

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ В.Н.КАРАЗИНА
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ЗАГАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ
КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на тему: «Взаємозв'язок особистісної зрілості та стилів саморегуляції поведінки у
молодих людей»

Студентки 4 курсу групи ПС-41

першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
освітньо-професійної програми «Психологія»

за спеціальністю 053 – ПСИХОЛОГІЯ

Курцевої Д.Д.

Керівник: доцент, кандидат психологічних наук Зуєв І.О.

Чотирирівнева шкала оцінювання _____

Кількість балів: _____

Члени комісії _____
(підпис) (прізвище та ініціали)

(підпис) (прізвище та ініціали)

(підпис) (прізвище та ініціали)

м. Харків – 2024 рік

ЗМІСТ

Вступ.....	3
РОЗДІЛ 1.ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ ТА СТИЛІВ САМОРЕГУЛЯЦІЇ.....	5
1.1 Характеристика поняття особистісної зрілості.....	5
1.2 Стили саморегуляції поведінки та їх суть.....	10
1.3 Саморегуляція поведінки як показник особистісної зрілості.....	13
Висновки до розділу 1.....	16
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ ТА СТИЛІВ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ПОВЕДІНКИ.....	18
2.1 Організація та етапи дослідження. Опис обраних методик.....	18
2.1.1.План дослідження та опис вибірки.....	18
2.1.2. Опис використаних методик.....	19
2.2. Результати дослідження та їх статистична обробка.....	21
2.3. Статистичний аналіз результатів зв'язку особистісної зрілості зі стилями саморегуляції поведінки у молодих людей.....	28
Висновки до розділу 2.....	40
ВИСНОВКИ.....	43
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	48
Анотація.....	51

ВСТУП

Одним із найважливіших чинників, які дозволяють людині долати стресові ситуації та, взагалі, проживати життя є здатність до саморегуляції поведінки. Саме стиль саморегуляції поведінки відповідає на питання, як саме людина це робитиме.

Проблематика саморегуляції особистості є актуальною для всіх людей на всяк час, адже всі стикаються з необхідністю долати різні життєві складнощі, вирішувати проблеми, тощо.

Окрім того, суттєвим для людей є поняття особистісної зрілості. Особистісна зрілість не завжди відповідає біологічному віку людини. Від особистісної зрілості залежить як людина ставиться до життя, взаємовідносин, себе самої, тощо.

Таким чином, постає питання, чи є взаємозв'язок між конкретним стилем саморегуляції та особистісною зрілістю. Відповідь на нього змогла б поглибити теоретичну базу зазначених психологічних понять; допомогти людям скорегувати свій стиль саморегуляції та рівень особистісної зрілості за необхідності; сформулювати для цього відповідні психологічні рекомендації.

Слід зазначити, що формування багатьох навичок та характеристик припадає на молодий вік. Ті якості, які сформувались у юному віці, можуть використовуватись особистістю довгий період життя. Саме тому важливо буде розглянути питання наявності чи відсутності взаємозв'язку між особистісною зрілістю та стилем саморегуляції на прикладі молоді, яка тільки формує свої погляди та стилі саморегуляції поведінки у різних ситуаціях.

Об'єктом дослідження є особистісна зрілість в молоді.

Предметом дослідження є взаємозв'язок між стилями саморегуляції та особистісною зрілістю в молоді.

Метою роботи є проведення дослідження взаємозв'язку між стилем саморегуляції та особистісною зрілістю.

Гіпотезою даної роботи є наявність взаємозв'язку між стилями саморегуляції та рівнями особистісної зрілості.

Завдання дослідження:

1. Розкрити поняття особистісної зрілості
2. Розкрити поняття саморегуляції поведінки та розглянути стилі саморегуляції поведінки
3. Провести тестування досліджуваних на конкретний стиль саморегуляції поведінки та рівень особистісної зрілості
4. Проаналізувати отримані результати дослідження та провести їх статистичну обробку
5. На підставі статистичного аналізу результатів зробити висновок щодо взаємозв'язку між стилями саморегуляції поведінки та особистісною зрілістю.

Для проведення експериментального дослідження використовувались опитувальники «Стиль саморегуляції поведінки» В.І. Моросанової та «Опитувальник особистісної зрілості (ОЗО)» О.С. Штепи.

Для статистичної обробки даних в роботі використовувався критерій Краскела-Уолліса та кореляційний аналіз за критерієм Спірмена.

Опис вибірки досліджуваних: молодь віком від 18 до 30 років.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ ТА СТИЛІВ САМОРЕГУЛЯЦІЇ

1.1 Характеристика поняття особистісної зрілості

Особистісна зрілість - це важлива характеристика особистості. Однак чіткого загального визначення в психології стосовно особистісної зрілості нема. Вивченням даної характеристики особистості займалися багато вчених, серед яких К. Юнг, Г. Олпорт, В. Франкл, Ю.З. Гільбух, С.Д. Максименко та інші. [1,2, 3, 4, 7, 8, 14, 15, 16, 20]

На підставі їх праць та досліджень було виокремлено певні положення:

-Особистісна зрілість не завжди визначається віком людини. Вирішальну роль тут грають особистісні риси.

- Особистісна зрілість є результатом особистого розвитку та зросту.

-В житті людини трапляються кризи, які не є пов'язаними з віком, завдяки яким людина набуває особистісної зрілості та зросту.

-Риси особистості визначають специфіку дій та вчинків людини.

-Протягом життя людина набуває трансформації-змін, які відбуваються в ході розвитку та життєвого шляху. Така трансформація формує індивідуальні риси людини.

О.С. Штепа пропонує розглядати особистісну зрілість як динамічну структуру. Ця динамічність полягає у перебігу певних механізмів. Вона згадує поняття особистісного потенціалу, який є підставою для подальшого розвитку. Саме спираючись на внутрішній потенціал, людина здатна до саморозвитку, а також може долати труднощі на життєвому шляху. Його основними складовими є віра, сенс та обов'язок. Як зазначає Штепа, наявність обов'язків може підтримати людину, коли є певна криза. В поняття обов'язку входить взяті людиною наміри щось здійснити або

довести до кінця. В розумінні вищевказаної авторки, поняття "віра", в контексті її теорії, є надією та сподіванням на щось, впевненістю у правильності чогось. [17, 18, 19]

Сенс є певною складовою теперішнього, яка переходить у досвід. Головним сенсом буде сенс життя як сукупність значущих спогадів, досвіду та цінностей. Для зрілої особистості буде характерно шукати сенс. Його наявність здатна бути опорою під час екзистенційних криз. Якщо ж сенсу в певний момент людина не бачить, підтримкою стають віра та обов'язок. Таким чином, ці елементи особистісного потенціалу є взаємодоповнюючими.

Крім того, розвиток особистості полягає у проходженні ненормативних криз, які вимагають прийняття рішень. Такі зміни у перспективі життя є кризовими, і саме тому вимагають прийняття рішень для їх проходження. В таких випадках людина вимушена шукати орієнтир більш у собі, а не в зовнішніх факторах. Така опора на себе вимагає, знов таки, певної міри зрілості.

Слушно буде навести перелік рис особистісної зрілості, які, за Штепою, характеризують людину як таку, яка готова діяти як особистісно зріла. [17, 18, 19]

Толерантність - це риса людини, яка неупереджено та реалістично дивиться на події та людей. Толерантністю також називають відсутність або зниження рівня реакції на несприятливі чинники, певну стійкість до цих чинників. Толерантність є важливою складовою особистісної зрілості, бо така особа вміє як відстоювати свої цінності та переконання, так і може прийняти інші позиції як такі, які просто їй не властиві. Толерантність дозволяє взаємодіяти в напрямку взаєморозуміння та взаємоповаги, при цьому не відмовляючись від своєї думки.

Наступною рисою, яка притаманні зрілій особистості є відповідальність. Це вміння взяти на себе обов'язки, які стосуються свого життя, вибору. Відповідальність можна трактувати як усвідомлену зобов'язаність собі самому та тим, хто від нас залежить. Для формування цієї, безумовно, важливої якості необхідне усвідомлення своїх ресурсів (знання, вміння, можливості тощо) та своєї особистості (своїх внутрішніх та

зовнішніх якостей). Також важливо розуміти потреби оточення. Якщо розглядати відповідальність як характеристику, то вона дає людині змогу діяти як вільна у взаємодії з оточуючими.

Автономність - це здатність зберегти свою індивідуальність, визначитись з нею. Автономність включає в себе вміння самостійно обирати коректні орієнтири, цінності, норми у поведінці та житті, означає незалежність від зовнішніх стимулів, вміння мати свої позиції, здатність до саморегуляції незалежно від зовнішніх обставин. Важливо зазначити, що автономність враховує той факт, що особистість буде прислуховуватись до думки оточення. Навпаки, цілісна та автономна особистість діє так, щоб не нашкодити іншим.

Креативність-це вміння привносити в свою діяльність щось оригінальне, індивідуальне та неповторне. Креативність має прояв не лише в різних видах діяльності, а й у думках, спілкуванні, поглядах. Креативна людина здатна активізувати свої вміння та потенціал, створювати щось нове та цікаве

Контактність - це вміння бути відкритим у спілкуванні з іншими людьми та встановлювати контакти. Важливою характеристикою контактності є емпатійність, як здатність зрозуміти почуття та емоції іншої людини. Також контактність перекликається з поняттям комунікабельності через свій соціальний контекст.

Глибинність переживань полягає в здатності глибоко та змістовно освідомлювати як свої власні почуття, так і проживати життєві події. Глибинність переживань полягає в зацікавленості та осмисленні широкого спектру явищ. Людина, якій притаманна така риса, дієво проживає життя, активно бере участь у різних подіях та взаємовідносинах. На думку Карла Роджерса, глибинність переживань входить до основ поняття "добре життя". "Добре життя", за Роджерсом, є сукупністю відкритості новому досвіду, довіри до себе та самоприйняття; прагнення жити теперішнім, проживати момент, але з оглядом на минулий досвід. [12, 13]

Децентрація - здатність людини бути різною, але, при цьому, цілісною та самою собою. Децентрацію також визначають як один із механізмів розвитку когнітивної

сфери, на підставі вміння відтворювати погляди інших. Людина, в якій є зазначена риса, вміє інтегрувати чужий досвід в свою сферу вмінь та знань, дивитись на речі із різних сторін. Досить детально в своїх працях поняття децентрації в контексті розвитку особистості згадував Ж. Піаже. Джерелом цієї риси є спілкування, під час якого трапляються зіткнення різних поглядів, що вимагатиме їх осмислення та, як наслідок, корегування власних. Протилежністю децентрації є егоцентризм як зосередженість лише на своїх думках та переконаннях, тощо. [9]

Самоприйняття - це здатність людини приймати себе та свої різні якості, вчинки, тощо. Цю рису відносять до мотиваційно-вольової сфери. Самоприйняття також може бути результатом рефлексії, під час якої людина аналізує свої погляди, вчинки, думки та свою відповідальність за них. Такий самоаналіз дозволяє розуміти як нестійкість своїх успіхів, так і невдач; сприймати інші точки зору. На думку А. Маслоу, особистість, якій притаманні така якість, чітко освідомлює свої "слабкі" сторони, але, при цьому, таке розуміння не викликає відчаю. Натомість, є бажання виправити свої "слабкі" сторони та покращити "сильні". Таке розуміння та ставлення підвищує ефективність спілкування, подолання життєвих ситуацій та встановлення контактів. [5, 6]

Синергічність. За визначенням О.С. Штепи, "синергічність-здатність усвідомлювати себе як сенс". Цей термін пояснюється в синергетиці та гештальт-психології. В гештальт-психології нерідко використовують поняття цілісності людини, з її індивідуальним досвідом, як системи. Згідно цього напрямку, особистості властиво шукати свій власний сенс, долати перешкоди на цьому шляху, "закривати гештальти". При цьому, сенс не є таким, яким можна оволодіти. Людина, яка освідомила власний сенс, вважається цілісною та синергічною на момент досягнення цього сенсу. Таким чином, людина прямує до саморозвитку. [15]

Життєва філософія-розуміння людиною свого сенсу в реаліях саме свого життя. Також важливо зазначити, що це поняття може описувати як пошук особистістю свого індивідуального сенсу життя, так і намагання досягнути сенс людського життя взагалі. Життєву філософію нерідко намагаються пояснити через поняття життєвої позиції,

принципів та переконань, як її характеристик. На думку В. Франкла, сенс життя ж поза особистістю, але з її участю. Тобто, сенс життя базується на моральних принципах, є відсутній протиріч між особистісним та когнітивним компонентами. Якщо ж таке протиріччя є, тоді в людини є внутрішньоособистісний конфлікт між практичним переживанням істинності та обґрунтуванням певних переконань. Сенс життя людини розкривається в переконаннях, які є для неї векторами у саморозвитку та житті. [12,13]

Тож, до рис особистісної зрілості відносять: відповідальність; креативність; децентрація; контактність; толерантність; автономність; самоприйняття; глибинність переживань; синергічність; життєву філософію.

