

СУТНІСТЬ ПРИНЦИПУ ОСОБИСТІСНОГО САМОРОЗВИТКУ В ПСИХОЛОГІЧНІЙ КОРЕКЦІЇ

У статті розкривається сутність принципу особистісного саморозвитку в психологічній корекції. Наводиться понятійна схема психологічного простору саморозвитку особистості. Розглядається авторська модель вікової психокорекції як системи формування суб'єкта саморозвитку.

Ключеві слова: самопізнання, саморегуляція, самокорекція, саморозвиток, переживання, інтенціональність, автентичність, антиципація, життєздатність, суб'єкт саморозвитку.

Найважливішим завданням практичної психології є надання допомоги людині в самоактуалізації та самореалізації її внутрішнього потенціалу, в досягненні гармонії її внутрішнього світу, поліпшенні суб'єктивного самопочуття і зміцненні психічного здоров'я. Особливо актуальною є проблема надання психологічної допомоги на етапах становлення особистості - у дитячо-юнацькі роки, хоча вона не втрачає свого значення і протягом усього життя людини.

Проте очевидним є і те, що виконати природне завдання життя (і задовольнити природну потребу) – реалізувати свій особистісний потенціал, самоактуалізуватися, "стати всім, чим може" (К. Роджерс), особистістю, здатною досягти цілісності Я, самототожності, – людина може тільки завдяки власній активності (тобто самоактивності). На сьогодні більшість науковців розглядають людину як суб'єкта власного перетворення, а процес розвитку переважно вважають саморозвитком (К.О. Абульханова-Славська, Л.І. Анциферова, Г.О. Балл, М.Й. Боришевський, А.В. Брушлинський, Г.С. Костюк, С.Д. Максименко, С.Л. Рубінштейн, М.В. Савчин, А.І. Титаренко, Т.М. Титаренко). З цього погляду ключовим принципом надання психологічної допомоги є принцип саморозвитку особистості, а головним завданням – актуалізація і активізація здатності клієнта до саморозвитку і, в остаточному підсумку, формування суб'єкта особистісного саморозвитку. Урахування зазначеного принципу є традиційним для психологічної науки. Завданням нашої статті є розгляд його сутності і особливостей реалізації в практиці психологічної допомоги взагалі та психологічної корекції зокрема.

Поняття "психологічна допомога" відбиває певну психологічну реальність, певну психосоціальну практику (сферу та спосіб діяльності), призначенням яких є сприяння людині в розв'язанні широкого кола проблем, пов'язаних з її психічним життям. На думку А.Ф. Бондаренка, зміст психологічної допомоги полягає в забезпеченні емоційної, смислової та екзистенційної підтримки людини у складних ситуаціях її особистісного й соціального буття.

Одним із видів надання психологічної допомоги особистості є психологічна корекція, яка сприяє повноцінному функціонуванню й розвитку особистості через розв'язання її конкретних психологічних проблем, через вплив на окремі психологічні структури людини, виконуючи завдання не тільки зміни, а й навчання, формування, розвитку тих або інших сторін психологічної реальності людини.

Більшість науковців визначають психологічну корекцію як спрямований і обґрунтований вплив психолога на дискретні характеристики внутрішнього світу людини [1]. Це треба розуміти так, що психолог має справу з конкретними проявами психологічної реальності людини — її бажаннями, цінностями, емоційними станами, пізнавальною діяльністю, особливостями характеру і поведінки. Однак, беручи до уваги дискретність як диференційну рису психокорекційного впливу, необхідно зробити ряд важливих уточнень.

По-перше, не можна забувати, що людина — цілісна психологічна реальність. Тому, впливаючи на дискретні характеристики внутрішнього світу людини, розв'язуючи її конкретні проблеми (емоційні, поведінкові, характерологічні та ін.), ми впливаємо на її особистість у цілому. Таким чином, психологічна допомога в руслі психокорекції здійснюється шляхом усунення, компенсації труднощів розвитку особистості в процесі її становлення. Говорячи про корекцію психічного розвитку в дитячо-юнацькому віці, навіть доречно вживати термін "*корекційно-розвивальна робота*", тому що значна кількість проблем і труднощів психічного розвитку в цьому віці виникають через неповну сформованість, недостатній розвиток тих чи інших боків психологічної реальності людини.

