

УДК 159.923.2:378.14

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2025.26.17>

ОСОБИСТІСНА ЗРІЛОСТЬ ЯК ПРЕДИКТОР ЕФЕКТИВНОГО ПРОФЕСІЙНОГО СТАНОВЛЕННЯ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ПСИХОЛОГІЧНОГО ПРОФІЛЮ

Маркар Маргарян

Міжнародний класичний університет імені Пилипа Орлика

вул. Котельна, 2, м. Миколаїв, Україна, 54000,

<https://orcid.org/0009-0000-0406-2047>

e-mail: kiiramkiiram880@gmail.com

У статті теоретично обґрунтовано значення особистісної зрілості як предиктора професійного становлення майбутніх фахівців психологічного профілю. На основі аналізу класичних і сучасних психологічних теорій уточнено змістові характеристики феномену особистісної зрілості, зокрема її зв'язок із самоактуалізацією, внутрішньою свободою, сформованою системою цінностей, здатністю до рефлексії, прийняттям себе та інших. Показано, що особистісна зрілість виступає багатовимірним інтегральним утворенням, яке забезпечує злагоджене функціонування емоційно-вольових, мотиваційних та когнітивних компонентів особистості, необхідних для ефективної професійної діяльності психолога.

Окрему увагу приділено узагальненню поглядів українських науковців щодо структури та сутності особистісної зрілості, зокрема феномену «сумірних рис», а також ролі професійної ідентичності, емпатії, відповідальності й рефлексивних умінь у професійному зростанні майбутніх фахівців. Представлено результати емпіричних досліджень, що демонструють диференційованість рівнів особистісної зрілості серед студентів-психологів, а також її зв'язок із гуманістичними цінностями, самоприйняттям, здатністю до конструктивної взаємодії та самоактуалізацією.

З'ясовано, що високий рівень особистісної зрілості зумовлює вищу готовність до професійної діяльності, сприяє розвитку емоційної стійкості, автономності та здатності до прийняття відповідальних рішень, тоді як низькі показники зрілості можуть ускладнювати формування професійної компетентності та знижувати ефективність взаємодії з клієнтами. Наголошено на необхідності педагогічної підтримки особистісного розвитку студентів у процесі їх психологічної освіти.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з розробленням і впровадженням практикоорієнтованих програм розвитку особистісної зрілості майбутніх психологів, інструментів її діагностики та дослідженням динаміки становлення зрілості в умовах освітнього середовища та професійної практики.

Ключові слова: особистісна зрілість; професійне становлення; самоактуалізація; відповідальність; професійна ідентичність; емоційна стійкість; саморефлексія; професійна готовність.

Постановка проблеми. Професійна діяльність психолога належить до сфер, що безпосередньо пов'язані з опрацюванням внутрішнього світу людини, її життєвих труднощів, криз і ресурсів. У цьому контексті особливого значення набуває не лише фахова компетентність, а й рівень особистісної зрілості самого психолога, що визначає його здатність вибудовувати ефективні взаємини з клієнтом, зберігати емоційну стабільність, забезпечувати конструктивне розв'язання проблем і супроводжувати процес особистісних змін. Сучасні підходи в психологічній науці наголошують, що професійна успішність майбутнього спеціаліста значною мірою залежить від рівня розвитку його Я-концепції, сформованості ціннісно-сислової сфери, уміння здійснювати рефлексивний аналіз власних переживань і відповідально приймати рішення, що є центральними характеристиками

зрілої особистості. Актуальність теми зумовлена зростанням запиту суспільства на психологічну допомогу в умовах соціальних трансформацій, воєнних дій, підвищеного рівня стресу та нестабільності. Психолог, який працює із травмованими спільнотами, вимушеними переселенцями, військовослужбовцями, людьми в стані гострого стресу чи втрат, має характеризуватися не лише професійними знаннями, а й емоційною стійкістю, здатністю до емпатійного супроводу та високим рівнем внутрішньої інтегрованості. Низка досліджень доводить, що фахівці, які володіють більш вираженими рисами зрілості, зокрема відповідальністю, автономністю, прийняттям себе та інших, здатністю до само-рефлексії, демонструють вищий рівень професійної ефективності та стійкості до професійного вигорання.