Варто зазначити, що лише за умови яскравої виразності зазначених рис можна припускати особистісну зрілість особистості.

Вивченням особистісної зрілості також займався Ю.З. Гільбух. Він визначав цей термін як якість, яка розповсюджується і на людський організм, і на особистість; яка є наслідком дорослішання. Зрілість стосується також засвоєння моральних норм, принципів міжособистісного спілкування та поведінки в суспільстві. На думку Ю.З. Гільбуха, є 5 основних аспектів, які визначають особистісну зрілість. [1,2, 10, 11, 14]

1. Життєва установка - термін, який охоплює ряд узагальнених якостей, таких як розсудливість, свідомленість, врівноваженість, уявлення людини про життя та його сенс. Життєва установка досить сильно впливає на те, як особистість діє, які рішення приймає, які має моральні норми для себе; як сприймає людей, себе, життєві події, тощо.

2. Мотивація досягнень - це спрямованість діяльності на певні цілі, прагнення самореалізації, ініціативність, певна автономність, бажання досягнути високих результатів.

3. Ставлення до свого "Я" ("Я"-концепція) - це задоволеність своїм характером, здібностями, тощо; впевненість в своїх можливостях. Крім того, сюди входить адекватність самооцінки, вимогливість до себе, скромність, повага до інших.

4. Почуття громадського обов'язку. До цього поняття можна віднести патріотизм, прагнення принести користь людям та країні, відповідальність, бажання спілкуватися.

5. Здатність до психологічної близькості з іншою людиною. Сюди відносяться такі якості як комунікабельність, доброзичливість, емпатія, вміння спілкуватись та слухати, потреба мати близьких людей.

Таким чином, людина, яка в протязом свого життя пройшла певні кризи, які не обов'язково пов'язані з віком; актуалізувала особистісні якості, які допомагають їй ефективно долати різноманітні задачі; вміє розуміти себе та інших – може вважатися особистісно зрілою. Варто наголосити, що особистісна зрілість не залежить виключно від віку. На неї впливають умови зростання в дитинстві, життєві обставини, особистісні якості та рішення. Врешті решт, сама людина приймає рішення, як поводитись і тому багато в чому від неї залежить, якою бути.

Особистісно зріла людина має свої стилі саморегуляції, які буде слушно розглянути далі. [21, 23]

1.2 Стили саморегуляції поведінки та їх суть

Саморегуляція поведінки - психічний процес, який включає ініціацію, побудову, підтримку та керування різноманітними видами активності, що спрямовані на досягнення певних цілей.

Як зазначає В.І. Моросанова, "стильовими особливостями саморегуляції є типові для людини і найбільш суттєві індивідуальні особливості самоорганізації та керування зовнішньою та внутрішньою цілеспрямованою активністю, яка стійко проявляється у різноманітних її видах". Стиль саморегуляції проявляється в тому, як людина планує досягнення своїх цілей, враховує значущі зовнішні та внутрішні умови, оцінює результати та корегує свої дії для досягнення бажаних результатів. Також це поняття включає в себе міру, в якій процеси саморегуляції є розвинутими та освідомленими. [10]

Спираючись на власні дослідження, В.І. Моросанова перелічує 4 основних регуляторних процеси та 2 регуляторно-особистісних якостей. [10] До регуляторних процесів відносять: планування, моделювання, програмування, оцінка результатів. Розкриємо більш детально кожен з них.

Планування - це індивідуальна побудова та підтримка цілей/задач. Якщо особистості притаманний більшою мірою саме цей регуляторний процес, то вона намагається чітко і детально спланувати, ієрархічно розмістити за важливістю свої плани.

Моделювання - характеризує здатність детально оцінити значущість різних умов, їх освідомленість. Якщо процес моделювання розвинутий, людина може виділити більш значущі умови досягнення своїх цілей (як актуальних, так і потенційних), у зв'язку з цим, обиратиметься адекватна система дій по досягненню; результати мають співпадати поставленим цілям.

Програмування передбачає освідомлену побудову людиною своїх дій. Якщо цей процес є достатньо сформованим, то стає виразною потреба обмірковувати способи своїх дій та свою поведінку для ефективності досягнення бажаних цілей. Якщо отримані результати не відповідають поставленим цілям, то програма знову змінюється з метою отримання бажаного результату.

Оцінка результатів характеризує міру правильності та реалістичності оцінки особою себе, своєї діяльності, її результатів, своєї поведінки, тощо. Якщо в особи адекватна самооцінка та сформовані свої особисті критерії оцінки, то вона розсудливо ставитиметься до випадків неспівпадіння очікуваного результату з реальним та змінить специфіку своїх дій по досягненню мети.

До регуляторно-особистісних якостей відносять гнучкість та самостійність.

Гнучкість - під цим терміном варто розуміти рівень індивідуальної регуляторної гнучкості, як вміння реагувати відповідним чином на різні випадки. Якщо виникає неочікувана подія чи зміна обставин, «гнучка» людина може швидко змінити план дій, свою поведінку, а також зможе оцінити значущість змін, що відбулись. Якщо є

невідповідність між результатами і поставленою метою, то це своєчасно помічається, що дозволяє уникнути невдач у виконанні діяльності, завдяки вчасній корекції системи дій. Таким особистостям легше адаптуватися в нових умовах.

Самостійність - це рівень сформованості регуляторної незалежності. Якщо цей рівень високий, то це свідчить про автономність в саморегуляції, плануванні діяльності, контролі за ходом роботи, необхідній корекції, аналізі результату.

Відповідно до вищезазначеного, ефективність оволодіння новими видами діяльності залежить переважно від рівня сформованості стильових особливостей саморегуляції та специфіки діяльності, яку треба засвоїти.

Далі розглянемо саме стилі саморегуляції. Залежно від специфіки регуляторних процесів В.І. Моросанова виділяє автономний, оперативний та стійкий стилі саморегуляції. В свою чергу, автономний та оперативний стилі поділяються на 2 підгрупи або типи. Наведемо більш детальний опис цих стилів. [10]

Оперативний стиль. Представники цього стилю мають розвинений процес оцінки результатів, що є сильною стороною. Процес програмування може бути як розвиненим, так і компенсаторним, тобто таким, який компенсує інші слабо розвинені регуляторні процеси. Процеси планування можуть бути або компенсаторні, або слабо розвинені. Тобто, такі люди легко та якісно оцінюють результати своїх дій та поведінки, зазвичай ефективно програмують систему дій, але можуть мати, складнощі з моделюванням та плануванням. Зазначимо, що оскільки вище вже надавалось більш детальне визначення регуляторних процесів, то, на цьому етапі, надається їх лаконічний опис.

Автономний стиль саморегуляції. Сильною стороною цього стилю є ефективно програмування своєї поведінки. Планування та оцінка результатів можуть бути як розвиненими, так і навпаки-слабкими. Це може варіюватись в кожній окремої людини. Щодо моделювання, то цей процес може бути або слабким, або компенсаторним. Тобто, розвиненим в цього стилю саморегуляції він не може бути.

Окремим стилем саморегуляції є стійкий. Згідно своїй назві, він характеризується стійкістю процесів оцінки результатів та критеріїв успішності навіть в непростих умовах. До переваг можна віднести розвиненість планування та оцінки результатів. Процес програмування є слабо розвиненим, але його компенсує моделювання.

Методологічне підґрунтя для поняття та уявлення щодо форм індивідуальних стилів поведінки та саморегуляції заклав С.Л. Рубінштейн. На його думку, "дія" та "свідомість (яка керує діяльністю), є різними формами психічної активності. Тому різні індивідуальні способи активності через "дію" можна описати стилями реалізації активності, а індивідуальні прояви "свідомості" у формі процесів саморегуляції характеризують регуляторні стилі. Дослідження стилю як різноманіття практичних дій передували появу поняття стилю саморегуляції. [11]

В закордонних дослідженнях індивідуальні стилі спершу розглядали переважно в контексті описових типологій особистості та в якості індивідуальних способів реалізації активності без відношення до процесів свідомої саморегуляції. Наприклад, Олпорт, Адлер. [3, 7, 8]

На початку 20 ст. з'явилося багато досліджень когнітивних стилів, які описують пізнавальну діяльність з боку індивідуальних способів пізнання на підставі їх діагностики завдяки спеціальним експериментальним методикам. Таких досліджень чимало, й більшість авторів згадують про регуляторну роль стилів у пізнавальній активності. Поняття стилів саморегуляції було введено в контексті дослідження індивідуальних відмінностей у свідомій саморегуляції діяльності людини, а також інших галузей активності.

Підсумовуючи, в психології є поняття стилю саморегуляції поведінки. Такі стилі характеризуються різноманіттям регуляторних процесів та особистісних якостей, які беруть участь в регуляції поведінки та діяльності. [22]

1.3 Саморегуляція поведінки як показник особистісної зрілості

В попередніх підрозділах ми детально описали поняття саморегуляції поведінки та особистісної зрілості. Тепер буде доречно теоретично розкрити, чи є певні відносини між цими поняттями.

Всі люди стикаються з різними завданнями та складнощами, які необхідно вирішити. Якщо особистість є психологічно зрілою, то вона, скоріш за все, обиратиме адекватні та ефективні способи подолання цих життєвих задач. Пригадаємо, що зріла особистість має ряд рис, що свідчать про це. Згідно цій інформації, можна припустити, що за наявності вищезазначених рис, саморегуляція поведінки, яка є спрямованою на досягнення певної мети, буде більш ефективною. Тобто, спираючись на особливості теоретичного конструкту, ми пропускаємо, що зріла особистість зможе реалістично оцінити специфіку ситуації/задачі, яка вимагає певної поведінки. Адекватно оцінивши всі особливості, умови та вимоги; визначившись з метою, особистісно зріла людина зможе спрямувати свою діяльність таким чином, аби кінцевий результат співпадав із бажаним. Якщо під час діяльності будуть виникати якісь зміни або проблеми, така особистість правильно підлаштується під них. Відповідно, ми припускаємо, що особистісно зріла людина має індивідуально ефективний стиль саморегуляції поведінки.

Спираючись на згадані в попередньому підрозділі стилі саморегуляції, кожна особистість використовує в своїх діях переважно ті чи інші регуляторні процеси, за переважанням яких ми і можемо визначити індивідуальний стиль саморегуляції.

