

956

2344

Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

ЯМНИЦЬКИЙ Вадим Маркович

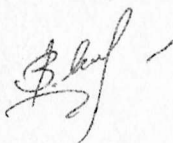
УДК 159.923:159.922.62

**ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ РОЗВИТКУ ЖИТТЄТВОРЧОЇ
АКТИВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ В ДОРОСЛОМУ ВІСІ**

19.00.07 – педагогічна та вікова психологія

АВТОРЕФЕРАТ

дисертації на здобуття наукового ступеня
доктора психологічних наук



Київ - 2005

НБ НПУ

імені М.П. Драгоманова



100310636

2087

БІБЛІОТЕКА

НПУ імені М.П. Драгоманова

Дисертацією є рукопис.

Робота виконана в Рівненському державному гуманітарному університеті, Міністерство науки і освіти України.

Науковий консультант: дійсний член АПН України,
доктор психологічних наук, професор
Бех Іван Дмитрович,
Інститут проблем виховання АПН України,
директор

Офіційні опоненти: член-кореспондент АПН України,
доктор психологічних наук, професор
Чепелєва Наталія Василівна,
Інститут психології імені Г.С.Костюка АПН
України, заступник директора

доктор психологічних наук, професор
Пов'якель Надія Іванівна,
Інститут педагогіки і психології НПУ імені
М.П.Драгоманова, завідувач кафедри
практичної психології

доктор психологічних наук, професор
Савчин Мирослав Васильович,
Дрогобицький державний педагогічний
університет імені Івана Франка, завідувач
кафедри психології

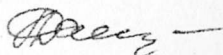
Провідна установа: Центральний інститут післядипломної
педагогічної освіти АПН України, кафедра
психології, м. Київ.

Захист відбудеться 21 грудня 2005 р. о 14.30 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 26.053.10 у Національному педагогічному університеті імені М.П.Драгоманова, 01601, м.Київ-30, вул. Пирогова, 9.

З дисертацією можна ознайомитися в бібліотеці Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова, 01601, м.Київ-30, вул. Пирогова, 9.

Автореферат розісланий « » _____ 2005 р.

Вчений секретар
спеціалізованої вченої ради



Долинська Л.В

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ДОСЛІДЖЕННЯ

Актуальність теми. У сучасних умовах реформування всіх сфер життєдіяльності суспільства та модернізації системи освіти значною мірою зростають вимоги до виявлення творчого потенціалу особистості. Імперативом сьогодення є загальне підвищення темпів життя, швидкоплинність процесів зовнішнього й внутрішнього оновлення, зростання рівня технологічної складності професійних сфер: прискорюються не тільки процеси соціального життя, – а й процеси оновлення соціального досвіду. Успішність самореалізації людини у соціумі за таких умов залежить насамперед від усвідомлення себе суб'єктом активності, життєтворчості. З особливою гостротою у цьому зв'язку постає проблема психолого-педагогічного забезпечення соціальної, професійної, життєвої компетентності дорослої особистості, що здатна виявляти високий рівень творчої продуктивності, свідомості, конкурентоспроможності (О.Бодальов, О.Деркач, Ю.Кулюткін, Л.Орбан-Лембрик, М.Рибніков, О.Степанова, Г.Сухобська та ін.).

Учені відзначають, що в період дорослості формується власний образ життя, виробляються життєві стратегії, відбувається засвоєння і консолідація соціальних і професійних ролей, досягнення громадянської і соціальної відповідальності (Г.Абрамова, Б.Ананьєв, Е.Еріксон, Г.Крайг, А.Реан, Р.Хейвіґхерст та ін.). При цьому процес розвитку зрілої особистості залежить від свідомого виявлення соціальної активності і продуктивно-творчої діяльності, тобто її життєтворчої активності.

Процеси життєтворчості пов'язуються вченими з особливою спрямованістю адаптованої (А.Сухоруков), цільної (С.Максименко, І.Семенов, В.Семиченко, С.Степанов та ін.), духовної (І.Бех, П.Єршов, М.Каган, М.Савчин, П.Симонов та ін.), творчої (В.Дружинін, В.Моляко, Я.Пономарьов та ін.) особистості, розвинутої індивідуальності (Н.Ануфрієва, О.Саннікова, В.Татенко, Н.Чепелєва та ін.).

Дослідження закономірностей розвитку життєтворчої активності особистості в дорослому віці знаходиться на межі фундаментальних галузей психологічної науки: загальної психології – психології особистості, психології активності, продуктивного мислення, психології праці та професійної діяльності; вікової – генетичної психології, психології розвитку, психології дорослості, акмеології; соціальної – практичної психології, психології впливу; педагогічної – психології навчання дорослих, психолого-педагогічного забезпечення саморозвитку, особистісного зростання.

Теоретичні і прикладні аспекти проблеми життєтворчості тісно пов'язані з поняттями саморозвитку особистості (Г.Костюк та ін.), самореалізації

(Д.Леонтєв, Л.Коростильова, Н.Сарджвеладзе та ін.), самоактуалізації (А.Маслоу та ін.), саморегуляції, особистісного зростання (Н.Бітянова, М.Борнішевський, І.Булах, П.Лушин, Н.Пов'якель, К.Роджерс та ін.) та виступають предметом дослідження як академічного психологічного напрямку (І.Бех, О.Донченко, Г.Несен, Л.Сохань, А.Сухоруков, Т.Титаренко, В.Шинкарук, М.Шульга та ін.), так і новітніх підходів до вивчення закономірностей внутрішнього світу людини (С.Варламова, В.Козлов, О.Орлов, С.Степанов, І.Семенов та ін.). Творчість, що стала активною життєвою позицією особистості, потенційно здатна трансформувати закономірності, властиві «психічному» й «особистісному» в цілому. Необхідність вивчення цих закономірностей актуалізує дослідження проблеми життєтворчості, що проявляється в інтеграції найрізноманітніших аспектів психічного життя людини – діяльності, мислення, мотивації, активності тощо.

Водночас, не зважаючи на важливість досліджуваних питань, слід констатувати, що проблематика розвитку життєтворчої активності особистості в період середньої дорослості недостатньо розроблялась як у контексті вікової, так і педагогічної психології. Малодослідженими залишаються проблеми феноменології життєтворчості, психологічних чинників та механізмів життєтворчої активності, визначення сензитивного періоду, психолого-педагогічних умов та засобів її розвитку.

Відтак, наявність суперечностей, що виникли між потребою реалізації завдань оновлення життєдіяльності суспільства, модернізації освіти дорослих, та відсутністю належного наукового забезпечення проблеми розвитку життєтворчої активності особистості зумовили вибір теми дослідження: «Психологічні чинники розвитку життєтворчої активності особистості в дорослому віці».

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дисертаційне дослідження виконано відповідно до плану науково-дослідної роботи Рівненського державного гуманітарного університету в межах наукової теми «Громадянське виховання в умовах суверенної України» (державний реєстраційний № 0102U005600). Тема дисертації затверджена Вченою радою Рівненського державного гуманітарного університету (протокол № 2 від 26.09. 2003 р.) та узгоджена Радою з координації наукових досліджень у галузі педагогіки й психології в Україні (протокол № 8 від 28.10. 2003 р.).

Об'єкт дослідження: процес розвитку життєтворчої активності особистості.

Предмет дослідження: психологічні чинники, механізми і закономірності розвитку життєтворчої активності особистості в дорослому віці.

Мета дослідження: визначити й науково обґрунтувати психологічні чинники та розробити теоретико-методологічні й концептуальні засади життєтворчої активності особистості, експериментально апробувати технологію її розвитку.

Завдання:

1. Здійснити концептуалізацію феноменів «життєтворчість», «життєтворча активність» особистості.
2. Визначити й охарактеризувати зовнішні й внутрішні психологічні чинники розвитку життєтворчої активності.
3. Розробити й науково обґрунтувати теоретико-методологічні засади розвитку життєтворчої активності особистості.
4. Обґрунтувати, розробити й експериментально апробувати технологію розвитку життєтворчої активності особистості.
5. Виявити закономірності й тенденції розвитку життєтворчої активності особистості в умовах цілеспрямованого психологічного впливу.

У дослідженні було сформульовано низку гіпотез загального характеру.

- Цілісність виявлення життєтворчої активності особистості в дорослому віці зумовлюється внутрішніми (адаптація, творчість, рефлексія, пізнання) та зовнішніми (технології розвитку, специфіка середовища і т.ін.) психологічними чинниками.

- Психологічні закономірності процесу розвитку життєтворчої активності особистості виявляються в певній послідовності рівнів її розгортання, упродовж якого відбувається зміна домінуючого типу активності. Перехід від нижчого рівня до вищого носить кризовий характер.

- Розвиток життєтворчої активності особистості буде ефективним, якщо засобом організованого психологічного впливу використати можливості тренінгових психотехнологій інтегративного напрямку.

Відповідно до загальних гіпотез висунуто також низку супідрядних, що стосуються дослідження конкретних аспектів дослідження: специфіки реалізації динамічних особливостей трансформації внутрішніх компонентів Я-концепції у процесі розвитку життєтворчої активності; властивостей прикладних методів інтегративних технологій як провідних засобів спрямованого психологічного впливу на особистість. Супідрядні гіпотези та завдання представлено у відповідних розділах дисертації.

Теоретико-методологічними засадами дослідження виступили найважливіші психологічні принципи: активності психіки, історизму,

детермінізму, розвитку, суб'єктного підходу до вивчення особистості (К.Абульханова-Славська, А.Брушлінський, В.Татенко та ін.), принцип системності (І.Блауберг, В.Ганзен, В.Семиченко, Є.Юдін, Г.Щедровицький та ін.), системного аналізу людської свідомості (Л.Виготський, О.Леонтьєв, О.Лурія, Б.Ломов, С.Максименко та ін.), принцип єдності свідомості, самосвідомості і діяльності (Г.Костюк, А.Петровський, С.Рубінштейн та ін.); загальнопсихологічні положення про сутність, розвиток і формування особистості у процесі життєдіяльності (Б.Ананьєв, М.Борішевський, Б.Братусь, Л.Орбан-Лембрик, О.Саннікова, Н.Чепелєва та ін.), положення про особистість як суб'єкта духовного зростання (І.Бех, П.Симонов, М.Савчин та ін.), уявлення про життєву кризу як механізм особистісного зростання (Т.Титаренко та ін.); принципи вивчення творчої активності особистості (Д.Богоявленська, Т.Кудрявцев, О.Матюшкін, В.Моляко, Я.Пономарьов, О.Тихомиров та ін.), особистісного зростання (І.Булах, П.Лушин, Н.Пов'якель, В.Рибалка та ін.), психологічні положення гуманістичного підходу (А.Маслоу, Р.Мей, К.Роджерс, Е.Фромм та ін.), інтегративний підхід до розвитку особистості (І.Єрмолін, І.Калінаускас, В.Козлов, О.Орлов, Т.Смирнов та ін.), положення практичної психології (О.Бондаренко, П.Горностаї, Л.Петровська, Т.Яценко та ін.).

Методи дослідження. У роботі використовувався комплекс психологічних методів, вибір і поєднання яких обумовлювались особливостями змісту та етапів дослідження. Для розв'язання поставлених завдань і перевірки гіпотез були використані загальнонаукові методи дослідження:

- теоретичні: теоретико-методологічний, системний аналіз проблем життєтворчості особистості, синтез, порівняння та узагальнення теоретичних даних, систематизація матеріалу, моделювання конструкту життєтворчості й процесуально-динамічних особливостей розвитку життєтворчої активності особистості;

- емпіричні: психолого-педагогічний експеримент щодо перевірки ефективності цілісної системи розвитку життєтворчої активності особистості, спостереження, бесіди, опитування, психодіагностичне тестування;

- статистичні: кореляційний, факторний, порівняльний аналіз.

Застосовувався комплекс тестових методик: з метою діагностування процесуальних характеристик життєтворчої активності - К.Роджерса і Р.Даймонда, В.Стефансона, А.Реана, Н.Каліної; особистісних - Р.Кеттла; типологічних - Дембо-Рубінштейн.

Експериментальна база. Дослідно-експериментальна робота виконувалася на базі Рівненського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти та Рівненського міського центру творчості молоді.

Дослідження проводилось упродовж 2000-2004 років. Генеральна сукупність досліджуваних – 570 осіб (студенти, вчителі, службовці м. Рівне та області), з них: 150 – студенти ВНЗ (середній вік 23 роки), 150 - дорослі (середній вік 56 років), 270 - дорослі (середній вік 40 років).

Надійність і вірогідність результатів дослідження забезпечується методологічним обґрунтуванням вихідних теоретичних позицій, використанням взаємодоповнюючих методів, що відповідають меті та завданням дослідження, репрезентативністю вибірки, поєднанням кількісного та якісного аналізу отриманих емпіричних даних, використанням методів математичної статистики.

