

10. Истратова О.Н. Психологическое тестирование детей от рождения до 10 лет. Ростов н/Д : Феникс, 2008: 317.

11. Сущинська Т.С. Танцювально-ігрова діяльність дитини старшого дошкільного віку як чинник формування образу «Я». Дис. ... кандидата психологічних наук: 19.00.07. – Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Київ, 2016: 243.

12. Лабунская В.А. Теоретико-эмпирические основания создания методики «Диагностика уровня развития способности к адекватной интерпретации невербального поведения» и ее модификаций // Практична психологія та соціальна робота. №11, 2010: 4–19.

13. Роджерс Н. Творческая связь. Исцеляющая сила экспрессивных искусств. М.: Издательство «Манн, Иванов и Фербер», 2015: 336.

14. Rogers N. The Creative Connection for Groups Person-Centered Expressive Arts for Healing and Social Change. Science & Behavior Book, 2011: 445.

Наталя Миколаївна Фалько

м. Мелітополь

e-mail: falkontaliya@gmail.com

Наталія Василівна Гузь

м. Мелітополь

e-mail: nata.guz1824@gmail.com

Ганна Борисівна Варіна

м. Мелітополь

e-mail: anyavarina22@gmail.com

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АКТУАЛІЗАЦІЇ ПРОФЕСІЙНО-ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ МАЙБУТНЬОГО ПСИХОЛОГА ЗАСОБАМИ ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПІЇ

Актуальність проблеми. Прийняті Україною стандарти та принципи забезпечення якості вищої освіти в загальноєвропейському освітньому просторі, значно підвищили вимоги до особистісних та професійних якостей майбутніх фахівців психологічних спеціальностей. Проблема особистісно-професійного розвитку особистості знаходиться у центрі уваги багатьох вітчизняних та зарубіжних учених (О.Г. Асмолов, Г.О. Балл,

І.Д. Бех, О.О. Бодальов, М.Й. Боришевський, Л.С. Виготський, В.Н. Дружинін, Д.Б. Ельконін, Е. Еріксон, Д. Зиглер, А.Г. Ковальов, Г.С. Костюк, О.М. Леонт'єв, Б.Ф. Ломов, С.Д. Максименко, В.М. М'ясищев, Г. Олпорт, К.К. Платонов, К. Роджерс, С.Л. Рубінштейн, Л. Хьел, К. Юнг, та ін.). Поряд з проблемою удосконалення пізнавальних здібностей, знань, умінь та навичок, останнім часом все більше уваги приділяється проблемі формування особистісних якостей майбутніх психологів та педагогів. Сформовані особистісні та професійні якості особистості студента є запорукою успішної навчальної та професійної діяльності, виступають складовою комунікативної компетентності, впливають на становлення вольових та моральних якостей. Уміння студента приймати відповідальність за власні дії, об'єктивно аналізувати причини своїх успіхів та невдач є необхідною умовою його інтелектуального та особистісного зростання, а також – важливим внутрішнім чинником процесів саморозвитку, самовдосконалення, саморегуляції. *Актуальність* досліджуваної проблеми визначена умовами оптимізації індивідуально-професійного розвитку майбутніх фахівців-психологів, особистісною зрілістю й інтеграцією Я-концепції. У психологічній практиці виникла необхідність знайти конструкти, які сприяють росту самопізнання й самореалізації, становленню майбутнього професіонала, як зрілої особистості, тому що від особистісного розвитку суб'єкта психологічної діяльності залежать результати професійного впливу на людину. Таким чином, соціальна та психолого-педагогічна значущість проблеми, необхідність подальшого розширення її теоретичних та експериментальних досліджень і зумовили розробку тренінгової програми «Актуалізація професійно-особистісної зрілості майбутнього практичного психолога».

Аналіз останніх наукових досліджень. В якості однієї із провідних характеристик особистості майбутнього практичного психолога, що забезпечує його особистісне зростання та успішність як спеціаліста, ми вбачаємо високий рівень розвитку особистісної зрілості, яка характеризується активною участю у житті суспільства, розвиненим почуттям відповідальності, потребою у піклуванні про інших людей, здатністю до ефективного використання своїх знань та здібностей, до психологічної близькості з іншою людиною, до

конструктивного вирішення різних життєвих проблем на шляху до найповнішої самореалізації і є складним психологічним утворенням, до визначення структурних компонентів якого існують різні підходи.

