

**Вікторія ГОРБУНОВА,**  
кандидат психологічних наук,  
доцент кафедри соціальної та практичної психології  
Житомирського державного університету імені Івана Франка

## **ЦІННІСНА ПІДТРИМКА РОЗВИТКУ ЗДІБНОСТЕЙ (ТВОРЧОСТІ) У ВІЦІ СЕРЕДНЬОЇ ДОРОСЛОСТІ**

### **Специфіка розвитку особистості у віці середньої дорослості**

Межі середньої дорослості є доволі розмитим і визначаються радше не віком (40-60 років), а тими психологічними змінами, які відбуваються у ціннісно-мотиваційній сфері кожної окремої особистості. Психологічний зміст поняття “середня дорослість” перш за все пов’язаний із глибинною рефлексією: аналізом життєвого шляху, переоцінкою власних досягнень, переосмисленням цілей та зміною пріоритетів. Л.І. Анциферова визначає зрілість як початок нового етапу в житті людини: “Саме в період зрілості відбувається кардинально важливий перехід особистості зі стадії вирішення поставлених перед нею життєвих завдань на стадію постановки нових проблем, формулювання якісно нових задач” [1, с. 38].

Культурний та освітній рівень кожної окремої людини, особливості її професійного і особистісного життя стимулюють або навпаки пригальмовують вказані процеси. Відчувати себе дорослим та зрілим, намагатися проаналізувати та переоцінити власне життя можна і в 20 і в 30 років. І все ж таки встановлення вікових меж не є випадковим. Соціальна ситуація, в якій опиняється 40-60-річна людина доволі складна. Здавалось би все чітко та визначено: є робота, склалася кар’єра, система взаємостосунків з колегами; є сім’я з усталеними традиціями та узвичаєним побутом. Однак, все не так просто як здається на перший погляд. На роботі дихають в спину “молоді та перспективні”, починаються проблеми із здоров’ям, що впливає на працездатність, з’являються невтішні думки про пенсію. Змінити місце роботи також не легко, основні вимоги роботодавців стосуються віку кандидатів на посади – до 40 років. З’являється ризик “емоційного вигорання”, коли зникає продуктивна професійна мотивація – накопичується образа на керівництво та колег, в зв’язку

з тим, що не дали змоги реалізуватися, недооцінили та не зрозуміли. Сім'я здається вже не такою як раніше: діти виростають і не завжди дозволяють потурбуватися про себе, взаєностосунки з близькою людиною ускладнюються зміною соціальних функцій. Фройдівський заклик, про те, що треба “любити і працювати” аби захиститись від неврозів, стає вже не таким легким в реалізації.

Вітчизняні та закордонні автори, серед яких Б.С. Братусь, Ф.Ю. Василюк, Р. Гласер, Є.І. Головаха, О.О. Кронік, Х. Левінсон, Т.М. Титаренко, Е. Еріксон наголошують на тому, що період так званої середньої дорослості пов'язаний із накопиченням певних смислових протиріч, які в свою чергу ведуть до кризових явищ в свідомості особистості. Водночас дослідники зазначають, що кризи не є виключно негативними і можуть бути розв'язані продуктивно, стати рушієм подальшого розвитку. Спосіб подолання кризи залежить від кожної конкретної людини. Прочитуємо О.А. Донченко та Т.М. Титаренко: “Кризи зрілості мають загальну природу – кардинальні зміни у способі життя та діяльності людини, однак причини їх виникнення та шляхи подолання є різними і виключно індивідуальними” [3, с. 135].

### **Подолання кризових явищ у віці середньої дорослості**

Безкризове існування у середній дорослості навряд чи є можливим, адже в силу соціальної ситуації розвитку кожна людина стикається з потребою усвідомлення своїх нових позицій, перш за все, у професійному колі, у сім'ї, серед друзів та знайомих.

Більшість авторів сходяться на думці, що кризові переживання “середини життя” пов'язані із ціннісно-смисловою перебудовою особистості. Результати емпіричних досліджень К. Муздибаєва свідчать про те, що у 30-50 років різко падає осмисленість життя, втрачається задоволеність сенсом власного буття [9]. В. Франкл вводить поняття екзистенційного вакууму – відчуття смислової втрати [11]; К. Левін говорить про зміну “характеру вимоги” – системи вимог до себе та інших, базових параметрів оцінювання [6]; Е. Еріксон наголошує на переосмисленні ставлень до себе та інших: зануренню у власні переживання чи орієнтацію на загальнолюдські цінності [12].

Продуктивними, у сенсі аналізу та подальшої консультативної роботи із кризовими явищами особистості у віці середньої дорослості, видаються ідеї О.Л. Музики, який на основі емпіричних досліджень виділив та обґрунтував явище ціннісної кризи. На думку автора, особистості не уникнути кризових явищ, коли та чи інша цінність втрачає своє мотивуюче значення, в силу неефективності тих способів діяльності, в основі яких вона знаходиться. Втрата “ціннісної ефективності” може бути пов’язана як із зміною соціальних вимог, так і з трансформацією особистісної позиції. Ціннісна криза буває локальною, коли фруструється одна або кілька цінностей і глобальною, коли перебудови зазнає уся ціннісна сфера. Також автор виділяє два види цінностей: діяльнісні – ті, які регулюють професійну діяльність та моральнісні – ті, що лежать в основі системи міжособистісних стосунків. Відповідно до такого поділу розширюється типологія ціннісних криз: локальні діяльнісні чи моральнісні кризи; глобальні діяльнісні чи моральнісні кризи та глобальна ціннісна криза [7].

На нашу думку, в середній дорослості високим є ризик саме глобальних криз, оскільки зазнає переосмислення та вимагає перебудови увесь стиль життя. Так, О.Л. Музика зазначає: “ Глобальна діяльнісна криза має місце тоді, коли всі, або більшість видів діяльності, які були значимими для людини через різні причини (звільнення з роботи, вихід на пенсію тощо) втрачають свою цінність... Глобальна моральнісна криза може бути може бути викликана різними причинами, серед яких можуть бути і кардинальна ціннісна переорієнтація суспільства, і важкі життєві розчарування... Глобальна ціннісна криза виникає тоді, коли людині не вдалося віднайти конструктивних методів подолання моральнісної чи діяльнісної кризи” [7, с. 69-70].