Наукова новизна роботи. Вперше представлено новий концептуально-методичний підхід до проблеми життєтворчості, що полягає в конкретизації й обґрунтуванні теоретико-методологічних і методичних основ розвитку життєтворчої активності особистості впродовж середньої дорослості; здійснено системне вивчення феномена життєтворчості. Визначено й описано внутрішні психологічні чинники (основні риси, рушійні сили) життєтворчості: адаптацію, рефлексію, творчість, пізнання. Розкрито зовнішні психологічні чинники (умови, за яких процес набуває ефективності), що відображаються в побудові середовища психологічного впливу. Уточнено типологію, механізми й природу виникнення криз у період дорослості, розкрито їх роль як мотиваторів активності життєтворчості. Визначено характерологічні особистісні риси і якості життєтворчості.

Розроблено психологічні засади «життєтворчої активності особистості» як психологічної категорії, визначено її процесуально-динамічні особливості й психологічні механізми, описано феноменологію. На підставі порівняльного аналізу адаптивного й продуктивного типів активності розкрито психологічні закономірності життєтворчої активності особистості, окреслено сензитивний період її розвитку.

Дістало подальшого розвитку поняття життєтворчості як психологічної категорії.

Теоретична значущість дослідження визначається запропонованим інтегративним підходом до розвитку особистості як підґрунтя теоретичного й експериментального дослідження життєтворчої активності.

У межах розробленої автором концепції розвитку життєтворчої активності побудовано психологічний конструкт життєтворчості особистості. Визначено регулятивні фактори динаміки й результативності процесів розвитку життєтворчої активності, розкрито психологічний зміст її внутрішніх і зовнішніх психологічних чинників. Запропоновано динамічну мета-модель розвитку життєтворчої активності особистості.

З'ясовано інтегративні особливості впливу на особистість психотренінгових методів, розкрито сутність холістичного психотренінгу як засобу цілеспрямованого психологічного впливу. Вивчено й розроблено науково-методичні засади розвитку життєтворчої активності особистості в дорослому віці. Розроблено критерії диференційної діагностики її рівневої динаміки, створене теоретичне підґрунтя тинології розвитку життєтворчої активності особистості.

Практична значущість одержаних результатів. На підставі розроблених у дисертаційному дослідженні технологій створена цілісна система розвитку життєтворчої активності особистості. Концептуально й емпірично обґрунтована програма холістичного психотренінгу, що може використовуватись у практиці психосоціальної роботи з населенням, центрах творчості й соціальної роботи, у процесі підготовки практичних психологів і соціальних працівників ВНЗ. Доведено, що розроблена експериментальна технологія дослідження забезпечує ефективний розвиток життєтворчої активності особистості в дорослому віці.

Одержані результати впроваджено автором у розроблення навчальних тренінгових програм і спецкурсу із практичної психології «Психологія розвитку життєтворчої активності особистості» для студентів факультетів психології, соціальних педагогів, викладачів, і вчителів шкіл. Практична значущість дисертаційного дослідження реалізується в розроблених за концепцією автора та визначеним ним напрямом наукових пошуків дипломних, магістерських роботах, кандидатських дисертаціях аспірантів.

Особистий внесок автора полягає в розробці теоретичних засад проблеми, дослідженні методичних і прикладних аспектів розвитку життєтворчої активності в дорослому віці, впровадженні результатів наукової роботи в практику психосоціальної роботи. Описані наукові положення та емпіричні дані є самостійним внеском в дослідження проблеми життєтворчості особистості. У спільних наукових публікаціях доробок автора полягає в уточненні й систематизації структури та особливостей творчої діяльності, мислення, творчої особистості і становить в загальному 75%. Розробки та ідеї, які належать співавторам наукової роботи, у дисертації не використовуються.

Апробація та впровадження результатів дисертації. Основні положення дисертації дістали своє відображення в публікаціях автора, доповідались й отримали схвалення на Вченій раді, щорічних наукових конференціях викладачів, розширених засіданнях кафедри психології Рівненського державного гуманітарного університету. Результати досліджень апробовано на республіканських і міжнародних семінарах, конференціях, конгресах: міжнародному конгресі "Соціальні аспекти психічного здоров'я

дітей і підлітків" (Одеса, 1994), міжнародному конгресі "Слов'янський педагогічний Собор" (Тирасполь, 2002), III з'їзді психологів України (Київ, 2000); на міжнародних наукових, науково-теоретичних і науково-практичних конференціях: "Талановита особистість: сім'я, школа, держава" (Київ, 1994), "Виховання екологічної культури" (Одеса, 1995), "Філософія. Менталітет. Освіта" (Одеса, 1995), "Освіта в сучасному суспільстві: проблеми, теорія, практика" (Одеса, 1996), конференції, присвяченій 150-річчю із дня народження І.Гаспринського (Сімферополь, 2001), "Психолого-педагогічні основи гуманізації навчально-виховного процесу в школі та вузі" (Рівне, 2002); Всеукраїнських науково-практичних конференціях: (Одеса, 1996; Херсон, 2002; Тернопіль, 2003; Запоріжжя, 2003); міжнародних наукових Костюківських читаннях (Київ, 1996), VI Костюківських читаннях "Психологія у XXI столітті: перспективи розвитку" (Київ, 2003); Других Всеукраїнських педагогічних читаннях "В.О.Сухомлинський і сучасність" (Київ-Чернігів, 1996). Результати дослідження апробовано також в авторських спецкурсах з психології («Психологія дорослості», «Життєві кризи особистості», «Психологія розвитку життєтворчої активності особистості»), організаційно-методичній та науковій роботі з аспірантами, дипломниками, магістрантами.

Результати дисертації **впроваджено** в навчально-виховний процес РДГУ (м.Рівне) (довідка № 271 від 31.03.2004 р.); Рівненського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти (довідка № 158 від 01.04.2004 р.); Львівського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти (довідка № 236 від 19.11.2002 р.); Миколаївського державного університету ім. В.Сухомлинського (довідка №7 від 23.04.2004 р.); Херсонського державного університету (довідка № 7 від 21.04.2004 р.); у Південному науковому центрі АПН України (м.Одеса) (довідка № 12 від 14.04.2004 р.).

Публікації. Результати дисертаційного дослідження висвітлено в 36 публікаціях автора, в т.ч. одній монографії, 35 статтях, матеріалах наукових конференцій. У наукових фахових виданнях, затверджених переліком ВАК України, опубліковано 24 одноосібних статті.

Структура та обсяг дисертації. Дисертація складається з вступу, п'яти розділів, що закінчуються висновками, загальних висновків, списку використаних джерел (354 найменувань, з них 41 – іноземними мовами) і додатків. Основний зміст дисертації викладено на 458 сторінках тексту, до якого входить 35 таблиць і 27 рисунків на 31 сторінці. Загальний обсяг дисертації - 479 сторінок.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ

У **вступі** обґрунтовано актуальність проблеми дослідження, сформульовано його об'єкт, предмет, основну мету, гіпотези й завдання,

методологічні та методичні підходи. Викладено наукову новизну, теоретичне й практичне значення роботи. Наведено відомості про апробацію та впровадження одержаних результатів, особистий внесок автора та публікації за темою дисертації.

У першому розділі – «Життєтворчість особистості та її психологічні чинники в контексті психології розвитку» - викладено результати теоретико-методологічного аналізу сучасного стану проблеми у психології, здійснено системний аналіз феномена життєтворчості, побудовано його психологічний конструкт, визначено психологічні чинники. Описано феноменологію життєтворчої активності особистості, визначено вікові й психологічні особливості її реалізації в дорослому віці.

Теоретичний аналіз проблеми свідчить, що більшість наукових досліджень життєтворчості здійснено в межах нового психологічного напрямку – психології життя особистості, яка охоплює широкий спектр життєвої проблематики особистості. Провідними підходами означеного напрямку виступають: концепція життєвих прагнень (Ш.Бюлер); теорія тематичної структуралізації життя (К.Левін); теорія особистості як суб'єкта життя (С.Рубінштейн); концепція саморозвитку особистості (Г.Костюк); теорія розвитку особистості протягом життя (О.Головаха, О.Кронік, Е.Анатареїла, Т.Холмес, Р.Рахе), психологія життєвого світу особистості (Т.Титаренко), психологія життєвого шляху особистості (К.Абульханова-Славська, Б.Ананьєв, Е.Еріксон, Г.Крайг, Л.Кулешова, Н.Логінова, М.Рибніков, Г.Томе та ін.), психологія часу особистості (К.Абульханова-Славська, Т.Березіна, О.Головаха, В.Ковальов, О.Кронік, Б.Цуканов, К.Левін, J.Nuttin, L.Frank), психологія автобіографічної пам'яті (В.Нуркова, В.Росс, Е.Саламас), людської долі (В.Дружинін, Л.Коган, В.Панок, Ж.Піаже, Л.Уманець, А.Бруhl, L.Sondi); життєвої програми особистості (І.Мартинюк, Н.Соболева, Л.Сохань); дослідження самоактуалізації в контексті життєвого шляху (Є.Вахромов), творчої активності особистості (Д.Богоявленська, О.Матиюшкін, В.Моляко, Я.Пономарьов та ін.), життєвого шляху як творчого акту (Є.Варламова, Ю.Михайлова) та ін.

Розвиток психології життя як наукового напрямку здійснюється в численних теоретичних і практичних дослідженнях: динаміка подолання особистістю деформацій розвитку (Л.Анциферова); вивчення життєвих стратегій особистості (О.Васильєва, О.Демченко, В.Дружинін, Т.Резнік, Ю.Резнік, А.Івашенко, Л.Щербакова та ін.); вивчення психологічних закономірностей особистісного зростання, саморозвитку (Н.Бітянова, Д.Леонтьєв), особистісного змінювання (П.Лушин), психологічних потенціалів особистості: інноваційного (Ю.Власенко), потенціалу індивідуального буття (І.Манюха), самоактуалізації особистості (А.Маслю,

Р.Мей, К.Роджерс та ін.); психологічних особливостей життєтворчості особистості (Н.Ануфрієва, І.Бех, О.Донченко, І.Махров, Т.Титаренко, Л.Сохань, А.Сухоруков, М.Шульга та ін.); творчості особистості в життєвих ситуаціях (В.Моляко, Л.Чорна) та ін.

Аналіз сучасних досліджень проблеми життєтворчості українськими вченими (Н.Ануфрієва, І.Бех, Л.Бурлачук, О.Донченко, Л.Іванцев, Є.Колесніков, Г.Несен, В.Роменець, Л.Сохань, Т.Титаренко, В.Шинкарук, М.Шульга та ін.) засвідчив соціально-психологічну спрямованість у побудові концепції життєтворчості, що реалізується у відповідній технології життєтворчості.

Проблема життєтворчості також виступає предметом широких досліджень одного з новітніх напрямів пізнання людини та довкілля – рефлексивно-гуманістичної психології співтворчості (Є.Варламова, М.Єгорова, Г.Катрич, Є.Кремер, Н.Ковальова, О.Поліщук, Г.Похмелькіна, О.Растянніков, С.Степанов, І.Семенов, А.Сухоруков, Д.Склизьков та ін.).

Здійснений аналіз життєтворчості як психологічної категорії засвідчив, що більшість підходів до визначення психологічного змісту поняття ґрунтуються на діяльнісній парадигмі. Так, життєтворчість визначається як сукупність діяльнісних характеристик життя: дій з організації життя (В.Калін, Є.Колесніков); діяльність особистості, що спрямована на проектування, планування, програмування та творче здійснення нею свого індивідуального життя (Г.Несен, Л.Сохань та ін.). Причому ця діяльність спрямовується водночас у двох напрямках: на пошук і подолання проблемних ситуацій (Г.Ложкін, Є.Колесніков, Н.Пов'якель, Н.Чепелева та ін.), суперечностей життя (Л.Сохань та ін.), внутрішньоособистісних конфліктних ситуацій (Л.Іванцев та ін.); на творчу активність, творче здійснення власного життя, активно творчий процес, спрямований на відкриття унікального, неповторного в собі та реалізацію цього у власному житті.

З метою систематизації результатів досліджень різноспрямованих підходів (соціально-психологічного, рефлексивно-гуманістичного, філософсько-психологічного) нами було проведено системний аналіз феномена життєтворчості, визначено провідні чинники, і на цій основі побудовано його психологічний конструкт, що дозволив розглядати *життєтворчість* особистості як цілісність вияву її адаптивної, творчої та суб'єктивної активності, яка регламентується мотивацією надлишку й спрямована на реалізацію цільових та смислових аспектів власного життя (див. рис. 1).