Так, А. О. Реан виділяє чотири базові компоненти професійно-особистісної зрілості: відповідальність, терпимість, саморозвиток і четвертий, базовий – інтегральний компонент – позитивне мислення [7].

Л. М. Потапчук [6] у якості структурних компонентів особистісної зрілості виділяє: відповідальність у різних сферах життєдіяльності, емоційну зрілість, самоконтроль поведінки, самостійність, адекватність самоствердження, цілепокладання, високий рівень реалізованості подій життя.

Зрілу особистість, на думку О. С. Штепи, визначають: синергічність, автономність, контактність, самоприйняття, креативність, толерантність, відповідальність, глибинність переживань, здатність до децентрації та наявність власної життєвої філософії [11].

Ю. З. Гільбух структурними компонентами особистісної зрілості вважає: мотивацію досягнення; ставлення до свого Я (Я-концепція); почуття громадянського обов'язку; життєву установку; здатність до психологічної близькості з іншими людьми [2]. Мотивація досягнення – загальна спрямованість діяльності індивіда на значущі життєві цілі, прагнення до максимально повної самореалізації, самостійність, ініціативність, прагнення до лідерства, досягнення високих результатів. Ставлення до свого Я (Я-концепція) включає такі характеристики зрілості як впевненість у своїх можливостях, задоволення своїми здібностями, темпераментом і характером, своїми знаннями, уміннями і навичками [3]. Теоретичні уявлення про процеси становлення зрілої особистості містяться в роботах вітчизняних психологів і соціологів Л. І. Анциферова, С. М. Іконникової, І. А. Громової, В. Т. Лісовського, що розглядають сфери життя суб'єкта і реалізовані в них соціальні ролі, права та обов'язки, що дозволяють людині стверджувати себе як соціально зріла особистість [1]. Досліджень з проблем професійно-особистісної зрілості вкрай мало, не піддавалися спеціальному вивченню умови прояву особистісної зрілості

майбутнього практичного психолога у процесі професійної підготовки. У вітчизняній психології проблема особистісної зрілості була вперше поставлена і послідовно вирішувалася з позиції особистісно-діяльнісного підходу, основи якого були закладені роботами П. Ф. Каптерева, Л. С. Виготського, А. Н. Леонтєва, С. Л. Рубінштейна, Б. Г. Ананьєва, В. В. Давидова, Д. Б. Ельконіна та ін., де особистість розглядалася як суб'єкт діяльності, яка сама, формуючись у діяльності й у спілкуванні з іншими людьми, визначає характер цієї діяльності і спілкування [10].

Розглядати особистісну зрілість як самовиявлення, входження в культуру в результаті власних зусиль, як здійснення людиною закладеної від природи самості, розвитку духовності дозволяють праці А. Г. Асмолова, А. А. Бодалева, Б. С. Братуся, Д. О. Леонтєва, М. І. Слободчикова, В. Є. Чудновського, В. Д. Шадрікова та ін. [4]. Обґрунтування і припущення щодо поняття особистісної зрілості містяться в сучасних теоріях особистості. Більшість дослідників (А. Маслоу, Г. Олпорт, З. Фрейд, Е. Фромм, В. Франкл, Е. Еріксон та ін.) пов'язують особистісну зрілість зі здатністю людини до самостійності в думках і вчинках, саморегуляції, ціннісному переживанню, співпраці з іншими, з відповідальністю за себе, інших і соціальну ситуацію в цілому, із толерантністю і емпатією. Виходячи зі змісту цих характеристик, можна констатувати, що досягнення необхідного рівня кваліфікації психолога можливе лише за умови постійного особистісного зростання і певного рівня професійно-особистісної зрілості.

Мета публікації полягає у розробці та апробації тренінгової програми на основі гештальт-терапії «Актуалізація професійно-особистісної зрілості майбутнього практичного психолога».

Виклад основного матеріалу дослідження. Теоретичну основу концепції тренінгу складають, екзистенціальні аспекти гештальт-терапії, теоретико-методологічними коріннями якої був психоаналіз та гештальт-психологія, екзистенціалізм і феноменологія, та гуманістична психологія.