Які ж методи подолання криз є конструктивними? Сутність кризових станів середньої дорослості та шляхи психологічної допомоги у їх подоланні закладені у відомому вислові Ф. Вольтера про те, що “Той, хто не розуміє сутності свого віку переживає лише те погане, що він приносить”.

Провідними для сучасної психології є погляди, що лише глибокий самоаналіз та переоцінка власної ролі дають можливість ефективного виходу із

кризового стану. Так, В. Галаджер зазначає: “Криза середини життя загрожує, в першу чергу, тим, хто схильний до уникнення самоаналізу і використовує такий захисний механізм як заперечення, намагаючись не помічати змін, які відбуваються в його житті” [цитата за 5, с. 751], а Б. Окун та Е. Шейн наголошують, що люди набагато краще проходять період переосмислення, якщо вони систематично оцінюють власні здібності, а також плюси та мінуси свого професійного життя [за 5].

Співзвучні думки містяться і в роботах Б.С. Братуся, Ф.Ю. Василюка, Б.В Зейгарник, Т.М. Титаренко. Автори доходять висновку, що адекватна новому стилю життя ціннісно-сміслова перебудова свідомості, можлива лише внаслідок глибокого самоаналізу, який на думку Т.М. Титаренко, має призвести до усвідомлення усіх переваг зрілості як віку “... креативності, продуктивності, генеративності, зацікавленості в навчанні молодшого покоління, оптимізації його життя” [10, с. 257]. Інакше можлива регресія на попередні вікові стадії, переживання бідності власного життя.

Детально описують згаданий феномен Б.Ф. Зейгарник та Б.С. Братусь: “Якщо відбувається суттєва зміна смислової сфери, смислових утворень і особистісних цінностей, це, як правило, означає новий етап у розвитку особистості, який в нормальному поступальному русі цього розвитку піднімає людину це на один щабель, наближаючи до ідеалу повного розкриття людської сутності; в випадках же аномального розвитку – веде людину в сторону, віддаліє від ідеалу, перекидає шлях до нього” [4, с. 138-139].

Питання про існування певних особистісних передумов конструктивного вирішення кризових явищ піднімається у працях Т.В Андрєєвої, Р.А. Ахмерова, Ф.Ю. Василюка, О.Л. Музики, Т.М. Титаренко. Автори, в той чи інших спосіб приходять до думки, що саме творча спрямованість особистості забезпечує відносно безболісне та продуктивне подолання ціннісних криз.

Ф.Ю. Василюк розробляє типологію “життєвих світів особистості” – способів ціннісно-сміслового структурування життєвого простору. Найбільш продуктивним, притаманним творчим людям автор вважає “важкий і складний”

(на противагу “легкому і простому”) життєвий світ, коли для задоволення потреб людина звикла постійно працювати, а її свідомість є складною і багатогранною: “В складному і важкому світі є час і місце для спроб і помилок, випробувань і вороття, відстрочок і компромісів, порад і відпочинку” [2, с. 99]

Співзвучними є ідеї О.Л. Музики, який говорить про ціннісну когнітивну складність особистості як багатовимірність, структурованість та ієрархічність її ціннісної свідомості. Дослідник наголошує на тому, що ціннісною складністю вирізняються творчі особистості, які здатні до якісно нового, продуктивного вирішення життєвих проблем. Пересічні ж люди, не здатні швидко та якісно зорієнтуватися в складних умовах і вимушені користуватися фіксованими способами поведінки, закріпленими у соціальних нормах і соціальних ролях: “На відміну від творчо обдарованих людей, які переважно є самодостатніми і соціально нерегламентованими, пересічні люди потрапляють у ситуацію життєвих криз саме внаслідок нормативних чи рольових конфліктів. Відзначаючись зниженим рівнем суб’єктності, внутрішньої стійкості і самодостатності, пересічний індивід потрапляє у своєрідну рольову пастку, що веде до кризових явищ за будь-яких умов” [7, с.].

Таким чином, основними способами подолання кризових явищ у середній дорослості є глибинний самоаналіз, стимуляція творчості, розвитку ціннісної складності особистості через рефлексію здібностей та соціальну рефлексію.

### **Організація дослідження рефлексії здібностей та соціальної рефлексії в віці середньої дорослості**

Методика вивчення динамічних механізмів розвитку творчих здібностей (рефлексії здібностей), розроблена та адаптована авторським колективом під керівництвом О.Л. Музики, має широкий діагностичний спектр і може бути використана у роботі з людьми різного віку та освітнього рівня.

Основна мета, закладена в методику на етапі розробки – визначення особливостей особистісної рефлексії, співзвучна із проблемами середньої дорослості, а тому якнайкраще підходить для діагностики рівня самоаналізу особистості, його основних параметрів. Методику складають два базових

блоки, перший з яких спрямований на вивчення рефлексії здібностей, другий – соціальної рефлексії особистості.

За авторським задумом вивчення того, які діяльності та вміння є важливими для людини і до оволодіння якими вона прагне, дозволяє зрозуміти ті життєві смисли та цінності, які регулюють її професійну сферу. Причому важливість згаданих діяльностей визначається не стільки суб'єктивним відчуттям, скільки чіткістю в усвідомленні конкретних дії та операцій, в тому числі когнітивних, що є необхідними для здійснення окремих діяльностей.

Вивчення особливостей соціальної рефлексії дозволяє проникнути у сферу міжособистісних стосунків, виділити ті параметри на основі яких людина конструює взаємодію із оточенням, розкрити суб'єктивне розуміння успіху та невдачі, побачити корені особистісних криз.

Специфіка організації та проведення дослідження з дорослими людьми перш за все пов'язана з проблемами особистісної закритості та соціальної бажаності. Учасники прагнуть виділяти та високо оцінювати ті діяльності, які є соціально схвалюваними та відповідними віку (“керувати”, “вести переговори”, “переконувати інших”), навіть у тому випадку, якщо позбавлені можливості їх ефективно виконувати. Також досліджуванам важко торкатися тих тем, які стосуються власної нерепрезентативності для значимих осіб, так часто на прохання: “Назвіть людей зі свого оточення, оцінку яких Ви хотіли б змінити” можна почути відповідь, про те, що таких людей взагалі не існує.