При цьому, під мотивацією надлишку ми розуміємо мотивацію, спрямовану на реалізацію буттєвих потреб людини (на відміну від дефіцитарних, за А.Маслоу). Цифрами на малюнку позначені чотири

квадранти, кожен з яких відбиває континуум специфічних особистісних властивостей життєтворчості: I - суб'єкт власної життєвої активності (адаптований творець); II - ознаки кризи екзистенційності (адаптований руйнівник); III - ознаки кризи дезадаптації (дезаптований стагнат); IV - поєднує такі можливості: 1) рух системи в напрямку негативної рефлексії (дезаптований творець), 2) рух системи в напрямку позитивної рефлексії - параметр дезадаптивності перетворюється на неадаптивність і у сполученні із творчістю відбиває метасоціальний, метадіяльнісний рівень активності особистості (інобуття). За даними здійсненого нами системного аналізу, феноменологія життєтворчості охоплює широкий проблемний простір, представлений трьома провідними вимірами, критерієм яких виступає наявність "+" рефлексії: *потенційним* (кризи особистості – квадранти II, III), *актуальним* (життєтворчість – квадрант I), *граничним* (метадіяльнісний рівень активності, інобуття – квадрант IV). Аналіз поданої цілісності життєтворчості дозволив виокремити провідні внутрішні *психологічні чинники* життєтворчості особистості: адаптацію, рефлексію, творчість і пізнання.

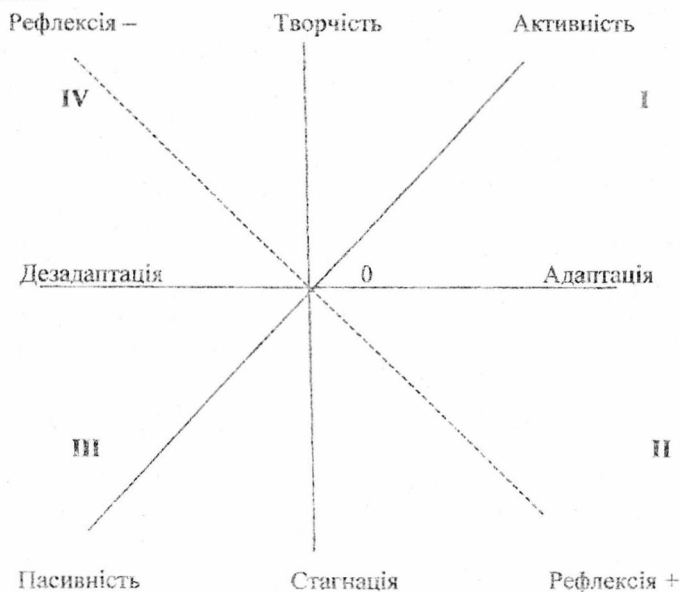


Рис. 1. Цілісність життєтворчості у вигляді матриці

Розуміння сутності життєтворчості як специфічного виду активності стало підґрунтям для визначення окремої категорії – життєтворча активність особистості.

Проблема активності в життєвому циклі особистості була предметом дослідження багатьох учених (А.Адлер, К.Абульханова-Славська, В.Аршавський, М.Бернштейн, І.Бех, Д.Боговяленська, Б.Братусь, П.Гальперін, І.Джидар'ян, В.Дружинін, А.Крупнов, В.Крутецький, О.Матюшкін, Ш.Надірашвілі, В.Небиліцин, А.Петровський, В.Петровський, А.Прялеїн, Н.Сарджвеладзе, В.Роттенберг, Д.Узнадзе, З.Фрейд та ін.). Теоретичний аналіз наукового фонду засвідчив наявність різноспрямованих підходів до визначення категорії активності та розуміння характеру співвідношення категорій активність і діяльність. Наша позиція відносно означеної проблеми полягає в розумінні активності як однієї з найважливіших загальних властивостей особистості, що проявляється в діяльності, у процесі взаємодії з оточуючим середовищем і виступає енергетичною мірою діяльності.

Провідними типами активності в контексті дослідження життєтворчості виступають адаптивна, продуктивна (творча), пізнавальна й суб'єктна. Урахування спрямованості, незалежності, складного нелінійного характеру зв'язку між означеними типами активності на особистісному й процесуальному рівнях та симультанності на рівні функціонування психіки створює передумови для переосмислення значення кожного з її типів у процесі життєтворчості особистості і дозволяє перевести подальший аналіз і дослідження проблеми у площину розгляду її життєтворчої активності (див. рис. 2).

Запропонований підхід дозволив розглядати життєтворчу активність особистості як сполучну ланку, крізь яку, за наявності рефлексії, здійснюється взаємозв'язок між процесами адаптації й творчості на рівні самореалізації (саморозвитку, самоактуалізації) як кінцевої мети адаптаційних процесів, з одного боку, та творчості як інтегральної характеристики життєвої активності — з іншого.

Зважаючи на те, що процес життєтворчості є цілісною реалізацією всіх потенціалів особистості творця, акмеологічним виявом її буття, *життєтворчу активність* визначаємо як особливий, інтегральний вид активності особистості, що складає симультанну єдність її адаптивного, продуктивного, пізнавального та суб'єктивного типів, і характеризується цілісністю виявлення на предметному, когнітивному, соціальному й духовному рівнях прояву. З таких позицій життєтворча активність розглядається нами як активність суб'єкта життєтворчості, який свідомо реалізує цільовий або смисловий аспект цілісного буття відповідно до власного творчого задуму.

Як засвідчили результати аналізу категорії життєтворчості, дослідники пов'язують її з особливою спрямованістю зрілої, адантованої особистості

(А.Сухоруков), цілісної (С.Максименко, І.Семенов, В.Семиченко, С.Степанов та ін.), розвиненої індивідуальності (Н.Ануфрієва, О.Донченко, О.Саннікова, Г.Несен, Л.Сохань, Т.Титаренко, В.Шинкарук, М.Шульга, Н.Чепелева та ін.).

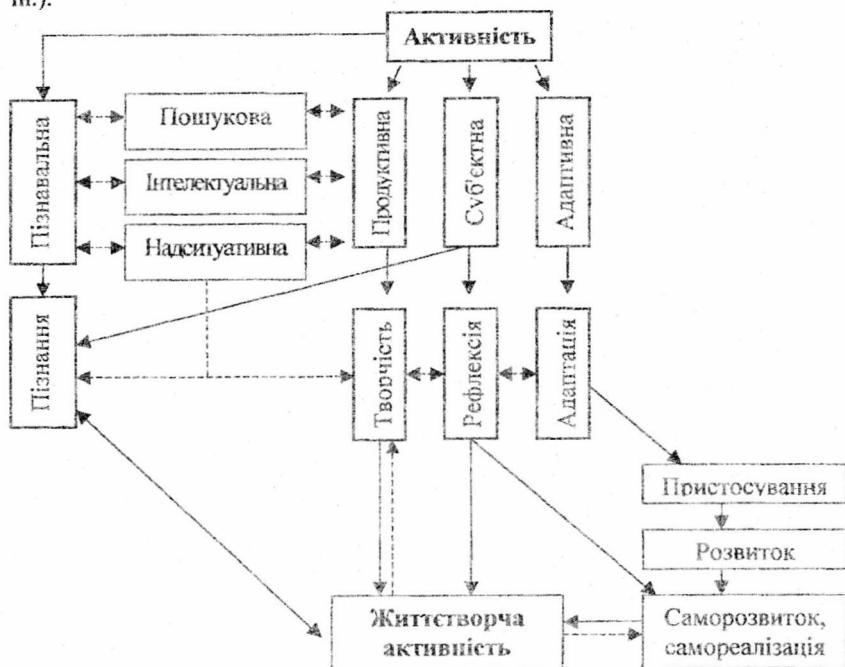


Рис. 2. Життєтворча активність як інтегральний вид активності

Такі характеристики притаманні особливому періодові життя людини, що отримав у психології назву «акмеологічного», вікові межі якого припадають на життєвий проміжок повністю сформованої, всебічно розвинутої особистості й варіюють від ранньої до середньої, а подекуди; навіть пізньої дорослості (О.Бодальов, О.Деркач, Л.Орбан-Лембрик, Н.Пов'якель, О.Степанова та ін.). Систематичні комплексні дослідження цього вікового періоду були організовані й проведені під керівництвом Б.Ананьєва та продовжені в дослідженнях О.Кроніка, Ю.Кулоткіна, Н.Підгорецької, А.Реана, Є.Рибалко, О.Степанової, Г.Сухобської та інших. Серед західних учених цей віковий період був предметом досліджень Д.Бромлей, Г.Грімма, Е.Еріксона, Р.Кеган, Г.Крайг, Д.Левінсона, Д.Ловінгер, Б.Окун та багатьох інших.

Б.Ананьев у процесі онтогенетичного розвитку людини виділив дві послідовні фази. Перша характеризується загальним фронтальним прогресом функцій; під час другої - еволюція супроводжується їх спеціалізацією щодо визначеної діяльності. Якщо під час першої фази розвитку в ролі провідного механізму виступає функціональний онтогенетичний, то впродовж другої - провідними є операціональні механізми, а тривалість цієї фази визначається ступенем активності людини як суб'єкта та особистості. Отже, досягнення високих рівнів розвитку в зрілому віці є можливим унаслідок того, що психічні функції знаходяться в умовах оптимального навантаження, підсиленої мотивації, операційних перетворень, що свідчить на користь обрання вікового періоду дорослості як оптимального в контексті дослідження життєтворчості особистості.

Нам видається доцільним виділення в цьому віковому періоді щонайменше двох проміжків, які більшістю вчених пов'язуються з акмеологічними проявами людини, і умовно можуть бути визначені як *рання* й *середня* дорослість. Ураховуючи притаманні сьогоденній соціальній ситуації процеси прискорення розвитку суспільства та поступове підвищення якості життя, що на фізіологічному рівні проявляється відповідно у формі акселерації й подовження активного періоду життя людини, а також гендерні відмінності, умовно визначимо період ранньої дорослості в межах 20-37 років, середньої дорослості - у межах 38-60 років. Зауважимо, що запропоновані нами вікові межі найближче співвідносяться з періодизацією Г.Крайг.

Співставлення спрямованості життєвої активності особистості впродовж визначених вікових проміжків із провідними характеристиками життєтворчої активності засвідчило, що об'єктивні передумови для виявлення життєтворчості притаманні саме періоду *середньої дорослості* (38-60). На користь такої позиції вказують насамперед дві провідні відмінності періодів: якщо для ранньої дорослості властивою є активність пристосування, становлення, накопичення всіх рівнів, підґрунтям якої є потреба реалізації потенціалів розвитку, засвоєння соціального досвіду, то періоду середньої дорослості властивою є потреба віддачі того, що було набуто раніше, - матеріальних, соціальних і духовних ресурсів особистості. Активність середнього віку ґрунтується на мотивації надлишковості. На цьому життєвому етапі в разі задоволення матеріальних і соціальних потреб пріоритетним напрямом виступає орієнтація на задоволення духовних потреб (Е.Еріксон, Г.Крайг, А.Ріан та ін.), що на рівні виявлення активності проявляється у формі життєтворчості.

Переважаюча більшість вітчизняних і зарубіжних дослідників поділяють ідею обумовленості процесу розвитку в дорослому віці життєвими кризами:

здатність реагувати на зміни та успішно адаптуватися до нових умов розглядається як один із критеріїв зрілості; позитивне подолання протиріч і труднощів складає підґрунтя дорослої діяльності (Г.Крайг, Н.Мельникова, А.Рєан, Т.Титаренко та ін.). Аналіз вікових і психологічних особливостей життєвих подій особистості впродовж дорослості, встановлення кризового характеру їх перебігу вказує на послідовну регламентацію переживаннями кризових ситуацій процесу життєтворчості особистості як акмеологічної частини життєвої активності. У цьому контексті наголосимо на позитивному потенціалі, яким водночас володіє життєва криза як своєрідний пік оновлення внутрішнього світу людини, джерело розвитку й удосконалення особистості.

Співставлення результатів теоретичного аналізу вікових особливостей з психологічним конструктом життєтворчості (рис. 1) дозволило конкретизувати віковий проміжок середньої дорослості, сензитивний для цілеспрямованого розвитку життєтворчої активності особистості. Як впливає з феноменології конструкту, нашого розуміння життєтворчості як цілісності, провідним мотиватором активності життєтворчості особистості виступає криза екзистенційності як найбільш потужна, буттєва криза зрілості. Її вікові межі (38-45р.), за нашим уявленням, окреслюють сензитивний період розвитку життєтворчої активності особистості.

Як засвідчують результати наших попередніх досліджень, найбільш адекватною підставою для вивчення психологічних механізмів життєтворчості є динаміка внутрішньої сфери особистості. Проведений розгляд співвідношення типів активності особистості як підґрунтя аналізу процесів і механізмів життєтворчості засвідчив домінування внутрішньої активності суб'єкта в напрямі створення образів себе й світу, відносно яких і визначається провідний тип її зовнішньої ситуативної й загальної активності.

Логіка дослідження провідних механізмів життєтворчої активності найбільш адекватно виявляється на рівні аналізу Я-концепції особистості. У сучасній психології поняття "Я" розглядається як внутрішнє ядро особистості, система уявлень людини про саму себе або її свідомого початку, згусток індивідуальної самосвідомості.