Рівні роботи тренінгу охоплювали рівень роботи з образами, почуттями, тілесними симптомами, сновидіннями, реальними відносинами. Участь у такій тренінговій групі направлено на самопізнання і розвиток особистісного потенціалу майбутнього

практичного психолога. Участь у тренінгу дозволяє досліджувати свій власний життєвий досвід, виявити невикористаний потенціал і направити його на підвищення якості життя, освоїти нові способи спілкування з іншими людьми, підвищити рівень оволодіння професійними навичками. Гештальт-підхід, як напрям психотерапії і психологічного консультування базується на трьох основних ідеях: розширення усвідомлення, процесі контакту поділу в «Я – Ти» відносинах, та концептуальна основа гештальт-терапії, засноване на холізму і теорії поля.

Будь-яка психотерапевтична школа має концепцію про природу людини. Автори теорії гештальт Фріц Перлз і Пол Гудман виходять з поняття «людини-тварини». Відповідно, базовим у теорії гештальт виступає положення про інтерорганізмической цілісності поля «організм – середовище». У гештальт виділяють два види контакту з середовищем: пасивну адаптацію і творче пристосування. Пасивну адаптацію можна спостерігати, коли людина не усвідомлено тиражує один і той же спосіб поведінки в різних ситуаціях, незважаючи на їх відмінності. Творче пристосування передбачає присутність новизни. Це взаємодія із середовищем, пов'язане не з "автоматичним" відтворенням старих патернів поведінки, а зі створенням нової цілісності, виходячи з конкретної ситуації даного моменту, з прийняттям і реалізацією нового рішення в «тут і тепер». У контексті тренінгу, розвиваючи у учасників групи здібності творчого пристосування організму до навколишнього середовища, ми відновлювати «збої», допомагаючи людині мобілізувати свої творчі ресурси. «Творцем» творчого пристосування, у гештальт-терапії є «Self» – інтегративни вимір, що об'єднує функції, необхідні для запуску процесу творчого пристосування при контакті [5].

«Self» в гештальт-терапії не розглядається як фіксована, стабільна цілісність. Це не «особистість», наприклад, яка відносно стабільна, а сукупність функцій, необхідних для здійснення творчого пристосування. У структурному описі Self, виділяються три його підструктури. Ці підструктури або режими називаються також функціями і модальностями Self.: Id (Воно), Personality (Особистість) і Ego (Его). Функція Id пов'язана з внутрішніми

імпульсами, потребами, прагненнями, апетитами в широкому сенсі цього слова. Ця функція переважно проявляється в тілі, точніше, саме через тіло відбувається її ідентифікація. Функція Personality, є найбільш стабільною. Ця функція – сукупністю уявлень суб'єкта про себе, заснованих на інтеграції його досвіду, асиміляції його особистої історії. Модальність Personality пов'язана зі статусом особи, її професійними та іншими соціальними ролями. Даний компонент, був найбільш задіяний в процесі проведення тренінгової програми. Найбільш активною функцією Self є функції Ego. Вона забезпечує безпосередній контакт з навколишньою дійсністю. З її допомогою людина робить вибір, приймаючи одне і відчужуючи інше. Це функція свідомої згоди або відмови, коли людина сама відповідально розширює або обмежує контакт з навколишнім середовищем, виходячи з усвідомлення власних потреб. Функції Id і Personality можуть бути порушені. Порушення функції Personality можуть бути двох видів. По-перше, ці порушення відносяться до людей, які мають неадекватні уявлення про себе. Другий вид порушення функції Personality стосується прикладів, коли в конкретній ситуації актуалізується адекватне знання про себе, невідповідне даній ситуації, не маючи до неї прямого відношення. Таким чином, основами психотерапевтичних корекційних технік, стали самоусвідомлення, поняття завершеності, та розвиток творчого пристосування, на основі яких було сформовано концепцію тренінгової програми: людина, яка керується власними почуттів, прислуховується до чуттєво-емоційної сфери свого «Я», прагне мислити творчо, без обтяження великою кількістю інтроєктів, и основною метою свого існування визначає особистісний ріст, та високий рівень професіоналізму [8].

Мета тренінгу – вироблення кожним учасником свого професійного стилю, усвідомлення власних професійних можливостей, визначення шляхів особистісного і професійного зростання. У тренінгу використовуються різноманітні засоби активного психологічного навчання для вирішення триєдиної задачі: розуміння власного особистісного і професійного Я,

прийняття себе у професії, управління собою у професійних ситуаціях і своїм власним професійним розвитком взагалі.

