

## СЕКЦІЯ 3 ВІКОВА ТА ПЕДАГОГІЧНА ПСИХОЛОГІЯ

### ЖИТТЄТВОРЧІ МОЖЛИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ В ДОРОСЛОМУ ВІЦІ LIFE-CREATING POSSIBILITIES OF PERSONALITY IN ADULT AGE

У статті представлені результати дослідження таких важливих життєтворчих можливостей особистості дорослого віку, як її спроможність до здійснення авторського життєвого вибору та організації процесу своєї життєдіяльності завдяки стійкості власного життєвого світу та суверенності власного психологічного простору. Вказується на те, що актуальність дослідження безумовно викликана науковим інтересом і пов'язана з часом, у якому проводиться дослідження, коли чисельні різноманітні трансформації в нашому суспільстві та світі взагалі характеризуються появою нових видів ризиків, пов'язаних зі збереженням цілісності особистості, її стійкості, реалізації потреби у суб'єктивному виборі та творчому самоздійсненні. Як наслідок, виникає необхідність у детальному вивченні особистості, яка обирає напрямок своєї активності на творче перетворення себе та навколишнього світу у вкрай складних умовах. Підкреслюється, що незважаючи на зростаючу увагу з боку психологічної спільноти до проблем авторського вибору, стійкості світу та життєтворчості дорослої особистості взагалі, ці питання досі є недостатньо вивченими. Те, що є в категоріальному апараті психології, не об'єднано та існує окремо у своїх автономних поняттях. Дослідники цих понять у своїх роботах під однією назвою мають на увазі часом різні речі, або навпаки, не дають однозначного трактування загальному поняттю. Визначається, що особливості організації людиною процесу власної життєдіяльності та формування стійкості її світу в онтогенезі закладає основи та підтримує життєтворчу діяльність особистості у дорослому віці. Підкреслюється, що для особистості, яка орієнтована на реалізацію свого життєтворчого проекту, характерна стійка, без суперечностей, картина світу і себе, висока відповідальність по відношенню до себе та свого оточення. І навпаки, особи, які відчувають протиріччя між образом світу та своїм способом життя, відчувають нестачу власного ресурсу, та супротив умов середовища для реалізації своєї життєтворчості, що супроводжується соціальною фрустрацією.

**Ключові слова:** особистість, життєтворчість, авторський життєвий

вибір, стійкість світу особистості, життєвий сценарій, суверенність психологічного простору, соціальна фрустрація.

The article presents the results of a study on important life-creativity abilities of adult personality, such as its capacity for making author's life choices and organizing the process of life activity through the stability of its own life world and sovereignty of psychological space. It is noted that the relevance of the study is unquestionably driven by scientific interest and is related to the time in which the research is conducted, characterized by numerous multilevel transformations in our society and the world in general, which involve the emergence of new types of risks associated with maintaining the integrity of the personality, its stability, the realization of the need for subjective choice, and creative self-fulfillment. As a result, there is a need for a detailed study of a personality that chooses the direction of its activity for creative self-transformation under extremely complex conditions. It is emphasized that despite the growing attention from the psychological community towards issues of author's choice, world stability, and life-creativity of the adult personality in general, these questions remain insufficiently explored. What exists in the categorical apparatus of psychology is not unified and work separately in its autonomous concepts. Researchers of these concepts often have different understandings of the same term in their works, or conversely, do not provide a consistent interpretation of the general concept. It is determined that the features of organizing one's own life activity and the formation of stability in one's own world in ontogenesis lay the foundations and support the life-creative activity of the adult personality. It is emphasized that individuals who are oriented towards the realization of their life-creative project have a stable, non-contradictory worldview and self-image, a high level of self-responsibility towards themselves and their environment. Conversely, individuals who experience contradictions between their perception of the world and their way of life, a lack of personal resources, and resistance from the environment to the realization of their life-creativity experiencing social frustration.

**Key words:** personality, life creativity, author's life choice, stability of the personality world, life scenario, sovereignty of psychological space, social frustration.

