

УДК 159.923

DOI <https://doi.org/10.32782/2311-8458/2022-1-1>**Борисюк Ольга Миколаївна,**

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри теоретичної психології
Інституту управління, психології та безпеки,
Львівський державний університет внутрішніх справ,
вулиця Городоцька, 26, Львів, 79000, Україна
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2337-4489>

Перун Анна Миколаївна,

здобувач вищої освіти 1-го курсу освітнього ступеня магістр
Інституту управління, психології та безпеки,
Львівський державний університет внутрішніх справ,
вулиця Городоцька, 26, Львів, 79000, Україна

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИВЧЕННЯ ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ ТА ЇЇ КОМПОНЕНТНОГО НАПОВНЕННЯ

Анотація. Статтю присвячено теоретичному аналізу основних підходів щодо визначення сутності особистісної зрілості та обґрунтуванню її основних компонентних характеристик. На основі ґрунтовного аналізу науково-теоретичних підходів українських і зарубіжних вчених сформовано авторське визначення феномену особистісної зрілості, згідно з яким особистісна зрілість – це інтегральна властивість особистості, що включає в себе такі особистісні риси, які забезпечують її відповідальне ставлення до діяльності, конструктивну активність, гармонійне та ефективне функціонування, творчу реалізацію життєвих планів та толерантну взаємодію з людьми. Вказано, що на становлення особистісної зрілості впливають як зовнішні умови соціалізації, так і індивідуально-психологічні особливості особистості. Розглянуто об'єктивні чинники, що перешкоджають особистісній зрілості. Зазначено, що в актуальному часі у межах психологічної науки зрілість особистості виступає невід'ємним фактором психологічного благополуччя.

Розширено та поглиблено уявлення про компонентне наповнення феномену особистісної зрілості. На основі узагальнення досліджуваного матеріалу окреслено структурні складові особистісної зрілості як системного утворення, яке включає: саморегуляцію, самостійність, креативність, інтелектуальність, комунікабельність, моральність, відповідальність, Еґо ідентичність, емпатію, самоприйняття, автентичність, трансцендентність, самоактуалізацію. Визначено критерії особистісної зрілості, які є свідченням процесу особистісного зростання, руху в напрямку самоактуалізації та самотрансценденції. Визначено перспективи подальших наукових досліджень, що полягають у більш ґрунтовному вивченні умов розвитку компонентного наповнення феномену особистісної зрілості студентів-психологів як фундаменту для професійного розвитку та повноцінного функціонування в кризових умовах сьогодення.

Ключові слова: особистісна зрілість, компоненти особистісної зрілості, особистість, самоактуалізація, саморегуляція.

Borysiuk Olga, Perun Anna. THEORETICAL ASPECTS OF THE STUDY OF PERSONAL MATURITY AND ITS COMPONENT FULFILLMENT

Abstract. The article is devoted to the theoretical analysis of the main approaches to defining the essence of personal maturity and substantiating its main component characteristics. On the basis of a thorough analysis of the scientific and theoretical approaches of Ukrainian and foreign scientists, the author's definition of the phenomenon of personal maturity was formed, according to which personal maturity is an integral property of an individual, which includes such personal traits that ensure his responsible attitude to activities, constructive activity, harmonious and effective functioning, creative implementation of life plans and tolerant interaction with people. It is indicated that both the external conditions of socialization and the individual psychological features of the individual affect the formation of personal maturity. Objective factors hindering personal maturity are considered. It is noted that at the current time, within the framework of psychological science, personality maturity is an integral factor of psychological well-being.

The concept of the component content of the phenomenon of personal maturity has been expanded and deepened. Based on the generalization of the studied material, the structural components of personal maturity as a systemic formation are outlined, which includes: self-regulation, independence, creativity, intellectuality, sociability, morality, responsibility, ego identity, empathy, self-acceptance, authenticity, transcendence, self-actualization. The criteria of personal maturity are determined, which are evidence of the process of personal growth, movement in the direction of self-actualization and self-transcendence. The prospects of further scientific research are identified, which consist in a more thorough study of the conditions for the development of the component content of the phenomenon of personal maturity of psychology students as a foundation for professional development and full functioning in today's crisis conditions.