У контексті підготовки майбутніх психологів актуальним завданням є формування такої системи навчання, яка сприятиме не лише засвоєнню теоретичних знань та практичних умінь, а й створюватиме умови для становлення особистісної зрілості. Саме тому ґрунтовне осмислення феномену особистісної зрілості та визначення її ролі у професійному становленні майбутніх фахівців постає важливим науковим та прикладним завданням. Дослідження структурних компонентів зрілості, виявлення її зв'язків із професійною ідентичністю, самоактуалізацією та мотиваційно-ціннісною сферою може слугувати основою для вдосконалення змісту й форм професійної підготовки психологів.

Аналіз останніх публікацій. У класичних і сучасних теоріях особистості (К. Юнг, Г. Олпорт, К. Роджерс, Е. Еріксон, А. Маслоу, Е. Фромм) особистісна зрілість постає як інтегральне утворення, що поєднує самосвідомість, автономність, відповідальність, здатність до емпатії, саморегуляції, самоактуалізації та відкритості досвіду. Українські дослідники (О. Штепа, Л. Овсянецька, Л. Потапчук, В. Волошина) конкретизують її зміст через такі категорії, як «сумірні риси», усвідомлення власного смислу, якості міжособистісної взаємодії, професійну ідентичність. Емпіричні дослідження (В. Лавріненко та ін.) засвідчують, що студенти-психологи демонструють орієнтацію на гуманістичні цінності та міжособистісну взаємодію, але характеризуються варіативністю рівня розвитку особистісної зрілості.

Метою дослідження є теоретичне обґрунтування особистісної зрілості як предиктора ефективного професійного становлення майбутніх фахівців психологічного профілю та аналіз її ключових структурних компонентів, що забезпечують готовність до результативної професійної діяльності.

Виклад основного матеріалу. Концептуальні засади феномену особистісної зрілості здебільшого спираються на класичні праці К. Юнга, Г. Олпорта, К. Роджерса, Е. Еріксона тощо. Загалом особистісну зрілість трактують як динамічну структуру, яка постає критерієм особистісного росту, однак безпосередньо не характеризує його: особа з низьким рівнем зрілості може розвиватися лише за наявності сприятливих зовнішніх умов і, ймовірно, зовнішньої мотивації, тоді як особистість із високим рівнем зрілості здатна самостійно створювати умови для власного саморозвитку. Згідно А. Маслоу, особистісна зрілість пов'язана з досягненням самоактуалізації – реалізацією внутрішнього потенціалу, максимально повним розкриттям власних здібностей і справжньої природи людини. Самоактуалізована, тобто зріла особистість, вирізняється адекватним сприйняттям реальності, автономністю, внутрішньою свободою, прийняттям себе та інших, а також здатністю до творчості й орієнтації на гуманні цінності, зокрема: істину, добро, красу, справедливість тощо. А. Маслоу наголошує, що така зрілість веде до цілісності, внутрішньої гармонії та осмисленості життя [12].