УДК 159.923

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.10>

**Артюхіна Н.В.**

к.психол.н.,

доцент кафедри загальної психології і психології розвитку особистості Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

**Кучеренко Р.О.**

магістр кафедри загальної психології і психології розвитку особистості Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

Звертаючись до поняття людського життя як проекту реалізації власних життєтворчих можливостей, сучасні психологи вивчають його різні маніфестації, які закріплюються в поняттях «життєтворчість», «життєдіяльність», «життєстійкість», «життєздатність», «життєвий шлях» та ін. Цим питанням присвячені

роботи чисельних зарубіжних та вітчизняних дослідників, таких як К. Левін, А. Маслоу, С.Л. Рубінштейн, Х. Томе, К. Роджерс, В. Франкл, Е. Фромм, Ш. Бюлер, Л. Сохань, І. Єрмаков, Г. Несен, В. Доній, І. Мартинюк, С. Максименко, Л. Бурлачук, Н. Богданова, М. Боришевський, О. Доценко, О. Киричук,

Н. Артюхіна, В. Роменець, М. Савчина, О. Старовойтенко, Т. Титаренко, В. Татенко, В. Моляко, Ю. Мороз, Р. Ануфрієва, О. Саннікова, Н. Чепелева та інші. Їхня увага приділяється окремим складовим життєтворчості, а саме: онтогенезу життєтворчості й життєздійснення, структурі життєтворчої компетентності, зв'язку життєтворчості з різними структурами, механізмами й особистісними утвореннями, зв'язку життєтворчості з критеріями розвиненої самоактуалізації, розвитку життєтворчих можливостей та інші [1; 4; 5; 6]. Проте, незважаючи на зростаючу увагу з боку психологічної спільноти до проблем життєтворчих можливостей особистості, питання авторського життєвого вибору, стійкості світу й суверенності психологічного простору в якості життєтворчих характеристик дорослої особистості, що існує в певному історичному соціо-культурному континуумі, досі є недостатньо вивченими.

Пріоритетним для нашого дослідження життєтворчих можливостей дорослої особистості є визначення взаємозв'язку між авторським життєвим вибором людини, стійкістю її життєвого світу, суверенністю власного психологічного простору та рівня соціальної фрустрованості, з урахуванням того, що особистість є відкритою, динамічною системою, дії якої розвертаються в певному соціо-культурному континуумі [1]. За визначенням І.Г. Білявського, ця система здатна до розвитку й саморозвитку, до активного пізнання навколишнього світу та себе в цьому світі, з метою розвитку власної свідомості й самосвідомості та покращення власних адаптивних можливостей щодо соціального існування.

У психологічних дослідженнях словосполучення «авторський життєвий вибір» пов'язано з роботами О.М. Гриньової [3]. Але сама проблема вибору, який робить особистість, має глибокі філософські й науково-психологічні коріння. Так, в роботах психологів частіше можна зустрітися з такими поняттями, як «вибір особистості, детермінований фізіологією і онтогенезом людини» (З. Фрейд, К. Хорні, А. Адлер), «вибір, як необхідний елемент здорового розвитку особистості (А. Маслоу) «ухвалення рішень» (Д.М. Узнадзе, Х.А. Саймон, Дж. Мейстер, А.Р. Лурія, Е.Д. Хомська) «екзистенційний вибір» (Е. Фромм, В. Франкл, Р. Мей, А. Ленглі, С. Мадді), «продуманий вибір» (Дж. Келлі), «вибір з урахуванням поведінкового сценарію» (Е. Берн), а також «реакція вибору та вольовий вибір», запропоновані в межах культурно-історичного підходу Л.С. Виготського.

Відсутність вибору чи його обмежена можливість, ухилення від нього або деструктивні наслідки зробленого вибору – все це пов'язано з фактами збільшення невротичних проблем у людей, як у нашому суспільстві, так і в сучасному світі в цілому, що безпосеред-

ньо згубно впливає на реалізацію їхніх життєтворчих проявів. Е. Лангер експериментально доведено, що, якщо з особистісних обставин людина схиляється до стереотипного способу життя й припиняє практику життєвих виборів, то припиняється її розвиток. Усі негативні типи старіння людини описують її життєдіяльність як індивіда, нездатного до створення нових обставин життя. А. Большакова вважає, що здатність до життєтворчості проявляється в можливості таким чином упорядковувати умови власного життя та власні можливості, щоб вони сприяли особистісному розвитку та досягненню важливих життєвих цілей [2].