По-друге, ми переконані, що без внесення коректив у диспозиційні утворення (переконання, уявлення, цінності, настанови), без зміни ставлення людини до своєї проблеми неможливо досягти тривалого успіху. Тому одним із завдань практичного психолога є сприяння людині в зміні її ставлення до соціального середовища і власної особистості, відкриття нових шляхів для розв'язання проблемних ситуацій, досягнення нового погляду, нового усвідомлення.

По-третє, багато теоретичних і експериментальних досліджень, а також досвід автора переконливо свідчать, що ефективність і результативність корекційного процесу визначаються ступенем суб'єктної активності самої особистості, яка підлягає корекції. Тому надзвичайно важливо не тільки корегувати окремі психологічні структури клієнта, а й формувати навички саморозвитку особистості загалом. За нашим глибоким переконанням, провідним і суттєвим завданням практичного психолога, який здійснює психокорекцію, є розвиток навичок особистісної рефлексії і саморегуляції, формування в учасників корекційного процесу відповідальності за свій стан і поведінку і, зрештою, *переведення корекції в самокорекцію*.

Питання відповідальності та активності клієнта доцільно порушити вже на першому, настановчому етапі проведення психокорекції. Наставочний етап передбачає такі важливі моменти психокорекційної діяльності психолога:

1. Формування адекватного ставлення клієнта до власної проблеми, до психолога та до методів корекційного впливу. Це допоможе клієнтові уникнути як недооцінки, так і переоцінки своєї проблеми й ролі психолога в її розв'язанні. У першому випадку клієнт не має стимулу для усунення власних проблем, у другому - слабшає його віра в себе і свої можливості.

2. Можливе переформулювання запиту, мети психологічної корекції. При цьому важливо, щоб клієнт усвідомив, що саме його не задовольняє у власному психологічному стані або поведінковому патерні, й описав бажаний психологічний стан, особистісні якості або поведінковий патерн. Опис має бути змістовним і позитивним ("що треба змінити в собі, щоб вирішити названу життєву проблему"). Зрозуміло, що такий самоаналіз потребує зацікавленості і активної роботи самого клієнта, тобто його суб'єктного ставлення.

3. Створення активної настанови особистості на психокорекційну роботу. Для успішної корекції психолог повинен забезпечити перехід від бажання клієнта, щоб змінювалися інші, до готовності обговорювати необхідність власної зміни.

4. Формування мотивів самопізнання та самовдосконалення усвідомлення себе суб'єктом саморозвитку, який відповідає за свою поведінку, емоції та рішення. З'ясування з клієнтом його намірів щодо розв'язання наявної проблеми, а також його взаємин із психологом (чи є в клієнта можливість і готовність працювати в межах поставленої проблеми). Тільки суб'єктне ставлення і активна участь клієнта в корекційному процесі може забезпечити ефективне розв'язання його особистісної проблеми.

Викладене вище дозволяє сформулювати (спираючись на цілий ряд досліджень) низку важливих принципів, яких абсолютно необхідно дотримуватися при організації корекційної роботи, маючи на меті посилення суб'єктної активності клієнта. Принципи психокорекції наводяться автором в [1], на разі в статті розглянемо три з них, узагальнені нами як *принцип особистісного саморозвитку*.

Принцип автономності особистості. Проводячи корекційну роботу, психолог має враховувати те, що з розвитком самосвідомості в дитини формується психологічна стійкість до впливу, яка з віком стає домінуючою, дедалі більшого значення набуває саморегуляція, саморозвиток і відносна автономія особистості. Тому корекційний вплив повинен не змінювати, не переробляти клієнта, а допомогти стабілізувати порушену психологічну рівновагу, спираючись на все сильне, позитивне в його особистості.

Принцип особистісного досягнення. При використанні поняття "особистісного досягнення" (Ю. Пахомов, М. Цзен,) у психологічній корекції реалізується індивідуальний підхід у розумінні визнання права самого клієнта взяти з психокорекційних можливостей те, що він зможе взяти, або те, що він захоче взяти. Непланованість особистісного росту при визнанні нескінченності й необмеженості цього процесу є однією з головних специфічних рис психокорекції. Завдання психокорекції - створити умови для максимально повного особистісного росту, але в жодному разі не підштовхувати учасників психокорекції до досягнення ними певних, наперед регламентованих результатів.