Серед вищезгаданих стилів саморегуляції поведінки, найбільш адаптивним є стійкий. Це пояснюється тим, що лише в представників стійкого стилю розвинені є 2 регуляторні процеси, а «проблеми» є лише з одним. До того ж, є компенсаторний процес, який заміщує «слабку» сторону. В інших же стилях є максимум 1 розвинений регуляторний процес. [7]

Але, варто зазначити, що це лише припущення, що сама автор не робить таких висновків. Якщо спиратись на наше теоретичне припущення, то представники особистісної зрілості переважно мають стійкий стиль саморегуляції. Але можуть бути

і зовсім інші випадки. Наприклад, якщо є одразу кілька компенсаторних регуляторних процеси, то наявність лише 1 сильного регуляторного процесу доповнюється ними.

Також слушно буде сказати про наявність певних подібностей між характеристиками саморегуляції та особистісної зрілості. Зокрема, досить перекликаються характеристики особистісної зрілості із описом саморегуляції. Наприклад, толерантність, яку ми охарактеризували як "рису людини, яка неупереджено та реалістично дивиться на події та людей", "толерантністю називають відсутність або зниження рівню реакції на несприятливі чинники, свідчить про певну стійкість до цих чинників". Такий опис "перегукується" з деякими регуляторно-особистісними якостями за В.І. Моросановою. Так, самостійність означає незалежність в оцінці різних явищ чи завдань, вміння неупереджено подивитись на них та, незважаючи на можливі негаразди, провести необхідну корекція для досягнення своєї мети. [7]

Схожі "паралелі" можна провести й між такими характеристиками особистісної зрілості як автономність, креативність, синергічність та регуляторно-особистісними якостями і регуляторних процесами. Усі регуляторні процеси та регуляторно-особистісні якості, так чи інакше, стосуються навичок знаходити шляхи виходу із різних ситуацій, вміння розмірковувати, без шкоди для себе та оточення долати складнощі, шукати нові можливості для ефективності своєї діяльності.

Підсумовуючи все вищезазначене, буде слушно надалі практично дослідити поставлені нами задачі, підтвердити чи спростувати нашу гіпотезу.

Висновки до розділу 1

1. Особистісна зрілість - це якість, яка характеризує рівень сформованості в людини певних рис, які формуються протягом життя завдяки проходженню ненормативних криз або просто різноманітних ситуацій, які вимагають зусиль та вмінь для їх вирішення.

Дослідники, які займались вивченням зазначеної якості виділили кілька характеристик, які властиві особистісно зрілим людям. Це відповідальність; креативність; децентрація; контактність; толерантність; автономність; самоприйняття; глибинність переживань; синергічність та життєва філософія. Можна помітити, що перераховані характеристики мають дещо спільне. Наприклад, узагальнюючи портрет людини, яка має вищепераховані риси, можемо сказати, що вона вміє ефективно долати різні життєві ситуації; ефективно комунікувати з оточуючими та будувати стосунки, досягати своїх цілей; враховує свою індивідуальність та індивідуальність оточення; з повагою ставиться до різних поглядів, вміє прислухатись до них; йти на компроміси; взаємодіяти, але не бути залежною; нести відповідальність за свої вчинки; приймати рішення, тощо. [15, 16]

2. Саморегуляція поведінки - психічний процес, який слугує для початку певної діяльності, її підтримки на всіх етапах; необхідній корекції своїх дій, що спрямовані на здійснення певної задачі; оцінці результату, тощо.

Стиль саморегуляції - поняття, що характеризує індивідуально типові шляхи початку, підтримки, корекції, засвоєння, оцінки результатів своєї діяльності. У кожної людини свій стиль саморегуляції, який притаманний їй та є індивідуально ефективним.

Для характеристики стилів саморегуляції виділяють 2 регуляторно-особистісних якості та 4 регуляторних процеси. Відповідно, гнучкість та самостійність; планування, моделювання, програмування та оцінка результатів.

Залежно від специфіки регуляторних процесів, одна з дослідників, що займались вивченням саморегуляції, - В.І. Моросанова, виділяє автономний, оперативний та

стійкий стиль саморегуляції. Кожен стиль має свої слабкі та сильні сторони, а також компенсаторний процес, завдяки якому менш розвинутий регуляторний процес не так заважає виконанню поставленого завдання. [10]

3. Спираючись на теоретичний конструкт, ми пропускаємо, що особистісно зріла людина вміє правильно поставити мету своєї діяльності, ініціювати цю діяльність; контролювати її протягом виконання, вчасно вносити зміни за необхідності, оцінювати результати та досягати поставлених цілей.

Також можна підсумувати, що всі регуляторні процеси та регуляторно-особистісні якості, так чи інакше, стосуються навичок знаходити шляхи виходу із різних ситуацій, вміти розмірковувати, без шкоди для себе та оточення долати складнощі, шукати нові можливості для ефективності своєї діяльності.

Відповідно, ми припускаємо, що особистісно зріла людина має індивідуально ефективний стиль саморегуляції своєї поведінки, а більшість індивідуальних якостей особистісно зрілої людини можуть корелювати з розвиненими регуляторно-особистісними якостями та регуляторними процесами. Цікаво розглянути, які є взаємозв'язки між рівнем особистісної зрілості та особливостями регуляторних процесів.

Таким чином, надалі слушним буде доведення або спростування вищезазначених припущень.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ ТА СТИЛІВ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ПОВЕДІНКИ

2.1 Організація та етапи дослідження. Опис обраних методик

2.1.1. План дослідження та опис вибірки

Визначившись із темою, питаннями, гіпотезою, предметом та об'єктом дослідження, було складено його план, за яким розпочато роботу.

Спочатку, спираючись на обрані джерела, було описано особистісну зрілість в загальному вигляді. Також ми розглянули теорії особистісної зрілості різних авторів, які погляди щодо цього мали відомі вчені. У кожного з них є свої власні версії щодо характеристик особистісної зрілості, проте, є в них і багато спільного. Майже всі автори використаних для цієї роботи джерел солідарні у тому, що формується особистісна зрілість протягом життя (переважно завдяки долаттю ненормативних криз), вона не залежить виключно від віку; особистісно зріла людина вміє організовувати свою діяльність, з повагою ставитись до оточуючих, будувати здорові стосунки, має свою життєву філософію або сенс; приймає себе, людей та різні події; самостійна, тощо. Звісно, в різних авторів окремі характеристики не співпадають, але, в цілому, є чітко помітні за своїм значенням схожості.

Цілком закономірно, що особистісно зріла людина обиратиме такі прийоми регуляції своєї поведінки, які будуть відповідати особливостям її психічних особливостей та умовам ситуації, які допоможуть ефективно досягти бажаної мети.

Також в теоретичному розділі було розглянуто стилі саморегуляції поведінки та взагалі це поняття. Зокрема, було розглянуто стилів виховання за класифікацією В.І. Моросанової та описано їх особливості. Основним критерієм, яким можна охарактеризувати стиль саморегуляції поведінки, є міра розвиненості тих чи інших регуляторних процесів та регуляторно-особистісних якостей. [10]

Для проведення дослідження було опитано 55 респондентів. Вибірка складається з молоді віком від 18 до 30 років, у виборці присутні як жінки, так і чоловіки. Крім того, у вибірці є представники різних професій та учні різних навчальних закладів. Спільною характеристикою досліджуваних є молодий вік, адже нас цікавить саме ця вікова категорія.

Кожному досліджуваному було запропоновано пройти 2 методики. Тестування респонденти проходили і зручний для них час. Всі респонденти проходили методики у форматі гугл-форм.

2.1.2. Опис використаних методик

Для проведення нашого дослідження були використані такі методики як «Опитувальник особистісної зрілості (ОЗО)» О.С. Штепи та опитувальник «Стиль саморегуляції поведінки» В.І. Моросанової. Вибір методик був здійснений на основі мети та завдань роботи. [10, 17, 18, 19]

Для визначення особистісної зрілості, було використано «Опитувальник особистісної зрілості (ОЗО)» О.С. Штепи. Цей опитувальник надає змогу визначити рівень особистісної зрілості, що є важливим як для психологів, так і в багатьох інших галузях. Він складається з 84 тверджень, на які можна відповісти «Так» або «Ні». Також є 85 завдання - творче. В ньому досліджуваний має написати «анотацію» до книги про своє життя. . [17, 18, 19]

Обробка результатів полягала в наступному:

1. Отримані відповіді досліджуваних були звірені з «ключем». За кожне співпадіння нараховувався 1 бал. Завдання під номером 85 перевірялось за іншим принципом: за допомогою контент-аналізу оцінюється наявність певних показників, які оцінюються загалом від 0 до 6 балів. Отримані бали додаються до суми балів за шкалою «Життєва філософія».
2. Отримані бали підсумовувались за кожним фактором.
3. Отримані бали переводились у стени, на підставі яких було визначено рівень особистісної зрілості в кожного досліджуваного.

Для визначення стилю саморегуляції в досліджуваних був використаний опитувальник «Стиль саморегуляції поведінки» В.І.Моросанової. Мета цього опитувальника – визначити стиль саморегуляції поведінки за допомогою аналізу регуляторних процесів та регуляторно-особистісних якостей. Також опитувальник дозволяє виявити рівень саморегуляції, але, оскільки в даній роботі ми розглядаємо саме стилі саморегуляції, то саме на них і буде зосереджена увага. [10]

Методика містить шкали «Планування», «Моделювання», «Програмування», «Оцінювання результатів», «Гнучкість», «Самостійність».

Обробка цієї методики полягає у:

1. Підрахунку балів за кожною шкалою.
2. Визначенні рівня розвинутої регуляторних показників за кожною шкалою відповідно до балів.
3. Результати за шкалами «Планування», «Моделювання», «Програмування», «Оцінювання результатів» порівнюється з таблицею-«ключем», за допомогою якої діагностується той чи інший стиль саморегуляції поведінки.

Достовірність отриманих результатів перевірялась за допомогою використання методу математичної статистики: ранговий критерій Крускала-Уолліса. Критерій Крускала-Уолліса є непараметричним аналогом однофакторного дисперсійного аналізу для незалежних вибірок, тому інша його назва-однофакторний дисперсійний аналіз Крускала-Уолліса. Цей метод дозволяє перевіряти гіпотези щодо відмінності більш ніж 2 вибірок за рівнем виразності ознаки, яку ми намагаємось дослідити. Головною ідеєю методу Крускала-Уолліса є представлення усіх значень вибірок, які ми порівнюємо, у вигляді однієї загальної послідовності рангованих значень. Потім обчислюють середній ранг для кожної вибірки. Якщо є гіпотеза, що відмінностей нема, то можна очікувати, що всі середні ранги приблизно рівні та близькі до загального середнього рангу. Оскільки в нашій роботі вибірку було розподілено на 3 групи,

згідно до результатів методик, то саме з цієї причини в роботі використовувався даний критерій

2.2 Результати дослідження та їх статистична обробка

Перш за все, усі досліджувані були поділені на 3 групи за результатами використаної методики на визначення рівня особистісної зрілості («Опитувальник особистісної зрілості (ОЗО)» О.С. Штепи). Досліджуваних, у яких було встановлено високий рівень було 19, необхідний - 20, критичний -16. [17, 18, 19]

Методика містить шкали: «Відповідальність», «Децентрація», «Глибинність переживань», «Життєва філософія», «Толерантність», «Автономність», «Контактність», «Самоприйняття», «Креативність», «Синергічність». На підставі отриманих за різними шкалами балів визначається рівень особистісної зрілості.

Після проведення вищезазначеного опитувальника, були отримані наступні середні показники за вищезазначеними шкалами відповідно до кожного стилю саморегуляції поведінки.