Можливість здійснення проекту свого життя, зберігання ресурсу й надання сили на вирішення життєтворчих завдань стосовно нього забезпечується стійкістю життєвого світу особистості. У сучасній українській психологічній науці поширюється така точка зору, в якій стійкість особистості розуміється як психічна саморегуляція, що характеризується використанням психічних засобів відображення, моделювання та впливу на себе як на суб'єктивну реальність [8]. Стійкість життєвого світу людини дозволяє утримувати цілісність системи «людина – світ», що допомагає їй бути відкритою до нових можливостей в процесі реалізації себе як творчого проекту. За відсутності чи недостатньої виразності стійкості життєвого світу людина тотожна не всьому своєму життю, а лише його уривкам. На це вказують українські дослідники, які активно працюють над вивченням питань стійкості життєвого світу особистості та суверенності психологічного простору, враховуючи як загальні принципи, так і особливості українського контексту. Т. Титаренко вважає, що життєстійкість формується й розвивається в процесі онтогенезу, тому вона може бути такою, що навчається й розвивається. Дослідниця вказує на проблему необхідності підвищення рівня життєстійкості та рекомендує використовувати такі стратегії саморегуляції, як позитивне мислення та активний пошук підтримки. Розвинена життєстійкість, на її думку, відображає здатність людини пристосовуватися до будь-яких ситуацій, долати труднощі та відновлюватися після негативних подій. Дослідниця також вважає, що важливим фактором для формування у людини стійкої активної життєвої позиції, правильного реагування на скрутні ситуації, здатності зберігати адекватність мислення, приймати необхідні рішення та протидіяти дії стресорів, робити власний вибір та нести відповідальність за нього є виховання й розвиток автономності в онтогенезі особистості. Саме в цих процесах складаються ті риси характеру, мотиви та потреби, без яких успішний розвиток особистості та її самореалізація в дорослому віці просто неможливі [7]. І. Сухомлінська

вказує на важливість вивчення питань самоцінності та стійкості особистості в українському контексті. Вона досліджує вплив культурних, соціальних та історичних факторів на формування і розвиток психологічної стійкості саме українців. Її роботи спрямовані на розуміння особливостей української ідентичності та її впливу на стійкість життєвого світу українців та їхні життєтворчі особливості.

Саме зараз, з нашої точки зору, тема авторського життєвого вибору, стійкості світу та суверенності психологічного простору в Україні є дуже важливою та актуальною. Вона привертає увагу до питань, без яких не можливе функціонування розвинутого особистісно-орієнтованого суспільства, а саме до здатності людей проявляти креативність, інноваційність та самовираження в різних сферах життя, що буде сприяти розвитку культури, науки, мистецтва, підприємництва та інших галузей українського суспільства.

Отже, враховуючи актуальність та недостатню наукову розробленість питань взаємозв'язку авторського життєвого вибору, стійкості світу, суверенності психологічного простору в якості життєтворчих можливостей дорослої особистості, яка існує в певному соціо-культурному континумі, ми вирішили зосередити свою увагу саме на них.

Постановка завдання обумовлюється задачами теоретико-емпіричного дослідження взагалі. По-перше, здійсненням загальнопсихологічного аналізу наукової літератури з питань життєтворчих можливостей особистості у дорослому віці; по-друге, емпіричним дослідженням показників авторського життєвого вибору, стійкості світу особистості, суверенності її психологічного простору, соціальної фрустрованості, як проявів її здатності до життєтворчості у дорослому віці; по-третє, виявленні взаємозв'язку між досліджуваними показниками здатності до життєтворчості особистості у дорослому віці. Проведення даного дослідження визначається завданнями кафедри загальної психології та психології розвитку особистості ФПСР ОНУ імені І.І. Мечникова щодо наукової теми «Психологічні ресурси особистості в умовах викликів сьогодення» (0123U102605). Мета статті полягає у теоретичному визначенні та емпіричному дослідженні показників авторського життєвого вибору, стійкості світу й суверенності психологічного простору особистості як проявів її здатності до життєтворчості у дорослому віці.

У дослідженні взяли участь 102 особи віку середньої зрілості (25–50 років), за класифікацією Е. Еріксона, з них 69 осіб – жіночої статі та 33 особи чоловічої статі. Дослідження проводилось як в очному форматі, так і в онлайн-форматі за допомогою застосунку GoogleForms. До психодіагностичного комплексу увійшли

такі методики: методика дослідження стійкості життєвого світу І.О. Логінової; методика «Авторський життєвий вибір» О.М. Гріньової; опитувальник «Суверенність психологічного простору» С.К. Нартової – Бочавер; методика діагностики соціальної фрустрованості Л.І. Вассермана.

