивні емоційні оцінки теперішнього є максимальними у період юності (від 17 до 23 років) і ранньої зрілості (від 24 до 29 років) та починають поступово знижуватися протягом всього життя, досягаючи мінімуму у старості (після 70 років).

Оцінки минулого є гомогенними ($p = 0,63$) та характеризуються значущим впливом віку ($F = 4,323$; $p < 0,01$). На статистично значущому рівні від інших відрізняється вікова група 17-23 роки. Саме ці досліджувані демонструють значно нижчі оцінки минулого. Після досягнення зрілості (від 24 років) оцінки минулого починають неспинно зростати на всіх вікових етапах, але ці зміни не статистично значущими.

Оцінки майбутнього характеризуються гомогенністю ($p = 0,608$) та значним впливом віку ($F = 2,697$; $p < 0,05$). В результаті дисперсійного аналізу біло утворено дві групи, що відрізняються на статистично значущому рівні. У першу потрапили досліджувані віком від 17 до 23 та від 40 і старше. У другу – досліджувані віком від 24 до 39. Отже, емоційні, мало усвідомлювані оцінки майбутнього зростають при переході від юності до зрілості, зберігаються на досить високому рівні в період «акме» та починають знижуватися, починаючи з 50 років.

Описову статистику основних показників суб'єктивної вичерпаності особистісного потенціалу за методикою «Опитувальник особистісної реалізованості» для різних вікових груп наведено у табл. 4.

Результати статистичного аналізу даних, наведених у табл. 4, показали гомогенність груп досліджуваних, що відрізняються за віком ($p = 0,256$), та значущий вплив віку ($F = 2,395$; $p < 0,05$) на оцінки за шкалою «Поточний момент». При цьому показники суб'єктивної вичерпаності за цією шкалою значно відрізняються у трьох вікових групах – 1) 17 – 29; 50 – 59, 2) 30 – 49, 3) від 60 та старше. Найнижчими показники вичерпаності виявляються у віковій групі 30 – 49 років, що є цілком природним, оскільки саме на цей вік припадає період максимального розквіту психічних та фізичних можливостей.

Трохи вищими (див. табл. 4) є показники суб'єктивної вичерпаності у поточному моменті у досліджуваних юнацького віку та віку ранньої зрілості, що, певно, пов'язано з актуальною соціальною ситуацією осіб цього віку, значна кількість яких ще не досягла бажаного статусу, кар'єри, соціального успіху, матеріальної незалежності, або, навіть, не отримала освіти. Подібними

до юності та ранньої зрілості є показники реалізованості у поточному моменті у віковій групі 50 – 59 років, що у цьому випадку треба пояснювати за рахунок інших факторів – віковим зниженням фізичної, психічної витривалості, соціальної активності, втомою та зменшенням продуктивності діяльності.

Таблиця 4

Середні значення показників «Опитувальника особистісної реалізованості»

Показники опитувальника		Вікові групи							загальний
		1 17-23 років	2 24-29 років	3 30-39 років	4 40-49 років	5 50-59 років	6 60-69 років	7 від 70 років	
Поточний момент	чол.	2,15	2,17	1,83	1,84	2,18	2,41	2,7	2,18
	жін.	2,99	3,01	2,59	2,51	2,79	3,27	3,7	2,99
	заг.	2,71	2,75	2,31	2,24	2,78	3,07	3,54	2,77
Перспектива	чол.	1,49	1,65	1,34	1,32	1,86	2,45	2,91	1,86
	жін.	1,78	1,99	1,7	1,69	2,87	3,49	3,99	2,5
	заг.	1,56	1,75	1,42	1,55	2,33	2,72	3,29	2,09
Ретроспектива	чол.	2,3	2,19	2,27	2,18	2,28	2,68	3,28	2,45
	жін.	2,58	2,31	2,41	2,31	3,31	3,73	3,96	2,94
	заг.	2,52	2,3	2,34	2,31	2,81	3,31	3,67	2,75
Загальна оцінка	чол.	5,94	6,01	5,44	5,34	6,32	7,54	8,89	6,49
	жін.	7,35	7,31	6,7	6,51	8,97	10,5	11,65	8,41
	заг.	6,79	6,8	6,35	6,49	7,92	8,87	10,07	7,61

Статистичний аналіз встановив гомогенність груп досліджуваних, що відрізняються за віком ($p = 0,41$), та значущий вплив віку ($F = 2,397$; $p < 0,05$) для показників суб'єктивної вичерпаності особистісного потенціалу за шкалою «Перспектива». Період життя до 49 років відрізняється оптимістичними прогнозами, розвинутих життєвими плануванням, впевненістю у наявності ще нереалізованого особистісного потенціалу, що проявляється у досить низьких оцінках суб'єктивної вичерпаності. Після 50 років ці оцінки починають зростати протягом усіх наступних вікових етапів, з'являються все більш песимістичні прогнози щодо реалізації важливих планів у майбутньому, відсутність значущих задумів та проектів, слабке прагнення до особистісного зростання.