Key words: *personal maturity, components of personal maturity, personality, self-actualization, self-regulation.*

Постановка проблеми. Сучасність, яка диктується умовами воєнного часу, політичними, соціально-економічними, культурними змінами і трендами, вимагає від особистості займати стійку позицію непохитного у цінностях активного творця дійсності. Хиткий рівень безпеки, суперечливість оцінки подій у соціумі та стала травматизація внаслідок воєнних дій є чинниками дестабілізації життєстійкості особистості. Опірним щитом для сучасної людини є еталон сформованої особистості, що включає високий рівень оцінок і суджень, свідоме ставлення до навколишньої дійсності, підтримку міжіндивідуальних зв'язків, що становить особистісну зрілість. Так, важливо розглядати особистісну зрілість як провідний інструмент демонстрації потенціалу та критерій зростання у бажаних діяльнісних сферах, що дозволяє долати перешкоди та успішно стверджуватись.

Стан дослідження. Загальнотеоретичні засади дослідження особистісної зрілості здійснено в гуманістичній психології А. Маслоу (самоактуалізована особистість); К. Роджерса (повноцінно функціонуюча особистість); в психоаналізі З. Фрейда (зріла і відповідальна людина в соціально-сексуальних стосунках); Е. Еріксона (его-ідентична особистість); в індивідуальній психології А. Адлера (соціально-корисний тип); в аналітичній психології К. Юнга (інтегрована, гармонійна і цілісна особистість); в працях Г. Олпорта (зріла особистість).

Як бачимо, існують певні розбіжності в розумінні сутності, критеріїв, способів і механізмів розвитку особистісної зрілості. Різномічне тлумачення феномена, його складність і суперечливість ускладнюють проведення

наукових досліджень. Водночас виокремлення певних компонентів (критеріїв) особистісної зрілості уможливило б їх діагностику й шляхи розвитку в процесі професійної підготовки.

Метою статті є здійснити теоретичний аналіз основних підходів щодо визначення сутності особистісної зрілості та обґрунтувати її основні компонентні характеристики.

Виклад основних положень. У психологічній літературі поняття особистісної зрілості трактують по-різному. Так, в теорії А. Маслоу зрілість особистості пояснюється як поняття близьке самоактуалізації та залежить від її рівня. Науковець стверджував, що у випадку, коли людина внутрішньо відчуває себе вільною і за необхідності прислухається до себе, довіряє собі і відображає стан внутрішнього світу, тоді її прагнення займати вершину-досягти самоактуалізації, реалізується сповна, тобто людина здобуває зрілість [1].

Розгляд даної теми вимагає досягнути поле психологічних доробків К. Юнга, який особистісну зрілість пояснював, охопивши структурний розвиток цілісної особистості. Так, на його думку, важливою є стадія індивідуалізації, що є процесом становлення «Я», розвитку самості, та закриває потребу бути цілісною істотою. Індивідуалізація як процес відбувається виключно в ході духовного розвитку, який поряд з прагненням творити та самовдосконаленням є провідними ознаками особистісної зрілості [4].

Вищезгаданий компонент творчості у контексті розгляду даної теми є важливим для К. Роджерса. Він стверджує, що особистісна зрілість є здатністю отримати «гарне життя», яке тут виступає винагородженням та

даруванням. Лише творча людина, яка змогла дістатися «значимого», на думку американського дослідника, може зватись тою, що вільно функціонує, тобто зрілою [3].