За методикою «Дослідження стійкості життєвого світу особистості» І.О. Логінової було визначено, що конструктивний характер прояву стійкості світу має 34% респондентів. Він досягається за рахунок розвиненої здатності до рефлексії власного життя та високої відповідальності по відношенню до себе та свого оточення. Ця група респондентів готова до здійснення творчих завдань на своєму життєвому шляху. 34% респондентів виявили неконструктивний характер стійкості життєвого світу. У таких респондентів слабо виражена здатність керувати собою та власним життям, вони не готові актуалізувати внутрішні ресурси відповідно до життєвих умов та завдань. Стагнаційний характер стійкості життєвого світу виявлено у 32% респондентів. Стагнаційний характер стійкості життєвого світу не сприяє продуктивному та оптимальному життєвому самоздійсненню, оскільки життєвий процес не включає творчу реалізацію особистості, знижуючи тим самим якість життя та продуктивність життєдіяльності.

Визначення типу життєвого сценарію дозволило діагностувати два типи життєвих сценаріїв, що характеризують дві тенденції стійкості життєвого світу дорослої особистості: «долання» як поповнення необхідного, без якого система не може рухатися далі, і «сходження» – поповнення наднеобхідного, що характеризує наднормативну сутність системи. Незважаючи на те, що розподіл в групі між двома сценаріями здійснився рівномірно (по 50% респондентів), у групі з життєвим сценарієм типу «сходження» більше респондентів із конструктивним характером стійкості світу, а у групі «долання» – з неконструктивним та стагнаційним.

За опитувальником «Авторський життєвий вибір» О.М. Гріньової було встановлено, що загальний рівень життєвого вибору респондентів дорослого віку перебуває на високому рівні. У 68% респондентів показники здатності до життєвого вибору є високими. Це свідчить, що досліджувані прагнуть до здійснення автономного від соціального тиску, найбільш оптимального для них варіанта життєвих рішень, який відповідає їх смисложиттєвим орієнтирам та оцінюється як власний. 32% респондентів мають середні показники розвитку механізму життєвого вибору. Такі особи надають перевагу здійсненню соціально стереотипних виборів, які не завжди відповідають індивідуалізованим життєвим викликам. Респондентів

з низькими показниками авторського життєвого вибору в нашому дослідженні визначено не було. Крім того, було встановлено, що кількість респондентів з високим рівнем здатності до життєвого вибору в групі з «долаючим» сценарієм переважає над групою зі сценарієм типу «сходження», тоді як респондентів із середнім рівнем у цій групі менше. Також аналіз вибірки та анкет респондентів показав цікаву закономірність: до групи сценарію типу «подолання» в основному увійшли респонденти віком 25–30 років, а до групи «сходження» – респонденти віком 30–50 років. При цьому в групі «долання» високі показники рівня здатності до вибору продемонстрували респонденти віком 25–27 років, а в групі «сходження» – 37–50 років. З цього можна зробити висновок, що висока здатність до прийняття життєвого рішення може супроводжувати життєвий сценарій типу «долання». Можливо, більша кількість респондентів із високим рівнем у групі із життєвим сценарієм «долання» пов'язана з тим, що ціннісний вибір у цьому віці більше декларується, ніж реалізується. Ще не обтяжені соціальними зобов'язаннями, молоді люди можуть здійснювати вибір без чіткого способу життєздійснення. В той час коли люди зрілі у ситуаціях вибору можуть виявляти більше обережності, менше автономності, орієнтуючись на «соціальні обумовленості». Але взагалі існуючі відмінності за здатністю до авторського життєвого вибору між двома групами респондентів з різними життєвими сценаріями знаходяться в зоні невизначеності за  $U$  – критерієм Мана-Уїтні ( $U_{\text{емп}}=215$ ), що з нашої точки зору потребує подальших досліджень з цього приводу.