Проблема визначення психологічного змісту людського Я, внутрішнього ядра особистості виступила об'єктом численних досліджень багатьох зарубіжних і українських учених (Р.Ассаджиолі, Е.Берн, Р.Бернс, А.Бодальов, М.Борнишевський, У.Джемс, Е.Еріксон, В.Козлов, Я.Коломинський, І.Кон, Ч.Кулі, О.Леонтьєв, А.Менегетті, Дж.Мід, Г.Мюррей, Г.Олпорт, О.Орлов, Б.Парігін, С.Петрова, К.Роджерс, Г.Салліван, Ж.Сартр, А.Співаковська, В.Столін, В.Циба, Т.Шибутані, А.Фрейд, З.Фрейд, Е.Фромм, Л.Чамата, І.Чеснокова, К.Юнг та ін.).

У більшості сучасних уявлень про особистість із метою опису континууму людського "Я" як центрального теоретичного елементу використовується поняття "Самість". Ідея сталості й тотожності «Самості» найкраще виражається терміном ідентичність, якому притаманні три провідні модальності: психофізіологічна, соціальна й особистісна (Его-ідентичність). У внутрішній структурі «Самості» психологи виокремлюють також Я-екзистенційне, Я-категоріальне, Я, що переживається. Я-концепцію розглядають як сукупність настанов, спрямованих на себе, що має складну структуру й складається із трьох складових: когнітивної, емоційно-оцінної, поведінкової. В її структурі виділяють специфічні психологічні конструкти: Я-реальне, Я-ідеальне, Я-дзеркальне, кожне з яких, у свою чергу, володіє представленістю в Я-духовному, Я-матеріальному, Я-соціальному, Я-фізичному (Р.Бернс, В.Джемс, І.Кон, Дж.Мід, В.Столін та ін.).

Розгляд життєтворчої активності як інтегрального виду активності, висвітлення понятійного простору її складових, урахування результатів аналізу внутрішніх структур особистості дозволило розкрити зміст психологічних чинників життєтворчої активності особистості. Поняття «чинник» ми розуміємо як умову, рушійну силу, причину будь-якого явища, що визначає його характер або одну з основних рис, фактор. Вважаємо, що найбільш адекватним із позицій розкриття сутності *внутрішніх психологічних чинників* розвитку життєтворчої активності особистості є визначення їх психологічного змісту на рівні виокремлення домінуючих потреб, відповідних до них цінностей і мотивів активності особистості (див. табл. 1).

Таблиця 1

Внутрішні психологічні чинники розвитку життєтворчої активності особистості в дорослому віці

Чинники	Домінуючі потреби	Цінності	Мотиви активності
<i>Адаптація</i>	виживання, збереження цілісності Я-концепції	матеріальні, інструментальні, егоцентричні	приспосовування, самоствердження (мотивація недостатності)
<i>Рефлексія</i>	самоусвідомлення, саморозуміння, саморозвиток	особистісні	досягнення Я-ідеального
<i>Творчість</i>	соціальні потреби "для інших", самореалізація, самоактуалізація	соціальні, загальнолюдські	досягнення Я-потенційного (мотивація надлишковості)
<i>Пізнання</i>	у новій інформації, пошукові, трансцендентні	універсальні: ідеальні, духовні, буттєві	досягнення простору Внутрішнього Я

Такий підхід дозволив окреслити провідні мотиватори життєтворчої активності: на рівні аналізу динаміки внутрішньої сфери особистості встановлено, що основу психологічних механізмів реалізації життєтворчої активності становлять переживання відповідних типів кризи.

У другому розділі - «Інтегративний підхід як теоретико-методологічна парадигма дослідження розвитку життєтворчої активності особистості» - обґрунтовується вибір теоретико-методологічного підґрунтя подальшого теоретичного й експериментального дослідження, з'ясовано сутність підходу та особливості розуміння структури особистості.

Як засвідчує аналіз наукового фонду, під "інтегративним підходом" у психології розуміють систему теорій, концепцій, моделей, методів, умінь і навичок, що актуалізують у людину переживання більшої цілісності, зменшення конфліктності, фрагментарності свідомості, діяльності, поведінки. У теоретичному плані інтегративний підхід виступає певним узагальненням і подальшим розвитком уявлень холістичного (або цілісного, системного) підходу до аналізу феноменів людини, її психіки, світу, їх взаємовідносин. З наукових позицій, він був предметом дослідження як зарубіжних учених (Р.Ассаджіолі, С.Гроф, Е.Гуссерль, Т.Лірі, А.Маслоу, А.Менегетті, Ф.Перлз, К.Роджерс, Н.Роджерс, М.Хайдеггер, К.Уїлбер, В.Франкл, К.Юнг, К.Ясперс та ін.), так і вчених країн СНД (Л.Балобанова, І.Єрмолін, І.Калінаукас, В.Козлов, О.Орлов та ін.).

Інтегративний підхід ґрунтується на положеннях гуманістичного (А.Маслоу, Р.Мей, В.Франкл та ін.), феноменологічного (К.Роджерс, Н.Роджерс) та екзистенційного (Е.Гуссерль, М.Хайдеггер, К.Ясперс та ін.) напрямів, згідно яких "людина є цінним, що не зводиться до суми його частин", положеннях холістичного підходу до креативності А.Маслоу. Провідне філософське підґрунтя напрямку полягає в переконанні, що можливості звичайної людини є набагато більшими за ті, які проявляються в її повсякденному житті, де вона перебуває у стані ототожнення із власним тілом і власним "Его". Вчені вважають, що ця хибна ідентифікація є причиною невластивого людській природі, нездорового й незадовільного образу життя, провідним джерелом емоційних і психосоматичних порушень. Розвиток дистресових симптомів, які не мають органічних причин, розглядається як вказівка на те, що людина наблизилася до певної межі в обмеженні й пригнобленні власної природи. Проте кризова ситуація володіє водночас властивістю для зцілення: подолання внутрішньої відокремленості й розподіленості між людиною й світом (К.Роджерс, Дж.Келлі).

Визначальним для розуміння особливостей підходу виступає поняття інтеграції, що означає приєднання частини до цілого. Інтеграція розглядається як усвідомлення конфліктів між фрагментами свідомості й

відкрите прийняття як рівного за значущістю того, що раніше відкидалося й заперечувалося, пригнічувалося й не рефлексувалося (К.Юнг).

Сенс загального інтегративного підходу психологами (І.Калінаускасом, В.Козловим, О.Орловим та ін.) убачається в тому, що психіка людини розглядається як складна багаторівнева система, яка відшукує в особистісно структурованих формах досвід народження, індивідуальної біографії, а також безмежного поля свідомості, що трансцендує матерію, простір, час і лінійну причинність. Усвідомлення виступає як інтегративна відкрита система, що дозволяє об'єднати різні галузі психічного в цілісні смислові простори.

У межах цього підходу особистість розглядається як форма прояву психічного, що має фрагментарну структуру, між фрагментами різних ділянок і рівнів існує конфліктна напруга. Так, В.Козлов провідним у структурі особистості вважає певне глобальне поле смислів самоідентифікації індивідуальної свідомості із собою як психосоціально цілісною істотою, виражене в Я-концепції. Це утворення описується як сукупність підсистем Я, що складає багатокомпонентну складну сітчасту структуру. Всередині самої структури особистості виокремлюється три глобальні підструктури: Я-матеріальне, Я-соціальне, Я-духовне (Р.Бернс, В.Джемс, І.Кон, Дж.Мід, В.Столін та ін.), з якими ототожнюється й ідентифікується особистість, а також напрям ідентифікації Его в часовому континуумі Я-реальне – Я-потенційне.

О.Орлов розглядає особистість як систему мотиваційних відношень, якою володіє суб'єкт. Він виокремлює три типи зон, або фрагментів "емпіричної" особистості, що розглядається як дезінтегрована сукупність "персони", "тіні", і "лику". За О.Орловим, актуалогенеза різних структур, що складають "емпіричну" особистість, представлена процесами персоналізації – підсилення особистісної "персони", і персоніфікації, результатом якого є розширення зон актуалізації людини, послаблення протистояння "персони" і "тіні", збільшення самоприйняття тощо. Важливими наслідками процесів персоналізації й персоніфікації виступають різні за психологічним змістом зміни Я-концепції людини, її самосвідомості, пов'язані з особливостями самоототожнення й самоприйняття. Уявлення О.Орлова щодо структури особистості співвіднесені до поглядів видатного українського мислителя В.Зеньковського. Згідно його концепції, особистість складається з двох «я»: глибинного та емпіричного. Емпіричне «я», за В.Зеньковським, формується у потоці психічного життя, але саме виникнення емпіричного «я» можливе тому, що у підвалінах особистості є глибинне «я». У справжньому сенсі слова єдність особистості бере початок лише з глибинного «я», котрим воно утримується і визначається.

Задля позначення суб'єкта як трансперсональної психічної реальності О.Орловим використаний термін "сутність" (Г.Гурджієв). Означений термін, витоки якого йдуть від латинського слова "essere" – буття, в такому самому значенні використовується також у концептуальному апараті онтопсихології. У межах гуманістичної психології ця інстанція зазвичай позначається терміном "Внутрішнє Я".

Більшість сучасних учених (В.Барулін, І.Бех, Л.Буєва, Ю.Вяземський, П.Єршов, М.Каган, М.Савчин, І.Силуянова, П.Симонов, Ж.Юзвак та ін.) пов'язують індивідуальну й неповторну сутність людини з її духовністю, складовими якої виступають творчість, самосвідомість, самоосмислення з погляду ціннісних орієнтацій та ідеалів, свобода в самореалізації сутнісних сил.

Л.Буєва відзначає, що поняття духовності може бути використане для характеристики суб'єктивного внутрішнього світу людини як духовного світу особистості, воно є визначальним із позицій її смисложиттєвих цінностей. Проблема духовності розглядається як проблема виходу людини за межі вузькоемпіричного буття, подолання себе вчорашнього у процесі оновлення й удосконалення, сходження особистості до власних ідеалів, цінностей, їх реалізація впродовж життєвого шляху. На думку Л.Буєвої, духовність – це проблема життєтворчості.

М.Савчин вважає духовною основою людини її внутрішню особу. На його думку, духовність – це не продукт культури, що нав'язаний людині ззовні, це істинне єство людини, що дремає в глибинах її духу, її надсвідомого, вищій момент людської індивідуальності.

На зв'язок духовності особистості, системи її духовних цінностей і життєтворення вказує І.Бех, який розглядає духовність як вихід за межі егоїстичних інтересів, особистої користі й центрованість на моральній культурі людства. На його думку, цілі й наміри духовно зрілої особистості вкорінені в системі надіндивідуальних цінностей, завдяки чому вони виконують функцію вищого критерію для орієнтації у світі та опори для особистісного самовизначення. С.Дрьомов і І.Сьомін вважають, що одним із підходів до визначення поняття духовності є його розгляд у контексті змінених станів свідомості. На думку дослідників, духовність у контексті змінених станів свідомості – це усвідомлене сходження латентними рівнями свідомості, інтеграція їх афективно насиченого змісту в реальне життя.

Кінцевою метою процесів інтеграції представники інтегративного напрямку вважають трансформацію – особистісне самовдосконалення, духовний пошук виходу за межі форм, у такий простір у свідомості й особистості людини, в якому вона володіє умовами для спонтанної творчості, стає вільною й самоактуалізованою (В.Козлов, П.Лушин, М.Савчин та ін.).

На нашу думку, у межах смислового простору інтегративного підходу існують адекватні можливості для подальшого теоретичного й експериментального дослідження психологічних чинників розвитку життєтворчої активності особистості. Описані сучасні уявлення щодо структури особистості, природи, особливостей, складових її свідомості, утворюють фундамент розуміння людини як цілісної духовної істоти, окреслюють предмет трансформації й інтеграції, створюють методологічні й теоретичні передумови для побудови системи експериментального розвитку життєтворчої активності в контексті самопізнання, саморозвитку, самоактуалізації особистості. Означений підхід розглядається нами як найбільш перспективний із позицій побудови системи психологічного впливу з метою забезпечення ефективного виходу за межі Его-ідентифікації, інтеграції внутрішніх структур особистості, розвитку її життєтворчої активності.

Третій розділ «Технологія розвитку життєтворчої активності особистості в дорослому віці» репрезентує теоретичні засади технології розвитку життєтворчої активності особистості. Проаналізовано проблему психологічного впливу на особистість, з'ясовано зміст і особливості тренінгових психотехнологій. Розкрито психологічні особливості творчого холистичного психотренінгу як технології розвитку життєтворчої активності особистості.

Теоретичний аналіз наукової літератури свідчить, що психологія впливу вважається одним із найбільш традиційних прикладних аспектів психологічного знання (Г.Абрамова, О.Бондаренко, В.Новиков, М.Раттер, А.Сухов та ін.).

Провідними галузями психологічного впливу на особистість у сучасних умовах вважаються: психотерапія, психокорекція, психотренінг, навчання й розвиток, конструювання й творчість (Е.Берн, Т.Гордон, О.Дубровська, Е.Ейдемільлер, Ю.Смельянов, Г.Ісуріна, Ю.Жуков, С.Кратохвіл, С.Макшанов, Г.Марасанов, В.Моляко, Л.Петровська, В.Сатир, А.Ситніков, А.Співаковська, К.Роджерс, К.Рудестам, Т.Яценко та ін.). Кожна з галузей створює й використовує специфічні психотехнології.