Таблиця 2.1. Середні показники за шкалами методики на визначення рівня особистісної зрілості відповідно до кожного стилю саморегуляції поведінки

	Автономний стиль	Оперативний стиль	Стійкий стиль
Відповідальність	5,42	5,36	5,48
Децентрація	5,56	5,26	5,34
Глибинність переживань	6,29	6,24	6,24
Життєві філософія	4,4	4,34	4,38
Толерантність	6,89	6,83	6,84

Автономність	5,38	5,61	5,73
Контактність	6,51	6,58	6,58
Самоприйняття	7,01	7,08	7,08
Креативність	7,33	7,07	7,04
Синергічність	5,7	5,74	5,72

Для наочності також продемонструємо усі середні значення в форматі діаграми.

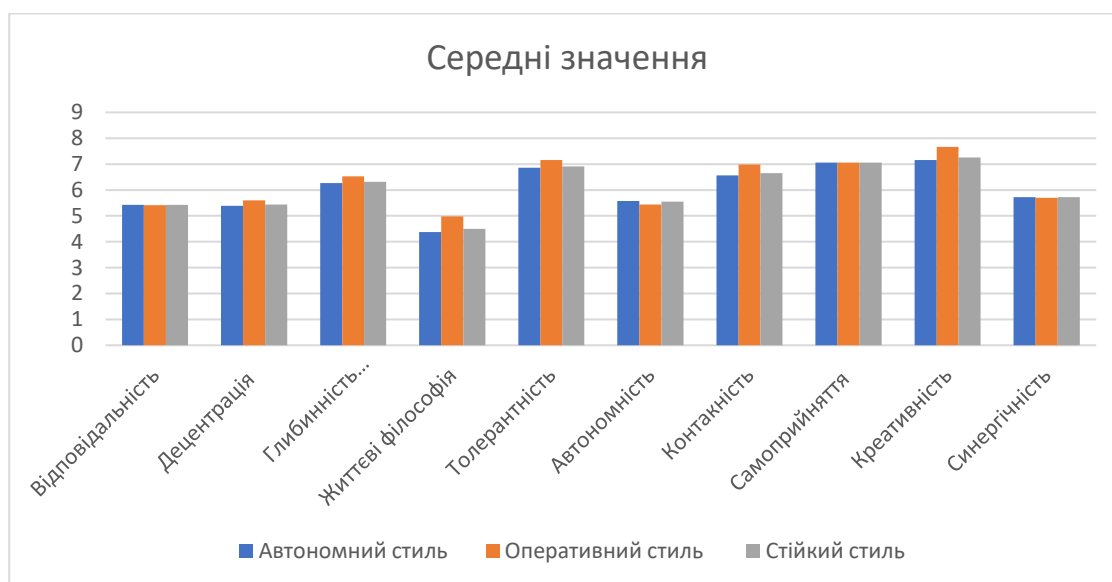


Рис.2.1. Середні значення у трьох групах за шкалами опитувальника («Опитувальник особистісної зрілості (ОЗО)» О.С. Штепи [17, 18, 19]

Розглянувши отримані середні показники, можна сказати, що у людей з автономним стилем саморегуляції поведінки найбільш високі бали за шкалами «Самоприйняття», «Креативність», «Толерантність». Найбільш низькі-за шкалами «Життєва філософія» та «Відповідальність».

У представників оперативного стилю найбільш високі бали за шкалами «Самоприйняття», «Креативність», «Толерантність». Найбільш низькі-за шкалою «Життєва філософія» та «Децентрація».

У стійкого стилю найбільш високі бали за шкалами «Самоприйняття» та «Креативність», а найбільш низькі-«Життєва філософія» та «Децентрація».

Це може означати, що досліджуваним усіх трьох стилів притаманні розвинені такі особистісні характеристики як самоприйняття та креативність. У людей з оперативним та автономним стилями також розвинена толерантність.

Щодо менш притаманних характеристик, то в усіх стилів в середньому нижчі бали за шкалою «Життєва філософія». У автономного стилю теж саме можна сказати про відповідальність, а в оперативного та стійкого - про децентрацію.

Проаналізуємо отримані показники саме порівняно з показниками відповідних шкал інших стилів. Бачимо, що у представників автономного стилю, показники глибинності переживань, децентрації, толерантності, життєвої філософії, креативності вищі, порівняно із іншими 2 стилями.

У досліджуваних операційного стилю вищими, серед інших стилів, є показники контактності, самоприйняття, синергічності.

У досліджуваних стійкого стилю шкали відповідальності, автономності, контактності, самоприйняття мають порівняно вищі бали. Варто зазначити, що показники контактності та самоприйняття однакові у операційного та стійкого стилів.

Тобто, припускаємо, що автономний стиль саморегуляції, крім того, що характеризується гарним програмуванням діяльності по досягнення певної мети, також має такі сильні сторони як глибинність переживань, децентрація, толерантність, креативність. Можливо, саме завдяки тому, що людям цього стилю саморегуляції властиві такі особистісні характеристики, їм вдається так успішно програмувати свої дії в різних ситуаціях. Вміння подивитись на речі з різних сторін (децентрація),

креативність стають тут в нагоді та забезпечують краще програмування. Крім того, толерантність є також важливою, бо вміння взаємодіяти в різних умовах, з різними людьми – достатньо спрощують побудову продуктивної діяльності.

Кажучи про оперативний стиль, згадаємо, що зазвичай перевагами в саморегуляції тут є програмування та оцінка результатів. Високо розвинена синергічність цілком відповідає даним характеристикам, бо вибудовувати власну програму дій та співвідносити результати із попередньо поставленим завданням – це про синергічність, яка узгоджує різні аспекти діяльності для більшої загальної ефективності. Теж саме можна сказати й про самоприйняття та контактність, хоча, скоріше, саме відносно взаємодії з оточуючими та розуміння себе, що теж важливо для ефективного досягнення мети.

Стійкому стилю властиві розвинені планування та оцінка діяльності. Подивившись на середні показники шкал особистісної зрілості, можна зробити припущення, що автономність і відповідальність дозволяють незалежно від різних побічних факторів, правильно розробити план поведінки та співвіднести результати діяльності із очікуваними. Самоприйняття та контактність забезпечують можливість узгоджено із власними переконаннями та оточенням, успішно планувати та оцінювати діяльність чи поведінку.

Але варто зазначити, що на підставі одних лише середніх показників не можна робити висновки щодо певних тенденцій. Це лише умовне припущення, яку буде підтверджено або спростовано після статистичного аналізу.

Тепер перейдемо до розгляду середніх показників за шкалами опитувальника «Стиль саморегуляції поведінки» В.І.Моросанової залежно від рівня особистісної зрілості. Як вже зазначалось, опитувальник містить шкали «Планування», «Моделювання», «Програмування», «Оцінювання результатів», «Гнучкість», «Самостійність». Також цей опитувальник дає змогу визначити загальний рівень саморегуляції поведінки. Хоча в цій роботі нас цікавить саме стиль саморегуляції, але все ж буде цікавим продемонструвати і загальний рівень. [10]

Таблиця 2.2. Середні показники за шкалами методики на визначення стилю саморегуляції поведінки відповідно до кожного рівня особистісної зрілості

	Високий рівень	Необхідний рівень	Критичний рівень
Планування	6,44	6,3	5,68
Моделювання	5,15	5,2	4,87
Програмування	6,21	6,35	5,18
Оцінювання результатів	6,31	5,55	4,68
Гнучкість	5,52	5,95	4,87
Самостійність	5,57	4,95	5,43
Заг.рівень саморегуляції	30,68	28,1	26,06

Тепер продемонструємо усі середні значення в форматі діаграми.



Рис.2.2.Середні значення у трьох групах за шкалами опитувальника «Стиль саморегуляції поведінки» В.І.Моросанової [10]

Спираючись на наведені середні показники, можемо зазначити, що у досліджуваних з високим рівнем особистісної зрілості шкали «Планування», «Самостійність» та «Оцінювання результатів» мають найвищі бали. Відповідно, припустимо, що особистісно зріла людина гарно планує свою діяльність та оцінює її результати. Крім того, така людина є самостійною в своїх судженнях, діяльності, тощо. Це відповідає уявленням щодо зрілої особистості.

У досліджуваних з необхідним рівнем особистісної зрілості шкали «Програмування», «Гнучкість» та «Моделювання» мають найвищі бали. Оскільки необхідний рівень особистісної зрілості все ж таки припускає, що людина є зрілою, хоча й менш, ніж при високому рівні, то цілком логічно, що в таких людей гарно виходить програмувати та моделювати діяльність. Гнучкість, можливо, можемо бути певною компенсацією інших регуляторних процесів. Тобто, людина, якій властива гнучкість та моделювання різних варіантів розвитку ситуації, може цілком ефективно регулювати свою поведінку та діяльність. Це також є відповідним поняттям особистісної зрілості.

У досліджуваних з низьким рівнем особистісної зрілості, цілком очікувано, показники за всіма шкалами не мають переваги над показниками представників високого та необхідного рівня особистісної зрілості. Для того щоб, хоч якось розглянути тенденції в цій групі, подивимось на те, які за якими шкалами бали найвищі саме в середині представників цього рівня саморегуляції (не порівнюючи із іншими рівнями). «Планування» та «Самостійність» мають найвищі бали. Можемо зробити припущення, що наявність здатності гарно планувати діяльність та вміння робити це самостійно, самі по собі не дозволяють забезпечувати гарну саморегуляцію. Також зазначимо. Що за високого та необхідного рівнів особистісної зрілості, є ще якийсь регуляторний процес чи якість, що мають високі бали. При критичному рівні зрілості – інша картина.

Щодо загального рівня саморегуляції, то можна спостерігати, що чим нижчий рівень особистісної зрілості, тим нижчий і рівень саморегуляції поведінки.

Далі слушно буде продемонструвати результати обох методик у процентному співвідношенні. Аналіз даних показав, що 17 досліджуваних є представниками автономного стилю, 23 - оперативного і 15 - стійкого. У процентному співвідношенні це означає, що автономний стиль складає приблизно 31 %, оперативний - 42 %, стійкий – 27 %.

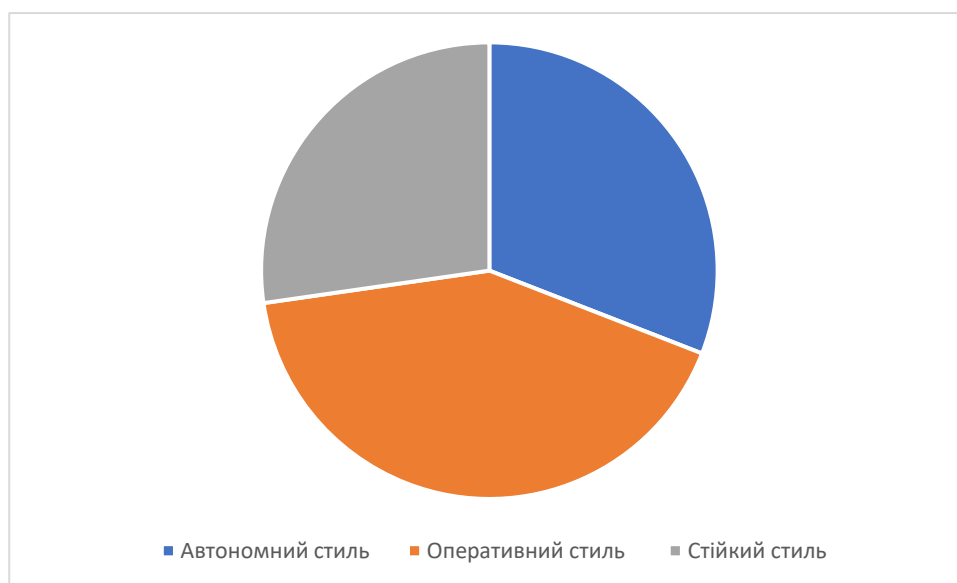


Рис.2.3.Процентне співвідношення вибірки за стилями саморегуляції поведінки

Далі розглянемо співвідношення представників різних рівнів особистісної зрілості.