Часткове або повне вирішення вказаних проблем можливе за умови налагодження позитивного контакту, коли психолог як уважний співбесідник м'яко переконує учасника у тому, що самопізнання є цікавим і корисним для нього процесом. Слід зазначити, що добровільність є обов'язковою вимогою участі у дослідженні, тому свідомий опір неможливий за визначенням. Налагодженню ж стосунків взаємної довіри сприяє організація дослідження у формі невимушеної бесіди, за відсутності офіціозу, на кшталт лабораторної обстановки, присутності асистента або виражених супроводжуючих записів. Звичайно, дозвіл на запис (письмовий чи звуковий) є обов'язковою вимогою

дослідницького процесу, однак слід наголошувати на його важливості, перш за все, для учасника, як додатковій можливості самоаналізу при повторному ознайомленні. Важливим фактором у роботі з дорослими людьми є вік та професійний рівень дослідника, на рівні внутрішнього опору сприймається учасниками психолог багато молодший за віком, або такий, чия кваліфікація видається їм недостатньою. Формальними засобами подолання захисних механізмів є чітке та адекватне ситуації формулювання завдань дослідження, інструкції та питань.

Перейдемо до опису основних етапів дослідження, специфіки їх перебігу, спробуємо уточнити завдання, які виконуються на кожному з них та розкрити можливості обробки і інтерпретації отриманих даних.

На **першому етапі** здійснюється введення у дослідницький процес. Як вже зазначалося базовим завданням цього етапу є налагодження позитивного контакту, створення ситуації довіри та співробітництва. Вступна бесіда може тривати достатньо довго, її загальний зміст має бути нейтральним, таким, що не торкається прямо завдань дослідження, однак орієнтує на подальшу роботу: психолог розповідає про себе, коло своїх інтересів, значимих для нього осіб, спонукаючи тим самим учасника до відповідної розповіді, вислуховує його поступово розкриваючи основні завдання та спосіб дослідницької роботи. При поясненні мети дослідження варто акцентувати увагу на його цікавості та важливості для самого учасника, який є дослідником, навіть у більшій мірі ніж психолог. Також важливою є демонстрація прозорості методики, наголошення на відсутності прихованих механізмів інтерпретації та аналізу, запевнення у повній конфіденційності та обов'язковому ознайомленню з результатами. Прикладом загальної фрази, яка вводить учасника у дослідницький процес може слугувати така: “Разом ми спробуємо зрозуміти, що Вам цікаво, до цього Ви прагнете, на чю думку орієнтуєтесь і що б хотіли змінити. Це може бути корисним, бо за браком часу, у нас не буває можливості зупинити і подумати про своє життя”.

Описана бесіда не є формальним компонентом методики, вона вимагає

від дослідника, окрім професійних навичок, досвіду роботи із людьми, а також певного рівня інтуїції. Вже на цьому етапі ми отримуємо важливу інформацію про учасника: рівень його особистісної відкритості, готовності до самоаналізу, можемо ідентифікувати окремі захисні механізми та зробити перші висновки про рівень ціннісної когнітивної складності.

Завданнями **другого**, власне дослідницького, етапу є аналіз особливостей діяльнісної рефлексії, визначення того які діяльності і вміння приписує собі людина, до оволодіння якими прагне, як високо оцінює їх значимість, чи може виділити конкретні дії та операції (в тому числі мислительні), які потрібні для виконання тієї чи іншої діяльності. Також аналізується соціальна рефлексія, визначається коло референтних осіб, виділяються якості, які забезпечують соціальне схвалення та допомагають/заважають досягти успіху.

В базовому варіанті методики пропонується використовувати спеціальну карту, яка може заповнюватись психологом та учасником спільно чи окремо. У роботі з дорослими ефективною виявилася модифікація процедури опитування: для фіксування інформації та подальшої роботи з нею використовувалися спеціальні картки, які заповнювалися власне досліджуваними. Психолог, за потреби, самостійно вносить дані в базову карту під час або після дослідження. Формулювання питань та структура карток подані у таблиці 1.

На прохання виділити і оцінити ті діяльності та вміння, якими володіє або прагне оволодіти – учасник записує кожну діяльність (вміння) на окремій картці, на якій також зазначав рівень та причини її важливості для себе (за 10-бальною шкалою). Коли учасника просять виділити окремі операції та дії (в тому числі мислительні), як складові тих чи інших діяльностей (вмінь) – він має змогу записати їх на зворотній стороні картки та також оцінити значимість.

Схожа процедура мала місце і при виділенні значимих осіб (в тому числі і тих, чию думку про себе досліджуваний хотів змінити), їх імена записуються на окремих картках, де також ставиться оцінка референтності. На зворотному боці кожної картки записуються ті якості, за які та чи інша референтна особа цінить/не цінить досліджуваного, а також ті, які б досліджуваний хотів набути



для ефективної взаємодії з іншими, оцінюється особистісна значимість кожної, вказується сприяють ці якості досягненню успіху у житті чи ні. Для того, щоб врахувати той момент, що людина дорослого віку може орієнтуватися на власні цінності як соціально незалежні критерії самооцінки, ми просили одну з карток означати як “Я”, оцінити значимість власної думки та виділити ті якості, які допомагають/заважають досягати успіху але не оцінюються оточенням.

Таблиця 1.

Формулювання питань та структура дослідницьких карток

ФОРМУЛЮВАННЯ ПИТАНЬ			ДОСЛІДНИЦЬКА КАРТКА		
<b>РЕФЛЕКСІЯ З ДІЛЬНОСТЕЙ</b>	діяльнісний компонент	Виділіть ті діяльності та вміння якими Ви володієте (прагнете оволодіти). Оцініть їх важливість для себе. Зазначте чому вони для Вас важливі.	лицьова сторона		
			Діяльність (вміння)	Оцінка	Причини важливості
	операційно-когнітивний компонент	Виділіть дії та операції (в тому числі мислительні) складові виділених діяльностей та вмінь. Оцініть їх важливість для себе. Зазначте чому вони для вас важливі.	зворотня сторона		
			Дії та операції	Оцінка	Причини важливості
ФОРМУЛЮВАННЯ ПИТАНЬ			ДОСЛІДНИЦЬКА КАРТКА		
<b>СОЦІАЛЬНА РЕФЛЕКСІЯ</b>	референтний компонент	Назвіть людей, які оцінюють Ваші досягнення та вміння, позначте тих, чию думку Ви б хотіли змінити. Оцініть важливість їх оцінки для себе. Поясніть.	лицьова сторона		
			Значимі особи	Оцінка	Причини значимості
	особистісно-ціннісний компонент	Виділіть ті Ваші якості, які оцінюють значима особа. Вкажіть ті, які б хотіли набути для ефективної взаємодії з нею. Оцініть важливість цих якостей для себе. Поясніть. Позначте ті якості, які допомагають/заважають Вам досягати успіху.	зворотня сторона		
			Особистісні якості	Оцінка	Причини важливості