Важливе місце серед інших представлених засобів посідає груповий психологічний тренінг. Провідними в сучасній концепції тренінгу є поняття психологічного впливу та особистісних змін. Конкретні дослідження сучасних учених у цій галузі охоплюють широке коло наукових напрямів тренінгової спрямованості: психологічний: (О.Бреус, М.Кузнєцова, Ю.Макаров, Г.Марасанов, О.Юрченко та ін.); поведінковий: (О.Лісовик, І.Марковська); комунікативний: (О.Брильова, Ю.Конев); навчальний: професійно-педагогічний, психолого-педагогічний, акмеологічний

(О.Бодальов, І.Вачков, О.Держач, Н.Клюєва, С.Макшанов, Л.Орбан-Лембрик, О.Ситников, О.Телєсєва, А.Тремасов, Т.Яценко та ін.); особистісного зростання: інтелектуальний, креативності, мотивації (В.Бабайцева, В.Моляко, Н.Пов'якель, О.Пономарьова, О.Сидоренко, М.Смульсон, Н.Хрящева та ін.); самореалізації (Л.Коростилюва); самосвідомості (Н.Гаджисєва, Н.Микитина, Н.Кислинська); свободи і відкритості (Н.Сарджєладзе); самопізнання (Н.Литовченко); спеціальний (І.Єрмолін, Т.Шкурко та ін.) і т. ін.

До базових методів психотренінгового впливу психологи відносять: ігрові методи, групову дискусію та ситуаційно-рольові ігри (Г.Ковальов, Л.Петровська, Г.Щєдровицький, Т.Яценко), методи, спрямовані на розвиток соціальної перцепції, методи тілесної терапії, медитативні техніки (І.Вачков, Р.Корзіні, С.Кратохвіл, А.Осіпова, Б.Розєнберг та ін.).

За результатами якісного аналізу, процедура психологічного тренінгу спрямована на утвердження й структурування образу Я, розширення самосвідомості, вивільнення творчого потенціалу індивідуальності, активізацію креативних здібностей людини відносно її власного життя, що призводить до трансформації особистості, посилення її духовного початку (І.Мартинюк, Н.Соболєва). Ефекти тренінгового впливу виявляються в прогресі ментальних можливостей, загостренні інтуїції, проникливості й спостережливості, зростанні почуття впевненості в собі й своїй волі, у ефекті розширення свідомості й життєвого простору особистості у психологічному смислі тощо (О.Бондаренко, І.Вачков, Е. Де Боно, П.Горностай, С.Макшанов, А.Маслоу, Г.Марасанов, В.Моляко, К.Роджерс, Н.Роджерс, В.Столін, Н.Хрящева, Т.Яценко та ін.).

Психотренінгові методи різноманітної спрямованості широко використовуються в межах інтегративного підходу. Під інтегративними психотехнологіями розуміють сукупність психотехнічних дій, прийомів і методів, що ґрунтуються на положеннях цілісності й використовують ресурсний потенціал особистості з метою інтеграції. Спільною рисою всіх методів є розуміння людини як певної цілісності, рух у напрямі подолання фрагментарності свідомих і несвідомих компонентів. Особливістю інтегративних психотехнологій виступає їх універсальність використання з метою психокорекції, підвищення рівня адаптованості, психорегуляції, самоусвідомлення, саморозвитку, самоактуалізації та трансформації людини. Найвідомішими серед інтегративних методів вважаються методи тілесної й релаксаційної терапії (Ф.Александр, С.Келеман, А.Лоуєн, В.Райх, І.Рольф, М.Фельденкрайз, Т.Хані, А.Янов та ін.); гештальттерапії (Ф.Перліз та ін.); танцювально-рухової терапії (Дж.Адлер, І.Бірюкова, М.Вайтхаус, О.Гіршон, Г.Роф та ін.); релаксаційної психокорекції (Е.Джекобсон, А.Мінделл,

І.Шульц та ін.); психокорекції на основі дихальних технік (С.Всехсвятський, С.Гроф, В.Козлов, Ф.Лаут, Дж.Ленард, Л.Орр та ін.) тощо.

Здійснений нами аналіз сучасного стану проблеми психологічного впливу на особистість засвідчив правомірність обрання провідними методами розвитку життєтворчої активності групових тренінгових методів внаслідок їх відповідності змісту поняття життєтворчості, спрямованості на самопізнання й саморозвиток, цілісного характеру впливу, ефективності, доступності й універсальності. У контексті побудови системи розвитку життєтворчої активності особистості було обрано підхід, що ґрунтується на використанні тренінгових психотехнологій інтегративного напрямку. Практичні методи психосоціальної роботи з використанням інтегративного підходу містять широкий спектр психологічних технік, загальною рисою яких є використання ресурсних потенціалів розширених станів свідомості. Їм притаманна низка позитивних якостей: вони надають потенційну можливість проробки цілісностей психічної реальності в сукупності всіх її компонентів; мають високу інтенсивність і швидкість впливу, високий ступінь незалежності; використовують внутрішні ресурси психіки до самоінтеграції; здатні забезпечити потреби в трансценденції.

Особливостями запропонованої технології виступають: холістичний підхід до взаємодії як центральної ланки процесів соціально-психологічної адаптації, що розглядається як початковий етап розвитку життєтворчої активності; використання інтегративних можливостей творчих процесів і спрямованої творчої активності особистості.

Сукупність означених особливостей дозволяє об'єднати технологію розвитку життєтворчої активності під робочою назвою "творчий холістичний психотренінг", що є комплексним психотехнічним засобом, адекватним внутрішній структурі й динамічним характеристикам процесу життєтворчості. Метою пропонованої технології є створення психологічних умов у тренінговій групі, адекватних спрямованому виявленню життєтворчої активності особистості, відкриттю у власному внутрішньому світі потенціалів та можливостей задоволення провідних потреб, що в підсумку призводить до підвищення рівня адаптованості, формування рефлексивних навичок, усвідомлення Еґо-ідентифікацій, формування стійких пошукових потреб. Базові процедури холістичного психотренінгу спрямовані на опанування практичними методами входження до особливого стану свідомості (Т.Ахмедов, Т.Буякас, С.Дрьомов, М.Жидко, В.Наїмов, І.Сьомін, М.Чиксентміхайї та ін.) та закріплення в ньому на підставі виявлення власної творчої активності. Психологічний зміст таких процедур полягає в екстеріоризації переживань фруструючих ситуацій, станів, відчуттів, емоцій та ідей, вичерпання їх за допомогою фізичної активності, репрезентованої у

творчих ігрових та рольових психотренінгових методах, рефлексії їх неконструктивного характеру та наступного закріплення такого усвідомлення в особливому стані. Одним із кінцевих результатів психотренінгу є перетворення перебування людини в зазначеному стані на її сталу природну властивість.

У процесі розробки психотренінгу нами було виокремлено *зовнішні психологічні чинники* розвитку життєтворчої активності особистості в умовах спрямованого психологічного впливу, що відповідають використуванню технологій і відображаються в побудові середовища: позитивна емоційна насиченість; атмосфера довіри, безпеки, взаєморозуміння та комфорту; толерантність та безоцінність, рольова нерегламентованість, децентрованість, наявність креативних зразків; спрямованість на перебування у процесі (тут і тепер); проблемність і невизначеність, образно-інформаційна збагаченість; надпредметність середовища; метакогнітивний характер; інтегративно-діяльнісний характер середовища; груповий характер використання.

Як засвідчили результати дослідницької діяльності, середовище, що задовольняє таким вимогам, здатне створювати передумови для поступової рефлексії власних адаптивних стратегій особистості, усвідомлення їх мотивів та побудови нових інтегративно-діяльнісних адаптивно-поведінкових комплексів як підґрунтя розвитку життєтворчої активності.

Четвертий розділ «Феноменологія розвитку життєтворчої активності особистості: констатувальний етап» містить: концептуальні засади побудови експериментальної технології розвитку життєтворчої активності, аналіз підходів до діагностування життєтворчої активності. Представлено організаційну структуру експериментального дослідження, опис діагностичного комплексу методик, результати констатувального етапу експерименту.

Здійснений у попередніх розділах теоретичний аналіз феноменології, структури й механізмів життєтворчої активності особистості в дорослому віці дозволяє конкретизувати отримані результати у вигляді концептуальних засад її розвитку.

Найбільш продуктивним підходом до розв'язання цієї проблеми з позицій експериментального дослідження вважаємо визначення послідовності відносних рівнів, або етапів розвитку життєтворчої активності особистості. Було виокремлено такі чотири рівні: адаптаційний, рефлексивний, життєтворчий, трансцендентальний. При цьому адаптаційний і рефлексивний рівні умовно співвіднесені потенційному вимірові життєтворчості, життєтворчий – актуальному, і трансцендентальний – граничному. Особливості реалізації означеної послідовності рівнів може бути відстежено на підставі врахування психологічного змісту внутрішніх чинників

життєтворчої активності - адаптації, рефлексії, творчості й пізнання - у вигляді домінуючих потреб, цінностей і мотивів активності особистості (див.табл.1).

Так, на рівні адаптації домінуючі потреби стимулюють пошук відповідних цінностей, що належать здебільшого до матеріальних або егоцентричних. В основі адаптивної активності знаходиться мотивація недостатності (дефіцитарна, за А.Маслоу). У разі наявності об'єктивних умов (сензитивний період, зовнішня допомога тощо) захисні стратегії адаптації можуть бути змінені на незахисні, що активізує потреби самоусвідомлення, саморозуміння й саморозвитку. Змінюється також характер цінностей на особистісні, мотивом активності тут виступає досягнення Я-ідеального. Надалі процес розвитку життєтворчої активності особистості вже не потребує спеціального зовнішнього стимулювання, поступово можуть бути усвідомлені потреби самореалізації й самоактуалізації, що породжують мотивацію надлишковості. У разі ж досягнення особистістю Я-потенційного й реалізації його можливостей подальший розвиток визначається домінуванням пошукових і трансцендентних потреб, об'єктом задоволення яких виступають універсальні цінності, мотивом активності цього рівня є досягнення простору «Внутрішнього Я».

При цьому з кожним із чинників може бути співставлений відповідний тип кризи, що виступає провідним мотиватором активності життєтворчості певного рівня. Означений континуум дозволив відстежити динамічні особливості процесу розвитку життєтворчої активності в цілому й побудувати його теоретичну модель (див. табл. 2).

Підґрунтям процесу розвитку життєтворчої активності ми вважаємо інтегративні процеси персоніфікації особистості, істинного самоотождоження на підставі змін Я-концепції, самосвідомості (В.Козлов, О.Орлов та ін.).

Психологічні структури, що відповідають за ці процеси й уважаються психологами їх джерелом, виступають характеристиками суб'єкта («сутність») (М.Бюсен, Н.Роджерс та ін.). Сутність, на відміну від особистості, має позаатрибутивний характер, що дозволяє розглядати її як джерело людської потенційності (і відповідно творчості й життєтворчості вищих рівнів).

Провідним напрямом розвитку життєтворчої активності особистості на рівні її внутрішніх структур обрано рух від Его-ідентифікації з Я-матеріальним, Я-соціальним на підставі рефлексії в напрямку до Я-духовного, максимальна реалізація в соціумі цільового способу буття, його трансценденція й перехід до реалізації буттєвих смислів. Цей процес досягнення Я-потенційного може супроводжуватися досвідом Я-ресурсного, що виступає значущим мотиватором у реалізації особистості й орієнтиром

правильності обраного напрямку. Визначальними мотиваторами також виступають кризи особистісного або психодуховного характеру. Кінцевою метою процесів розвитку життєтворчої активності вважаємо трансформацію (трансцендентальний рівень життєтворчості).

Таблиця 2

**Динамічна мета-модель розвитку життєтворчої активності
особистості в дорослому віці**

Послідовність реалізації рівнів життєтворчої активності	Мотиватор активності	Психологічні механізми	Характеристика проявів життєтворчості	Модус існування суб'єкта активності
<i>1. Адаптаційний</i>	Криза дезадаптації	Домінування адаптивної активності Пошук ефективних способів збереження цілісності Я-концепції, побудова нового образу Я і світу	Побудова системи продуктивної взаємодії із соціальним оточенням на підставі життєтворчої адаптаційної стратегії; самоосмислення	Особистість: імпульсивно-ситуативне буття
<i>2. Рефлексивний</i>	Криза самоотождечення	Усвідомлення Еґотождечення; трансценденція Я-матеріального і Я-соціального у напрямку Я-духовного, досвід Я-ресурсного	Самовідкриття, самоусвідомлення, самопізнання, саморозвиток	Особистість-індивідуальність: цільове буття
<i>3. Життєтворчий</i>	Криза екзистенційності	Рух від Я-реального до Я-потенційного, його досягнення	Самовираження, Самореалізація, самоактуалізація у формі творчості	Індивідуальність-унікальність: реалізація цільового, перехід до смислового буття
<i>4. Трансцендентальний</i>	Криза стабільності	Звернення до не-Я, інтеграція Я і не-Я, досягнення зони Нєотождеченості, Внутрішнього Я	Культуротворчість, духовне служіння людству	Унікальність-феноменальність: смислове буття

Критеріями рівневої динаміки процесу розгортання життєтворчої активності особистості, згідно моделі, виступають: для адаптаційного рівня -

перехід від домінування адаптивної активності до продуктивної на підставі незахисної стратегії адаптації, досягнення станів стійкої ситуативної та загальної адаптованості; для рефлексивного - усвідомлення власних Его-ототожнень, визначення змісту структури Я-реального, його відмінностей від Я-потенційного; досягнення стану стійкої загальної адаптованості; для життєтворчого - перехід від реалізації цільового способу буття до смислового; набуття стану життєтворчої адаптованості; для трансцендентального - ретрансляція соціуму власної унікальності-феноменальності у формі культуротворчості, духовного служіння.