Згідно з переконаннями Е. Еріксона, зв'язок між дорослістю та особистісною зрілістю є слабким, тому необхідно розмежовувати поняття дорослості та зрілості особистості. Особа, яка не досягла вікової зрілості, може бути морально зрілою, у той час як доросла людина може демонструвати психологічну незрілість [10]. Г. Олпорт також наголошував, що не всі дорослі особи досягають повної зрілості. У рамках своєї теорії рис, дослідник визначав три їхні типи: кардинальні – ті, які домінують у поведінці небагатьох людей;

центральні – ті, які формують домінуючий тип поведінки та структурують зрілість особистості й вторинні – менш виражені, нестабільні й менш узагальнені. До характеристик, які описують особистісну зрілість, Г. Оллпорт відносив широкі межі Я, здатність бачити себе ззовні, ентузіазм, відкритість до соціальних контактів, емпатію, толерантність, емоційну саморегуляцію, реалістичне сприйняття світу, самопізнання, почуття гумору, стійку систему життєвих цінностей тощо. Е. Еріксон підкреслював, що особистісна зрілість відображає активне утвердження мудрості, здатність із почуттям гумору й легкістю приймати зміни, обмеження й неминучість. Він також наголошував, що досягнення «Ego integrity» супроводжується здатністю співжити з втратами, недосконалостями та життєвими обмеженнями, зберігаючи при цьому відкритість до життя, любові й нового [8].

Для К. Роджерса особистісна зрілість пов'язана з поступовим наближенням людини до стану «повнофункціональної особистості», тобто такої, що відкрито й автентично переживає власний досвід. Зріла особистість здатна чесно усвідомлювати свої почуття та потреби, не витісняючи їх і не змінюючи під зовнішні умови. Важливою ознакою зрілості К. Роджерс називав внутрішню свободу, завдяки якій індивід керується не зовнішніми, нав'язаними нормами, а власними цінностями та глибоким відчуттям «Я-конгруентності» – відповідності між внутрішнім і зовнішнім. Особистісно зріла людина у його уявленні характеризується зростаючою довірою до себе, здатністю приймати власну унікальність, підтримувати відкритість до досвіду та внутрішній розвиток. Вона демонструє гнучкість, готовність до змін і здатність жити «тут і тепер», не уникаючи повноти власних переживань. Крім того, К. Роджерс підкреслює, що зрілість передбачає розвиток емпатії й здатності до побудови глибоких, справжніх стосунків, оскільки істинне зростання не відбувається в ізоляції, а в діалозі з іншими [13]. Е. Фромм розглядає особистісну зрілість як стан внутрішньої свободи що формується як активне самотворення та здатність до відповідальності, усвідомлені самореалізації. Зріла особистість, за Е. Фроммом, не уникає свободи через конформізм чи підпорядкування, а здатна «бути собою», приймаючи власну індивідуальність та право на самостійний вибір. Центральним елементом зрілості він убачає розвиток автентичності, коли людина керується внутрішніми цінностями й не розчиняється у масі, не компенсує внутрішню тривогу шляхом сліпого підкорення чи руйнівної активності. Не менш важливою ознакою зрілої особистості є прийняття відповідальності за власні вчинки та вибір, адже свобода, позбавлена відповідальності, перетворюється на ілюзію. Важливим показником зрілості є також формування «продуктивної орієнтації» життя, коли людина самостійно творить, реалізує власний потенціал і взаємодіє зі світом конструктивно, не завдаючи шкоди собі та оточенню. Продуктивність, на думку Е. Фромма, забезпечує розвиток творчих здібностей, внутрішньої цілісності та ґрунтовної самореалізації, що й характеризує зрілу особистісну позицію [6].

У дослідженнях українських науковців простежується прагнення конкретизувати зміст поняття «особистісна зрілість» через виокремлення стійких характеристик, що виявляються у поведінці та внутрішній організації особистості. Так, О. Штепа підкреслює, що особистісно зріла людина має комплекс ключових якостей, які визначають її типові моделі поведінки та формують помітні для соціального оточення риси [7]. Дослідниця пропонує розглядати ці характеристики як інтегральні компоненти «проприуму» зрілої особистості, тобто ядра тих індивідуальних рис, які забезпечують збалансований розвиток людини. Українським відповідником цього поняття дослідниця називає термін «сумірні риси», спираючись на концепцію сумірності, запропоновану М. Боришевським. Учений тлумачить сумірність як гармонійне співвідношення структурних елементів особистості відповідно до рівня їх розвитку та сформованості [1]. Подібної позиції дотримується й Л. Овсянецька, акцентуючи, що психологічна зрілість виявляється у сформованому уявленні про власне «Я», усвідомленні особистих прагнень і смислів, розвинених навичках соціальної взаємодії та здатності до конструктивної комунікації. На думку дослідниці, важливими ознаками зрілості є також уміння приймати рішення, брати на себе відповідальність, долати життєві труднощі, критично оцінювати власні вчинки та виявляти готовність до самозміни. Вона пов'язує зрілість із творчим та активним ставленням до власного життя, здатністю