Можна побачити, досліджуваних з високим рівнем особистісної зрілості 19 (35 %), з необхідним – 20 (36 %), з критичним – 16 (29 %).

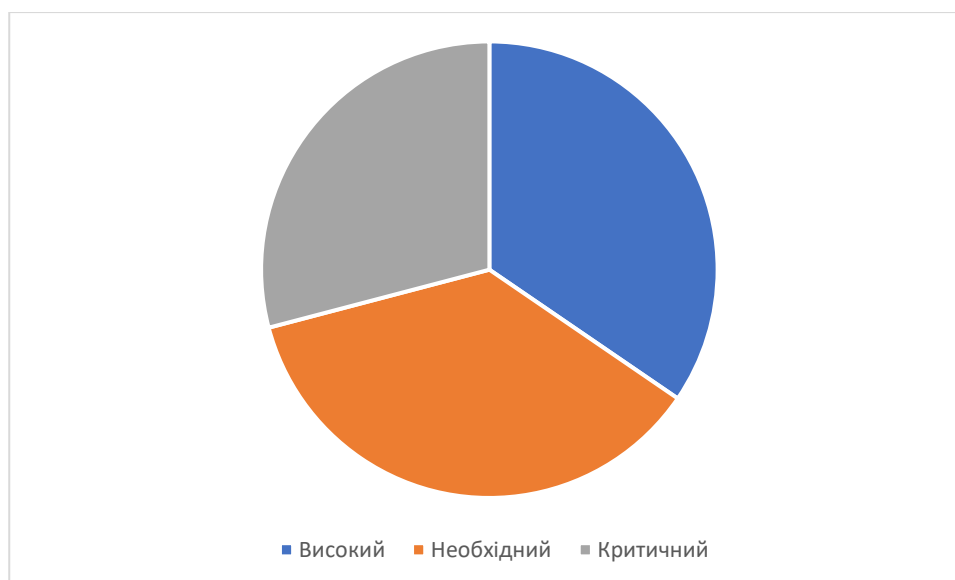


Рис.2..Процентне співвідношення вибірки за рівнями особистісної зрілості

Таким чином, хоча ми й побачили певні тенденції у співвідношенні серед вибірки представників різних стилів саморегуляції поведінки та рівнів особистісної зрілості, у виразності окремих характеристик, які складають особистісну зрілість, тепер слушно буде перевірити нашу гіпотезу через методи статистичної обробки даних, що дасть нам більш точне розуміння і вже після проведення статистичного аналізу, можна більше детально описати результати, які будуть, в свою чергу, більш достовірними.

2.3.Статистичний аналіз результатів зв'язку особистісної зрілості зі стилями саморегуляції поведінки у молодих людей

Останнім етапом дослідження було виявлення наявності чи відсутності взаємозв'язків між рівнем особистісної зрілості та стилями саморегуляції поведінки у представників нашої вибірки. В нашій роботі використовувався Н-критерій Крускала-Уолліса, кореляційний аналіз Спірмена. При цьому були визначені такі гіпотези дослідження:

H₀: статистично значущих відмінностей між результатами груп не має.

H₁: відмінності між результатами груп статистично значущі.

Згідно з результатами, отриманими в ході статистичної обробки, розділивши вибірку на 3 групи за тестом «Стилі саморегуляції поведінки» В.І.Моросанової, між групами є значуща відмінність за шкалами «Глибинність переживань» та «Життєва філософія» («Опитувальник особистісної зрілості (ОЗО)» О.С. Штепи), оскільки показник асимптотичної значущості нижче за 0,05. За іншими шкалами значуща відмінність не спостерігається. [10, 17, 18, 19]

Таблиця 2.3. Статистичні показники за шкалами методики на визначення рівня особистісної зрілості відповідно до кожного стилю саморегуляції поведінки

Статистики критерія ^{a,b}										
	Відповідальність	Децентралізація	Глибинність_переживань	Життєва_філософія	Толерантність	Автономність	Контактність	Самоприйняття	Креативність	Синергічність
Хи-квадрат	3,885	,532	8,543	6,336	5,615	5,423	1,673	1,757	1,016	2,436
ст.св.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Асимпт. знч.	,143	,766	,014	,042	,060	,066	,433	,415	,602	,296

Згідно з результатами, отриманими в ході статистичної обробки, розділивши вибірку на 3 групи за тестом «Опитувальник особистісної зрілості (ОЗО)» О.С. Штепи, між групами є значуща відмінність лише за шкалою «Оцінювання результатів» («Стилі саморегуляції поведінки» В.І.Моросанової), оскільки показник асимптотичної значущості нижче за 0,05. За іншими шкалами значуща відмінність не спостерігається. [10, 17, 18, 19]

Таблиця 2.4. Статистичні показники за шкалами методики на визначення стилю саморегуляції поведінки відповідно до кожного рівня особистісної зрілості

Статистики критерія ^{a,b}							
	Планування	Моделювання	Програмування	Оцінювання_результатів	Гнучкість	Самотність	Заг_рівень_саморегуляції
Хи-квадрат	1,961	,111	5,380	7,924	3,029	2,481	4,022
ст.св.	2	2	2	2	2	2	2
Асимпт. знч.	,375	,946	,068	,019	,220	,289	,134

Тобто, оскільки метою нашої роботи є саме виявлення наявності взаємозв'язку між особистісною зрілістю та стилями саморегуляції поведінки, то ми

приймаємо Н1- гіпотезу (значущі відмінності ϵ). Такі відмінності ϵ за шкалами «Глибинність переживань» та «Життєва філософія» («Опитувальник особистісної зрілості (ОЗО)» О.С. Штепи), та за шкалою «Оцінювання результатів» («Стилі саморегуляції поведінки» В.І.Моросанової). Шкали методик відповідають критеріям та проявам, за якими можна надати визначення вимірюваним явищам, тому ми можемо сказати, що є взаємозв'язок між особистісною зрілістю та стилями саморегуляції поведінки за глибинністю переживань, життєвою філософією та регуляторним процесом оцінювання людиною результатів своєї діяльності. [10, 17, 18, 19]

Оскільки метою нашої роботи є дослідження саме взаємозв'язку, то далі було використано кореляційний аналіз за критерієм Спірмена.

Зазначимо, що в далі в роботі будуть представлені таблиці з даними лише за тими шкалами, за якими є кореляція. Повні таблиці з даними за всіма шкалами наведені в «Додатках».

Далі буде наведено результати кореляційного аналізу результатів методики «Стилі саморегуляції поведінки» у групах, утворених згідно методики «Опитувальник особистісної зрілості (ОЗО)» О.С. Штепи.[10, 17, 18, 19]

Таблиця 2.5.Результати кореляційного аналізу Спірмена за шкалами методики на визначення стилю саморегуляції поведінки для високого рівня особистісної зрілості, де r =коефіцієнт кореляції, а p =показник значущості.

	Відповідальність	Децентрація	Глибинність переживань	Життєва філософія	Толерантність	Автономність	Контактність
Планування			$r=.474^*$ $p=.041$	$r=.514^*$ $p=.024$			
Моделювання	$r=(-.547^*)$ $p=.015$		$r=.538^*$ $p=.017$				
Програмування	$r=(-.556^*)$ $p=.013$		$r=.541^*$ $p=.017$	$r=.673^{**}$ $p=.002$	$r=.688^{**}$ $p=.001$		$r=.683^{**}$ $p=.001$

Гнучкість	$r=(-.611^{**})$ $p=,005$		$r=.602^{**}$ $p=,006$		$r=.521^*$ $p=,022$		$r=.668^{**}$ $p=,002$
Самостійність			$r=(-.733^{**})$ $p=,000$		$r=(-.650^{**})$ $p=,003$		

Згідно з отриманими результатами, в представників високого рівню особистісної зрілості є позитивна кореляція у шкали «Планування» зі шкалою «Життєва філософія» та «Глибинність переживань». У шкали «Моделювання» є зворотній зв'язок з «Відповідальністю», а також прямий зв'язок зі шкалою «Глибинність переживань». У шкали «Програмування» є зворотній зв'язок з «Відповідальністю», а також прямий зв'язок зі шкалами «Глибинність переживань», «Життєва філософія», «Толерантність», «Контактність». У шкали У шкали «Гнучкість» є зворотній зв'язок з «Відповідальністю», а також прямий зв'язок зі шкалами «Глибинність переживань», «Толерантність», «Контактність». У шкали «Самостійність» є зворотній зв'язок зі шкалами «Глибинність переживань» та «Толерантність».

Тепер проінтерпретуємо отримані дані. Згідно до результатів кореляційного аналізу, в людей високого рівню особистісної зрілості можна спостерігати тенденцію, згідно до якої розвинутий регуляторний процес планування співіснує з глибинністю переживань та життєвої філософії особистості. Чим вищі здібності до планування певної діяльності, тим, вищі можуть бути такі особистісні характеристики як глибинність переживань та розвиненість життєвої філософії. Теж саме можемо сказати про співвідношення регуляторного процесу моделювання та таку якість глибинність переживань. Можна припустити, що якщо почуття людини проживається нею глибоко та освідомлено, то це спонукає її «мріяти» щодо різних аспектів свого життя. Наявність же зворотнього зв'язку між моделюванням та відповідальністю ще більш складно якось пояснити, але, можливо людина з високим рівнем зрілості є відповідальною, що не потребує постійного моделювання подій, бо така особистість достатньо легко програмує і програмує свою діяльність. Також наявний прямий зв'язок зі шкалами «Глибинність переживань», «Життєва філософія»,

«Толерантність», «Контактність» із регуляторним процесом програмування в зрілих особистостях. Інакше кажучи, високому рівню особистісної зрілості властиві вищезазначені характеристики, які співіснують із гарною здібністю програмування діяльності. Зворотній зв'язок з відповідальністю, можливо, як і в випадку з моделюванням, людина з високим рівнем зрілості є відповідальною, що зменшує потребу часто вдаватися до детального програмуванні. Або навпаки: чим більш розвинене вміння програмувати, тим менш потрібен прояв відповідальності, бо людина більше покладається на раціональність. Глибинність переживань, контактність, толерантність корелюють з такою регуляторною якістю як гнучкість. Це достатньо показово описує зрілу особистість, бо наведені якості цілком «вписуються» до концепції особистісної зрілості. Зворотній же зв'язок між гнучкістю та відповідальністю, є достатньо цікавим, складно сказати напевно, чому саме так. Можливо, що в даній групі дійсно є зворотня залежність: чим вище гнучкість в діях, тим нижче відповідальність і навпаки. Також бачимо зворотній зв'язок між регуляторною якістю самостійності та глибинністю переживань і толерантністю. Тобто чим самостійніше людина, тим меншою мірою в неї може проявлятися толерантність і більш поверхові будуть переживання.

Тепер подивимось на результати в групі необхідного рівню зрілості.

Таблиця 2.6. Результати кореляційного аналізу Спірмена за шкалами методики на визначення стилю саморегуляції поведінки для необхідного рівня особистісної зрілості, де r =коефіцієнт кореляції, а p =показник значущості.

