

**Інститут психології ім. Г.С. Костюка  
АПН України**

**АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЇ**

**КОНСУЛЬТАТИВНА ПСИХОЛОГІЯ  
І ПСИХОТЕРАПІЯ**



**Видавництво  
МІЛАНІК**

*Київ – 2008*



УДК 615.851(082)  
ББК 53.57я43  
К 65

Друкується за рішенням Вченої ради Інституту психології  
ім. Г.С. Костюка АПН України  
Зареєстровано постановою президії ВАК України  
(№01-05/9 від 8.09.1999 р.)

**Редакційна колегія**

**Максименко С.Д.**, дійсний член АПН України, доктор психол. наук, професор  
**Чепелєва Н.В.**, член-кореспондент АПН України, доктор психол. наук,  
професор  
**Боришевський М.Й.**, член-кореспондент АПН України, доктор психол. наук  
**Балл Г.О.**, член-кореспондент АПН України, доктор психол. наук, професор  
**Карамушка Л.М.**, доктор психол. наук, професор  
**Машбиць Ю.І.**, доктор психол. наук  
**Андрієвська В.В.**, кандидат психол. наук  
**Кісарчук З.Г.**, кандидат психол. наук  
**Тищенко С.П.**, кандидат психол. наук

**Актуальні проблеми психології. Том 3.: Консультативна  
К 65 психологія і психотерапія: Зб. наукових праць Інституту психології  
ім.Г.С.Костюка АПН України / За ред. Максименка С.Д., Кісарчук З.Г. –  
Ніжин: Міланік, 2008. – Вип.5. – 266 с.**

**ISBN 978-966-2213-07-2**

*У даному збірнику наукових праць продовжується обговорення теми особистісного розвитку людини в контексті психотерапії, розпочате у попередньому збірнику, і переважна більшість статей присвячена саме цій темі. Крім того, у збірнику започатковане висвітлення питань, пов'язаних із процесами становлення сучасної парадигми психотерапевтичної допомоги, у якій тема особистісного розвитку є пріоритетною. Окремі статті збірника присвячені сімейній проблематиці у психологічному консультуванні і психотерапії та питанням професійної підготовки спеціаліста.*

*Збірник адресується фахівцям у галузі консультативної психології та психотерапії – як науковцям, так і практикам, викладачам вищих навчальних закладів, аспірантам, студентам, а також всім, кого цікавлять актуальні проблеми сучасної психотерапії та психологічного консультування.*

Представлені у збірнику статті відображують точку зору автора,  
яка може не співпадати з думкою редакційної колегії.

ISBN 978-966-2213-07-2

© Інститут психології ім. Г.С. Костюка  
АПН України, 2008

## **Автономність як ознака і рушійна сила особистісного зростання**

**Гурлева Т.С.,  
Інститут психології ім. Г.С.Костюка  
АПН України**

*Даже отдѣльныя части тѣла, — и тѣ заявляютъ свою  
«автономность» и независимость.  
(Свящ. Павелъ Флоренскій, «Столпъ и утверждение истины», 1914 г.)*

У статті наведений аналіз автономності як якості суб'єкта життєдіяльності у контексті особистісного зростання. Пропонуються методи вивчення особистісної автономності, показані особливості психологічної допомоги людині в розвитку даної якості.

*Ключові слова: автономність, гетерономність, особистісний розвиток, совість, відповідальність, свобода, криза, підлітки, методи вивчення, психологічна допомога.*

### **Постановка проблеми**

Актуальність теми обумовлена специфікою і рівнем розвитку зазначеної проблеми у вітчизняній науці, вимогами суспільства і потребами окремої людини в особистісному зростанні і творчому самовдосконаленні. Поняття особистісної автономності, автономії в психологічній літературі зустрічається досить часто (Г.Балл, Божович Л.І., Л.Колберг, А.Маслоу, Г.Прагін, А.Реан, Г.Сковорода, В.Татенко, Т.Титаренко та ін.), але потребує подальшого висвітлення у контексті особистісного росту в умовах розбудови демократичного суспільства, коли формується нова світоглядна система, розширюються можливості індивідуального вибору кожного громадянина. Нагальним є визначення оптимальних психологічних умов становлення автономності, вектору її розвитку та саморозвитку, зокрема, в результаті надання людині психологічної допомоги.