Описана організаційна процедура має ряд переваг. По-перше вона є

зручною у використанні: учасникам зручно зіставляти діяльності з тими діями та операціями, яких вони вимагають, а також зіставляти значимих осіб з тими якостями за якими вони здійснюють оцінювання (лицьова та обернена сторона карток). По-друге розширюються можливості кількісного аналізу: оскільки за однією шкалою оцінюється важливість як наявних діяльностей, вмінь, дій, операцій та якостей так і тих, яких людина прагне набути – можлива не лише фіксація рівня розвитку компонентів, а й потенціалу такого розвитку. До того ж повторюваність якостей оцінки для різних значимих осіб (“Виділіть якості на основі яких Вас оцінює кожна зі значимих осіб”) дає можливість встановити типові параметри соціальної оцінки.

Після проведення дослідження та його короткого аналізу для учасника (надання достатньої і необхідної інформації, для забезпечення психологічного комфорту) власне діагностика завершується. Наступний крок спільної роботи – надання ціннісної підтримки. Слід зазначити, що сама методика є дієвим інструментом такої підтримки, адже кропітка робота по дослідженню власного життя є нічим іншим як самоаналізом, “тренуванням рефлексії”. Подальша підтримка, у формі індивідуальної консультативної або групової тренінгової роботи здійснюється після детального аналізу результатів дослідження.

Аналіз отриманих даних можна означити як **третій** (кількісний аналіз) та **четвертий** (якісний аналіз і інтерпретація) **етапи** дослідницької роботи.

З метою визначення наявного рівня розвитку рефлексії здібностей та соціальної рефлексії, а також рефлексивного потенціалу особистості нами було виділено кілька математичних показників, які дозволили операціоналізувати такі параметри аналізу:

- *розвиток діяльнісного компоненту рефлексії здібностей* ( $P_{\text{діяльн}}$ ) як кількість діяльностей та вмінь (дій та операцій), які виділяє досліджуваний;
- *особистісна важливість діяльнісної сфери* ( $V_{\text{діяльн}}$ ) як середня оцінка за виділені діяльності та вміння (дії та операції);
- *діяльнісний потенціал особистості* ( $P_{\text{діяльн}}$ ) як кількість діяльностей та умінь якими вона прагне оволодіти, дій та операцій, які хоче розвинути;

- *можливість реалізації діяльнoго потенціалу* ( $PP_{\text{діяльн}}$ ) як середня оцінка за ті діяльності та вміння (дії та операції) до оволодіння якими прагне людина;
- *розвиток моральнoго (соціального) компоненту рефлексії* ( $P_{\text{моральн}}$ ) як кількість якостей, які виділяє досліджуваний;
- *особистісна важливість моральнoї сфери* ( $V_{\text{моральн}}$ ) як середня оцінка за якості;
- *моральнiй потенціал особистості* ( $П_{\text{моральн}}$ ) як кількість якостей, яких прагне набути людина;
- *можливість реалізації моральнoго потенціалу* ( $PP_{\text{моральн}}$ ) як середня оцінка за ті якості, до набуття яких прагне людина.

Також можна визначити найважливіші дії та операції як ті, що мають найвищу частоту повторюваності у складі різних діяльностей і вмінь та типові соціально схвалювані якості як кількість однакових параметрів оцінки, що використовуються різними референтними особами. Також можна встановити додатковий критерій для оцінки важливості діяльностей та вмінь на основі порівняння середніх від важливості дій та операцій для кожної окремої діяльності (вміння). За аналогією можна референтність значимих осіб.

Слід зауважити, що застосування математичних критеріїв не є самоціллю, ми свідомі того, що предмет нашого дослідження якісний за характером, тому кількісні показники є лише способом унаочнення та стандартизації окремих результатів. До того ж не існує статистичних норм для жодного з виділених параметрів, тому усі вони аналізуються як відносні.

Етап якісного аналізу та інтерпретації отриманих даних триваліший та складніший за попередній етап, і лише дослідницька інтуїція та досвід можуть забезпечити валідність і надійність кінцевого результату. Якісний аналіз зумовлений віковою специфікою рефлексії здібностей, його основні напрямки орієнтовані на пошук ознак кризових явищ у ціннісній свідомості учасників:

- *вивчення особливостей діяльнoї рефлексії* (ідентифікація діяльнiсних криз) відбувається на основі аналізу змісту найважливіших діяльностей та

вмінь: наскільки вони відповідають соціальній ситуації розвитку, наскільки операціоналізуються досліджуванним (розкриваються в системі конкретних операцій та вмінь), яка частка особистісного компоненту (виділення як діяльності “бути дружиною”, “любити та дружити”); також аналізуються безпосередні причини важливості тієї або іншої діяльності;

- *дослідження діяльнісного потенціалу* (ідентифікація діяльнісних криз) здійснюється через аналіз змісту бажаних діяльностей, вмінь, дій та операцій: наскільки вони є реальними для набуття та дійсно важливими для досліджуваного (чи радше мріями та жалем за загубленими можливостями), наскільки відповідають тим діяльностям як компоненти яких виділяються;
- *вивчення особливостей соціальної рефлексії* (ідентифікація моральнісних криз) можливе на основі аналізу відповідностей вимог, які висуваються референтними особами та вимог, які декларуються базовими діяльностями; велике значення має питання: “Хто такі референтні особи, чи входять вони до діяльнісного кола досліджуваних, чому є референтними?”;
- *дослідження моральнісного потенціалу* (ідентифікація моральнісних криз) – це ніщо інше як аналіз якостей, яких прагне набути людина, того настільки ці якості відповідають вимогам референтного оточення, аналіз причин прагнення до особистісних змін;
- *вивчення особливостей взаємозв’язку діяльнісної та соціальної рефлексії* полягає в ідентифікації диспропорцій розвитку (переважання діяльнісного чи моральнісного компоненту), аналізі причин такого розвитку (прагнення соціального схвалення, втрата роботи тощо) та пошуку конструктивних можливостей подолання диспропорційності.