Варто звернути увагу, що В. Франкл у трактуванні зрілості акцентував на ряді вагомих понять, які позначав як провідні умови становлення особистісної зрілості. Серед них: само-трансцендентність, відповідальність та смисл. Так, само-трансцендентність – це шлях до автентичності, «вихід за свої межі» – до іншої людини або до іншого сенсу. Автентичність є результатом пошуку і знаходження сенсу, в той час як результат здійснення цього смислу є особистісна зрілість. Спираючись на екзистенційний характер розгляду поняття, зрілість пояснюється як результат здійснення сенсу [4].

У Г. Олпорта підкреслюється особистісна зрілість, як психологічний динамічний процес, який не обмежується хронологічними рамками і є тривалим. Основними ознаками зрілості, на думку зарубіжного науковця, є емоційна стабільність, вдосконалені рамки особистісного «Я», взаємини, рефлексія, наявність переконань, що утворюють життєву філософію, а також досвід та домагання [7].

У контексті цієї теми носять цінність наукові міркування Е. Еріксона. Він стверджує, що особистісна зрілість формується шляхом особистісної трансформації. Тут йдеться про утворення конструкту зрілої особистості, що включає почуття дорослості, показник готовності діяти як зрілий, що, безумовно, під впливом життєвих випробувань не є сталим [8;9].

В українській психології проблема особистісної зрілості людини висвітлювала у працях М.Й. Боришевського, Ю.З. Гільбуха, Н.М. Дідик, Г. А. Дьоміної, О.В. Завгородньої, Л.В. Потапчук, О.С. Штепи та ін. вчених.

Розкриваючи психологічні механізми розвитку особистості, М.Й. Боришевський [1] стверджує, що особистісна зрілість людини проявляється у турботливому і відповідальному ставленні до інших, критичному і самокритичному мисленні, інтересі до минулого рідного краю, розвиненій національній свідомості, усвідомленні неоціненого значення рідної мови, гуманістичних взаємовідносинах.

Ю.З. Гільбух розглядає особистісну зрілість як складне структурне утворення, що включає в себе мотивацію досягнення, Я-концепцію (ставлення до свого Я), почуття громадянського обов'язку, життєву установку та здатність до психологічної близькості з іншими людьми [2].

Бачення досліджуваного феномену Г.А. Дьоміною виявляється концептуально близьким з положенням Е. Еріксона. Дослідниця вказує, що зрілість є новоутворенням, яке починає свій прояв з юнацького періоду. В цей час є активною фаза становлення зрілого конструкту, якому притаманно переоцінка цінностей та формування нових сталих переконань [3].

У наукових поглядах О.С. Штепи досліджуваний нами феномен існує у вигляді онтологічного ядра особистості, наявність якого є важливим для его-ідентичності. Саме характеристика цілісності та тотожності тут слугує мірилом зростання та виявом хисту людини [6]. На думку дослідниці, процес самостійно пережитої в зрілому віці кризи ідентичності призведе до розвитку особистісної зрілості. О.С. Штепа виділяє десять характеристик зрілої особистості: глибинність переживань, відповідальність, толерантність, синергічність, автономність, контактність, толерантність, самоприйняття, креативність, життєву філософію, децентрацію [6, с. 53].

Н.М. Дідик на основі проведеного аналізу понять особистісної зрілості в психологічній науці виявила, що феномен особистісної зрілості можна охарактеризувати такими рисами, як здатність до вчинку; самоприйняття; самоактуалізація; трансценденція, суб'єктність; відповідальність, інтернальний локус контролю; саморегуляція; соціабельність; креативність; самостійність; філософське почуття гумору; інтелектуальність; автентичність, нонконформізм; моральність; психічне здоров'я [2, с. 43].