Дослідження «Суверенності психологічного простору особистості» за опитувальником С.К. Нартової-Бочавер показало, що група з життєвим сценарієм типу «сходження» в основній масі може бути віднесена до «середнього» та вище рівня суверенітету психологічного простору, а група з життєвим сценарієм типу «долання» – до «зниженого» рівня. Таким чином, зроблено висновок, що у групі із життєвим сценарієм «сходження» рівень психологічної суверенності вищий, ніж у групі із життєвим сценарієм «долання». Це підтверджує і метод математично-статистичної обробки даних  $U$  – критерій Мана-Уїтні. За цим критерієм виявлені відмінності в групах з різними сценаріями знаходяться в зоні незначущості лише за шкалами «Суверенності фізичного тіла» та «Суверенності речей», тоді як за іншими шкалами, такими як «Суверенність території» ( $U_{\text{емп}}=137$ ), «Суверенність звичок» ( $U_{\text{емп}}=127$ ), «Суверенність соціальних зв'язків» ( $U_{\text{емп}}=91.5$ ), «Суверенність цінностей» ( $U_{\text{емп}}=103.5$ ), і загальною шкалою «Суверенність психологічного простору» ( $U_{\text{емп}}=143.5$ ) отримані емпіричні значення зна-

ходяться в зоні значущості. Все це вказує на те, що респонденти із життєвим сценарієм за типом «сходження» мають високу суверенність території, що означає переживання безпеки фізичного простору, в якому знаходиться людина. Також ця група відзначена високим суверенітетом звичок, свободою вибору соціальної комунікації, уподобань та світоглядів. Для цієї групи респондентів характерна висока суверенність психологічного простору. Показник суверенності фізичного тіла та речей в обох групах має меншу різницю, що дає нам можливість припустити, що у групі «долання» власне тіло та речі є саме тими об'єктами по відношенню, до яких респонденти цієї групи можуть виявити свою суб'єктивність.

Здобуті результати за методикою «Діагностики рівня соціальної фрустрованості» Л.І. Вассермана (в адаптації В.В. Бойка) засвідчили, що «підвищений» і «дуже високий» ступінь фрустрованості виражений лише у групі з типом сценарію «долання», показників за даними ступенями фрустрації у групі з життєвим сценарієм «сходження» не виявлено. При цьому у групі «долання» значно домінує дуже високий ступінь фрустрованості – 35% респондентів дорослого віку, а підвищений ступінь фрустрованості присутній у невеликій кількості – 6% респондентів. Такі результати відображають загальну незадоволеність своїми життєвими досягненнями, а також сильну психологічну напругу, виражену у високій соціальній фрустрації. При досягненні емоційною напругою критичного рівня слід проявити пильність, оскільки такий психологічний стан може призвести до нервового і фізичного виснаження, а це загрожує соматичними захворюваннями. Ступінь фрустрованості в різних сферах життя для опитаних респондентів групи зі сценарієм «сходження» знаходиться в діапазоні низьких показників: «помірна» – 6%, «невизначена» – 8%, «знижена» – 10%, «дуже низька» – 26% респондентів. Це може свідчити про більш високе благополуччя психологічного стану респондентів цієї групи або про прийняття поточної ситуації. Отже, можемо констатувати, що групі з життєвим сценарієм «сходження» характерний низький рівень фрустрації, а групі зі сценарієм «долання» – високий. Метод математично-статистичної обробки даних  $U$  – критерій Мана-Уїтні підтверджує значущість одержаних показників ( $U_{\text{емп}}=0$ ). Варто також зазначити, що методику респонденти проходили під час війни, у період значної невизначеності, що не може не вплинути на результати. І навіть у цих обставинах ситуація в Україні оцінювалася по-різному. У групі з типом сценарію «сходження» обстановка в соціумі оцінювалася як необхідний і неминучий етап до кращої політико-економічної ситуації в країні.