до емпатії, моральністю, креативністю та відкритістю новому досвіду, що формує основу для цілісного світогляду та самореалізації [4]. У свою чергу, Л. Потапчук підкреслює, що становлення особистісної зрілості нерозривно пов'язане з набуттям людиною власного смислу існування, який спрямовує її розвиток і визначає внутрішню мотивацію життєтворчості [5].

У дослідженні Schwab T., Bleidorn W., Hopwood C., Manuck S., та Wright A. доведено, що зміни, які відбуваються з особистістю у процесі дорослішання (зазвичай люди стають більш емоційно стабільними, відповідальними й доброзичливими) відбуваються не лише на рівні загальних рис, а й окремих властивостей та характеристик, наприклад, зниження імпульсивності, підвищення самоконтролю й довіри до інших [14]. Також авторам вдалося виявити і іншу залежність. Зокрема ними доведено, що розвиток особистісної зрілості тісно пов'язаний зі змінами, які відбуваються у близьких людей – партнерів, друзів, родині. Це свідчить, що зрілість має не лише індивідуальний, а й соціально взаємозалежний характер. Дослідження Hudson N., Roberts B., Lodi-Smith J. також підтверджують вплив соціального середовища на розвиток рис особистості у дорослості, зокрема йдеться про підвищення добросовісності, узгодженості поведінки з ролями та відповідальності [11]. Окрім того, залишається актуальним вплив освітнього середовища на професійну ідентифікацію, відчуття приналежності до професійної спільноти та професійне зростання [15]. Дослідники вказують, що професійна ідентичність сприяє віднайденню смислу в роботі, що у свою чергу впливає також і на загальний добробут працівників. Загалом, значне особистісне зростання відбувається приблизно у віці 18-29 років, що безпосередньо припадає на період життєвих змін – освіта, робота, зміна соціальних ролей [9], що і справді дає підставу вважати, що особистісна зрілість виступає предиктором професійного становлення психологів, оскільки потребує формування у них таких рис особистості як добросовісність, емоційна стабільність, відкритість, доброзичливість тощо.

Українська дослідниця В. Волошина також розглядає особистісну зрілість як важливу передумову професійного розвитку майбутнього психолога. На її переконання, оскільки центральною ознакою зрілості є відповідальність, то з одного боку вона відображається у майбутніх психологів через усвідомлення персональної ролі у власному житті, а з іншого – як готовність брати участь у підтримці та розвитку інших. Зрілий психолог, на думку дослідниці здатен оцінювати ситуацію комплексно, виокремлювати головне, ухвалювати зважені рішення та зберігати внутрішню рівновагу. Ці якості створюють підґрунтя для професійного саморозвитку й більш ефективної роботи з клієнтами. Оскільки професійна зрілість ґрунтується на стійкій мотивації досягнення, сформованій професійній ідентичності, здатності здобувати й застосовувати знання та навички, а також на розвитку спеціальних здібностей, то гармонійність особистісного розвитку, інтелектуальну та емоційну зрілість можна розглядати як ключові предиктори професійного становлення майбутнього психолога [2]. Свідченням цього також є результати дослідження Лавріненко В., у якому автор доводить, що у студентів-психологів переважає орієнтація на міжособистісну взаємодію, гуманістичні цінності та самоактуалізацію, що проявляється у позитивному ставленні до себе, толерантності, здатності до прийняття агресії та прагненні до пізнання. Водночас результати свідчать про диференціацію рівнів особистісної зрілості: третина студентів демонструє високий рівень сформованості механізмів саморозвитку, тоді як майже стільки ж мають низькі показники, проявляючи інфантильні тенденції та недостатню готовність до професійної самореалізації [3]. Отже, можемо підсумувати, що особистісна зрілість майбутніх психологів є важливим предиктором їхнього успішного професійного становлення, забезпечуючи психологічну готовність до роботи з іншими людьми. Вона виявляється через сформованість гуманістичних цінностей, відповідальність, саморефлексію та здатність до саморозвитку.