Слід зауважити, що вивчення рефлексії здібностей не обмежується одним статичним діагностичним зрізом; в методіку, поряд із встановленням наявних особливостей діяльнісної та соціальної рефлексії, закладена можливість аналізу розвитку рефлексивних компонентів (повторні дослідження). Також важливою для ціннісної підтримки, є можливість не лише ідентифікувати кризові явища, а й побачити шляхи їх подолання (операціоналізація провідної діяльності; зміна

референтних осіб).

Зважаючи на ідеографічність дослідження рефлексії здібностей, отримані результати важко піддаються узагальненню. Продуктивним є класифікаційний аналіз у руслі концепції ціннісних криз О.Л. Музики, в результаті якого нам вдалося створити типологію кризових явищ у віці середньої дорослості, розкрити їх зміст, описати окремі випадки.

При аналізі діяльній та соціальній рефлексії ми стикнулися з проблемою класифікації кризових явищ як локальних чи глобальних, при відносно легкому їх виділенні та встановленні змісту. Глобальність криз є перш за все їх суб'єктивною характеристикою і має встановлюватись психологом спільно із досліджуваним у ході діагностичної бесіди або на етапі ціннісної підтримки. Формальними показниками глобальної ціннісної кризи є відсутність потенціалу та можливостей його реалізації.

**Діяльнісні ціннісні кризи** ідентифікуються у таких випадках:

- *відсутність значимих діяльностей та вмінь* у загальному переліку (атрофія діяльній сфери)<sup>1</sup>: досліджуваний не вказує жодній діяльній або вміній, яке б було оцінене ним на рівні 7-10 балів (Пр.: “водити машину (6), стреляти (6), плавати (5), грати в волейбол (4), грати в настольний теніс (4), грати в більярд (5), грати в шахмати (4), вести переговори (6) ...”); серед причин такої оцінки вказується “а хіба це важливо”, “це вміє кожен”, “не таке вже це і задоволення спілкуватися з людьми”);
- *низька оцінка діяльностей та вмінь безпосереднього включення* (низька значимість діяльній сфери) діагностується у випадку коли досліджуваний оцінює провідні діяльності та вмінья як не важливі (мало важливі) для себе (Пр.: “вести переговори (5), керувати людьми (4), гуртовий продаж (6), укладання домовленостей (6)... –  $V_{\text{діяльн}} = 5,25$ ”); причини такої оцінки як правило пояснюються через втрату інтересу та рутинність діяльностей;
- *виділення та оцінка як значимих діяльностей, які не є актуальними* (ригідність діяльній сфери): досліджуваний високо оцінює діяльності які

---

<sup>1</sup> В дужках вказано орієнтовну назву типу ціннісної діяльній кризи.

- вже давно втратили свою актуальність (Пр.: “виховувати дітей (9), інженерна діяльність (8) – *не працює за фахом біля 15 років*”); причини важливості як правило не диференціюються – “це цікаво”, “це дуже важливо”, “як же ж це може бути не важливим”, “я ж це робила”;
- *висока оцінка “віртуальних” (нереальних) діяльностей* (паранояльність діяльнійсфери) спостерігається у випадках високої оцінки діяльностей та вмінь на кшталт “передбачати майбутнє (9)”, “аналізувати політичні події (10)”; останній приклад віднесено до “віртуальних” діяльностей в силу того, що причиною важливості було названо “готую листи в кабінет міністрів”;
  - *низький рівень операціоналізації важливих діяльностей та вмінь* (низька рефлексивність діяльнійсфери) полягає в тому, що учасник не може розкрити зміст діяльності у вигляді дій та операцій, що входять до її складу.
  - *операціоналізація діяльностей через особистісні якості* (моралізація діяльнійсфери): досліджуваний на прохання виділити дії та операції які допомагають/заважають здійснювати діяльність виділяє особистісні якості (Пр.: на прохання “назвіть дії та операції (в тому числі мислительні), які допомагають/заважають спілкуватися з людьми”, досліджувана відповіла: “допомагають – відповідальність, пунктуальність, ретельність; заважає – любов до сім’ї, я не можу їздити у відрядження”);
  - *намагання виділити якомога більше значимих діяльностей та вмінь при високій важливості кожної* (гіпертрофія діяльнійсфери): учасник може виділяти значну кількість діяльностей різного порядку, не диференціюючи їх за важливістю (Пр.: досліджувана виділила 22 діяльності значимість яких коливалася у діапазоні 7-10 балів); як правило гіпертрофія діяльнійсфери спостерігається на фоні гіпотрофії моральнійсфери.
  - *мала кількість діяльностей та низька значимість виділених* (гіпотрофія діяльнійсфери) коли учасник виділяє кілька (в наших пробах 1-5) діяльностей, із показником особистісної важливості ( $V_{\text{діяльн}}$ ) не вище 7;
  - *прагнення повернути ті діяльності і вміння, якими володіли в молодості* (ретроспекція діяльнійсфери) появляється у випадках коли учасники

прагнуть повернення в минуле: “якби повернути молодість, все інше набуло би змісту, можна було б уникнути багатьох помилок”;

- *бажання оволодіти нереальними діяльностями і вміннями* (віртуалізація діяльнісного потенціалу) має місце коли досліджувані серед діяльностей та вмінь, які хотіли б набути вказують вміння типу “стати хакером (9), бути політиком як Юлія Тимошенко (10), набути навичок справжнього лікаря (9), танцювати (7)” при цьому, як правило, реєструються високі показники реалізації діяльнісного потенціалу, що навряд чи можливо.
- *відсутність або мала кількість бажаних діяльностей, вмінь, дій та операцій* (редукція діяльнісного потенціалу): досліджуваний може взагалі не прагнути до самовдосконалення, пояснюючи таку ситуацію обмеженням вікових можливостей “що я вже можу...”, “в моєму віці це не актуально” або користуючись захисними механізмами “я і так все вмію”;
- *низька оцінка важливості бажаних діяльностей, вмінь, дій та операцій* (низька можливість реалізації діяльнісного потенціалу) реєструється, коли людина не впевнена в собі і можливості власного розвитку є для неї радше мріями ніж реальними планами (Пр.: “оволодіти комп’ютером (6), вивчити психологію покупця (3), розвинути пам’ять (4)...” –  $RP_{\text{діяльн}} = 4,2$ ).