Напрацювання Л.В. Потапчук є особливо цінними у розгляді даного феномену. Дослідниця наводить ряд критеріїв та умов, що засвідчують прояви особистісної зрілості. Серед них інтерперсональна активність. Вона

включає саморегуляцію, самостійність, креативність та інтелектуальність особистості. Критерій «інтерперсональна конструктивна умова» містить в собі умову підвищення показників способів міжособистісної взаємодії, до яких відносимо вміння комунікувати, емпатію, толерування, моральність та відповідальність. Також індикатором зрілості особистості, на думку Л.В. Потапчук, є трансперсональна активність, що містить характеристики вдосконалення структури еґо-ідентичності, самоприйняття, трансцендентності та самоактуалізації [5].

Поряд із тим дослідниця О.В. Завгородня вважає, що у довершеності свого особистісного розвитку людина є творчою, мудрою та характеризується спонтанними рішеннями життєвих завдань, виконує «споріднену» працю (за Г.С. Сковородою), має близькі взаємини із «глибокими» людьми; вносить риси людськості на оточення [3].

Часто у теоретичних джерелах спостерігається уподібнення понять зрілості та дорослості. Т.М. Титаренко пояснює особистісну зрілість як ознаку не хронологічну. Так, людина може бути біологічно дорослою, але ментально проявляти інфантильні риси, або, будучи юною демонструвати професіоналізм, високого рівня особистісні та міжособистісні вміння, які зводяться до позначення особистісної зрілості [1].

На становлення особистісної зрілості впливають як зовнішні умови соціалізації, так і індивідуально-психологічні особливості особистості. За словами Л.В. Потапчук, становлення особистісної зрілості залежить від впливу таких особистісних параметрів, як загальна інтернальність, самостійність, самоконтроль поведінки, емоційна стабільність, професійна спрямованість та мотиви учіння; становлення особистісної зрілості більш динамічне в середовищі, де більше стимулюється самостійність. На думку О.В. Темрук, об'єктивними чинниками, що перешкоджають особистісній зрілості, є негативне ставлення до свого «Я», невимогливість до себе, пояснення власних невдач об'єктивними чинниками [2; 4; 5].

Розглянуті підходи до дослідження особистісної зрілості дозволяють зробити висновки про те, що особистісна зрілість – це інтегральна властивість особистості, що включає в себе такі особистісні риси, які забезпечують її відповідальне ставлення до діяльності, конструктивну активність, гармонійне та ефективне функціонування, творчу реалізацію життєвих планів та толерантну взаємодію з людьми.

На основі аналізу наукових робіт Ю.З. Гільбуха, Н.М. Дідик, Т.М. Титаренко, Л.В. Потапчук, О.С. Штепи та ін. можемо вважати, що феномен особистісної зрілості є складним багатокомпонентним структурним утворенням. Залежно від напрямку вчені виокремлюють різні компоненти особистісної зрілості. Саме тому в сучасній психології не існує єдиного формулювання окресленого поняття й немає єдиного визначення компонентів особистісної зрілості. З огляду на поставлену мету дослідження розглянемо компоненти особистісної зрілості, які водночас можуть виступати критеріями її сформованості.

Враховуючи, що життя складається з різноманітних видів і форм діяльності, які, по суті, являють собою можливість проявити свої здібності, нахили, реалізувати потреби і мотиви, важливою складовою в аспекті самоуправління особистості є *саморегуляція*. Без оцінки своїх можливостей, психічних особливостей на основі соціалізації та індивідуалізації неможлива адаптація до мінливого світу та активний вплив на нього. У цьому контексті саморегуляція є показником успішності особистості в кількох сферах діяльності.

Усвідомлення своїх потреб і розуміння способів їх задоволення, результату власних дій дає чітке підтвердження вагомості цього компоненту у досліджуваному феномені. Без оцінки власних можливостей, психічних особливостей, що ґрунтуються на соціалізації та індивідуалізації є неможливою адаптація у мінливому світі та активний вплив на нього [4].