Висновки. У результаті проведеного теоретичного аналізу встановлено, що особистісна зрілість є ключовим предиктором ефективного професійного становлення майбутніх фахівців психологічного профілю. Вона постає інтегральним утворенням, що поєднує когнітивні, емоційно-вольові, мотиваційні та ціннісно-смислові характеристики особи-

стості, забезпечуючи її здатність до конструктивної взаємодії, рефлексії, саморегуляції та прийняття відповідальних рішень.

Проаналізовані в межах роботи класичні й сучасні підходи демонструють, що особистісна зрілість відображає усталену ідентичність, автономність, сформованість внутрішніх цінностей, здатність до самоприйняття, емпатії та любові до інших як активної форми турботи. У контексті підготовки майбутніх психологів особистісна зрілість дозволяє забезпечити належний рівень професійної компетентності, оскільки сприяє розвитку здатності інтерпретувати власний досвід, усвідомлювати межі й можливості власного впливу, а також бути готовим до професійної взаємодії з клієнтом у різних життєвих та емоційних станах.

Дані емпіричних досліджень засвідчують, що рівень особистісної зрілості студентів-психологів є диференційованим і пов'язаний із самоприйняттям, соціальною компетентністю, здатністю до конструктивної комунікації та ціннісною спрямованістю на самоактуалізацію. Високий рівень зрілості сприяє посиленню професійної мотивації, формуванню професійної ідентичності, розвитку емоційної стабільності та автономності. Натомість низький рівень зрілості ускладнює процес професійного становлення, знижує ефективність роботи з клієнтами, ускладнює здатність до рефлексії та прийняття рішень в умовах психологічної напруги.

Отже, особистісна зрілість виступає визначальним чинником професійної підготовки та успішної діяльності майбутніх психологів. Вона є не лише умовою ефективності професійної взаємодії, а й важливим підґрунтям для сталого особистісного розвитку, професійної відповідальності й гуманістичного світогляду фахівця. Її формування потребує цілеспрямованого педагогічного супроводу, інтеграції особистісно орієнтованих підходів у навчальний процес, розвитку рефлексивних і комунікативних практик, а також реалізації дослідницько-практичної діяльності студентів.