	Відповідальність	Децен трація	Глибинність переживань	Життєва філософія	Толерантність	Автономність	Контактність	Самоприйняття	Креативність	Синергічність
Планування					$r=.529^*$ $p=.016$					

Моделювання					r=.524* p=,018					
Програмування		r=.616 ** p=,004	r=.544 * p=,013		r=.542* p=,014					
Гнучкість									r=.463 * p=,040	
Самостійність										r=.468* p=,037

Згідно з отриманими результатами, в представників необхідного рівню особистісної зрілості є позитивна кореляція у шкали «Планування» зі шкалою «Толерантність». Тобто чим вище вміння спланувати свою діяльність, тим вище вміння приймати різні думки, тощо. У шкали «Моделювання» є прямий зв'язок зі шкалою «Толерантність». Вміння взяти до уваги всі особливості обставин для того, аби ефективно досягти мети є тим вище, чим вище толерантність. У шкали «Програмування» є зворотній зв'язок зі шкалами «Децентрація», «Глибинність переживань», «Толерантність». Тобто, чим вище вміння програмувати свої дії, тим нижче вміння яскраво емоційно проживати їх та толерантно ставитись до різноманітних поглядів чи ситуацій. І навпаки. У шкали «Гнучкість» прямий зв'язок зі шкалою «Креативність». Людина, яка вміє змінювати тактику свої вчинків залежно від ситуації йде «пліч о пліч» з креативністю підходу до всього. У шкали «Самостійність» є прямий зв'язок зі шкалою «Синергічність». Інакше кажучи, самостійна особистість вміє співузгодити свої ресурси в такому напрямку, щоб вони допомогли досягти поставленої мети.

Тепер проінтерпретуємо отримані дані. Згідно до результатів кореляційного аналізу, в людей необхідного рівню особистісної зрілості можна спостерігати тенденцію, згідно до якої розвинутий регуляторний процес планування корелює з толерантністю. Чим вищі здібності до планування певної діяльності, тим, вищі можуть бути такі

особистісні характеристики як вміння приймати різні точки зору, різні ситуації, з повагою ставитись до оточуючих. Теж саме можна сказати й про моделювання. Воно також має позитивну кореляцію з толерантністю. Щодо програмування, то тут бачимо зворотній зв'язок з децентрацією, глибинністю переживань та толерантністю. Тобто в представників необхідного рівня особистісної зрілості характерна тенденція: чим нижче розвинене програмування, тим більше проявляються толерантність до оточення та подій, вміння по-різному поглянути на ситуацію, схильність глибоко переживати події. І навпаки. Можливо, надлишкове програмування діяльності дещо формалізує діяльність людини, але це лише припущення. Також наявний прямий зв'язок між гнучкістю та креативністю, що цілком закономірно. Ці дві якості достатньо подібні. Людина, яка може бути «гнучкою» у справах, цілком ймовірно буде вміти застосовувати не стандартні ідеї, відходити від класичних правил. І також бачимо позитивну кореляцію між самостійністю та синергічністю. Тобто, самостійна людина вміє координувати свої зусилля, дії, особливості в гармонійній співпраці задля досягнення позитивних результатів.

Такі особливості ми побачили в людей з необхідним рівнем особистісної зрілості. Тепер розглянемо критичний рівень.

Таблиця 2.7. Результати кореляційного аналізу Спірмена за шкалами методики на визначення стилю саморегуляції поведінки для критичного рівня особистісної зрілості, де r =коефіцієнт кореляції, а p =показник значущості

	Відповідальність	Децентрація	Глибинність переживань	Життєва філософія	Толерантність	Автономність	Контактність	Самоприйняття	Креативність
Оцінювання результатів									$r=.754^*$ * $p=,001$

Одразу зазначимо, що в представників критичного рівня зрілості майже немає кореляції з показниками саморегуляції поведінки. Це достатньо цікаво. Є лише кореляція між оцінюванням результатів та креативністю. Можливо, це зумовлено тим, що нестандартність погляду, вміння не ординарно подивитись на різні ситуації допомагає правильно оцінити результат цієї діяльності. Можливо, це є певною компенсацією для представників з критичним рівнем особистісної зрілості. Тобто, можливо, вони пояснюють результати своєї діяльності з незвичного боку, щоб зробити вигляд успішності цього результату, навіть, якщо він не є таким. Наприклад, людина може вдаватись до сарказму у випадках, коли йде мова про певні її невдачі та проблеми; або якщо людині не хочеться щось виправляти, то можна зробити вигляд, що так і було нею сплановано.

Тепер поглянемо на результати кореляційного аналізу, якщо розподілити вибірку на групи за стилем саморегуляції поведінки.

Таблиця 2.8. Результати кореляційного аналізу Спірмена за шкалами методики на визначення рівня особистісної зрілості для автономного стилю саморегуляції поведінки, де r = коефіцієнт кореляції, а p = показник значущості

	Планування	Моделювання	Програмування	Оцінювання результатів	Гнучкість
Глибинність переживань			$r=0.555^*$ $p=,994$		
Толерантність			$r=0.588^*$ $p=,013$		
Контактність					$r=0.646^{**}$ $p=,005$
Креативність		$r=0.491^*$ $p=,045$		$r=0.640^{**}$ $p=,006$	$r=0.571^*$ $p=,017$
Синергічність					$r=0.492^*$ $p=,045$

Можемо бачити прямий зв'язок між глибинністю переживань та програмуванням. Слушно згадати, що таку ж тенденцію ми бачили вже, коли розглядали результати кореляційного аналізу у групах з високим та необхідним рівнем особистісної зрілості. Також і в випадку з автономним стилем саморегуляції, є взаємозв'язок між тим, як глибоко людина переживає певну ситуацію, події, тощо та вмінням програмувати свою поведінку. Також позитивна кореляція є між толерантністю та програмуванням, контактністю та гнучкістю. Вміння толерантно ставитись до всього незвичного, ефективно програмувати діяльність, гнучко підходити до справи поєднується з контактністю. Креативність має прямий зв'язок з моделюванням, оцінкою результатів та гнучкістю в представників автономного стилю саморегуляції. Оскільки такі взаємозв'язки вже пояснювались при розгляді кореляційного аналізу груп за рівнями особистісної зрілості, то зараз не будемо повторювати це. Синергічність має позитивну кореляцію із гнучкістю. Достатньо логічно, що така якість, як синергічність, буде корелювати з гнучкістю. Обидві якості є достатньо близькими за значенням.

Бачимо схожі тенденції, як в групах високого та необхідного рівнів зрілості. Тепер розглянемо оперативний стиль саморегуляції поведінки.

Таблиця 2.9. Результати кореляційного аналізу Спірмена за шкалами методики на визначення рівня особистісної зрілості для оперативного стилю саморегуляції поведінки, де r =коефіцієнт кореляції, а p =показник значущості

	Планування	Моделювання	Програмування	Оцінювання результатів	Гнучкість
Відповідальність			$r=(-.584^{**})$ $p=,003$		
Децентрація	$r=.440^{*}$ $p=,036$		$r=.654^{**}$ $p=,001$	$r=.545^{**}$ $p=,007$	$r=.534^{**}$ $p=,009$

Глибинність переживань					r=.438* p=.036
Толерантність			r=.477* p=.021		
Контактність			r=.537** p=.008	r=.507* p=.014	
Самоприйняття					r=.466* p=.025

Є негативний зв'язок між відповідальністю та програмуванням. Чим більша відповідальність, тим менше така людина розробляє «програми» для своєї поведінки. Позитивні зв'язки між децентрацією та плануванням, програмуванням, оцінюванням результатів, гнучкістю. Тобто, всі 4 регуляторні процеси є розвиненими при гнучкості ставленні до діяльності та вмінні зважати на інші точки зору. Такі тенденції дуже корисні для ефективності саморегуляції поведінки. Глибинність переживань та гнучкість також мають позитивний зв'язок. Гнучке ставлення до ситуацій поєднується з певною емоційністю переживань. Толерантність та програмування мають позитивний взаємозв'язок. Детальність програмування не виключає в цій групі толерантного ставлення. Контактність має позитивні взаємозв'язки з програмуванням та оцінюванням результатів. Тобто, люди ефективно розроблюють свої дії, оцінюють їх наслідки, але це не заважає підтримці контактності. Самоприйняття та гнучкість мають позитивний взаємозв'язок. Такого зв'язку ми ще не бачили в інших групах, тож намагатимемось пояснити це. Людина, яка приймає себе, має адекватну самооцінку є гнучкою в своїй поведінці. Можливо, ригідність властива саме у разі відхилень у ставленні до себе.

Більшість взаємозв'язків між якостями особистісно зрілою людини та регуляторними процесами вже були описані в цьому розділі, тому зараз не було надано також

детального аналізу. Проте, бачимо, що поки що, результати достатньо схожі на результати в групах високого та необхідного рівнів особистісної зрілості.

І, нарешті, розглянемо результати в групі зі стійким стилем саморегуляції поведінки.

Таблиця 2.10. Результати кореляційного аналізу Спірмена за шкалами методики на визначення рівня особистісної зрілості для оперативного стилю саморегуляції поведінки, де r =коефіцієнт кореляції, а p =показник значущості

	Планування	Моделювання	Програмування	Оцінювання результатів	Гнучкість
Відповідальність					$r=.675^{**}$ $p=.006$
Глибинність переживань		$r=.639^*$ $p=.010$		$r=.613^*$ $p=.015$	
Життєва філософія	$r=.623^*$ $p=.013$				
Толерантність	$r=.646^{**}$ $p=.009$	$r=.537^*$ $p=.039$	$r=.727^{**}$ $p=.002$	$r=.675^{**}$ $p=.006$	
Автономність			$r=.589^*$ $p=.021$		
Синергічність				$r=.599^*$ $p=.018$	

Варто зазначити, що стійкий стиль саморегуляції характеризується більшою збалансованістю виразності всіх регуляторних процесів, тож досить цікаво буде подивитись на результати в цій групі. Є пряма кореляція між самостійністю та відповідальністю. Таких взаємозв'язків в інших групах ще не було. Тобто, люди цього стилю саморегуляції мають розвинені відповідальність при високій самостійності. Глибинність переживань має позитивний взаємозв'язок з моделюванням та

гнучкістю. Вміння змодельовати діяльність, бути готовим до зміни дій, при необхідності, супроводжується глибиною реагування. Життєва філософія позитивно корелює з відповідальністю. Тобто відповідальність тим вища в даній групі, чим більш глибоко розвиненою є життєва філософія людини. Толерантність має позитивні взаємозв'язки з плануванням, моделюванням, програмуванням та оцінкою результатів. Оскільки всі ці 4 регуляторних процеси зазвичай розвинуті в стійкого стилю саморегуляції поведінки, то важливо буде відмітити, що в той же час, таким людям притаманна толерантність. Автономність має позитивну кореляцію з оцінкою результатів. Автономність у поєднанні з вмінням правильно оцінювати результати своєї дій є дійсно гарними вміннями. Синергічність має прямий взаємозв'язок із гнучкістю. Вміння активізувати свої можливості в правильному напрямку поєднується з гнучкістю цього процесу.

Висновки до розділу 2

1. Для проведення дослідження було опитано 55 респондентів. Вибірка складається з молоді віком від 15 до 35 років, у виборці присутні як жінки, так і чоловіки. Крім того, у вибірці є представники різних професій та учні різних навчальних закладів. Спільною характеристикою досліджуваних є молодий вік, адже нас цікавить саме ця вікова категорія. Кожному досліджуваному було запропоновано пройти 2 методики. Тестування респонденти проходили і зручний для них час. Всі респонденти проходили методики у форматі гугл-форм. В роботі використовувались методики «Стилі саморегуляції поведінки» В.І.Моросанової та («Опитувальник особистісної зрілості (ОЗО)» О.С. Штепи.

Після того, як досліджувані пройшли методики, їх було розподілено на 3 групи згідно до результатів даних методик (за стилями саморегуляції поведінки та рівнями особистісної зрілості).