Принцип особистісної мотивованості. У своїй роботі психолог має враховувати, що важко очікувати позитивного результату від корекційного впливу без зацікавленого, уважного й серйозного ставлення клієнта до своєї проблеми, до психолога і ситуації в цілому, тобто психокорекційний процес має бути особистісно-детермінованим (повинна виникнути потреба: "хочу змінитися", "перебороти", "навчитися" і т.д.). Звідси випливає найважливіше завдання психокорекції - формувати мотивацію самовиховання й саморозвитку, сприяти переростанню корекції в самокорекцію. Тому психолог має будувати психокорекційну роботу так, щоб викликати у клієнта (особливо це стосується підлітків і юнацтва) інтерес, бажання, прагнення до самопізнання й саморегуляції, тобто актуалізувати й активізувати його потребу в саморозвитку, а самого клієнта сприяти як суб'єкта саморозвитку.

За нашою принциповою позицією, здійснити корекцію особистості ззовні неможливо. Особистісні зміни можуть відбутися тільки із самою людиною під впливом її власної душевної роботи (самопізнання, самоаналізу, саморегуляції тощо). Про це переконливо свідчить сама динаміка корекційного процесу, що, як правило, не може бути окреслена прямою лінією (поступова стабілізація, поліпшення, зміна і т.д.), а скоріше ламаною. Майже в кожному психокорекційному процесі є свої падіння і злети, уповільнення і прискорення руху, рівні ділянки (нагромадження) і сплески (якісний стрибок) і навіть регресія, погіршення стану (внутрішній опір, реакція протесту). Це відбувається тому, що головними в психокорекції є процеси емоційні, процеси переживань, а емоції - це, як відомо, динамічні психологічні утворення. А. Співаковська метафорично описує психокорекційний процес як особливі "мелькання", "згустки переживань", що поєднують усіх учасників психокорекції в єдиному емоційному полі [9]. Б.Д. Карвасарський теж вважає, що в терапевтичному процесі (процесі змін) інтелектуальні знання замінюються емоційними переживаннями, акценти ж на "там і тоді" віддаленого минулого переносяться на "тут і тепер" безпосереднього теперішнього [7].

Психолог за допомогою психокорекційних методів і тактики своєї поведінки (з урахуванням закономірностей групового процесу або тієї діяльності, в рамках якої проводиться психокорекційна робота) може створити умови для виникнення яскравих, емоційно забарвлених переживань (емоційно-насиченого досвіду). І тільки самі ці індивідуально-неповторні переживання конкретної особистості створюють можливість нового бачення нею старих проблем, нового погляду на життєву ситуацію, на саму себе, на близьких людей і свої взаємини з ними, на свою діяльність.

Переживання (як придбання досвіду) є чуттєвим, суб'єктивним, особистісно-значущим (хоча необов'язково пізніше залишиться таким) процесом, що відбувається в теперішньому і є засобом концептуалізації психологічного стану людини. Тобто більшість людей частіше власні переживання не диференціюють і не предметизують, а свій емоційний стан відчують (і описують) узагальнено, наприклад: "Мені погано", "Мене не люблять", "Я – невдаха".

Концептуалізація і узагальнення переживання роблять його аморфним і імпліцитно поєднаним з особистістю в цілому. Загострення ж переживань у корекційній роботі сприяє виникненню таких процесів: усвідомлення явищ, що стоять за ними (інсайт), відреагування внутрішньої напруги (катарсис) і вилучення з психологічної реальності особистості травмувальних обставин, відносин, індивідуальних якостей, емоційних станів (предметизування), а потім відокремлення (дистанціювання) їх від цілісного Я особистості з подальшою можливістю роботи над ними. Отже, усвідомлення й розв'язання своєї психологічної проблеми – це результат гострих емоційних переживань, що досягаються в психокорекційному процесі.

Особистісне знання неможливо передати від однієї людини до іншої, від психолога — клієнту, його можна тільки "виробити", взяти з власного досвіду. Не може бути й еталона особистісного знання - у кожного воно своє, інше, а не більш або менш правильне, краще або гірше. Психолог може тільки створити умови для внутрішньої роботи, навчити прийомів самоаналізу, саморегуляції, тобто *сприяти процесу саморозвитку особистості*, тоді як подолання власних психологічних проблем – справа виключно самої людини.