Аналіз кореляційних зв'язків за Спірменом висвітлює життєтворчі особливості респондентів дорослого віку, встановивши взаємозв'язок між їхніми показниками авторського життєвого вибору, стійкості світу, суверенності психологічного простору та рівня соціальної фрустрованості особистості. Так була виявлена позитивна кореляція на 5% рівні між показниками шкал визначення життєвого сценарію та стійкості життєвого світу особистості (0.854); показниками шкал визначення життєвого сценарію та суверенністю психологічного простору особистості (0.416); показниками шкал стійкості життєвого світу особистості та суверенністю психологічного простору особистості (0.4). Це говорить про те, що у разі коли життєвий сценарій розгортається у бік «сходження», то показник характеру прояву стійкості світу особистості збільшується у бік «конструктивного». Тобто для особи, яка орієнтована на реалізацію своїх «надзавдань», характерна стійка, без суперечностей, картина світу і себе, висока відповідальність по відношенню до себе та свого оточення. І навпаки, якщо показник зменшується у бік «стагнаційного» характеру стійкості світу, то й життєвий сценарій особистості розгортається на кшталт «долання». Тобто особи, які відчують протиріччя між образом світу та своїм способом життя, відчують нестачу власного ресурсу та супротив умов середовища для реалізації свого життєвого проекту. Якщо припустити, що тип життєвого сценарію визначає здатність особистості до життєтворчості, ми бачимо прямий взаємозв'язок життєтворчості зі стійкістю світу особистості, як і вимагалось довести. Позитивна кореляція між показниками шкал визначення життєвого сценарію та суверенністю психологічного простору особистості вказує на те, що при розгортанні життєвого сценарію на кшталт «сходження» збільшується суверенність психологічного простору особистості, і навпаки. Тобто реалізуючи свій життєвий проект на рівні життєтворчого самоздійснення, особистість виявляє та збільшує свою суб'єктність, незалежність та комфорт психологічного простору. Позитивна кореляція також виявлена між показниками шкал стійкості життєвого світу особистості та суверенністю психологічного простору особистості. Це означає, що зі збільшенням показників суверенності психологічного простору особистості показник стійкості життєвого світу рухається до «конструктивного» характеру, і навпаки. Тобто, відчуючи автономність та безпеку щодо свого тіла, території проживання, особистих речей, цінностей та світогляду, картина світу й себе в ньому стає стійкішою та без протиріч.

Аналіз кореляційних зв'язків також виявив негативну кореляцію на 5% рівні між такими

показниками шкал: визначення життєвого сценарію та рівнем соціальної фрустрованості особистості (-0.797); стійкості життєвого світу особистості та рівнем соціальної фрустрованості (-0.765); рівня соціальної фрустрованості та суверенністю психологічного простору (-0.5). Це вказує на те, що за розгортання життєвого сценарію у напрямі «сходження» ступінь соціальної фрустрованості особистості зменшуватиметься. Тобто якщо особистість здатна у своєму життєздійсненні реалізовуватися на рівні сверзавдань, її рівень задоволеності собою та світом буде вище. І навпаки, зі збільшенням ступеня фрустрованості, життєвий сценарій особистості розгортається у напрямі типу сценарію «долання». У цьому випадку незадоволеність собою та своїм життям може обмежувати та навіть зменшувати енергопотенціал особистості, позбавляти можливості бачити перспективи та точки зростання. Негативна кореляція між показниками шкал стійкості життєвого світу особистості та рівнем соціальної фрустрованості вказує на те, що при зменшенні ступеня фрустрованості характер прояву стійкості життєвого світу змінюється у бік «конструкційного», і навпаки. Так, особистість задоволена собою та світом навколо, бачить світ, і себе в ньому, без суперечностей, виявляє стійкість до зовнішніх тисків та мінливих обставин. Негативна кореляція між показниками шкал рівня соціальної фрустрованості та суверенності психологічного простору особистості вказує на зворотний взаємозв'язок між ступенем фрустрованості та суверенністю психологічного простору. Тобто при зменшенні фрустрованості збільшуватиметься суверенність психологічного простору, і навпаки. Так, чим менше незадоволеності відчуває особистість по відношенню до себе та обставинам свого життя, тим комфортніше та безпечніше вона почувається на рівні особистих контактів, речей, території проживання, звичок та світогляду.

Також була виявлена позитивна кореляція на 5% рівні між показниками шкал сенсожиттєвої й ціннісної основи вибору та рівнем соціальної фрустрованості (0.384). Це говорить про те, що у разі зростання ціннісної основи вибору буде зростати психічне напруження, що обумовлюється недосягненням цього вибору та положенням індивіду в системі соціальної ієрархії, яке також не сприяє його досягненню. І навпаки, чим більше особистість буде триматись за місце в соціальній ієрархії з відчуттям надмірної психічної напруги, тим більше їй буде потрібно ґрунтовних причин, щоб здійснити вибір у зміні існуючих обставин власного існування.