Головною ідеєю тренінгу є концепція професійної ідентичності, що розуміється як багатовимірний та інтеграційний психологічний феномен, що забезпечує людині цілісність, тотожність і визначеність, яка розвивається під час професійного навчання разом із становленням процесів самовизначення, самоорганізації і персоналізації, а також обумовлюється розвитком рефлексії. Мається на увазі, що професійна ідентичність є самореферентністю, тобто почуття й усвідомлення унікальності функціонального й екзистенціального Я у його професійному служінні й неповторності особистісних і професійних властивостей, за умови приналежності соціальної і професійної реальності.

Задачі тренінгу вирішуються шляхом розвитку рефлексії (що я роблю, і в чому значення того, що я роблю), залучення розумових засобів для аналізу прототипу професійної діяльності, проектування образу професійного майбутнього, вдосконалення інтерактивного і перцептивного боків спілкування, осмислення власної професійної позиції. Можливість поліпшити власний психічний стан, підвищити власну компетентність, досягти життєвого і професійного успіху традиційно пов'язують з розвитком можливості побачити себе у більш сприятливому світлі. Реальна поведінка індивіда будується, відповідно до його концепції. Людина намагається інтерпретувати події, виходячи з існуючої у неї Я-концепції для того, щоб забезпечити відповідність відчуттів і поведінки (Р.Берне). Довільна професійна самоідентифікація з відповідною вербалізацією власних бажань і почуттів стає визначальним чинником успіхів або невдач у процесі вузівської підготовки.

У реальному процесі становлення профіидентичності недооцінюється «консервативність» Я-концепції. Студенти не можуть подолати стереотипи власного самосприйняття. Одним із засобів реалізації особистісно-позиційного підходу у вирішенні психологічних і професійних проблем студентів є створення умов для досягнення професійної ідентичності, підвищення впевненості у собі, розвитку компетентності і власної гідності, створенні

адекватного образу Я. Другий спосіб пов'язаний зі створенням образу успішного професійного майбутнього, з виявленням та актуалізацією своїх професійних ресурсів. Студенти, що сприймають себе негативно, концентруються на песимістичній оцінці власного можливого професійного і життєвого успіху. Вони відчують почуття неадекватності і нездатності впоратися із власними майбутніми професійними обов'язками. Якщо для людини це є проблемою і вона готова її вирішувати, то результат виявляється успішним. Встановлено, що модифікація професійної складової Я-концепції у різного роду групах психотренінгу відбувається під впливом ряду чинників:

- 1) зростання мотивації до самопізнання у результаті дії групових норм, що акцентують інтроспекцію;
- 2) усвідомлення власних потреб, можливостей, професійних інтересів і цінностей;
- 3) створення позитивних образів і перспектив професійного і особистісного майбутнього;
- 4) постановки мети для підтримки і розвитку образу Я;
- 5) надання індивіду максимального зворотнього зв'язку в його особистісних проявах, професійній поведінці.

Підвищенню адекватності і стійкості професійної ідентичності сприяє досягнення більшої відповідності між образом Я і реальним досвідом, між екзистенціальним і функціональним Я. Розвитку позитивного професійного самоприйняття сприяють ситуації, в яких надається можливість адекватного вибору і прийняття рішень у межах професійно-етичних правил. У ситуаціях даного типу позначено «рушійні сили», що сприяють розвитку, вони відчуються раціонально й емоційно, їх корені лежать у груповій роботі. Група дуже впливає на навчання. К. Левін встановив, що переконання, придбані у групі, чинять більший опір впливу середовища і звичкам. Велике значення групових форм роботи пов'язано з тим, що саме група, однолітків, які спільно вирішують певну задачу, є середовищем зародження і формування ініціативної поведінки у пізнавальній сфері (Н.В. Єлізарова, В.Я. Ляудіс, Ж. Піаже, Е.В. Чудінова, Н.І. Фрумїна, Р.Н. Цукерман). Спільна групова діяльність передбачає органічний зв'язок

діяльності і спілкування. Спільна діяльність реалізується через суспільно задані зразки діяльності і те «наочне поле», в якому актуально розгортається власне діяльність групи. Головна мета розвитку почуття профідентичності полягає у тому, щоб перейти від зовнішніх джерел підкріплення і зворотнього зв'язку у професійній діяльності, що сприяють підвищенню самооцінки, до внутрішніх джерел, тобто до самопідкріплення, як до засобів, регулюючих розвиток позитивного й адекватного самосприйняття. Це також означає об'єднати слово «успіх» зі словом „Я” в одне поняття [9]. Студент поступово повинен взяти на себе функцію професійного самооцінювання. Студент з розвиненою профідентичністю проявляє обґрунтований оптимізм з приводу власних потенційних успіхів у майбутньому, упевнений у власній професійній компетентності, вільний і відкритий у професійно-комунікативних позиціях, готовий напружено працювати, ставить перед собою реалістичну професійну мету, з гордістю приймає похвалу і не реагує хворобливо на критику, готовий брати на себе ту чи іншу відповідальність за професійні проблемні ситуації, проявляє пошану до особистості іншого, з готовністю висуває нові ідеї і плани.