Результати статистичного аналізу показали можливість вважати групи досліджуваних, що відрізняються за віком, гомогенними ($p = 0,315$) за показниками шкали «Ретроспектива». Також визначено значущий вплив віку ($F = 2,514$; $p < 0,05$). Досить негативно результати процесу здійснення особистісного потенціалу у минулому оцінюють досліджувані юнацького віку (до 23 років), що можна пояснити за рахунок негативних проявів попереднього (підліткового) кризового вікового етапу, пов'язаного з бажанням «подорослішати», отримати права та можливості дорослої людини, які є дуже привабливими, але недосяжними. Після досягнення ранньої зрілості схильність до негативної оцінки минулого стає значно меншою та продовжує знижуватися протягом усього життя. Найнегативнішою є оцінка минулої самореалізації у віці пізньої зрілості та старості – у людей посилюються шкодування щодо помилок минулого, невикористаних можливостей, згаяного часу.

Висновки. У дослідженні було встановлено, що вік досліджуваних впливає на суб'єктивну оцінку вичерпаності особистісного потенціалу та пов'язані з нею переживання незадоволення перебігом та результатами процесу самореалізації. Отримані результати дозволяють стверджувати, що:

- юнацький вік характеризується досить низькими оцінками суб'єктивної вичерпаності особистісного потенціалу у перспективі (вимір майбутнього) і актуальному часі (вимір теперішнього) та дещо вищими у ретроспективі (вимір минулого);
- віковий період максимального розвитку психічних та фізичних можливостей людини пов'язаний із найнижчими показниками суб'єктивної вичерпаності у всіх трьох вимірах: минулому, теперішньому, майбутньому;
- у віці пізньої зрілості показники суб'єктивної вичерпаності за всіма трьома вимірами є найвищими і продовжують поступово зростати протягом всього життя, що залишилося.

Перспективи подальших досліджень полягають у вивченні зовнішніх та внутрішніх факторів виникнення та динаміки суб'єктивної вичерпаності особистісного потенціалу.

Література

1. *Большакова А.М.* Психологія особистісної реалізованості суб'єкта життєвого шляху : моногр. / А. М. Большакова. – Запоріжжя : КПУ, 2011. – 312 с.
2. *Кроник А. А.* Суб'єктивна картина життєвого шляху як предмет психологічного дослідження / А. А. Кроник // Психологія личности и образ жизни. – М. : Наука, 1987. – С. 149–152.
3. *Леонтьев Д. А.* Личностное в личности : личностный потенциал как основа самодетерминации // Уч. записки каф. общей психологии МГУ им. М. В. Ломоносова. Вып. 1. – М. : Смысл, 2002. – С. 56–65.

Відомості про автора:

Большакова Анастасія Миколаївна – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри соціальної психології Харківської державної академії культури.

Статтю подано до друку 15.04.2015.

УДК 159.923.2 - 055.25 - 055.26

© О. Ю. Бондарчук, В. В. Волошина, 2015 р.

О. Ю. Бондарчук, В. В. Волошина (м. Київ)

ФОРМУВАННЯ Я-ОБРАЗУ МАЙБУТНЬОЇ МАТЕРІ У ДІВЧАТ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

У статті здійснено теоретико-емпіричний аналіз особливостей формування Я-образу матері як однієї зі складових образу материнства в Я-концепції особистості. Виділено етапи формування Я-образу майбутньої матері у дівчат юнацького віку. Аналіз результатів констатувального експерименту дозволив дослідити та підтвердити визначені нами науково обґрунтовані критерії, рівні та показники сформованості Я-образу матері в цей віковий період. Доведено, що на становлення Я-образу матері у дівчат юнацького віку впливає внутрішньоособистісний конфлікт між життєвими планами та громадськими обов'язками, ілюзорне сприйняття образу майбутньої дитини, негативний досвід взаємодії з власними батьками.

Ключові слова: материнство, Я-образ матері, юнацький вік, дитина.

В статті здійснено теоретико-емпіричний аналіз особливостей формування Я-образу матері як однієї з складових образу материнства в Я-концепції особистості.