Самоактуалізація. Це поняття, одне з центральних явищ людського буття, трактується як процес участі індивідів у суспільстві, зумовлений ефективним і гармонійним

проявом своїх можливостей і саморозвитком. У теорії А. Маслоу йдеться про самоактуалізацію як потребу розвитку людини, її постійного збагачення, що зумовлено самою природою самоактуалізації, пов'язаної з появою нових бажань, прагнень, інтересів. Залежно від умов і опосередкованості змінних видів діяльності в процесі індивідуального розвитку особистості відбувається перебудова старих і поява нових потреб. Поряд з цим К.Г. Юнг довів наявність у людини схильності розвиватися в напрямку стійкої єдності, результатом якої є «набуття себе», або «Я». Цей розвиток охоплює процес індивідуації. Досліджувана особливість передбачає свідоме усвідомлення людиною своєї унікальної психічної реальності, розвиток і прояв усіх елементів особистості [1; 4; 7].

Беручи до уваги вагомість *інтелектуального компоненту* у структурі особистісної зрілості, є потреба зазначити, що єдиного формулювання для позначення даного поняття на просторах теоретичної психології не існує. Часто інтелектуальність репрезентують як духовну зрілість та трактують як глибину суджень особистості, які засвоюються через процес активного пізнання дійсності, осмислення філософії буття. Посилаючись на це, інтелектуальність є вагомою рисою особистісної зрілості фахівців у їх професії. Інтелектуальність особистості проявляється в адаптивному ставленні до труднощів, генеруванні автентичних творів, більше того, інтелектуальні здібності нерідко забезпечують високий успіх у широкій творчій діяльності [4]. Таким чином, простежуємо єдине компонентне утворення, що організовує особистісну зрілість, як рушійну силу для інтенсивного формування людини.

Рушійною силою, яка закриває потребу інакшості зрілої особистості, є *креативність*. Дослідник Дж. Гілфорд виділяв ряд ознак, що вказують на носія цього параметру. Серед них спроможність виявляти і сприятливо формулювати проблему; вміння генерувати та бути гнучким; здатність перетворювати та додавати; використовувати аналіз та синтез у вирішенні спірних аспектів організації життя [7].

Особливо вагома роль у темі особистісної зрілості займає *моральність*. Дана категорія є достатньо спірною у теоретичних джерелах гуманітарних наук, зокрема через свою приналежність до багаторічного тісного позначення історичного досвіду поколінь та явищ, що науково не розглядались. Попри це, відомо, що моральність є ядром соціального надбання людини. Є доцільно звернутись до напрацьованих Е. Фрома, який вважав, що зріла людина тяжітиме до вибору ціннісних орієнтирів, які ототожнюватимуть її внутрішні мотиви, та підкреслюватимуть характер її нутра. Тому, збереження моральних орієнтирів, тобто орієнтація на норми є інструментом прояву зрілої позиції.

Останнє також засвідчує *відповідальність*. У зв'язку з відсутністю єдиного трактування цього терму неможливо однозначно його інтерпретувати. Однак у ключі розгляду феномену особистісної зрілості та відповідальності як її компоненту, є цінними постулати В. Франкла. Так, дана риса виступає сукупним принципом людського існування [2]. Аналізуючи актуальні дослідження, спостерігаємо відповідальність як знакову рису дорослішання та рушієм виживання людини в соціумі. Попри спірність категорії відповідальності в колах теоретиків, є право визначити її як одну з складових особистісної зрілості, що простежується як регулятивний та фактор самодетермінації.

Самостійність у контексті розвитку зрілості пояснює її як спроможність людини визначити мету, досягати її, відповідально ставитись до діяльності. Поряд з тим характеризується свідомими та ініціативними діями нових умовах, які вимагають прийняття нестандартних рішень.

Ряд діячів психології визначають особистісну самостійність як складну інтегративну ознаку, якій притаманно усвідомлення, автономність, ціннісне ставлення до себе самого та інших, гнучкістю та креативним виявом, свободою та незалежністю [3]. Таким чином, самостійність можна вважати провідною рисою особистості, що формує її як зрілу та відкриває можливості для оволодіння широкого поля діяльностей.