У структурі тренінгу – вісім тем: перша присвячена формуванню групи, моніторингу цілей учасників, остання – рефлексії учасників щодо тренінгу, решта десять – основним рисам особистісної зрілості – посилення уваги до почуттів, розвиток адекватної самооцінки, глибинності переживань, робота з протилежностями, розвитку рефлексії, синергічність. Структура кожної теми включала три елементи: 1) знайомство з характеристиками певної риси, яка пророблялася, метафоричне пояснення змісту і цілей теми, вправи для "розминки"; 2) основна частина; 3) рефлексія теми в цілому. Окремі компоненти тренінгу у програмі об'єднуються у ціле на основі єдиної моделі особистісно-професійної зрілості. Ця модель допомагає студентам тренуватися одночасно як у плані поведінки, професійних дій, емоційних відносин, так і у когнітивному плані; при цьому об'єднуються три складових: образ Я, особистісне зростання та професійне зростання.

План тренінгової програми на основі гештальт-терапії «Актуалізація професійно-особистісної зрілості майбутнього психолога»

Теми і мета занять та вправи	Час (хв.)
1	2
<p align="center">Тема 1. Цілі тренінгу. Формування групи.</p> <p>Мета: сформувати мотивовану групу учасників тренінгу</p> <p>Очікування учасників</p> <p>Моменти в житті</p> <p>Візитівка</p> <p>Моє послання у світ</p> <p>Моє справжнє "Я".</p>	<p align="center">2,5-3 год.</p> <p align="center">5-20 хв.</p> <p align="center">20хв.</p> <p align="center">30 хв.</p> <p align="center">20 хв.</p>
<p>Тема 2. Посилення уваги до почуттів</p> <p>Мета: навчитися концентрувати свою свідомість на відчуттях у тілі</p> <p>Розігрування ролей</p> <p>Мій портрет очима групи</p>	<p align="center">2 – 2,5год.</p> <p align="center">40-60 хв.</p> <p align="center">60-90 хв.</p>
<p>Тема 3. Розвиток адекватної самооцінки</p> <p>Мета: сформувати адекватне враження про себе з усіма своїми недоліками та позитивними якостями</p> <p>Дати собі адекватну самооцінку "Хто Я?". "Хто Я?"</p> <p>Мій дракон, мої недоліки</p>	<p align="center">2-3,5год.</p> <p align="center">25-30 хв.</p> <p align="center">30 хв.</p> <p align="center">25 хв.</p>
<p>Тема 4. Глибинності переживань</p> <p>Мета: усвідомити події, що викликають сум, та асимілювати їх в позитивній досвід</p> <p>"Дерево"</p> <p>Дві краплини олії</p> <p>Аксіоми Лефеїра</p> <p>Задача</p> <p>Хокку</p> <p>Нобелівська премія</p>	<p align="center">3-4,5 год.</p> <p align="center">30 хв.</p> <p align="center">40 хв.</p> <p align="center">25 хв.</p> <p align="center">20 хв.</p> <p align="center">50 хв.</p> <p align="center">60 хв.</p>
<p>Тема 5. Робота з протилежностями</p> <p>Мета: виявити, протилежності своєї особистості, навчитися з користю користуватися кожною з них</p> <p>Рибки-актинії</p>	<p align="center">2-2,5 год.</p> <p align="center">60-100 хв.</p>
<p>Тема 6. Розвитку рефлексії</p> <p>Мета: навчитися прислуховуватися до свого внутрішнього голосу, аналізувати свої вчинки</p> <p>Хто я?</p> <p>Без маски.</p> <p>Подаруй собі ім'я</p> <p>Тут і тепер</p> <p>Розвиток усвідомлення</p>	<p align="center">3-4,5 год.</p> <p align="center">10-20 хв.</p> <p align="center">30-40 хв.</p> <p align="center">30 хв.</p> <p align="center">40-50 хв.</p> <p align="center">60-80 хв.</p>

Продовження табл. 1

1	2
Тема 7. Синергічність	3,5-5 год.
Мета: здатність коригувати свою сутність	
Пари дуальностей	30-40 хв.
Літопис	20-40 хв.
"Хрестоносець"	60-90 хв.
ПАНКС	20-40 хв.
Герой	30-40 х
Тема 8. Рефлексія тренінгу	2-3 год.
Мета: підвести підсумки проведеного тренінг, самодіагностувати ефективність тренінгу	
Минуле – сьогодні – майбутнє	20-40 хв.
20 бажань	30-45 хв.
Лабіринт	10-15 хв.