Негативні кореляції на 5% рівні між показниками шкал ґрунтовності вибору та суверенністю території (-0.336) та ґрунтовності вибору

й суверенністю речей (-0.288) говорять про те, що у разі зростання ґрунтовності вибору, з розумінням того, в ім'я чого він відбувається, в особистості буде знижуватись суверенність власної території. Кореляція достатньо слабка, але вона є і вказує на те, що особистість буде вступати в контакти, можливо звужувати або розширювати власні межі, щоб досягти власної мети. І навпаки, у разі неможливості особистості поступитися власними межами, тобто чим більшого значення вона надає суверенності власної території, тим менше вона буде здатною до ґрунтовності власного вибору, оскільки страх втрати суверенності буде сприяти роботі різних захисних механізмів, наприклад раціоналізаторській проекції: «я не хочу це досягати», «ці досягнення мені непотрібні, не цікаві» тощо. І ще, чим більше ґрунтовність вибору, тим менше значення надається недоторканості власних матеріальних речей. У разі зростання ґрунтовності вибору особистість має більше ступенів свободи використовувати речі без жалю у досягненні власної мети, й навпаки. Вважаємо, що розглянуті питання потребують подальших досліджень зі збільшенням кількості респондентів. На нашу думку, це може зробити результати дослідження більш значущими.

*Висновки з проведеного дослідження.* Життєтворча особистість дорослого віку – це динамічна особистість, відкрита можливостям світу, готова до авторського життєвого вибору та самозмін у тому напрямі, що максимально сприятиме її самореалізації в певній життєвій ситуації. Така життєтворча особистість у несподіваних ситуаціях виявляє алертність та адаптованість. При цьому подібна стратегія не є звичайним пристосуванням. Навпаки, це творча адаптація до життєвих обставин, що змінюються. Вона пов'язана з самореалізацією та самоствердженням особистості в її власному житті. Цей стан, у якому особистість творить своє життя, конструює нову суб'єктивну реальність, актуалізуючи потенційні здібності на противагу плавної і безболісної адаптації за пасивним типом пристосування до ситуації різними вигідними способами, більшість з яких є, якщо не руйнівними, то стагнуючими. При цьому практика попередніх авторських

життєвих виборів та життєвий досвід особистості опосередковують її вибір у даний час. Стійкість її світу та суверенність психологічного простору створюють умови, у яких здійснення авторського життєвого вибору та життєтворчого процесу взагалі стають можливими. Саме вони дозволяють утримувати цілісність системи «людина-світ» в процесі здійснення дорослою особистістю власного життєвого проекту. Існуючі взаємозв'язки між показниками авторського життєвого вибору, стійкості світу, суверенності психологічного простору особистості та рівня соціальної фрустрованості у дорослому віці свідчать про те, що здатність зрілої людини зберігати цілісність свого життєвого світу в процесі здійснення усвідомленого вибору у напрямку саморозвитку сприяє її життєтворчому самоздійсненню.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Артюхіна Н.В. Базові складові життєтворчості особистості. *Теорія і практика сучасної психології*.: зб. наук. праць. Запоріжжя : Вид-во «Класичний приватний університет», 2019. Т.1, № 2. С. 10–16.
2. Большакова А. Життєтворчі здібності та креативний потенціал особистості, яка самоактуалізується. *Теорія і практика управління соціальними системами*. Харків : [б.в.], 2016. № 4. С. 47–54.
3. Грінцова О.М. Психологічні особливості авторського життєвого вибору в юнацькому віці. *Вісник ОНУ ім. І. І. Мечникова. Серія «Психологія»*. Одеса : Вид-во «Астропринт», 2018. Том 23. Випуск 1(47). С. 43–51.
4. Доценко О. Технології життєтворчості особистості. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*: зб. наук. праць. Київ : Вид-во ТОВ НВП «Інтерсервіс», 2018. Вип. 8. С. 6–13.
5. Мистецтво життєтворчості особистості: науково-методичний посібник : У 2 ч. / В.М. Доній, Г.М. Несен, Л.В. Сохань, І.Г. Єрмаков. Київ : ІЗМН, 1997. 758 с.
6. Сохань Л.В. Про життєтворчість, мудрість, про любов до життя. *Життєтворчість: концепція, досвід, проблеми*. Запоріжжя : Центрікон, 2004. С. 5–8.
7. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. Київ : Либідь, 2003. 376 с. Яновська Л.В. Динаміка здатності до життєтворчості особистості у дорослому віці : автореф. дис. ...канд. психол. наук : 19.00.07 ; Південноукр. держ. ун-т ім. К.Д. Ушинського. Одеса, 2006. 19 с.