**Моральнісні ціннісні кризи** ідентифікуються у таких випадках:

- *виділення та оцінка як значимих, осіб які не цінують (низько цінують) досягнення* (ознаки “комплексу неповноцінності” в моральнісній сфері) має місце коли досліджуваний відзначає як високо значимих, тих осіб які не схвалюють його поведінки та діяльності (Пр.: для учасниці референтними особами є “дочка Ала (10) та дочка Ольга (10)”, на прохання визначити якості, які цінують дочки, була отримана така відповідь: “нічого вони в мені не цінують, вважають поганою матір’ю, думають, що я погана вчителька, а я обох їх вивчила, поставила на ноги...”).
- *низька оцінка особистісної важливості якостей оцінки референтного оточення* (дезорієнтація моральнісної сфери): досліджуваний не може оцінити важливість для себе тих якостей на основі яких його оцінують

- значимі (на рівні 7-10 балів) особи: “це для них важливо, а не для мене”, “запитайте начальника” або оцінює їх достатньо низько (на рівні 1-6 балів).
- *конфліктність вимог значимих осіб* (конфліктність моральнісної сфери) спостерігається, коли референтні особи цінують людину за взаємовиключні якості (Пр.: “дочка (10) вважає, що я чудова мати і дружина (10), я дійсно прагну більше часу проводити із сім’єю, а от начальник (8) говорить, що я ставлю сім’ю на перше місце (10) і нехтую роботою”); також про конфліктність моральнісної сфери можна говорити у випадку коли як такі, що заважають досягати успіху, виділяються якості, що поцінуються значимими особами (Пр.: “начальник (8) цінує мене за ретельність (3), я з хочу позбавитись від цього, оскільки застрягаю на дрібницях”).
  - *відсутність осіб, чию думку хотілося б змінити* (ригідність моральнісної сфери) може бути проаналізовано з кількох позицій: як відсутність бажання особистісного розвитку (Пр.: “вже пізно міняти чиюсь думку, я такий який є, мене не змінити”), як захисна реакція на неприйняття оточенням (Пр.: “якщо я комусь не подобаюсь – це його проблеми”); як орієнтація на власні цінності (Пр.: “вона все одно не зрозуміє чому я “день і ніч на роботі”); останні два випадки не є свідченням ригідності моральнісної сфери, радше певної конфліктності яка може бути вирішена і конструктивно.
  - *включення у коло осіб чию думку хотілося б змінити, тих з якими це неможливо* (травмованість моральнісної сфери, “почуття провини”): учасники зазначають, що хотіли б змінити думку про себе померлих родичів або друзів, також тих з ким давно не спілкуються (“чоловік (9)” – 10 років як розлучилися, живе за кордоном).
  - *неможливість виділити якості, які поцінуються референтними особами* (соціальна інфантильність): у досліджуваних відсутня (мало розвинена) соціальна рефлексія, їм важко виділити (відрефлексувати) власні якості (Пр.: “мене цінують таким який я є”, “мене люблять за те, що я існую, а не за якість якості”, “нехай вона сама (значима особа) відповість, звідки я знаю”).
  - *виділення великої кількості значимих якостей при високій важливості*



*кожної* (гіпертрофія моральнісної сфери) як прагнення учасника приписати собі велику кількість якостей високої особистісної значимості (за нашими дослідженнями найбільший результат 47 якостей при  $V_{\text{моральн}} = 8,25$ ); може бути пов'язано із гіпертрофованою соціальною бажаністю.

- *мала кількість якостей при їх низькій значимості* (гіпотрофія моральнісної сфери) як правило має місце при соціальній інфантильності, коли людина не може виділити якості за які її цінують інші.
- *прагнення повернути ті якості, якими володіли в молодості* (ретроспекція моральнісної сфери) появляється у випадках коли досліджувані сумують за собою колишнім (“я хотів би навчитись прощати (7), коли я був молодим я прощав, а зараз не можу”).
- *відсутність або мала кількість бажаних якостей* (редукція моральнісного потенціалу) фіксується, коли досліджувані відмовляються називати якості яких би хотіли набути, або називають малу кількість таких якостей (“мені нема до чого прагнути”); як і у випадку ригідності моральнісної сфери це може бути пов'язано із зупинкою особистісного розвитку, психологічними захистами чи орієнтацією на власну думку (діагностується, якщо при роботі з карткою “Я” такі якості виділяються).
- *низька оцінка особистої важливості бажаних якостей, або наголошення неможливості їх набуття* (низька можливість реалізації діяльнісного потенціалу): учасники виділяють якості, які б хотіли набути, однак не надають їм високої значимості (Пр.: “я б хотіла не зважати на інших (4), однак це не можливо; хотіла б виправити помилки молодості (8), однак також не можу цього зробити).

Поряд із окремими показниками кризового розвитку особистості може реєструватися, так званий, *кризовий симптомокомплекс*, коли ідентифікується цілий ряд проблемних моментів в діяльнісній сфері особистості, якщо кризові явища охоплюють як моральнісну так і діяльнісну сферу можна ідентифікувати глобальну ціннісну кризу. Наведемо приклад, досліджувана А. виділила 22 значимих діяльності (вмінь): поряд із актуальними діяльностями “спілкування з

людьми (7), вміння доводити свою думку (9), рекламна діяльність (9), маркетингова діяльність (9)” вона виділила не актуальні, такі як “інженерна діяльність (8), виховання дітей (9)”; побутові діяльності “консервувати (7), вести господарство (9), готувати (8)” та діяльності особистого плану “бути дружиною (10), доглядати за собою (7), дружити (9), спілкуватися з тваринами (8)”. Як бачимо йдеться не лише гіпертрофію діяльнісної сфери, а й про її ригідність та моралізацію. Моральнісна сфера досліджуваної редукована, має травматичний характер (досліджувана скаржиться на дочок: “нічого вони в мені не цінують, вважають поганою матір’ю, думають, що я погана вчителька, а я обох їх вивчила, поставила на ноги...”; прагне спокутувати провину перед померлою матір’ю: “хочу змінити її думку про себе, виправитися але як?”).

Аналіз поведінки та реакцій досліджуваних свідчить про те, що участь у процесі самоаналізу є дієвим способом усвідомлення власних проблем, а також накреслення шляхів їх вирішення. Слід зауважити, що більшість учасників висловлювали вдячність, більше того – погодились на повторне дослідження та психологічну допомогу, окремі – на роботу в тренінговій групі.