Що ж конкретно має робити практичний психолог? Психолог здатний допомогти (створити умови) своєму клієнту зорієнтуватися в навколишньому світі, розібратися в системі власних цінностей та орієнтирів, допомогти йому побачити себе збоку: який Я, як Я живу, якими є мої стосунки з довколишніми. Але це тільки перший, попередній

(діагностичний або аналітичний) етап корекційної роботи.

На думку багатьох сучасних психологів-практиків різних психологічних напрямків (гуманістичного – Д. Келлі, А. Маслоу, Г. Мюррей, Г. Олпорт, К. Роджерс, екзистенційного – Л. Біневангер, М. Босс, Дж. Бьюджентал, Р. Мей, В. Франкл, трансперсонального – Ч. Гарт, Т. Маккена, М. Мерфі, К. Уїлбер тощо), наступний етап (його можна назвати реконструктивним – С.К.) – це пошук свого власного унікального шляху, побудова найбільш оптимальної для розкриття внутрішніх потенційних можливостей форми існування.

Основною метою психотерапії зазначених напрямків є допомога людині в становленні самої себе як особистості, здатної до самоактуалізації, в розкритті сенсу власного існування, в досягненні автентичності. Це відбувається завдяки гармонізації образу Я клієнта, поглиблення саморозуміння і виникнення нових цінностей, тобто завдяки внутрішній психологічній роботі. Тому психологічне втручання набуває форми створення нових умов, які б допомогли людині пережити новий досвід. Уважається, що саме такий, терапевтично організований досвід роботи з власним внутрішнім світом сприяє особистісній інтеграції, прийняттю і усвідомленню себе у всьому своєму різноманітті, подоланню неконгруентності, зростанню автентичності і спонтанності, звільненню прихованого творчого потенціалу та здатності до саморозвитку.

Зауважимо, що саморозвиток особистості розглядається як необхідна умова її оптимального функціонування, тоді як зупинка саморозвитку, незалежно від причини, зумовлює різного роду особистісні і психологічні порушення (А. Адлер, Р. Ассаджолі, Дж. Бьюджентал, А. Маслоу, В. Франкл, К. Хорні та ін.). Показово, що, на думку К. Хорні, саморозвиток полягає у постійній готовності до глибокого переживання своїх бажань і почуттів, до виявлення свого призначення в житті і прийнятті відповідальності як за себе, так і за інших людей, до встановлення дружніх, емоційно забарвлених міжособистісних зв'язків [11]. У меті психотерапії, визначеній К. Хорні ("там, де було Ідеалізоване Я, повинно бути Реальне Я"), яскраво відображується завдання психолога – допомогти клієнту в його автентичному розвитку, в розгортанні його тенденції до самовираження і самореалізації завдяки реконструкції думок, почуттів і життєвих планів.

Внутрішній світ особистості та її взаємодія зі світом зовнішнім (ставлення, переживання) – явища багато вимірні. Звідси стає зрозумілим, що й саморозвиток особистості це складний, нелінійний, багатоплановий процес, який має свою динаміку (піки і спади), індивідуальну спрямованість, мотиви, способи, суб'єктивні та об'єктивні результати. Нам близький підхід до розуміння саморозвитку особистості А. Анг'яла. Розроблені А. Анг'ялом показники саморозвитку представлені трьома вимірами: вертикальним – спрямованим на розвиток глибинних потреб і більш досконалих патернів їх задоволення, горизонтальним – який полягає в поліпшенні координації та збільшенні багатогранності поведінки людини, прогресивним – спрямованим на зростаючу ефективність і продуктивність життєдіяльності особистості [12]. Теоретичний аналіз проблеми саморозвитку дозволив нам запропонувати модель концепції (понятійну схему) психологічного простору саморозвитку особистості і наповнити її змістовно.



Рис. 1. Психологічний простір саморозвитку особистості

Межі психологічного простору саморозвитку особистості задають, з одного боку, цілі та особистісні смисли, з іншого – можливості особистості (потенціал саморозвитку). Прикладний інтерес для нашого дослідження становить можливість співвіднести зазначені виміри психологічного простору саморозвитку особистості з визначеними нами теоретико-емпіричним шляхом психологічними ресурсами саморозвитку особистості (потреба, умови і механізми саморозвитку) [3], стан яких можна дослідити, а їх актуалізація або формування сприятиме становленню суб'єкта особистісного саморозвитку.