Поряд з іншими, категорією, що підтверджує зрілість особистості є Его ідентичність. Не зважаючи на думку Е. Еріксона, який наголошує на ідентичності як цілісному ядрі власне особистості, що супроводжує її у діяльності, ряд теоретиків розглядають даний термін крізь призму особистісної та соціальної сфер. Ідентичність народжується з початком входження в суспільство, її формування є тривалим [2]. Твердо вважаємо, що інакшість, яку плекає та знаходить особистість у процесі перебування в суспільстві, формує її ментальну зрілість та утверджує у її ідентичності.

Посилаючись на швидкий темп тогочасного життя та потребою сучасної людини перебувати у широких колах оточення, *риса комунікабельності* забезпечує активне залучення до взаємодії. Науковець С.У. Гончаренко зазначає, що комунікабельність є рисою, що сформувалась у діяльнісному процесі, а не є вродженою. Причому комунікативні навички опановують особливо у процесі життя соціальної групи [1]. Бачимо, комунікація виступає інтегративною рисою, що є фактором успішного залучення у бажані сфери особистості.

Складовою, що засвідчує цікавість індивіда до інших людей, співчуття та сприяння їм, вияв співпереживання, є *емпатія*. Емпатійність як характеристика особистості розширює можливості у міжособистісній взаємодії, виявляючи здатність індивіда до ототожнення. Тут йдеться про можливість порівняння власного емоційного стану з станом ближнього, можливість рефлексувати та оцінювати усвідомлені моменти та здобутий соціальний досвід. Разом з тим важливо зазначити, що емпатія як характеристика та окремі компоненти її прояву є сприятливими за умови позитивної установки на оточення [2].

Самоприйняття. Враховуючи контекст досліджуваної теми, є доцільним рису самоприйняття розглядати через призму самоцінності. Дана категорія трактується А. Еллісом як повне та безумовне прийняття себе, незважаючи на характер поведінки, оцінку інших, схвалення, інтелектуальність, обізнаність. Е. Фром наголошував на гострій потребі любові до себе та інших. Психолог стверджував,

що любов до інших виявляється через любов до самого себе. Його думку поділяв К. Роджерс та довів, що через прийняття себе ми відкриваємо себе оточенню, виявляючи любов. Розуміємо, що прийняття себе стає ключем гармонізації та упорядкування стосунку з світом, тим самим посилює особистісну міць [1; 7].

Природність вияву «Я» є фактором, що нашоує на розкриття феномену *автентичності*, зокрема як складника особистісної зрілості. Насамперед, автентичність репрезентує ціннісно-смыслову сферу, а саме трансляцію власних цінностей у дійсність. Присутність у дійсності та процес перебування у власному житті висвітлював Дж. Б'юдженталь. Той стверджував, що через інакшість людини, що проявляється у її індивідуальності, розумінні обмеженості буття та рефлексії, виявляється її місія «бути присутнім» у житті, як його активний творець [4]. Отож бачимо автентичність як яскраву рису демонстрації себе у дійсності, розкриваючи свій потенціал як творця ідей та власного шляху.

Визначені критерії особистісної зрілості є свідченням процесу особистісного зростання, руху в напрямку самоактуалізації та самотрансценденції.

Висновки. Таким чином, особистісну зрілість визначено як зразок сформованої особистості, що включає високий рівень оцінок і суджень, свідоме ставлення до навколишньої дійсності, підтримку інтерперсональних зв'язків, адекватну самооцінку. Досліджуваний феномен пояснюється науковцями як здатність до глибинного дослідження дійсності; можливість реалізації власного «Я»; прагнення досягати вершини самоактуалізації та утверджуватись на ній; творити та можливість самоорганізовуватись у сприятливих та специфічних кризових моментах життя. Становлення особистісної зрілості відбувається в умовах соціалізації та під впливом індивідуальних психологічних особливостей. В актуальному часі у межах психологічної науки зрілість особистості визначають невід'ємним фактором психологічного благополуччя.