Висновки та перспективи подальших наукових розробок у цьому напрямку. Таким чином, використання тренінгу «Актуалізація професійно-особистісної зрілості майбутнього психолога» у навчанні ініціює процес обдумування можливої корекції тих чи інших якостей або форм поведінки, що заважають розвитку позитивних якостей. Це обдумування призводить до постановки конкретної мети, а також до усвідомлення бажання прийняття себе. Адже як тільки людина вступає на шлях саморозвитку, їй стає простіше почати приймати себе такою, яка вона є. Як наслідок, змінюється образ Я, самосвідомість, що позначається на поведінці людини. Загалом, процес навчання стає особистісно значущим. У результаті участі у тренінгу загальне підвищення мотивації щодо формування мотиваційно-осмисленої позиції майбутнього фахівця, відбувається активізація інтересу до практичної діяльності, зростає уява, стимулюється творчий пошук, професійне експериментування тощо. Дана проблема на сучасному етапі вимагає подальшого дослідження, що обумовлено зростанням професійних і особистісних вимог, які пред'являє соціум практичним психологам. У зв'язку із цим, перспективи подальшого дослідження окреслюються створенням технологій по навчанню етапам самовдосконалення особистості майбутніх психологів, формуванням емоційної й поведінкової саморегуляції, розробкою бази діагностичних методик, які дозволять установити взаємозв'язок

між професійним і особистісним зростанням і визначити якісний рівень розвитку особистості майбутнього психолога-професіонала.

Список використаних джерел:

1. Антонова Н. О., Рибачук Л. І. Психологічна зрілість як основа готовності до професійної діяльності психолога / Н. О. Антонова, Л. І. Рибачук // Проблеми сучасної психології : зб. наук. праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України / С. Д. Максименко, Л. А. Онуфрієва. – Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2010. – Вип. 7. – С. 29-43.
2. Гильбух Ю. З. Тест-опросник личностной зрелости / Ю. З. Гильбух. – К. : НПЦ Перспектива, 1995. – 24 с.
3. Долінська Ю.Г. Самоактуалізація особистості майбутнього психолога у процесі професійної підготовки: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. / Ю.Г. Долінська. – К. : НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2000. – 196 с.
4. Лепіхова Л.А. Соціалізація та соціально-психологічна компетентність як рівні особистісної зрілості / Кроки до компетентності та інтеграції в суспільство: науково-методичний зб. / Ред. кол. Н. Софій, І.Єрмаков та ін. – К. : Контекст, 2000. – 336 с.
5. Перлз Ф. Гештальтподход и свидетель терапии / Ф. Перлз – М., 1996. – 440 с.
6. Потапчук Л.В. Психологічні особливості становлення особистісної зрілості старшокласників: автореф.дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.09. "Вікова та педагогічна психологія" / Л.В. Потапчук. – К., 2001. – 20 с.
7. Реан А. А. Психология изучения личности: Учеб. пособие / А.А. Реан – СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 1999. – 288 с.
8. Фрю Д.Е. Применение теории гештальт-терапии к проведению групп // Теория и практика гештальт-терапии на пороге XXI века / Отв. ред. М.П. Аралова. – Ростов н/ Д: Изд-во рост. гос. ун-та, 2001. – С. 85-106.
9. Хломов Д. Динамический цикл контакта в гештальттерапии / // Гештальт-97. – М., 1997. – С. 28-33. 13. Kohut H. The Analysis of the Self / H. Kohut. – New York : International Universities Press, 1971.
10. Шемелюк І. Я. Короткий індекс самоактуалізації та шкала ясності Я-концепції як показники особистісної зрілості / І. Я. Шемелюк // Практична психологія та соціальна робота. – 2000. – №6. – С. 26-27.
11. Штепа О.С. Психологічні особливості формування та актуалізації особистісної зрілості / О.С. Штепа // Практична психологія та соціальна робота. – 2006. – №5. – С. 24-31.