Теоретичні дослідження існуючих психологічних концепцій саморозвитку особистості дозволяють стверджувати, що психологічні ресурси як сукупність можливостей розвитку вже існують у психологічній реальності людини, але для здійснення прогресивного особистісного саморозвитку потрібна їхня актуалізація і встановлення між ними певних функціональних зв'язків.

На думку Д.О. Леонтьєва, створити умови для зростання і саморозвитку особистості – це означає "розширити її

життєвий світ". Науковець вважає, що людина сама визначиться, як їй краще, якщо буде мати можливість вибирати, якщо у неї буде досить велика можливість вибору, досить широка свідомість (усвідомлення себе, самовизначення, самосприйняття та ін. - С.К.) і досить повна та багатомірною картина світу та своїх відносин зі світом [5].

Складним системам, здатним до самоорганізації, (до яких, без сумніву, належить людина), не екологічно нав'язувати шляхи розвитку (Б.Г. Ананьєв). Існує думка, що кожна людина знає все, що їй потрібно знати, і має все, що їй потрібно мати. Необхідно лише підштовхнути її до усвідомлення цього факту, допомогти актуалізувати це знання, сформулювати та оформити в рішення. Кожна проблема вказує на спосіб її розв'язання, у кожній проблемі закладені деякі векторні характеристики її подолання. Людина свідомо робить вибір і несе за нього відповідальність. Особистість, зрештою, є центром власного всесвіту, творцем власних подій, винятковою причиною свого вдосконалення. Платон вважав, що знання - це процес пригадування або витягнення з глибин підсвідомості того, що там уже закладено. Необхідно тільки розпізнати й активізувати їх.

Дані погляди на терапевтичний процес ґрунтуються на вірі в потенційні можливості особистості, в позитивну природу людини та її прагнення до самореалізації і саморозвитку. Таку віру яскраво демонструє висловлювання В. Франкла: "Кожна людина має свободу змінитися в будь-який момент. Підставою для будь-яких прогнозів слугують біологічні, психологічні та соціологічні умови. Проте однією з головних рис людського існування є здатність підніматися над цими умовами та трансцендувати їх. Подібним чином, в остаточному підсумку, людина трансцендує саму себе; людина - істота, яка сама себе трансцендує" [10].

Проте нам здається, що для здійснення трансценденції особистість має бути достатньо зрілою, тобто усвідомлювати свої потреби і цілі, керуватися певними цінностями, довіряти собі, відповідати за своє життя. А зрілості ще треба досягти. Становлення особистості відбувається в дитячо-юнацькому віці. І для успішності цього процесу потрібні сприятлива соціальна ситуація розвитку (на це вказують з'ясовані нами закономірності актуалізації саморозвитку особистості) [3], а також формувальні дії, спрямовані на розвиток здатності особистості до самопізнання, самоаналізу, саморегуляції та відповідальності за свої дії, тобто здатності бути суб'єктом власного розвитку. В цьому ми вбачаємо основне завдання психокорекції в дитячо-юнацькому віці. З нашого погляду, виокремленні виміри психологічного простору саморозвитку (рис. 1) визначають технологію особистісного зростання людини. А встановлені нами психологічні ресурси і розроблені критерії саморозвитку задають напрямки корекційно-розвивальної діяльності практичного психолога стосовно надання психологічної допомоги та сприяння особистісному зростанню клієнта.

"Механічне" (ззовні, без внутрішньої роботи) розв'язання психологічних проблем людини неможливе ще й з таких міркувань. Людина не просто існує "тут і тепер", але й постійно вирішує, яким буде її існування, якою вона стане в наступний момент (В. Франкл) В кожній людині закладено потенціал особистісного розвитку, особистісних можливостей. Але для їх реалізації людина повинна, по-перше, - бути внутрішньо вільною (автономною, суверенною, інтенціональною) і, по-друге, - бачити перспективу свого розвитку (мати мету), тобто бути спрямованою у майбутнє.