На основі аналізу наукових джерел було визначено компоненти особистісної зрілості: саморегуляцію, самостійність, креативність,

інтелектуальність, комунікабельність, моральність, відповідальність, Его ідентичність, емпатію, самоприйняття, автентичність, трансцендентність, самоактуалізацію. Вони в сукупності утворюють складну систему, що характеризує стан розвитку особистості та регулює рівень можливостей до взаємодії.

Подальші наукові дослідження можуть полягати у більш ґрунтовному вивченні умов розвитку компонентного наповнення феномену особистісної зрілості студентів-психологів як фундаменту для професійного розвитку та повноцінного функціонування в кризових умовах сьогодення.

Список використаних джерел:

1. Баранова С.В. Особистісна зрілість та відповідальність: соціально-психологічний аспект : монографія. Київ : Інтерконтиненталь-Україна, 2020. 364 с.
2. Дідик Н.М. Професійно значущі характеристики особистісної зрілості майбутніх психологів : дис... канд. психол. наук : 19.00.07 ; Національний педагогічний університет ім. М.П. Драгоманова. Київ, 2012. 356 с.
3. Завгородня О.В. Особистість: шляхи досягнення зрілості. *Практична психологія та соціальна робота*. 2010. № 12. С. 11–17.
4. Особистісна зрілість як проблема сучасної психології. Том 1 : колективна монографія / кол. авт.; наук. ред. З.М. Мірошник. Кривий Ріг : Вид. Р.А. Козлов, 2019. 220 с.
5. Потапчук Л.В. Психологічні особливості становлення особистісної зрілості старшокласників : дис. канд. психол. наук : 19.00.07. Луцьк, 2001. 205 с.
6. Штепа О.С. Особистісна зрілість: Модель. Опитувальник. Тренінг : монографія. Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2008. 210 с.
7. Bower G., Bootzin R., Zajonc R. Principles of Psychology Today. Trait Theories. Random House. New York, 2017. P. 381–382.

References:

1. Baranova S.V. (2020) Osobystisna zrilist ta vidpovidalnist: sotsialno-psykhologichnyi aspekt: monohrafiia. Kyiv: Interkontynental-Ukraina, 364 s. [in Ukrainian]
2. Didyk N.M. (2012) Profesiino znachushchi kharakterystyky osobystisnoi zrilosti maibutnikh psykhologiv: dys... kand. psykhol. nauk: 19.00.07 / Natsionalnyi pedahohichnyi universytet im. M.P. Drahomanova. Kyiv, 356 s. [in Ukrainian]
3. Zavorodnia O.V. (2010) Osobystist: shliakhy dosiahnennia zrilosti. Praktychna psykhologhiia ta sotsialna robota, №12. S. 11–17. [in Ukrainian]
4. Osobystisna zrilist yak problema suchasnoi psykhologhii (2019). Tom 1: kolektyvna monohrafiia / kol. avt.; nauk. red. Z. M. Miroshnyk. Kryvyi Rih: Vyd. R. A. Kozlov, 220 s. [in Ukrainian]
5. Potapchuk, L.V. (2001) Psykhologichni osoblyvosti stanovlennia osobystisnoi zrilosti starshoklasnykiv: dys. kand. psykhol. nauk: 19.00.07. Lutsk, 205 s. [in Ukrainian]
6. Shtepa O.S. (2008) Osobystisna zrilist: Model. Opytuvalnyk. Treninh: monohrafiia. Lviv: LNU imeni Ivana Franka, 210 s. [in Ukrainian]
7. Bower G., Bootzin R., Zajonc R. (2017) Principles of Psychology Today. Trait Theories. Random House. New York, P. 381 – 382.