

ЗЛИВКОВ В.Л.

кандидат психологічних наук, доцент, Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, м. Київ

ЛУКОМСЬКА С.О.

кандидат психологічних наук, Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, м. Київ

АВТЕНТИЧНІСТЬ ЯК ЧИННИК БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ

У сучасній психології виділено п'ять магістральних ліній дослідження феномена автентичності та його кризи: вивчення «автентичності» як синоніма «Я» людини в контексті психології самосвідомості; ототожнення феноменів «автентичності» і «ідентичності» (насамперед автентичності особистісної); аналіз «автентичності» як «справжності» особистості, її «тотожності» самій собі; пояснення за допомогою звернення до категорії «автентичний спосіб буття» та розкриття феноменів автентичності, ідентичності та «Я» як явищ дискурсивної природи.

Ми розглядаємо автентичність як мультимодальний конструкт, що складається із чотирьох взаємопов'язаних елементів: усвідомлення, об'єктивності, поведінки та реляційної орієнтації. Усвідомлення полягає у спрямованості людини на розуміння власних переживань, цілісного сприймання свого попереднього досвіду. Об'єктивність визначається здатністю людини адекватно самостійно характеризувати себе, не спотворюючи самосприйняття оцінками інших осіб. Поведінковий компонент полягає у здатності поводитись відповідно до власних цінностей та ідеалів, а орієнтація на стосунки – це відкритість і чесність у взаємодії з іншими людьми.

Останнім часом концепція автентичності активно розвивається у контексті позитивної психології, представники якої наголошують на необхідності емпіричної перевірки теоретичних конструктів автентичності, розроблених насамперед гуманістичними психологами, задля його ефективного використання у консультативній практиці (P.A. Linley, S.Joseph). Зазначимо, що у традиційній психології консультування автентичність розглядається як найбільш фундаментальний аспект благополуччя (К. Горні, Р. Мей, К. Роджерс, Д. Віннікот, І. Ялом), однак емпіричних доказів прямого зв'язку даного феномену із психологічним здоров'ям чи неавтентичності із психопатологією наведено не було.

Автентичність є варіантом моральної ідентичності, що визначається не лише соціально-культурними нормами, а й є джерелом самореалізації. А. Weigert окрему увагу приділяє поняттю особистісної автентичності, акцен-

туючи увагу на тому, що вона проявляється переважно у проблемних ситуаціях, коли необхідно зробити власний вибір, орієнтуючись на власні пріоритети та цінності, при цьому автентичність тісно пов'язана із концептом надії, як базового в особистісній мотивації [1]. Розглядаючи поняття «неавтентичність», D. Waskul вважає, що вона не лише неминуча, а й час від часу дуже необхідна людині. Недостовірність, нещирість або просто необхідність відмовитися від моральної боротьби часто необхідні у повсякденному житті. D. Waskul доводить це положення результатами соціального експерименту, коли люди намагалися лишатися автентичними протягом одного дня, але вже ввечері почувалися спустошеними через надмірну відкритість, щирість і слідування моральним нормам, що не лише виявилось у депресії, а й в агресивності стосовно найближчого оточення. Відповідно, не слід ідеалізувати автентичне існування, звертаючись до праць І. Гофмана, він констатує, що наявність «масок» у спілкуванні дозволяє підтримувати міжособистісні стосунки з суттєвою економією внутрішніх ресурсів, а справляння враження на оточуючих не прояв не автентичності, нещирості, а показник інтегрованості людини у суспільство, її соціалізованості.

Починаючи з 2000-х рр. з'являються окремі емпіричні вивчення диспозиційної автентичності. Зокрема дослідженнями К. М. Sheldon, Т. Kasser [4], М.Н. Kernis і В.М. Goldman виявлено сильні позитивні кореляції між автентичністю, самооцінкою та суб'єктивним благополуччям [2]. F. G. Lopez, K. G. Rice [3] також виявили кореляції між автентичністю та задоволеністю відносинами, що характерно як для жінок, так і для чоловіків, однак конструкт самовідчуження у даному контексті не аналізувався.

Проблемі задоволеності життям присвячено велику кількість наукових праць як зарубіжних, так і вітчизняних авторів. Проте їх аналіз показує, що єдиної точки зору на трактування поняття «задоволеність життям» і його структури нині не існує. Так, поруч із терміном «задоволеність життям» використовуються такі, як «щастя», «благополуччя», «суб'єктивне благополуччя», «якість життя, «суб'єктивна якість життя» тощо. Низка дослідників розглядають задоволеність життям як складне, таке, що постійно змінюється соціально-психологічне утворення, яке базується на поєднанні пізнавальних і емоційно-вольових процесів, що характеризується суб'єктивним емоційно-оцінним ставленням і має спонукальну до дії силу. Визначено чинники, що його якнайточніше характеризують: відчуття суб'єктивної безпеки сім'ї; матеріальне благополуччя; сімейне благополуччя; можливість досягнення поставлених цілей, яка проявляється в суспільній і політичній свободі, можливості для реалізації потенціалу соціальної

мобільності; можливості творчої самореалізації; наявність вільного часу і його продуктивне використання; гарні кліматичні умови проживання; суб'єктивна оцінка соціального статусу як гідного; ефективні неформальні соціальні контакти (дружба, секс, взаєморозуміння, спілкування); соціальна стабільність; комфортне середовище проживання; гарне здоров'я. Загалом, поняття «задоволеність життям» як показник, що відображає систему ставлення особистості до свого життя, включає ухвалення її змісту, комфорт, стан психологічного благополуччя.

За результатами проведеного нами емпіричного дослідження виявлено статистично значущі позитивні зв'язки опитувальника автентичності із усіма шкалами психологічного благополуччя, однак найбільше корелюють автентичний самовираз і автономія, управління оточуючими, самоприйняття та осмисленість життя. Знання і прийняття себе та управління оточуючими, особистісний ріст, цілі у житті і самоприйняття. Не обмеженість іншими позитивно корелює із автономією, управлінням оточуючими і самоприйняттям. Тобто автентична особистість характеризується автономією, розвиненими організаторськими здібностями, здатністю до планування діяльності та позитивним ставленням до себе, адекватною оцінкою власного минулого, не схильністю до самозвинувачень, прагненням до особистісного росту, сформованими цілями у житті, високим рівнем емпатії, самоприйняття, осмисленості життя та середнім і високим рівнем самоефективності, має достатньо досвіду для виконання професійних обов'язків, отримує задоволення від своєї роботи. Отже, ми констатуємо, що автентичність є чинником психологічного благополуччя особистості.

Список використаних джерел

1. Authenticity in culture, self and society / [Ed. by P. Vannini, P. Williams]. — Farnham, UK : Ashgate, 2009. — 490 p.
2. Kernis M.H. A multicomponent conceptualization of authenticity: Theory and research / M.H.Kernis, B.M. Goldman // *Advances in Experimental Psychology*. — 2006. — Vol. 38. — P. 283-356.
3. Lopez F. G. Preliminary development and validation of a measure of relationship authenticity / F. G. Lopez, K. G. Rice // *Journal of Counseling Psychology*. — 2006. — Vol. 53(3). — P. 362-371.
4. Sheldon K. M. Psychological threat and goal striving / K. M. Sheldon, T.Kasser // *Motivation and Emotion*. — 2008. — Vol. 32. — P. 37-45.