У контексті побудови засобів діагностування процесів життєтворчості нами встановлено, що пріоритетним напрямом психологічного дослідження ефективності впливу інтегративних психотехнологій на розвиток життєтворчої активності в цілому може вважатись орієнтація на комплексну динаміку як особистісних, так і поведінкових її проявів. При цьому першому рівню динаміки відповідають прояви, що характеризують ступінь соціально-психологічної адаптації особистості; другому - прояви, що дозволяють засвідчити розвиток її рефлексивних можливостей; третьому - прояви самореалізації й самоактуалізації. Показники внутрішньої динаміки, як випливає з моделі, найбільш репрезентативно можуть бути визначені на підставі фіксації змін у системі уявлень особистості про себе, реалізованих на рівні Я-концепції особистості.

Означені положення виступили концептуальними засадами експериментального дослідження проблеми розвитку життєтворчої активності особистості в дорослому віці.

Дослідження мало на меті експериментальну апробацію технології розвитку життєтворчої активності особистості, побудовану на підставі авторської концепції. Реалізація означеної мети відбувалася на підставі таких завдань дослідження: 1) уточнення теоретичних положень стосовно структури та властивостей психологічного конструкту життєтворчості; 2) визначення параметрів, рис життєтворчості особистості; 3) установлення загальних і індивідуальних особливостей реалізації життєтворчої активності; 4) визначення ефективності розробленої технології в контексті розвитку життєтворчої активності особистості.

Підготовчий етап передбачав проведення пілотажного дослідження, добір діагностичного інструментарію, адекватного завданням об'єктивного діагностування й реєстрації особистісних і поведінкових проявів життєтворчості особистості, вибір репрезентативної вибірки й типів експерименту. Було розроблено методичний діагностичний комплекс, застосування якого дозволяло одержати інтегративну картину параметрів і дериватів життєтворчої активності досліджуваних, оцінити рівень її розвитку

в соціальному середовищі. На підготовчому етапі в дослідженні взяли участь 450 респондентів різних вікових проміжків дорослості - від 21 року (студенти-випускники ВНЗ) до 65 (передпенсійний і пенсійний вік). У результаті пілотажного дослідження було підтверджено положення, що зрілим періодом, сензитивним цілеспрямованому розвитку життєтворчої активності особистості, може вважатися період початку середньої дорослості (38-45р.). На підставі отриманих даних був сформований склад контрольної й експериментальної груп основної частини дослідження, в якій взяли участь 120 дорослих (по 60 осіб у кожній), вікові межі вибірки варіювали від 35 до 50 років.

У розділі міститься обґрунтування вибору діагностичного інструментарію, докладний опис методик і їх показників, процедури проведення експерименту.

Систематизація одержаних експериментальних даних проводилася в межах трьох провідних підходів. Перший - припускав аналіз окремих рис, ознак, властивостей життєтворчості як психологічного феномена, встановлення взаємозв'язків між ними з метою виокремлення найбільш загальних тенденцій та експериментальної перевірки теоретичних положень дослідження. Він містив кількісний (кореляційний, факторний) аналіз даних.

Другий підхід був спрямований на визначення загальних і індивідуальних особливостей життєтворчості особистості, що проявляються в загальному: виокремлення типів життєтворчої активності, їхню змістову характеристику, систематизацію. Означений підхід містив якісний аналіз результатів. Якщо перший підхід ґрунтувався на групуванні ознак показників, другий – на групуванні досліджуваних (за певною ознакою).

Третій підхід мав на меті з'ясування ефективності спрямованого психологічного впливу, визначення особливостей динаміки розвитку життєтворчої активності особистості й ґрунтувався на порівняльному аналізі даних констатувального й контрольного етапів дослідження.

Констатувальний етап експерименту на підставі використання комплексу діагностичних методик дозволив отримати підтвердження припущення щодо переживання особистістю кризових проявів упродовж середньої дорослості як передумови, початкового етапу самопізнання, саморозвитку й життєтворчості. На підставі результатів кількісного (кореляційного, факторного) аналізу було експериментально підтверджено теоретичну модель психологічного конструкту життєтворчості, уточнено окремі особистісні характеристики життєтворчості. У співвідношенні показників відзначено багатозначні зв'язки, що вказують на єдність і цілісність конструкту та розкривають специфіку співвідношення як окремих показників між собою, так і їх комплексів. Отримані в ході дослідження зв'язки між

показниками та результати факторного аналізу в цілому поєднуються у три провідних комплекси рис, що грунуються навколо параметрів самоактуалізації, мотивації на успіх і саморозвитку.

За даними діагностування, домінуючими мотивами занять респондентів у тренінговій групі виступили переживання кризи дезадаптації й екзистенційності. Серед інших мотивів зафіксовано також переживання проявів криз самоотождоження та мотивів саморозвитку.

З метою вивчення особливостей прояву життєтворчості на рівні рис особистості, визначення початкового стану розвитку життєтворчої активності респондентам експериментальної й контрольної груп був запропонований особистісний багатофакторний питальник Р.Кеттела. У підсумку на підставі середніх значень за кожною із груп нами були отримані узагальнені профілі факторів особистості представників контрольної й експериментальної груп. Отримані профілі в цілому змальовують особистість у стані дезадаптації або переживання кризи (див. рис. 3, профіль ДО). Характерними особливостями такої особистості виступили яскраво виражені: ситуативна тривожність, незадоволеність (F1+), невпевненість, почуття провини (O+), усталені погляди (Q1-), чуттєвість, песимістичність, неспокій (F-), утруднення у прийнятті рішень (F3-). На рівні тенденції були виражені такі фактори: конфліктність, агресія (E+), емоційна нестійкість, неспокій, ухилення від відповідальності (C-), відчуження, усамітнення (A-). За факторами Q1-, Q2-, Q3- відзначимо також консерватизм, залежність від групи, конфліктність уяви про себе, низьку самооцінку, за фактором H- нерішучість, стриманість. Інші фактори (E, G, I, L, M, N, Q4, F2, F4) знаходяться в зоні невизначеності, поблизу середнього значення 5,5 стена, що можна пояснити середньоарифметичними значеннями представлених результатів по групі. Водночас відзначено високе значення фактора (B+) - високий інтелект, кмітливість.

У цілому констатувальний етап експерименту на підставі використання комплексу діагностичних методик, кількісного та якісного аналізу даних дозволив одержати підтвердження висунутого нами припущення щодо переживання особистістю кризових проявів упродовж середньої дорослості як однієї з передумов, початкового етапу самопізнання, саморозвитку й життєтворчості й засвідчити належність результатів респондентів обох груп до адаптаційного рівня розвитку життєтворчої активності особистості. Означені результати ми розглядаємо як експериментальне підтвердження теоретичної моделі психологічного конструкту життєтворчості, процесуальної мета-моделі розвитку життєтворчої активності особистості, побудованої логіки емпіричного й теоретичного пошуку.

П'ятий розділ «Динаміка та особливості життєтворчої активності у процесі експериментального дослідження: формувальний і контрольний етапи» містить опис змістових і організаційних аспектів психологічного впливу, основи типології життєтворчої активності, виклад результатів формувального й контрольного етапів експериментального дослідження.

У розділі розглянуто методичні засади побудови системи розвитку життєтворчої активності особистості у процесі творчого психотренінгу: структуру й зміст тренінгової програми, структурну організацію тренінгового заняття, описано конкретні тренінгові методи й засоби, особливості їх практичного застосування.

Результати контрольного етапу дослідження, отримані за допомогою якісного (профілів, діаграм), порівняльного (параметричного t-критерію Стьюдента) аналізу, дозволили з'ясувати загальні особистісні особливості життєтворчості й специфічні прояви реалізації її життєтворчої активності.

Дослідження структури особистості на підставі факторної теорії Р.Кеттела, спрямоване на визначення загальних тенденцій у розподілі параметрів, засвідчило існування певного континууму стійких характеристик. Їх узагальнення дало змогу уточнити психологічний портрет особистості життєтворчого рівня (див. рис. 3, профіль ОЖР).

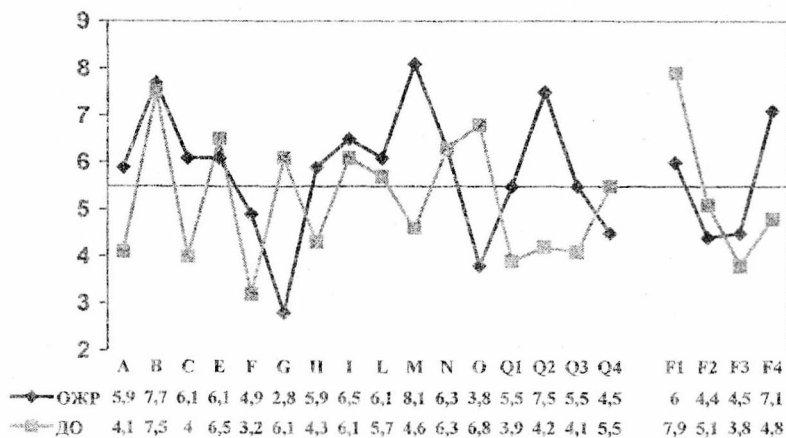


Рис. 3. Профілі факторів особистості за результатами констатувального (ДО – дезадаптована особистість) і контрольного (ОЖР – особистість життєтворчого рівня) етапів

Установлено, що характерними особливостями особистості життєтворчого рівня, за даними дослідження, виступають: високий творчий потенціал (M⁺), високий інтелект (B⁺), самодостатність, кмітливність (Q2⁺),

сміливість, незалежність (F4+), низьке супер-его (G-), життєрадісність, спокій, безпечність (O-). Водночас близькі до нульової осі значення засвідчують гармонійність розподілу якостей за факторами (Q1) – консерватизм - лібералізм, (Q3) – висока - низька зарозумілість, (A) - замкненість - товариськість, (H) – боязкість - сміливість. Значення характеристик за іншими факторами має досить варіативний характер. Аналіз комбінацій вираженості цих варіацій дозволив виявити специфіку їх виявлення на рівні складових життєтворчості, побудувати типологію реалізації життєтворчої активності.

Дослідження означених особистісних відмінностей дало підстави виокремити за вибіркою три типи полімодальних сполучень складових: ТаС (творчість-саморозвиток), ТАС (творчість-адаптація), тАС (адаптація-саморозвиток). Установлено, що провідні відмінності між означеними типами полягають у напрямі прикладення активності та індивідуальному способі її виявлення. Прояви життєтворчої активності на рівні рис особистості, окрім узагальнених характеристик, мають у різних типах різну специфіку: зафіксовано наявність вірогідних відмінностей за t-критерієм Стьюдента між представниками типів за факторами E, H, I, O, F2.

Виявлені розбіжності між профілями в сукупності факторів, що його складають, дозволяють окреслити узагальнений психологічний портрет представників кожного типу життєтворчої активності. З'ясовано, що у представників типу ТаС домінує здебільшого активність внутрішнього плану, вони володіють яскраво вираженою інтравертованістю, їм притаманні спокій, самодостатність, реалістичність, практичність, логічність, стриманість у соціальних контактах. Натомість представники типу ТАС - виражені екстраверти, соціально сміливі, комунікабельні, емоційні, впевнені, прагнуть домінувати, водночас чутливі, здатні до емпатії, артистизму. І тип тАС займає дещо проміжне положення між двома попередніми: представникам цього типу властиві м'якість, тактовність, поступливість, середня чутливість, спокій, самодостатність, їхня активність носить ситуативний характер.

Результати дослідження засвідчують, що у структурі особистості життєтворчого рівня виокремлено як загальні, характерні особливості, що сприяють успішній реалізації життєтворчої активності, так і специфічні властивості, які забезпечують її психологічне забарвлення. Аналіз цих особливостей дає підстави стверджувати, що перші з них здебільшого характеризують спрямованість, знання, вміння й навички, вони є параметрами індивідуального досвіду особистості, натомість останні характеризують її індивідуально-типологічні особливості. Спосіб наближення конкретної особистості до цілісності життєтворчості у процесі розвитку життєтворчої активності визначається домінуванням зовнішнього

або внутрішнього її спрямування при індивідуальному способі виявлення. Прояви зовнішньої спрямованості життєтворчої активності співвіднесені з домінуванням адаптаційної складової життєтворчості; прояви внутрішньої – з домінуванням складової саморозвитку. Орієнтація творчої складової у виявлених типах при цьому визначається домінуючою характеристикою: у сполученні ТаС (творчість-саморозвиток) творчість носить внутрішній, смисловий характер, тоді як у сполученні ТАС (творчість-адаптація) – зовнішній, соціальний. Сполучення тАС (адаптація-саморозвиток) представляє середній, проміжний варіант: творча активність носить ситуативний характер.