2. Коли всі досліджувані були поділені на 3 групи за результатами використаної методики на визначення рівня особистісної зрілості («Опитувальник особистісної зрілості (ОЗО)» О.С. Штепи), то досліджуваних, у яких було встановлено високий рівень було 19, необхідний - 20, критичний -16. Ця методика містить шкали: «Відповідальність», «Децентрація», «Глибинність переживань», «Життєва філософія», «Толерантність», «Автономність», «Контактність», «Самоприйняття», «Креативність», «Синергічність». На підставі отриманих за різними шкалами балів визначається рівень особистісної зрілості. Кожна шкала відповідає певній характеристиці особистісної зрілості. [10, 17, 18, 19]

За результатами методики на визначення стилю саморегуляції поведінки 17 досліджуваних є представниками автономного стилю, 23 - оперативного і 15 - стійкого. Методика «Стилі саморегуляції поведінки» В.І.Моросанової містять шкали, які є відповідними основним регуляторним процесам та регуляторно-особистісним якостям: Планування», «Моделювання», «Програмування», «Оцінювання результатів», «Гнучкість», «Самостійність». [10, 17, 18, 19]

3. Для статистичної обробки в цій роботі було використано ранговий критерій Крускала-Уолліса. Такий вибір був зумовлений кількістю груп, на які було розподілено вибірку. Цей критерій дозволяє аналізувати більше 2 груп.

В результаті застосування цього критерію було виявлено відмінності за шкалами «Глибинність переживань» та «Життєва філософія» між групами, утвореними згідно до результатів «Опитувальника особистісної зрілості (ОЗО)» О.С. Штепи), та за шкалою «Оцінювання результатів» («Стилі саморегуляції поведінки» В.І. Моросанової). [10, 17, 18, 19]

Зважаючи на те, що нас цікавить саме взаємозв'язок, було також використано кореляційний аналіз Спірмена. За результатами цього аналізу було виявлено, що в представників високого рівню особистісної зрілості є позитивна кореляція у шкали «Планування» зі шкалою «Життєва філософія» та «Глибинність переживань»; у шкали «Моделювання» є зворотній зв'язок з «Відповідальністю», а також прямий зв'язок зі шкалою «Глибинність переживань»; у шкали «Програмування» є зворотній зв'язок з «Відповідальністю», а також прямий зв'язок зі шкалами «Глибинність переживань», «Життєва філософія», «Толерантність», «Контактність»; у шкали «Гнучкість» є зворотній зв'язок з «Відповідальністю», а також прямий зв'язок зі шкалами «Глибинність переживань», «Толерантність», «Контактність»; у шкали «Самостійність» є зворотній зв'язок зі шкалами «Глибинність переживань» та «Толерантність».

У представників необхідного рівня особистісної зрілості є позитивна кореляція у шкали «Планування» зі шкалою «Толерантність»; у шкали «Моделювання» є прямий зв'язок зі шкалою «Толерантність»; у шкали «Програмування» є зворотній зв'язок зі шкалами «Децентрація», «Глибинність переживань», «Толерантність»; у шкали «Гнучкість» прямий зв'язок зі шкалою «Креативність»; у шкали «Самостійність» є прямий зв'язок зі шкалою «Синергічність».

В представників критичного рівня зрілості виявлено лише кореляцію між оцінюванням результатів та креативністю.

В групі автономного стилю саморегуляції поведінки прямий зв'язок між глибинністю переживань та програмуванням; також позитивна кореляція є між толерантністю та програмуванням, контактністю та гнучкістю; креативність має прямий зв'язок з моделюванням, оцінкою результатів та гнучкістю; синергічність має позитивну кореляцію із гнучкістю.

В досліджуваних оперативного стилю саморегуляції є негативний зв'язок між відповідальністю та програмуванням; позитивні зв'язки між децентрацією та плануванням, програмуванням, оцінюванням результатів, гнучкістю; позитивний зв'язок між глибинністю переживань та гнучкістю; толерантність та програмування мають позитивний взаємозв'язок; контактність має позитивні взаємозв'язки з програмуванням та оцінюванням результатів; самоприйняття та гнучкість мають позитивний взаємозв'язок.

В групі стійкого стилю виявлено пряму кореляцію між самостійністю та відповідальністю; глибинність переживань має позитивний взаємозв'язок з моделюванням та гнучкістю; життєва філософія позитивно корелює з відповідальністю; толерантність має позитивні взаємозв'язки з плануванням, моделюванням, програмуванням та оцінкою результатів; автономність має позитивну кореляцію з оцінкою результатів. Синергічність має прямий взаємозв'язок із гнучкістю.

ВИСНОВКИ

1. В теоретичному розділі ми розглянули поняття особистісної зрілості та саморегуляції поведінки.

Різні автори, в цілому, були солідарні у визначенні поняття особистісної зрілості, хоча, звісно, коли мова йде про більш конкретні прояви, за якими можна ідентифікувати її, ці автори мали різні точки зору. Якогось єдиного розуміння нема. Якщо казати в загальному сенсі, то особистісна зрілість не визначається біологічним віком; особистісні якості людини визначають особливості дій та поведінки людини; особистісна зрілість набувається протягом життя, в той самий час, формуються і риси людини; поняття особистісної зрілості близьке до поняття самоактуалізації; в житті людини трапляються ненормативні кризи, проходження яких допомагає набутти особистісної зрілості та розвитку; вміння долати життєві труднощі без шкоди для себе є також складовою даного поняття.

Проте, в цій роботі було розглянуто та використано для дослідження саме теорію О.С.Штепи. На думки цієї авторки, особистісна зрілість є динамічною структурою, динамічність якої полягає в перебігу таких механізмів як віра, сенс та обов'язок. Ці механізми є взаємодоповнюючими. Тобто, якщо в конкретному випадку бракує одного механізму, то його компенсує інший. Але, для нашого дослідження більш слушно було взяти бо уваги риси, які, на думку О.С. Штепи, властиві зрілій особистості та, водночас, є показниками цієї зрілості. Такими рисами є: толерантність, відповідальність, автономність, креативність, контактність, глибинність переживань, децентрація, самоприйняття, синергічність, життєва філософія.

2. Також у теоретичному розділі ми розглядали поняття саморегуляції поведінки. Саморегуляція поведінки є процесом, що містить в собі ініціацію, побудову, корекцію/підтримку, оцінку результатів різних видів активності.

На думку В.І.Моросанової, на чію теорію ми спирались в цій роботі, є певні особливості саморегуляції, які є типовими для конкретної людини, а також особистісні особливості, які є значними для відповіді на питання, як саме людина буде регулювати свою активність. Це є стильовими особливостями саморегуляції. Тобто, на думку авторки, стиль саморегуляції поведінки - це те, як особистість планує, моделює, програмує, оцінює свою поведінку, на скільки вона в цьому гнучка та самостійна. Таким чином, виділяють 4 основних регуляторних процеси та 2 регуляторно-особистісні якості. До регуляторних процесів відносять: планування, моделювання, програмування, оцінка результатів. До регуляторно-особистісних якостей відносять гнучкість та самостійність. В залежності від того, які з них є розвинених, які - слабкими, які - компенсаторними, визначають, який саме стиль саморегуляції притаманний людині. Виділяють оперативний, автономний та стійкий стилі саморегуляції поведінки.

Якщо спираючись на визначення конструкту особистісної зрілості, то ми припустили, що було б можливо очікувати від зрілої особистості ефективну саморегуляцію поведінки. Постало питання, а чи є взагалі якісь взаємозв'язки між рівнем особистісної зрілості та стилями саморегуляції. Відповідно на це питання була б не лише науково цікавою, але й практично корисною.

3.Спираючись на наведені середні показники, було виявлено, що у досліджуваних з високим рівнем особистісної зрілості шкали «Планування», «Самостійність» та «Оцінювання результатів» мають найвищі бали. У досліджуваних з необхідним рівнем особистісної зрілості шкали «Програмування», «Гнучкість» та «Моделювання» мають найвищі бали. У досліджуваних з низьким рівнем особистісної зрілості, цілком очікувано, показники за всіма шкалами не мають переваги над показниками представників високого та необхідного рівня особистісної зрілості .

Також, згідно з середніми показниками, можна сказати, що у людей з автономним стилем саморегуляції поведінки найбільш високі бали за шкалами «Самоприйняття»,

«Креативність», «Толерантність». У представників оперативного стилю найбільш високі бали за шкалами «Самоприйняття», «Креативність», «Толерантність». У стійкого стилю найбільш високі бали за шкалами «Самоприйняття» та «Креативність».

Це може означати, що досліджуваним усіх трьох стилів притаманні розвинені такі особистісні характеристики як самоприйняття, креативність. У людей з оперативним та автономним стилями також розвинена толерантність.

4. Згідно з результатами, отриманими в ході статистичної обробки, виявлено, що між групами є значуща відмінність лише за процесом оцінювання результатів поведінки, якщо порівнювати групи за рівнем особистісної зрілості; а також є значуща відмінність за глибинністю переживань та життєвою філософією у випадку, коли порівнюємо групи за стилем саморегуляції. Інакше кажучи, ключовою відмінністю, яка є між різними рівнями особистісної зрілості є оцінювання результатів. Глибинність переживань та життєва філософія є тими характеристиками, які пов'язані з тим, який стиль саморегуляції притаманний людині.

Проведений кореляційний аналіз Спірмена показав, що представники високого рівня особистісної зрілості мають розвинену здібність до планування, моделювання та програмування діяльності, при цьому мають схильність емоційно реагувати на події. Також їм властива добре сформована власна життєва філософія як система поглядів та наявність сенсу; контактність. При цьому, в випадку, якщо такій особистості властива відповідальність, то розвиненість програмування дій знижується. Чим вище самостійність, тим нижчі глибинність переживань та толерантність. Можливо, бо висока відповідальність частково заміщує функцію процесу програмування, а самостійність робить молоду та особистісно зрілу людину більш впевненою в свої діях, що знижує її емоційність та толерантність.

Представникам необхідного рівня особистісної зрілості властивими є толерантність, креативність та гнучкість підходу до вирішення справ, самостійність та здатність

успішно активізувати свої ресурси в потрібному напрямку. Але чим така людина має більш розвинений процес програмування діяльності, тим нижчі в неї децентрація та глибинність переживань. І навпаки. Можливо, що якщо людина схильна детально програмувати свою активність, то вона вже менш уважна до інших точок зору, має менший емоційний відгук. Тобто, процес програмування може певним чином робити людину більш формальною та раціональною, що знижує її чутливість.

В представників критичного рівня зрілості виявлено лише кореляцію між оцінюванням результатів та креативністю. Тут є припущення щодо того, що при низькій особистісній зрілості людям властиво креативно оцінювати результати своєї діяльності для того, аби певним чином зробити ці результати більш позитивними. Це може бути як лише зовнішнє надання гарного вигляду цим результатам для власної вигоди, так і дійсно індивідуальні особливості сприйняття.

Щодо автономного стилю саморегуляції поведінки, можна сказати, що таким людям притаманні глибинність емоційних переживань та властива відповідальність за свої дії, які були попередньо програмовані; є гнучкість, креативність підходу до обмірковування своїх дій та їх подальшої оцінки; також властива контактність, вміння активізувати свої ресурси відповідно до мети діяльності.

Молодим людям оперативного стилю саморегуляції є властивою тенденція, що чим вища відповідальність, тим нижча потреба в детальному програмуванні діяльності. Крім того, для цього стилю саморегуляції поведінки є характерними гнучкість, самостійність, вміння взяти до уваги всі особливості ситуації для найкращого результату та правильного попереднього планування діяльності; наявність розвиненого навику програмування не виключає толерантності та контактності, тобто не формалізує діяльність особистості.