### **Програма ціннісної підтримки розвитку творчих здібностей**

Аналіз проблем, які приносить із собою середня дорослість, особливостей рефлексії здібностей та соціальної рефлексії дозволяють зробити висновок, що набагато легше та конструктивніше із позитивними результатами на виході, ціннісні кризи долають творчі особистості, ті, хто постійно знаходяться в процесі професійного та особистісного пошуку. Виникає ціла низка питань: як стимулювати творчість дорослої людини, як допомогти їй в ускладненні ціннісної свідомості, розвинути рефлексію, чи достатньо для цього самоаналізу, наскільки він буде продуктивним та якою має бути його структура?

Пошук відповіді на ці питання лежить в площині виділення та аналізу особистісних механізмів, які стимулюють творчість. У роботах багатьох авторів міститься думка про те, що базовою потребою, яка регулює життя та діяльність людини є прагнення до кращості, вищості і соціального схвалення: “потреба в домінуванні” (А. Маслоу); “потреба в досягненні і владі” (Г. Мюррей), “потреба

в особистій значимості” (В.М. М'ясищев), “воля до влади” (Ф. Ніцше); “потреба в персоналізації” (А.В. Петровський), “потреба позитивної уваги” (К. Роджерс). Дослідження проведені О.Л. Музикою, дозволили йому висунути твердження про те, що базовою потребою (метапоребою), задоволення якої може сприяти одночасно розвитку здібностей і розвитку особистості, є потреба у визнанні [8].

Програма ціннісної підтримки розвитку творчих здібностей особистості у середній дорослості орієнтується на виділення, ідентифікацію та аналіз потреби у визнанні, пошук конструктивних шляхів та способів її задоволення.

Ми пропонуємо дві процедурні форми організації такої діяльності: індивідуальна консультативна робота та груповий тренінг. Вибір тієї або іншої форми насамперед залежить від особистої згоди учасника і зумовлений рівнем його відкритості, здатністю до групового обговорення проблем, прийняття підтримки та критики інших людей. Не виключений і такий варіант, коли після індивідуальної роботи відбувається включення у групу і навпаки. Зауважимо, що як групова так і індивідуальна форми роботи побудовані за однією схемою, що полегшує їх взаємоперехід та спрощує процедуру повторного дослідження.

Перед безпосереднім описом програми хотілося б наголосити на окремих перевагах групової роботи. Включення у певне мікросередовище, кожен з учасників якого переживає схожі проблеми і так само прагне звільнення, якомога краще сприяє стимуляції рефлексивних процесів, оскільки забезпечує зворотній зв'язок, підтримку та конструктивну критику. О.Л. Музика зазначає, що визнання людини як особистості потребує декількох умов: людина має вирізнятися вміннями, знаннями чи якостями, які б заслуговували на визнання, та має бути включена у специфічно організоване соціальне середовище, яке здатне ці чесноці поцінувати [8]. Зрозуміло, що тренінгова група не може замінити референтного оточення, однак вона дає змогу пережити відчуття підтримки, розуміння та, найголовніше, поцінування з боку інших людей.

Програма ціннісної підтримки розвитку творчих здібностей реалізується у п'ять базових етапів: підготовчий, аналітичний, теоретичний, етап ціннісної підтримки та завершальний етап. Тривалість кожного з етапів та програми у

цілому не є регламентованою, ціннісна підтримка здійснюється доти, доки в цьому є потреба, що, як правило, визначається самими учасниками.

**Мета підготовчого етапу** – налаштування на роботу, тут аналізуються враження від попереднього дослідження, фіксуються очікування, для групового тренінгу обов'язковою є процедура знайомства та досягнення домовленостей групової взаємодії. Знайомство може відбуватися за будь-якою з класичних тренінгових схем (вільна розповідь про себе; вибір тренінгового імені та пояснення вибору; розповідь про себе від імені значимої особи; створення та аналіз особистої геральдики тощо). Правила групової роботи формулюються усіма учасниками, окрім традиційних (відкритість, правило “Я”, активність...), вводяться домовленості щодо творчого та рефлексивного характеру діяльності.

**Аналітичний етап** – етап введення у самоаналіз. Мета – стимулювати рефлексію, процеси переосмислення та переоцінки себе і свого місця у світі. Також на цьому етапі важливою є ідентифікація потреби у визнанні, аналіз того, наскільки і в який спосіб вона задовольняється у повсякденному житті, хто ті особи, які сприяють або навпаки заважають розвитку відчуття власної значимості, в чому секрет їх референтності. Ми пропонуємо використовувати процедури аналізу життєвого шляху, адаптовані на основі таких відомих методів як психобіографічний метод (З. Фройд), каузометрія (Є.І Головаха, О.О. Кронік, К.А. Кронік), психологічна автобіографія (Є.Ю. Коржова), вчування (І.П. Маноха), можна застосовувати окремі психотерапевтичні техніки гуманістичного, екзистенційного напрямків, терапії фіксованих ролей Дж. Келлі (“часова перспектива”, “фіксування на сенсі”, “нарис фіксованої ролі”) тощо. Тривалість та насиченість аналітичної роботи залежить від індивідуального сприймання її цікавості та важливості, часових можливостей учасників та динамічних процесів групового розвитку. Слід пам'ятати, що такий аналіз є лише першим кроком ціннісної підтримки розвитку творчих здібностей, а тому не може бути процедурно перенасиченим.

**Теоретичний етап** зорієнтований на просвітницьку роботу. Учасники на міні-лекціях знайомляться з психологічною характеристикою власного вікового

періоду, концепцією ціннісних криз та основами суб'єктно-ціннісного аналізу (О.Л. Музика). Також на цьому етапі обговорюється алгоритмом ідентифікації і аналізу кризових явищ власної свідомості.

На **етапі ціннісної підтримки** починається безпосередня робота з аналізу особливостей рефлексії здібностей та соціальної рефлексії. Кожен з учасників отримує власноруч заповнений набір карток і починає здійснювати самоаналіз під керівництвом психолога. Структура аналізу, повністю відповідає усталеній процедурі: кількісний аналіз (виділення, підрахунок та інтерпретація основних показників), покроковий якісний аналіз (ідентифікація та дослідження змісту діяльнісних і моральнісних криз), інтерпретація отриманих результатів (пошук причин кризових явищ у ціннісній свідомості), накреслення шляхів та способів конструктивного подолання кризових явищ – задоволення базової потреби – потреби у визнанні.