На думку К. Обуховського, теперішнє є лише точкою переходу подій з майбутнього в минуле. Тому, щоб повноцінно брати участь у житті, необхідно адекватно антиципіювати (внутрішньо попереджати, налаштуватися, вживатися - С.К.) прийдешні події. Людина, фіксована на своїх проблемах, власних переживаннях, особливо психогенного характеру, живе навіть не в теперішньому, а в минулому і не здатна бачити реальне майбутнє. Вона підставляє на його місце минуле і керується цим минулим, оскільки це її останній зв'язок із реальністю. Якщо вона позбудеться цих переживань, перш ніж буде здатна брати участь у майбутньому, то може опинитися поза часом.

З цієї точки зору можна пояснити особливо складні випадки психокорекційної практики щодо розв'язання психологічних проблем клієнтів. Можливо, вони підсвідомо не бажають позбавлятися своїх негативних переживань (що, як правило, узагальнені і пов'язані з конкретною ситуацією або людиною), оскільки не бачать свого життя без них - свого майбутнього і себе в ньому. Колишні переживання надають смисл їх теперішньому. За влучним висловом К. Обуховського, "захист симптому - це остання лінія оборони перед психозом, потраплянням у стан поза часом" [6, с. 285].

Це підтверджують і наші дослідження з використанням методики СЖО Д.О. Леонтьєва і "Диференціальної шкали емоцій" К. Ізарда. Метою дослідження було визначення психосоматичного статусу юнаків із хронічними захворюваннями верхніх дихальних шляхів та шлунково-кишкового тракту (40 осіб віком 18-25 років). Як правило, смислотворча ситуація, фіксована в минулому, супроводжувалася домінуванням емоції провини, образи або страху. Ймовірно, що соматичний стан цих юнаків є результатом дії механізму психологічного захисту, а подолання хвороби в даному випадку можливе тільки через корекцію Я-концепції і концепції життя в цілому [2].

Звідси впливає необхідність психокорекційної роботи щодо посилення Я клієнта, використання його особистісних переваг (сильних рис його індивідуальності), життєвого досвіду для планування перспектив майбутнього, озброєння клієнтів, особливо підлітків та юнаків, техніками саморегуляції, позитивного самоналаштування, що допоможе подолати страх перед майбутнім, невпевненість, посилити віру в себе і можливості саморозвитку.

Таким чином, зосередження на своїх проблемах - це фіксація на минулому. Бачення шляхів подолання цих проблем, внутрішня налаштованість (енергетичний потенціал) на їх подолання - це спрямованість у майбутнє. Розв'язуючи проблеми, плануючи майбутнє, людина закладає траєкторію свого розвитку, тобто стає суб'єктом саморозвитку.

Ми переконані, що основною умовою життєстійкості, ефективного функціонування людини в бурхливому і постійно мінливому світі є вміння конструктивно реагувати на ці зміни, перебудовуватися і, в остаточному підсумку, *постійно позитивно змінюватися, саморозвиватися*. Звідси, людину, бажано з дитячого віку, необхідно навчити способам, технікам оволодіння життєвими ситуаціями і власними емоційними станами, що забезпечить їй психологічне здоров'я і особистісний розвиток.

За нашим переконанням, процес усвідомлення джерел власних негативних переживань, їх предметизування і відокремлення (дистанціювання) від цілісного Я (є Я, і є мої проблеми), має бути неперервним. Це забезпечить людині

відчуття внутрішньої свободи і влади над обставинами, дозволить їй відчувати себе суб'єктом власного життя. При цьому життя буде сприйматися як ланцюжок життєвих утруднень, проблемних ситуацій, які можна і треба подолати, а самі ці труднощі – як можливості особистісного зростання. Навчити такому способу взаємодії зі світом є завданням авторської моделі (С.К.) психокорекції в дитячо-юнацькому віці – "Вікової психокорекції" [1, 4].

Розробка автором теоретичних та методичних аспектів вікової психокорекції в дитячо-юнацькому віці, а також досвід власної роботи з надання психологічної допомоги показує можливість і, безперечно, необхідність організації в дитячо-юнацькому віці корекційного процесу як цілісної системи навчання прийомам і технікам самокорекції (самопізнання, самоаналізу, саморегуляції тощо), тобто реалізації *моделі вікової психокорекції як системи формування суб'єкта саморозвитку*.