В групи стійкого стилю виявлено, що при розвиненості усіх регуляторних процесів, такі люди є толерантними, їм властиво зважати на оточуючих та їх думок, що також, за наявності розвинутої життєвої філософії, справляє відповідне враження про

людські якості таких особистостей. Їм властиво ефективно досягати своєї мети при збереженні людяності, вірності своїм сенсам, автономності.

Таким чином, ми приймаємо гіпотезу, яка вказує на наявність взаємозв'язку між стилями саморегуляції та рівнями особистісної зрілості.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Гільбух Ю.З. Розумово обдарована дитина. Психологія, діагностика, педагогіка / Ю.З. Гільбух. – К .: Фірма "Віпол", 1993.-75 с. 6
2. Гільбух Ю. З. Тест-опитувальник особистісної зрілості. К.: Науково практичний центр «Психодіагностика та диференційоване навчання», 1994. 24 с
3. Гуманістична психологія в теоріях особистості // Stud.com.ua URL: https://stud.com.ua/174994/psihologiya/gumanistichna_psihologiya_teoriyah_osobistosti (дата звернення: 22.01.2024).
4. Максименко, С.Д. До проблеми розробки освітньо-кваліфікаційної характеристики сучасного психолога [Текст] / С. Д. Максименко, Т. Б. Ільїна // Прак. психол. та соц. робота. – 1999. – №1. – С.2–6.
5. Маслоу А. Екзистенціальна психологія / А. Маслоу, Р. Мей, Г. Олпорт, К. Роджерс. - М .: Інститут загальногуманітарних досліджень; Ініціатива, 2005. - 160 с.
6. Маслоу А. Мотивація і особистість / А. Маслоу. - СПб. : Пітер, 2008. - 352 с. - [Електронний ресурс]. - Режим доступу: <http://psylib.org.ua/books/masla01/index.htm>.
7. Олпорт Г. Становлення: основні положення психології особистості // Г. Олпорт. Становлення особистості: Обр. тр. - М .: Сенс, 2002 - С. 166-216. - [Електронний ресурс]. - Режим доступу: <http://psylib.org.ua/books/olpor01/indcx.htm>.
8. Олпорт Г. Становлення особистості: Обр. пр. / Під заг. ред. Д.А. Леонтєва. - М .: Сенс, 2002. - 462 с.
9. Піаже Ж. Психологія інтелекту // Піаже Ж. Вибрані психологічні праці. М., 1994.
10. Прикладна психодіагностика в Національній гвардії України: метод. посіб. / Колесніченко О. С. та ін.; за заг. ред. проф. І. І. Приходька.

Харків : НАНГУ, 2020. 388 с.

11. Психологія. Підручник / За ред. Ю. Л. Трофімова. – К., 2000.

12. Роджерс К. Про становлення особистості: психотерапія очима психотерапевта // К. Роджерс. Погляд на психотерапію. Становлення людини. - М .: Прогрес, 1994. - [Електронний ресурс]. - Режим доступу: <http://psylib.org.ua/books/rogcr01/index.htm>.

13. Роджерс К.Р. Становлення особистості. Погляд на психотерапію / К.Р. Роджерс. - М .: ЕКСМО-Прес, 2001. - 416 с.

14. Тест-опитувальник особистісної зрілості : брошура / ред. Ю.З. Гільбух. – Київ: НПЦ Психодіагностика та дифференційоване навчання, 1994. – 24 с.

15. Франкл В. Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі / Віктор Франкл ; пер. з англ. О. Замойської. — Харків: Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля», 2016. — 160 с. ISBN 978-617-12-0452-2

16. Франкл В. Десять тез про особу // Екзистенціальна традиція: філософія, психологія, психотерапія. - 2005. - № 2. - С. 4-13. [Електронний ресурс]. - Режим доступу: http://psylib.org.ua/books/_franv02.htm

17. Штепа О. С. Особистісна зрілість: Модель. Опитувальник. Тренінг. – Монографія. – Львів: Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2008. – 232с.

18. Штепа О.С. Особистісна зрілість як передумова становлення психологічної ресурсності

людини /О.С. Штепа// Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології

імені Г.С. Костюка. – Київ, 2013. – Том.11. – Психологія особистості. Психологічна допомога

особистості. – Вип.8. – Ч.2. – С. 576-584.

19. Штепа О. С. Самоменеджмент (самоорганізування особистості) : навч. посібник / О. Штепа. – Львів: ЛНУ імені Івана Франка, 2012. – 362с.

20. Юнг К. Свідомість і несвідоме / К. Юнг. - М .: Академічний проект, 2009. - 190 с.
21. Erik H. Erikson (1968). *Identity: Youth and Crisis*. W. W. Norton. ISBN 978-0-393-31144-0. Retrieved 9 June 2013
22. Murray, D. W., & Rosenbalm, K. (2017). Promoting self-regulation in adolescents and young adults: A practice brief. OPRE Report №2015-82. Washington, DC: Office of Planning, Research, and Evaluation.
23. Wechsler, David (1 March 1950). "Intellectual Development and Psychological Maturity". *Child Development*. 21 (1): 45–50

Анотація

Кваліфікаційна робота присвячена темі «Взаємозв'язок особистісної зрілості та стилів саморегуляції поведінки у молодих людей». Об'єктом є особистісна зрілість в молоді. Предметом дослідження є взаємозв'язок між стилями саморегуляції та особистісною зрілістю в молоді. В даній роботі були використані статистичний критерій Краскела-Уолліса та кореляція Спірмена. Вибірка досліджуваних складається з 55 молодих людей віком від 18 до 30 років. Робота складається і вступу, двох розділів, висновків; містить 10 таблиць, 4 малюнки; список використаної літератури з 23 найменувань.

У першому розділі роботи розглядаються поняття особистісної зрілості та стилів саморегуляції поведінки, погляди на їх визначення та припускається можливість наявності взаємозв'язку між рівнями особистісної зрілості та стилями саморегуляції поведінки.

У другому розділі описується емпіричне дослідження взаємозв'язку між рівнями особистісної зрілості та стилями саморегуляції поведінки на вибірці, яка складається з 55 представників молоді. На підставі результатів проведеного дослідження описуються взаємозв'язки, які було виявлено.

Результатами проведеного дослідження є :

В представників високого рівня особистісної зрілості планування має взаємозв'язок з життєвою філософією та глибинністю переживань; моделювання має зворотній зв'язок з відповідальністю, а також прямий зв'язок із глибинністю переживань; програмування має зворотній зв'язок з відповідальністю, а також прямий зв'язок із глибинністю переживань, життєвою філософією, толерантністю, контактністю; гнучкість пов'язана з відповідальністю, а також з глибинністю переживань, толерантністю та контактністю. Самостійність має зворотній зв'язок з глибинністю переживань та толерантністю.

У представників необхідного рівня особистісної зрілості є позитивний взаємозв'язок між плануванням та толерантністю; моделювання має прямий зв'язок з

толерантністю; програмування має зворотній зв'язок з децентрацією, глибинністю переживань, толерантністю; гнучкість - прямий зв'язок з креативністю; самостійність - прямий зв'язок із синергічністю.

В представників критичного рівня зрілості виявлено взаємозв'язок лише між оцінюванням результатів та креативністю.

В групі автономного стилю саморегуляції поведінки прямий зв'язок між глибинністю переживань та програмуванням; також - між толерантністю та програмуванням, контактністю та гнучкістю; креативність має прямий зв'язок з моделюванням, оцінкою результатів та гнучкістю в представників автономного стилю саморегуляції; синергічність має позитивну кореляцію із гнучкістю.

В досліджуваних оперативного стилю саморегуляції є негативний зв'язок між відповідальністю та програмуванням; позитивні зв'язки між децентрацією та плануванням, програмуванням, оцінюванням результатів, гнучкістю; позитивний зв'язок між глибинністю переживань та гнучкістю; толерантність та програмування мають позитивний взаємозв'язок; контактність має позитивні взаємозв'язки з програмуванням та оцінюванням результатів; самоприйняття та гнучкість мають позитивний взаємозв'язок.

В групі стійкого стилю виявлено пряму кореляцію між самостійністю та відповідальністю; глибинність переживань має позитивний взаємозв'язок з моделюванням та гнучкістю; життєва філософія позитивно корелює з відповідальністю; толерантність має позитивні взаємозв'язки з плануванням, моделюванням, програмуванням та оцінкою результатів; автономність має позитивну кореляцію з оцінкою результатів. Синергічність має прямий взаємозв'язок із гнучкістю.

Згідно до вищезазначених результатів, було прийнято гіпотезу про наявність взаємозв'язків між рівнями особистісної зрілості та стилями саморегуляції поведінки у молодих людей.

Ключові слова: особистісна зрілість, стилі саморегуляції поведінки, відповідальність, децентрація, глибинність переживань, життєва філософія, толерантність, автономність, контактність, самоприйняття, креативність, синергічність, планування, моделювання, програмування, оцінювання результатів, гнучкість, самостійність.

Abstract

The qualification work is devoted to the topic "The relationship between personal maturity and styles of self-regulation of behavior in young people." The object is personal maturity in youth. The subject of the study is the relationship between self-regulation styles and personal maturity in youth. The Kraskel-Wallis statistical test and Spearman's correlation were used in this work. The research sample consists of 55 young people aged 18 to 30 years. The work consists of an introduction, two sections, and conclusions; contains 10 tables, 4 figures; a list of used literature from 23 items.

The first section of the work examines the concepts of personal maturity and styles of self-regulation of behavior, views on their definition, and suggests the possibility of a relationship between levels of personal maturity and styles of self-regulation of behavior.

The second chapter describes an empirical study of the relationship between levels of personal maturity and styles of self-regulation of behavior on a sample of 55 youth. Based on the results of the research, the relationships that were discovered are described.

The results of the conducted research are:

In representatives of a high level of personal maturity, planning has a relationship with life philosophy and depth of experiences; modeling has an inverse relationship with responsibility, as well as a direct relationship with depth of experience; programming has an inverse relationship with responsibility, as well as a direct relationship with the depth of experiences, life philosophy, tolerance, contact; flexibility is associated with responsibility,

as well as depth of experience, tolerance and contact. Independence has an inverse relationship with depth of experience and tolerance.

Representatives of the required level of personal maturity have a positive relationship between planning and tolerance; modeling is directly related to tolerance; programming has an inverse relationship with decentration, depth of experiences, tolerance; flexibility - a direct relationship with creativity; independence is directly related to synergy.

In representatives of the critical level of maturity, a relationship was found only between the evaluation of results and creativity.

In the autonomous style of self-regulation of behavior, there is a direct relationship between the depth of experiences and programming; also - between tolerance and programming, contact and flexibility; creativity has a direct relationship with modeling, evaluation of results and flexibility; synergy has a positive correlation with flexibility.

There is a negative relationship between responsibility and programming in subjects with an operational style of self-regulation; positive relationships between decentralization and planning, programming, evaluation of results, flexibility; a positive relationship between depth of experience and flexibility; tolerance and programming have a positive relationship; contact has positive relationships with programming and outcome evaluation; self-acceptance and flexibility have a positive relationship.

A direct correlation between independence and responsibility was found in the stable style group; depth of experience has a positive relationship with modeling and flexibility; life philosophy is positively correlated with responsibility; tolerance has positive relationships with planning, modeling, programming and evaluation of results; autonomy has a positive correlation with evaluation of results. Synergy is directly related to flexibility.

According to the above results, the hypothesis of the presence of relationships between the levels of personal maturity and the styles of self-regulation of behavior in young people was accepted.

Key words: personal maturity, styles of self-regulation of behavior, responsibility, decentration, depth of experiences, life philosophy, tolerance, autonomy, contact, self-acceptance, creativity, synergy, planning, modeling, programming, evaluation of results, flexibility, independence.