

## Личностная зрелость и ее компоненты

Научный руководитель – Терелянская Ирина Васильевна

*Бешева Ольга Дмитриевна*

*Студент (бакалавр)*

Волгоградский филиал Российской академии народного хозяйства и государственной службы, Волгоград, Россия  
*E-mail: obesheva@yandex.ru*

Достижение личностной зрелости – один из важнейших этапов в жизни человека, подразумевающий освоение им социальных и профессиональных ролей, создание семьи и воспитание детей, наставничество, накопление жизненного опыта и обретение мудрости. В психологии наиболее важным и в тоже время сложным, менее исследованным из всех аспектов взрослости является личностная зрелость, поэтому данная проблема определяет актуальность нашего исследования. В отечественной психологии термин «зрелость» впервые употребляется в трудах Б. Г. Ананьева, занимавшегося вопросами развития и формирования личности. Он определял зрелую личность как человека, способного к саморегуляции, к принятию ответственности за свои поступки и действия, обладающего устойчивой системой ценностных ориентаций, умеющего находить и устанавливать коммуникативные связи [1].

Концепции личностной зрелости во многом схожи: личностная зрелость – это отражение личностных характеристик и качеств человека (З. Фрейд, Г. Олпорт, Л.С. Выготский). Однако, некоторые подходы обращают внимание на специфические детерминанты личностной зрелости: истоки процесса старения, самоактуализация и саморазвитие (А. Маслоу, П.М. Якобсон, Р.М. Шамионов). Наиболее комплексным представляется подход отечественных психологов Е.Л. Солдатовой и И.А. Шляпниковой, объединяющий достижения предшественников [2].

Содержание личностной зрелости включает в себя специфические ценности и мотивы, особенности самосознания, эмоционально-волевой и поведенческие аспекты [4]. Эмоционально-волевой компонент включает в себя множество составляющих, таких как: эмоции, чувства, воля, мотивация, самооценка, устойчивость к стрессу, способность к самоконтролю.

Мы провели эмпирическое исследование эмоционального интеллекта студентов как компонента личностной зрелости, влияющего на становление личности. Гипотеза исследования: чем выше уровень личностной зрелости, тем выше уровень эмоционального интеллекта.

Эмпирическое исследование проводилось на базе Волгоградского института управления филиала РАНХиГС. В исследовании приняли участие 40 студентов третьего курса (22 девушки, 18 юношей). Средний возраст испытуемых - 21 год.

Данные по методике «Тест личностной зрелости» Ю.З. Гильбух (n=40) показали, что высокий уровень личностной зрелости наблюдается у 43% испытуемых данной выборки. Такие люди способны адекватно оценивать свои возможности и перспективы, принимать ответственность за свои поступки и действия; они также обладают хорошими коммуникативными навыками и способны выстраивать эффективную коммуникацию, а также стремятся к саморазвитию и самореализации. У 55% испытуемых отмечается средний уровень личностной зрелости - это говорит о том, что по некоторым аспектам личность проявляет себя инфантильно, однако стремление к овладению собой и своей жизнью высоко. Также

2% испытуемых показали низкий уровень личностной зрелости – это инфантильные люди; у них низкая способность к психологической близости с другим человеком и нет четко выраженной жизненной установки.

Данные по методике «Эмоциональный интеллект» Д. В. Люсина ( $n=40$ ) показали, что общий высокий показатель эмоционального интеллекта (ЭИ) имеют треть опрошенных студентов с низким показателем ЭИ – 18%.

По шкале межличностного эмоционального интеллекта (МЭИ) высокий уровень выявлен у 32% опрошенных. Такие люди способны распознавать эмоции других, понимать их намерения, мотивацию и желания, как и свои собственные. Средний показатель МЭИ у 37%, низкий показатель МЭИ у 31%.

По шкале внутриличностного эмоционального интеллекта (ВЭИ) высокий показатель отмечается у 21% опрошенных. Это говорит о способности человека понимать, распознавать и управлять собственными эмоциями. Средний и низкий уровень показателя ВЭИ равен 39% и у 40% испытуемых соответственно.

На основании полученных данных мы можем сделать вывод, что у большинства студентов РАНХиГС преобладает средний уровень развития эмоционального интеллекта.

Установление связи переменных личностной зрелости и шкал эмоционального интеллекта проводилось с помощью корреляционного анализа - коэффициента ранговой корреляции Спирмена. При использовании коэффициента ранговой корреляции оценивают тесноту связи между переменными, считая значения коэффициента равные: ниже 0,3-очень слабая; 0,3-0,49-умеренная; 0,5-0,69-средняя; 0,7 и выше-сильная теснота связи.

Выяснилось, что с «мотивацией достижений» связаны следующие аспекты эмоционального интеллекта: «управление эмоциями», «межличностный эмоциональный интеллект», «понимание эмоций», «внутриличностный эмоциональный интеллект». Статистически значимая положительная (прямая) связь переменных «мотивация достижений» и «управление эмоциями» (при  $p=0,05$ ) говорит о том, что чем выше уровень личностной зрелости, тем больше возможность контролировать собственные эмоции.

Положительная (прямая) связь ( $=0,285$ ) параметров «отношение к своему «Я»» и «межличностный эмоциональный интеллект» (при  $p=0,05$ ) говорит о том, что чем выше уровень личностной зрелости, тем выше уровень понимания и распознавания эмоций других людей.

Также отмечается положительная (прямая) связь ( $=0,243$ ) параметров «чувство гражданского долга» и «внутриличностного эмоционального интеллекта» (при  $p=0,05$ ), которая показывает, что с повышением уровня личностной зрелости студентов, повышается их общий уровень к пониманию и управлению своих эмоций.

Положительная (прямая) связь ( $=0,313$ ) параметров «жизненные установки» и «понимание эмоций» говорит о том, что с повышением личностной зрелости студентов, повышается их способность к распознаванию эмоций, т. е. установлению самого факта наличия эмоционального переживания у себя или у другого человека; идентификации эмоций; пониманию причины, вызвавшие данную эмоцию, и следствия, к которым она приведёт [3].

Статистически значимая положительная (прямая) связь ( $=0,281$ ) параметров «способность к психологической близости с другим человеком» и «понимание эмоций» говорит о том, что выше уровень личностной зрелости, тем выше уровень понимания эмоций, как своих, так и чужих людей.

Таким образом, выдвинутая нами гипотеза о том, что чем выше уровень личностно зрелости студентов, тем выше их уровень эмоционального интеллекта, была подтверждена. Результаты данного исследования могут быть использованы в дальнейших исследованиях изучения феномена личностной зрелости и его компонентов, а также служить базой для разработки программ по повышению личностной зрелости студентов в период обучения.

### Источники и литература

- 1) Ананьев Б. Г. О проблемах современного человекознания, 2001.
- 2) Психологическая зрелость личности / Под общ. ред. Л. А. Головей, 2014
- 3) Балык А. С. Психологическая зрелость личности: теоретические концепции и подходы / А. С. Балык, О. П. Цыбуленко // Общество: социология, психология, педагогика, 2016.
- 4) Ращупкина Юлия Валерьевна Психологические основания структуры личностной зрелости // Северо-Кавказский психологический вестник. 2014.