Контрольний етап дослідження на підставі результатів кількісного (кореляційного), якісного (порівняльного) аналізу виявив, що значущих змін у показниках контрольної групи згідно діагностичного комплексу методик не відбулося. Натомість у показниках життєтворчої активності особистості респондентів експериментальної групи відзначено значні позитивні зміни, зафіксовані як на рівні Я-концепції, так і на рівні особистісних проявів. Експериментальні дані засвідчують, що в учасників психотренінгу підвищився рівень соціально-психологічної адаптованості, з'явилося почуття емоційного комфорту, зменшилася ситуативна тривожність, підвищився рівень прийняття себе та інших, зріс рівень відповідальності за власні вчинки, думки й життєву ситуацію, зменшилося бажання втекти від життєвих проблем; підвищився рівень життєвої активності, що ґрунтується відтепер здебільшого на мотивації успіху, рефлексії попереднього досвіду й поточної ситуації (тут і зараз); змінилося ставлення до помилок, з'явилися саморозуміння, аутосимпатія, впевненість у власних силах, віра в людей. Означені зміни знаходять підтвердження з позицій збільшення конгруентності Я-концепції учасників тренінгу. За даними опитування, зафіксовано позитивні зміни в життєвій ситуації респондентів.

Висока ефективність спрямованого психологічного впливу засобами холистичного психотренінгу забезпечувалась як відповідністю положень тренінгової програми процесуальній мета-моделі розвитку життєтворчої активності особистості, так і адекватністю вибору технологічних засобів інтегративної спрямованості, одним із провідних ефектів яких було індукування змінених станів свідомості. При цьому використання означених станів у процесі реалізації тренінгової програми мало комплексний характер і було спрямоване як на емоційно-вольову сферу особистості, так і сферу свідомості-уваги респондентів.

За результатами діагностування було засвідчено комплексність і ефективність системи психологічного впливу на розвиток життєтворчої активності особистості, визначено загальні тенденції її рівневої динаміки:

якщо на констатувальному етапі дослідження 91,7% досліджуваних перебували на початковому рівні й 8,3% - на рефлексивному, то на контрольному етапі експерименту засвідчено кардинальні зміни рівневого розподілу результатів респондентів - внаслідок психологічного впливу 71,7% опитаних піднялися до рефлексивного й 28,3% - до життєтворчого рівня.

Як засвідчують результати пролонгованого діагностування, процес розвитку життєтворчої активності особистості відзначається позитивною ремісією: співвідношення репрезентованості показників із часом продовжує змінюватися на користь збільшення їх кількості на життєтворчому рівні. Ця тенденція підтверджується також на рівні змін внутрішніх структур особистості й дозволяє вважати участь респондентів у програмі творчого холистичного психотренінгу своєрідним імпульсом для подальшого саморозвитку.

Динаміка змін засвідчила поетапне наближення комплексу особистісних якостей респондентів експериментальної групи до параметрів творчої, самоактуалізованої особистості, що є наслідком застосування системи спрямованого психологічного впливу.

У цілому результати експериментального дослідження виступили підтвердженням адекватності побудови теоретичного конструкту життєтворчості й процесуальної мета-моделі, ефективності психологічної технології розвитку життєтворчої активності особистості в дорослому віці.

ВИСНОВКИ

У дисертації здійснене теоретичне обґрунтування нового психологічного напрямку - наукової проблеми життєтворчості особистості, запропоновано її технологічне розв'язання.

1. Поняття життєтворчості є самостійною психологічною категорією, має окреслене методологічне й теоретичне підґрунтя, феноменологію, психологічні закономірності й особливості. Побудова психологічного конструкту на підставі системного підходу дозволяє розглядати життєтворчість особистості як цілісність вияву її адаптивної, творчої та суб'єктної активності, що регламентується мотивацією надлишку й спрямована на реалізацію цільових та смислових аспектів власного життя. Феноменологія життєтворчості охоплює широкий проблемний простір, представлений трьома вимірами: потенційним (кризи особистості), актуальним (життєтворчість), граничним (метадіяльнісний рівень активності, інобуття).

2. Розуміння сутності життєтворчості як специфічного виду активності дає підстави для визначення окремої категорії - життєтворчої активності особистості як активності найвищого, суб'єктного рівня. Під життєтворчою

активністю розглядається особливий, інтегральний вид активності особистості, що складає симультанну єдність її адаптивного, продуктивного, пізнавального та суб'єктивного типів, і характеризується цілісністю виявлення на предметному, когнітивному, соціальному й духовному рівнях прояву.

Провідними внутрішніми психологічними чинниками життєтворчої активності особистості виступають: адаптація, рефлексія, творчість і пізнання. Зовнішні психологічні чинники її розвитку відображаються в організаційних умовах і побудові середовища спрямованого психологічного впливу.

3. Об'єктивні передумови для виявлення життєтворчості притаманні періоду середньої дорослості. Аналіз вікових і психологічних особливостей життєвого шляху дорослої людини дозволяє стверджувати послідовну регламентацію процесу життєтворчості особистості переживаннями кризових ситуацій, які виступають передумовою, початковим етапом самопізнання і саморозвитку в процесі власної життєтворчості. Сензитивним з позицій цілеспрямованого розвитку життєтворчої активності може вважатися період початку середньої дорослості (38-45 р.).

4. Теоретико-методологічною парадигмою, адекватною змісту, структурі й особливостям динаміки життєтворчої активності, обрано інтегративний підхід до розвитку особистості в межах екзистенційно-гуманістичного психологічного напрямку. З позицій інтегративного підходу життєтворчість – процес і результат виходу особистості за межі обумовленості Его-ідентифікації, що супроводжується інтеграцією її внутрішніх структур. Психологічні механізми процесу розвитку життєтворчої активності в межах інтегративного підходу описуються інтегративними процесами персоніфікації особистості, істинного самоототожнення на підставі змін її Я-концепції, самосвідомості.

5. Розвиток прикладних аспектів життєтворчої активності відбувається за допомогою технології життєтворчості – творчого холістичного психотренінгу – комплексного психотехнічного засобу, адекватного внутрішній структурі й динамічним особливостям процесу життєтворчості. Його особливостями виступають: холістичний підхід до взаємодії як центральної ланки процесів соціально-психологічної адаптації; використання інтегративних можливостей творчих процесів і спрямованої творчої активності особистості, що цілісно сприяє гармонізації особистісного розвитку через розвиток здатності до самовираження й самопізнання в продуктах власної життєтворчості.

6. Теоретичним підґрунтям експериментального дослідження виступила динамічна мета-модель розвитку життєтворчої активності особистості в

дорослому віці, в основу якої покладений континуум властивостей внутрішніх психологічних чинників. Згідно моделі, психологічні закономірності процесу її розвитку виявляються в такій послідовності рівнів розгортання: 1) адаптаційний; 2) рефлексивний; 3) життєтворчий; 4) трансцендентальний, впродовж яких відбувається зміна домінуючого типу активності. Перехід від одного рівня до іншого носить кризовий характер.

7. Експериментально підтверджено базові положення теоретичної моделі психологічного конструкту життєтворчості: психологічний простір життєтворчості має складну системну будову, характеризується взаємозв'язком і взаємопроникненням різноспрямованих показників діагностичного комплексу. У взаємозалежностях показників відзначено багатозначні зв'язки, що вказують на єдність і цілісність конструкту та розкривають специфіку взаємовідносин як окремих показників між собою, так і їх комплексів. Отримані в ході дослідження зв'язки між показниками та результати факторного аналізу в цілому поєднуються в три провідних комплекси рис, що групуються навколо модальностей самоактуалізації, мотивації на успіх і саморозвитку.

8. Особливості факторного розподілу особистісного профілю представника експериментальної групи на початковому етапі засвідчили стійку тенденцію переживання респондентами проявів кризового характеру, станів дезадаптованості. Натомість після експериментального навчання у факторній структурі особистості зафіксовано позитивні зміни: збільшення ступеню відкритості, зростання товариськості, невимушеності в спілкуванні, відвертості; підвищення емоційної стійкості, відповідальності; зниження нормативності, жорсткості меж, підвищення гнучкості, довіри до власних почуттів; підвищення рівня уяви, зростання творчого потенціалу; зниження тривожності, невпевненості в собі, страхів; зростання самодостатності, незалежності від групи.

9. У структурі особистості життєтворчого рівня виокремлено як загальні, характерні особливості, що сприяють успішній реалізації життєтворчої активності, так і специфічні властивості, що забезпечують її психологічне забарвлення. Перші з них здебільшого характеризують спрямованість, знання, уміння й навички, вони є параметрами індивідуального досвіду особистості, натомість останні характеризують її індивідуально-типові особливості. Аналіз варіацій вираженості особливостей дозволив виявити специфіку їхнього виявлення на рівні складових життєтворчості, побудувати типологію реалізації життєтворчої активності, окреслити узагальнений психологічний портрет представників кожного типу життєтворчої активності.

10. Домінуючими мотивами участі респондентів у експериментальному навчанні виступили переживання кризи дезадаптації. Серед інших мотивів зафіксовано також переживання криз самоотождення, екзистенційності, мотивів саморозвитку. Респондентами відзначено наявність позитивних змін після експериментального навчання за такими напрямками: підвищення рівня соціально-психологічної адаптованості, емоційного комфорту, прийняття себе та інших, відповідальності за власні вчинки, думки й життєву ситуацію; підвищення рівня життєвої активності, що ґрунтується відтепер здебільшого на мотивації успіху, рефлексуванні попереднього досвіду й поточної ситуації (тут і зараз); зменшення ситуативної тривожності; зменшилося бажання втекти від життєвих проблем; змінилися ставлення до помилок, з'явилися саморозуміння, аутосимпатія, впевненість у власних силах, віра в людей тощо. Указані зміни знаходять підтвердження з позицій збільшення конгруентності Я-концепції учасників тренінгу.

11. За результатами діагностування було засвідчено комплексність і ефективність системи психологічного впливу на розвиток життєтворчої активності особистості, визначені загальні тенденції її рівневої динаміки. Встановлено, що означений процес в умовах спрямованого психологічного впливу відзначається позитивною ремісією.

Теоретичні положення та експериментальні результати дослідження не вичерпують проблему розвитку життєтворчості особистості у всій її складності та багатовимірності. Для подальшого вивчення проблеми в психології ми вважаємо перспективними такі напрями: вивчення психологічних особливостей формування життєвої компетентності особистості; розробка методики діагностування життєтворчої активності особистості; подальше дослідження індивідуальних особливостей реалізації життєтворчої активності, розширення її типології; дослідження феноменології, закономірностей життєтворчості трансцендентального рівня; подальша розробка психолого-педагогічних форм і методів навчання дорослих.

Основний зміст дисертації відображено в таких публікаціях автора:

1. Монографія:

Ямницький В. Психологія життєтворчої активності особистості: Монографія. – Одеса: СВД Черкасов М.П., Рівне: РДГУ, 2004. – 360 с.

2. Статті в наукових виданнях:

2.1. Ямницький В. Щодо змісту і структури творчої діяльності // Науковий вісник Південноукраїнського державного педагогічного університету ім.К.Д.Ушинського. - Випуск 6-7. - Одеса, 1998. - С. 125-130.