Групова робота на цьому етапі потребує від психолога високого рівня майстерності, оскільки обов'язковий психологічний супровід кожного учасника є складним. Будь-яка недолуга інтерпретація може зруйнувати всю попередню роботу, відвернути учасників і знівелювати досягнутий ефект. Тому ціннісну підтримку краще здійснювати індивідуально у ході консультативної роботи.

Необхідність **завершального етапу** зумовлена потребою у закріпленні конструктивних змін, накресленні шляхів подальшого особистісного розвитку кожного із учасників програми. Рекомендована форма організації роботи на цьому етапі – груповий тренінг. Учасники мають змогу поділитися враженнями від непростой діяльності самоаналізу, вирішити чи справдились їх попередні очікування, отримати обернений зв'язок та ціннісну підтримку групи. Також на цьому етапі (як закріплення змін) або безпосередньо по його завершенню може бути проведене повторне дослідження рефлексії здібностей.

Як бачимо, програма ціннісної підтримки розвитку творчих здібностей у середній дорослості не є жорстко стандартизованою ні в процедурному ні в змістовому плані. Кожен дослідник може обирати близькі йому форми та методи роботи, визначати її тривалість, кількість задіяних учасників. Загальна

структура програми із орієнтовним змістом етапів представлена у таблиці 2.

Таблиця 2.

*Структура та зміст програми ціннісної підтримки розвитку здібностей*

<b>ЕТАП</b>	<b>ЗМІСТ</b>	<b>Рекомендована форма роботи</b>	
<b>Попереднє дослідження рефлексії здібностей</b>		<i>індивідуальна</i>	
<b>ПІДГОТОВЧИЙ ЕТАП</b>	Формулювання мети та основних завдань програми ціннісної підтримки розвитку здібностей	<i>групова</i>	
	Знайомство учасників		
	Досягнення групових домовленостей	<i>групова</i>	
	Обмін враженнями від попереднього дослідження рефлексії здібностей	<i>групова чи індивідуальна</i>	
	Фіксація очікувань учасників від попередньої роботи	<i>групова чи індивідуальна</i>	
<b>АНАЛІТИЧНИЙ ЕТАП</b>	Аналіз життєвого шляху (ідентифікація значимих подій)	<i>групова чи індивідуальна</i>	
	Виділення референтних осіб, аналіз причин референтності	<i>групова чи індивідуальна</i>	
	Ідентифікація потреби у визнанні, аналіз рівня та способів її задоволення	<i>групова чи індивідуальна</i>	
<b>ТЕОРЕТИЧНИЙ ЕТАП</b>	Ознайомлення з психологічною характеристикою середньої дорослості	<i>групова чи індивідуальна</i>	
	Ознайомлення із концепцією ціннісних криз та основами суб'єктно-ціннісного аналізу (О.Л. Музика)	<i>групова чи індивідуальна</i>	
	Ознайомлення із алгоритмом ідентифікації та аналізу кризових явищ власної свідомості	<i>групова чи індивідуальна</i>	
<b>ЕТАП ЦІННІСНОЇ ПІДТРИМКИ</b>	Самоаналіз рефлексії здібностей	Кількісний аналіз	<i>індивідуальна</i>
		Якісний аналіз	<i>індивідуальна</i>
		Інтерпретація результатів	<i>індивідуальна</i>
	Накреслення шляхів та способів конструктивного подолання кризових явищ – задоволення потреби у визнанні.	<i>групова чи індивідуальна</i>	
<b>ЗАВЕРШАЛЬНИЙ ЕТАП</b>	Обмін враженнями від самоаналізу рефлексії здібностей	<i>групова чи індивідуальна</i>	
	Накреслення шляхів подальшого особистісного розвитку	<i>групова чи індивідуальна</i>	
	Аналіз очікувань	<i>групова чи індивідуальна</i>	
<b>Підсумкове дослідження рефлексії здібностей</b>		<i>індивідуальна</i>	

**Підсумок**

Ідея ціннісної підтримки розвитку здібностей виявилася продуктивною у

сенсі розробки та реалізації серії заходів з подолання кризових явищ середньої дорослості. В основу діагностичної та тренінгової роботи були покладені такі основні положення: у віці середньої дорослості в свідомості кожної людини відбувається накопичення ціннісно-сміслових протиріч, пов'язаних із зміною соціальної ситуації розвитку; ціннісна свідомість особистості трансформується внаслідок ціннісних моральнісних та діяльнісний криз в основі яких лежить деривація потреби у визнанні; продуктивними шляхами подолання кризових явищ ціннісної свідомості особистості є стимуляція рефлексії здібностей та особистісної рефлексії, залучення до продуктивної творчої діяльності, пошук шляхів конструктивного задоволення потреби у визнанні.

1. Анцыферова Л.И. *Некоторые теоретические проблемы психологии личности.* – *Вопросы психологии.* – 1978. – №1. – С. 37-49.
2. Василюк Ф.Е. *Жизненный мир и кризис: типологический анализ критических ситуаций* // *Психол. журн.* – 1995. – № 3 – С. 90-101.
3. Донченко Е.А., Титаренко Т.М. *Личность: конфликт, гармония.* – К.: Политиздат Украины, 1989. – 175 с.
4. Зейгарник Б.Ф., Братусь Б.С. *Очерки по психологии анамального развития личности.* – М.: Издательство МГУ, 1980. – 324 с.
5. Крайг Г. *Психология развития.* – СПб.: Издательство “Питер”, 2000. – 992.
6. Левин К. *Динамическая психология: Избранные труды.* – М.: Смысл, 2001. – 572 с.
7. Музика О.Л. *Криза творчої особистості: суб'єктно-ціннісний підхід до типології* / *Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України.* – К.: “НЕВТЕС”, 2001. – С. 63-72.
8. Музика О.Л. *Проблема дослідження і розвитку творчості з позицій суб'єктно-ціннісного аналізу,* 2005
9. Муздыбаев К. *Психология ответственности.* – Л.: Наука, 1983. – 240 с.
10. Титаренко Т.М. *Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності.* – К.: Либідь, 2003. – 376 с.
11. Франкл В. *Психотерапия на практике.* – СПб.: Изд-во “Речь”, 2001. – 256 с.
12. Эриксон Э. *Жизненный цикл: эпигенез идентичности* // *В кн.: Психология личности. Т.2. Хрестоматия.* – Самара: БАХРАХ, 1999. – С. 305-348.