Змістовно в системі вікової психокорекції можна виокремити три блоки (що відповідає трьом вимірам психологічного простору саморозвитку особистості), сутність яких полягає в забезпеченні: а) підтримки психічної рівноваги; б) оптимального особистісного функціонування; в) цілісного особистісного зростання.

Стосовно вікових періодів корекційна робота розподіляється таким чином:

– дошкільний вік: навчання прийомам і технікам саморегуляції психоемоційних станів і поведінки (індивідуально-регулятивний рівень саморозвитку особистості);

– молодший шкільний вік: навчання прийомам, технікам усвідомлення (предметизування і дистанціювання) переживань і роботи з ними – саморегуляції (індивідуально-конструктивний рівень саморозвитку особистості);

– підлітковий і юнацький вік: навчання прийомам і технікам усвідомлення (предметизування, дистанціювання), самопізнання і самоаналізу, саморегуляції і самовдосконалення (особистісно-рефлексивний рівень саморозвитку особистості). Рівні саморозвитку виділяються нами в контексті дослідження проблеми "Психологічні основи становлення суб'єкта саморозвитку в юнацькому віці".

Як бачимо, стрижневим завданням вікової психокорекції в нашій моделі є навчання засобів саморозвитку. У дошкільному віці – саморегуляції, частіше неусвідомленої, але такої, що допомагає регулювати взаємини дитини із собою і світом. У молодшому шкільному віці – усвідомленню і свідомій саморегуляції психоемоційних станів і поведінки. У підлітковому і юнацькому – усвідомленню, аналізу свого внутрішнього світу та взаємодії з навколишнім світом і, на його основі самовизначення, саморегуляції і саморозвитку власної особистості.

Висновок. Таким чином, ключовим принципом надання психологічної допомоги ми вважаємо принцип саморозвитку особистості, а основним завданням вікової психокорекції за авторською моделлю – формування активного суб'єкта власного життя і саморозвитку.

ЛІТЕРАТУРА

1. Кузікова С. Б. Вікова психокорекція. Навч. посібник / С. Б. Кузікова. – К.: Главник, 2008. – 144 с.
2. Кузікова С. Б. Саморозвиток як умова психологічного здоров'я особистості / С. Б. Кузікова // "Освіта і здоров'я: формування здоров'я дітей, підлітків та молоді в умовах навчального закладу. Матеріали III Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю. – Суми: СОШПО, 2010. – 208 с. С. 81-83.
3. Кузікова С. Б. Структурно-змістовий аналіз феномену особистісного саморозвитку: Проблеми сучасної психології / С. Б. Кузікова // Зб. наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України / За ред. С.Д. Максименка, Л.А. Онуфрієвої. – Вип. 10. – Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2010. – 910 с. С. 365-377.
4. Кузікова С. Б. Техніки вікової психокорекції. Навч. посібник / С. Б. Кузікова. – К.: Главник, 2008. – 160 с. (Серія "Психол. інструментарій").
5. Леонтьев Д. А. Жизнетворчество как практика расширения жизненного мира. 1 Всероссийская научно-практическая конференция по экзистенциальной психологии: материалы сообщений / Леонтьев Д. А. / [Под ред. Д.А. Леонтьева, Е.С. Мазур, А.И. Сосланда]. – М.: Смысл, 2001. – С. 100-109.
6. Обуховский К. Галактика потребностей. Психология влечений человека / К. Обуховский. – СПб.: Издательство "Речь", 2003. – 296 с.
7. Психотерапевтическая энциклопедия / Под ред. Б.Д. Корвасарского. – СПб.: Питер, 2006. – 944 с.
8. Роджерс К. Клиентоцентрированная терапия / К. Роджерс. [пер. с англ.]. – М.: "Рефл-бук"; К.: "Ваклер", 1997. – 320 с.
9. Спиваковская А. С. Профилактика детских неврозов / А. С. Спиваковская. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1988. – 200 с.
10. Франкл В. Э. Основы логотерапии. Психотерапия и религия / В.Э. Франкл. – СПб.: Речь, 2000. – 2000 с.
11. Хорни К. Невроз и личностный рост. Борьба за самоосуществление / К. Хорни. – СПб.: Восточно-Европейский Ин-тут Психоанализа, Б&К, 1997. – 318 с.
12. Angyal A. Foundations for science of personality / A. Angyal. – N.Y., 1941.