Список використаної літератури

1. Боришевський М. Психологічні механізми розвитку особистості. *Актуальні проблеми психології: Т. 1. Соціальна психологія. Психологія управління*, 2001. С. 26-33.
2. Волошина В. Психологічна зрілість як складова професійного становлення майбутнього психолога. *Збірник наукових праць «Психологічні науки»*, 2011. № 58/2011. С. 111-114.
3. Лавріненко В. Емпіричне дослідження показників самоактуалізації студентів-психологів. *Психологія і особистість*, 2023. № 1 (23). С. 97-108.
4. Овсянецька Л. До питання про психологічні критерії зрілої особистості. *Актуальні проблеми психології. Соціальна психологія. Психологія управління. Організаційна психологія*, 2001. – Т. 1. Ч. 2. С. 105–110.
5. Потапчук Л. Психологічні особливості становлення особистісної зрілості старшокласників : дис. ... к. психол. н.: 19.00.01. Луцьк : Волинський державний університет імені Лесі Українки. 2001. 205 с.
6. Фром Е. Втеча від свободи. Харків: КСД. 2024. 288 с.
7. Штепа О. Психологічні особливості формування та актуалізації особистісної зрілості. *Практична психологія та соціальна робота*, 2006. № 5. С. 24-31.
8. Allport G. W. *Becoming: Basic Considerations for a Psychology of Personality*. New Haven : Yale University Press, 1955. 106 p
9. De Vries J., Bleidorn W., Denissen J. et al. (2021). *Personality Development in Emerging Adulthood – How & Why Personality Traits Change*. *Frontiers in Psychology*, 2021. № 12, 671421.
10. Erikson E. *The Life Cycle Completed*. New York : W. W. Norton & Company, 1997. 144 p.
11. Hudson, N.W., Roberts, B.W., & Lodi-Smith, J. *Personality Trait Development and Social Investment in Work*. *Journal of Research in Personality*, 2012. № 46(4). 380-392.
12. Maslow, A. H. *Toward a Psychology of Being*. New York : Van Nostrand Reinhold, 1968. 240 p.

13. Rogers C. R. A Way of Being. Boston : Houghton Mifflin. 1980. 395 p.
14. Schwaba T., Bleidorn W., Hopwood C., Manuck S., Wright A. (2022). *Refining the maturity principle of personality development by examining facets, close others, and comaturation*. Journal of Personality and Social Psychology, 2022. № 122(5). P. 942–958.
15. Toubassi D., Kothar, A., Hoyer D., de Brito, A. Professional identity formation: linking meaning to well-being. *Medical Education*, 2022. №. 56(12). P. 1205-1218.

PERSONAL MATURITY AS A PREDICTOR OF EFFECTIVE PROFESSIONAL DEVELOPMENT OF FUTURE PSYCHOLOGICAL SPECIALISTS

Markar Marharian

*Pylyp Orlyk International Classical University
2, Kotelna Str., Mykolaiv, Ukraine, 54000
<https://orcid.org/0009-0000-0406-2047>
e-mail: kiiramkiiram880@gmail.com*

The article theoretically substantiates the role of personal maturity as a predictor of the professional development of future specialists in the field of psychology. Based on the analysis of classical and contemporary psychological theories, the conceptual characteristics of personal maturity are clarified, in particular its relationship with self-actualization, inner freedom, a well-established value system, capacity for reflection, and acceptance of oneself and others. It is demonstrated that personal maturity represents a multidimensional integral construct that ensures the coherent functioning of emotional-volitional, motivational and cognitive components of the individual, which are essential for effective professional activity of a psychologist.

Special attention is given to summarizing the views of Ukrainian scholars regarding the structure and nature of personal maturity, including the concept of “commensurate traits,” as well as the role of professional identity, empathy, responsibility, and reflective skills in the professional growth of future psychologists. The article presents empirical data demonstrating the differentiation of students’ levels of personal maturity and its association with humanistic values, self-acceptance, capacity for constructive interaction, and self-actualization.

The study reveals that a high level of personal maturity contributes to greater readiness for professional activity, promotes emotional stability, autonomy, and the ability to make responsible decisions, whereas lower levels of maturity may hinder the development of professional competence and reduce the effectiveness of client interaction. The necessity of pedagogical support for personal development during psychological training is emphasized.

Prospects for further research include the development and implementation of practice-oriented programs aimed at fostering personal maturity among future psychologists, improving diagnostic tools, and investigating the dynamics of maturity formation within educational and professional contexts.

Key words: personal maturity; professional development; self-actualization; responsibility; professional identity; emotional stability; self-reflection; professional readiness.

Дата першого надходження рукопису до видання: 20.10.2025

Дата прийнятого до друку рукопису після рецензування: 24.11.2025

Дата публікації: 26.12.2025