- 2.2. Ямницький В. Феномен креативності в аспекті проблеми здібностей // Науково-практичний журнал Південного наукового центру АПН України "Наука і освіта". - № 5-6. - Одеса, 1999. - С. 74-77.
- 2.3. Ямницький В. Феномен "здібності" у психологічній спадщині Г.С.Костюка // Науковий вісник Південноукраїнського державного педагогічного університету ім.К.Д.Ушинського. - Випуск 5-6. - Одеса, 2000. - С. 203-208.
- 2.4. Ямницький В. Соціально-психологічна адаптація особистості: сучасні підходи // Науково-практичний журнал Південного наукового центру АПН України "Наука і освіта". - № 6. - Одеса, 2001. - С. 82-86.
- 2.5. Ямницький В. Холістичний тренінг розвитку життєтворчої адаптивності / Наукові записки Національного університету "Острозька академія". - Серія "Психологія й педагогіка". - Острого, 2002. - С. 494-502.
- 2.6. Ямницький В. Взаємодія як центральна ланка процесу соціально-психологічної адаптації // Науково-практичний журнал Південного наукового центру АПН України "Наука й освіта". - № 1. - Одеса, 2002. - С. 70-74.
- 2.7. Ямницький В. Холістичний підхід до механізмів соціально-психологічної адаптації // Науково-практичний журнал Південного наукового центру АПН України "Наука й освіта". - № 2. - Одеса, 2002. - С. 65-68.
- 2.8. Ямницький В. Життєтворчість як психологічна категорія // Науково-практичний журнал Південного наукового центру АПН України "Наука й освіта". - № 3-4. Одеса, 2002. - С. 61-64.
- 2.9. Ямницький В. Теоретико-методологічні аспекти психотренінгу // Науково-практичний журнал Південного наукового центру АПН України "Наука й освіта". - № 5. - Одеса, 2002. - С. 70-74.
- 2.10. Ямницький В. Творча активність як засіб соціально-психологічної адаптації особистості // Науковий вісник Південноукраїнського державного педагогічного університету ім.К.Д.Ушинського. - Випуск 4-5. - Одеса, 2002. - С. 16-22.
- 2.11. Ямницький В. Дорослий вік у контексті проблеми соціально-психологічної адаптації до життя // Науковий вісник Південноукраїнського державного педагогічного університету ім.К.Д.Ушинського. - Випуск 8-9. - Одеса, 2002. - С. 5-10.
- 2.12. Ямницький В. Психологічні особливості й механізми групового психотренінгу // Науковий вісник Південноукраїнського державного педагогічного університету ім.К.Д.Ушинського. - Вип. 11-12. - Одеса, 2002. - С. 189-197.
- 2.13. Ямницький В. Процесуальні й змістові характеристики адаптації й творчості: взаємозв'язок і взаємозалежність // Науковий вісник

Південноукраїнського державного педагогічного університету ім.К.Д.Ушинського. - Вип. 11-12. - Одеса, 2002. - С. 27-34.

2.14. Ямницький В. Життєтворча активність особистості: пронесуально-динамічні особливості // Науково-практичний журнал Південного наукового центру АПН України "Наука й освіта". - № 2-3. - Одеса, 2003. - С. 81-85.

2.15. Ямницький В. Саморозвиток як психологічний механізм життєтворчості особистості // Науково-практичний журнал Південного наукового центру АПН України "Наука й освіта". - № 4. - Одеса, 2003. - С. 77-81.

2.16. Ямницький В. Феномен і психологічні особливості життєтворчої активності // Науковий вісник Південноукраїнського державного педагогічного університету ім.К.Д.Ушинського. - Випуск 3-4. - Одеса, 2004. - С. 80-89.

2.17. Ямницький В. Феноменологія життєтворчості особистості: експериментальний аспект // Науково-практичний журнал Південного наукового центру АПН України "Наука й освіта". - № 8-9. - Одеса, 2004. - С. 162-165.

2.18. Ямницький В. Змістові та індивідуальні характеристики життєтворчої особистості вчителя // Початкова школа. - № 7. - Київ, 2005. - С. 50-53.

2.19. Ямницький В. Теоретичні аспекти технології розвитку життєтворчої активності особистості // Гуманітарні науки. - № 2. - 2005. - С. 48-54.

2.20. Ямницький В. Життєва криза дорослого віку як мотиватор життєтворчої активності особистості // Науковий часопис НПУ ім.М.П.Драгоманова. - Психологічні науки. - Серія 12.- Випуск 6 (30). - Київ, 2005. - С. 7-15.

2.21. Ямницький В. Вікові й психологічні закономірності реалізації життєтворчої активності в дорослому віці // Вісник Харківського національного університету ім.В.Н.Каразіна. - Випуск 653. - Харків, 2005. - С. 230-235.

2.22. Ямницький В. Психологічні особливості розвитку життєтворчої активності особистості: експериментальний аспект // Педагогіка і психологія професійної освіти. - № 4. - Львів, 2005. - С. 132-140.

2.23. Ямницький В. Психологічні чинники розвитку життєтворчої активності особистості // Вісник Харківського національного університету ім. В.Н.Каразіна. - Випуск 662. - Харків, 2005. - С. 166-171.

2.24. Ямницький В. Життєтворчість особистості: системний підхід // Теоретичні і прикладні проблеми психології. - Збірка наукових праць Східноукраїнського державного університету ім.В.І.Дала. - № 3 (11). - Луганськ, 2005. - С. 10-19.

3. Статті й матеріали конференцій

3.1. Ямницький В.М., Богуш А.М. Формування почуття часу у творчій діяльності (рос. мовою) / Збірник: «Проблеми психології времени». - Одеса,

1995. - С. 72-75. (Автором уточнено поняття та систематизовано структуру творчої діяльності).

3.2. Ямницький В.М., Богуш А.М. Розвиток творчого мислення студентів у процесі вивчення курсу дитячої та педагогічної психології / Збірник: "Науково-методичні проблеми викладання психолого-педагогічних дисциплін". - Мелітополь, 1995. - С. 32-36. (Автором розкрито підходи до аналізу творчого мислення).

3.3. Ямницький В.М., Литвиненко С.А. Теоретичні аспекти поняття "творча особистість" / Психолого-педагогічні основи гуманізації виховання і навчання в школах і вищих навчальних закладах: Збірник наукових праць РЕГГ. - Рівне, 2000. - С. 508-512. (Автором запропоновано підхід до аналізу творчої особистості, систематизовано її структуру).

3.4. Ямницький В. Феномен "здібності" у психологічній спадщині Г.С.Костюка: Творча спадщина Г.С.Костюка та сучасна психологія. (До 100-річчя від дня народження академіка Г.С.Костюка). - Матеріали III з'їзду психологів України. - Київ, 2000. - С. 218.

3.5. Ямницький В. Взаємозв'язок та взаємозалежність процесів творчості та адаптації в структурі активності та розвитку: Збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної конференції "Психолого-педагогічні основи гуманізації навчально-виховного процесу в школі та вузі". - РЕГГ. - Рівне, 2002. - С. 174-177.

3.6. Ямницький В. Психотренінг як засіб соціально-психологічної адаптації / Теоретичні питання культури, освіти та виховання: Збірник наукових праць Київського Національного лінгвістичного університету. - Київ, 2002. - Випуск 21. - С. 22-25.

3.7. Ямницький В. Адаптація й творчість у структурі активності й розвитку особистості // Вісник Львівського університету. - Випуск 16. - Ч. 1. - Львів, 2002. - С. 145-151.

3.8. Ямницький В.М., Литвиненко С.А. Соціально-психологічна адаптація до життя та проблема креативної особистості: Славянський педагогічний Собор // Тезиси докладів I Міжнародного конгреса. - Тирасполь, 2002 - Бендери: Полиграфист. - 2002. - С. 60-62. (Автором репрезентовано проблему соціально-психологічної адаптації до життя як науковий напрям).

3.9. Ямницький В. Психотехнологія в системі методів впливу соціальної психології / Психолого-педагогічні засади професійного становлення особистості практичного психолога й соціального педагога в умовах вищої школи - Всеукраїнська науково-практична конференція. - Тернопіль, 27-28 лютого 2003. - С. 159-166.

3.10. Ямницький В. Експериментальне дослідження процесуальних особливостей розвитку життєтворчої активності особистості // Науково-

практичний журнал Південного наукового центру АПН України “Наука й освіта”. - № 8-9. - Одеса, 2004. - С. 158-161.

3.11. Ямницький В. Психологічні чинники розвитку життєтворчої активності // Науково-практичний журнал Південного наукового центру АПН України “Наука й освіта”. - Спецвипуск «Психологія особистості: досвід минулого – погляд у майбутнє». - № 6-7. - Одеса, 2004. - С. 333-336.

Анотації

Ямницький В.М. Психологічні чинники розвитку життєтворчої активності особистості в дорослому віці. – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора психологічних наук за спеціальністю 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. – Національний педагогічний університет імені М.П.Драгоманова, Київ, 2005.

У дисертації представлено матеріали теоретико-експериментального дослідження проблеми розвитку життєтворчої активності особистості. Здійснений системний аналіз феномену життєтворчості, побудований психологічний конструкт, розкрито його феноменологію. Запропоновано підхід до дослідження проблеми на рівні аналізу життєтворчої активності особистості, визначені її психологічні чинники, сензитивний період розвитку, психологічні закономірності реалізації у дорослому віці. Обґрунтовано теоретико-методологічне підґрунтя експериментального дослідження життєтворчої активності особистості. З'ясовано психологічні механізми розвитку життєтворчої активності, побудовано авторську динамічну мета-модель процесу.

Розкрито сутність тренінгу як засобу психологічного впливу, розроблено цілісну систему розвитку життєтворчої активності, описано її закономірності і тенденції в умовах цілеспрямованого психологічного впливу.

Ключові слова: адаптація, рефлексія, творчість, саморозвиток, життєтворчість, життєтворча активність, кризи дорослості, інтегративний підхід, психотехнологія.

Ямницький В.М. Психологические факторы развития жизнетворческой активности личности в период взрослости. – Рукопись.

Диссертация на соискание ученой степени доктора психологических наук по специальности 19.00.07 – педагогическая и возрастная психология. – Национальный педагогический университет имени М.П.Драгоманова, Киев, 2005.

Диссертация посвящена исследованию проблемы развития жизнетворческой активности личности. На основе теоретического анализа установлен континуум взаимосвязей и психологических проявлений

жизнетворчества как вида жизненной активности личности, уточнены подходы к рассмотрению его проблематики. На основе системного анализа разработан психологический конструкт жизнетворчества, раскрыта его феноменология, представленная тремя последовательными уровнями: потенциальным (кризисы личности), актуальным (жизнетворчество), предельным (метадеятельностный уровень активности, инобытие).

Предложен подход к рассмотрению проблемы в рамках анализа жизнетворческой активности личности как активности наивысшего, субъектного уровня, определены ее психологические факторы: адаптация, рефлексия, творчество, познание. Обозначен сензитивный период развития: на основе сопоставления направленности жизненной активности личности с характеристиками жизнетворческой активности установлено, что объективные предпосылки для ее реализации наиболее присущи возрастному периоду средней зрелости. Рассматривается роль переживания жизненных кризисов и кризисных ситуаций в процессе активности и возрастного развития в период зрелости, в контексте жизнетворчества уточняется типология жизненных кризисов личности. Описывается подход к исследованию механизмов жизнетворческой активности на уровне анализа Я-концепции личности, анализируются психологические закономерности реализации жизнетворческой активности в период зрелости.

Обосновывается выбор интегративного подхода к развитию личности в качестве парадигмы теоретико-экспериментального исследования феноменологии жизнетворческой активности. Раскрыты его характерные особенности: понятийный аппарат, предмет и цели интеграции, структура личности, роль особых состояний сознания.

В работе представлен анализ проблемы психологического воздействия на личность, определены его основные направления, методы и механизмы. Прослежены место и роль психологического тренинга как метода направленного психологического воздействия, содержание и особенности тренинговых психотехнологий. Обосновано использование тренинговых методов интегративного направления в качестве психологической технологии развития жизнетворческой активности, раскрыты ее особенности.

Разработаны концептуальные основы экспериментального исследования проблемы: авторская теоретическая мета-модель процесса, технология развития жизнетворческой активности, определены подходы к диагностике и показатели жизнетворчества личности.

Экспериментально подтверждены теоретические представления, реализованные в построении психологического конструкта жизнетворчества и мета-модели развития жизнетворческой активности, уточнены личностные показатели жизнетворчества, разработаны основы психологической

типологии. В структуре личности выделены как общие показатели, которые обеспечивают успешность реализации жизнетворческой активности, так и специфические, составляющие характерную психологическую окраску всего процесса. Установлено, что первые представляют параметры индивидуального опыта личности, именно они играют ведущую роль в процессе развития жизнетворческой активности. Специфические показатели характеризуют индивидуально-типологические особенности личности и создают неповторимый индивидуальный фон процесса. Доказана эффективность предложенной психотехнологии развития жизнетворческой активности, определены общие тенденции уровневой динамики.

Ключевые слова: адаптация, рефлексия, творчество, саморазвитие, жизнетворчество, жизнетворческая активность, кризисы взрослости, интегративный подход, психотехнология.

Yamnitsky V. M. Psychological factors of the development Life Creation activity to personality of adults. - Manuscript.

Dissertation for Doctor's degree in the Psychological sciences, specialization 19.00.07 - Pedagogical and Development Psychology. - Mykhailo Dragomanov National Pedagogical University, Kiev, 2005.

In the dissertation are presented the materials of theorist-experimental study of the problem of development Life Creation activity to personality. Realized the system analysis of the phenomenon of Life Creation, built psychological construct, revealed its phenomenology. Offered the approach to study of the problem at a rate of analysis of Life Creation activity to personality, defined its psychological factors, favourable period of the development, psychological regularities to realization at the adults age. Described the theorist-methodological basis of the experimental study of Life Creation activities to personalities, psychological mechanisms of its development, offered author's dynamic meta-model of the process.

Revealed the essence of training as a tool of the psychological influence, designed holistic system of the development of Life Creation activity, described its regularities and trends in the conditions of directed psychological influence.

Keywords: Adaptation, Reflexive Activity, Creative Activity, Self-Growing, Life Creation, Life Creation Activity, Crisis of Adult age, Integrative approach, Psychological technology.