### **Результати теоретичного та емпіричного дослідження**

Особистісна автономність чи автономія в психологічній літературі розглядається як різновид активності, що вивчається на фізіологічному, психофізіологічному, психічному та соціальному рівнях. Дослідники виділяють різні види активності: як прояв темпераменту

(Г.Хейманс, Е.Вірсме, В.М. Русалов, В.Д.Небиліцин, В.В.Рибалка), суб'єктна активність (С.Л.Рубінштейн, К.О.Абульханова-Славська, П.К.Анохін, А.В.Брушлинський, Г.О.Балл, В.О.Татенко, В.А.Роменець), особистісна активність (Л.І.Божович, В.О.Петровський, Л.І.Анциферова, М.Й.Боришевський, Ю.А.Миславський та ін.).

Під **автономією** – (від авто – само та грец. *nomos* – закон) – в етиці розуміється власна закономірність, визначеність будь-якого явища його внутрішніми законами. Протилежністю є гетерономія (від грец. – інший закон), яка в філософії означає підкорення волі суб'єкта чужому йому і незалежному від нього закону й причинності (закону, природи, потягам, встановленим ззовні нормам), а не тому закону, який суб'єкт ставить собі сам (моральному закону). Автономність – це самозаконність, у філософському сенсі означає самостійне буття, яке визначається власним розумом і совістю. Це – свобода, яка криється у самодетермінації і незалежності від зовнішніх впливів (Див. Енциклопед. словник, Тлумачний словник І.Яценко, Енциклопед. словник Ф.Брокгауза й І.Єфрона, Філософський енциклопед.словник, та ін.).

Проблема автономної саморегуляції пов'язана з необхідністю розуміння того, як людина сама може вибирати і направляти власну активність, а не залежати від зовнішніх сил, які зобов'язують діяти всупереч власним інтересам та цінностям. Особистісна автономність як особистісна активність у тій чи іншій мірі передбачає конфлікт між індивідуальним і колективним. Однак особистісна автономія не виключає колективну, суспільну, сімейну діяльність, якщо цілі будь-якої групи задовольняють потреби окремої людини, суб'єкту, який взаємодіє з соціальним оточенням. Автономна, незалежна і вільна особистість не означає її відчуження і самотності, не виключає її соціальності. Адже поняття “суб'єкт” поєднує індивідуальне і соціальне, а термін “взаємодія” передбачає, вважає М.І.Найдьонов, “наявність окремих сутностей, які вступають у контакт між собою... Адже індивідний суб'єкт і груповий суб'єкт не протистоять один одному як протилежності, а є однією сутністю” [14, с.216-217].

Індивідуалізована і водночас наповнена глибоким соціальним змістом творча активність людини визначається у психології як вчинок. Вчення про суб'єкт С.Л.Рубінштейна і про вчинок В.А.Роменця синтезується у суб'єктно-вчинковій парадигмі. “Якщо поняття “суб'єктність” несе в собі, з одного боку, наукове знання про онтопсихологічний проект людського буття, а з іншого – фіксує такі сутнісні ознаки людської активності, як автономність, креативність, цілісність і

гармонійність, орієнтує в напрямі пошуку внутрішніх джерел та рушійних сил розвитку людської істоти, підкреслює її авторське право, спроможність починати причинний ряд із самої себе, а значить, — нести персональну відповідальність за вчинене і скоєне, то поняття “вчинковість” означає індивідуально-неповторний, ціннісно-смісловий, культурно-особистісний вектори суб’єктної активності людини в їхньому сутнісному вимірі,” — пише В.О.Татенко [Там само, с.7-9]. Особистість як «суб’єкт вчинення» (М.Бахтін) лише тоді може утвердити особисту незалежність, розвинути вміння «володіти собою», вибудувувати своє життя як усвідомлюване «вчинення» [3], коли возведе у свій власний імператив поведінки високі вимоги моралі, які становитимуть внутрішній моральний закон. Лише на цьому моральному базисі утверджується особистісна незалежність індивіда, розвивається його вміння «володіти собою», вибудувувати своє життя як усвідомлюване.

Автономія особистості, її здатність “бути паном собі” є показником внутрішньої *свободи*. Саме з бажання самостійно визначати своє життя й приймати рішення, а не коритися певним зовнішнім силам, виникає “позитивне” значення слова “свобода”. Людина прагне бути суб’єктом, а не об’єктом, щоб нею керували її власні міркування й усвідомлена мета, а не зовнішні причини; прагне осмислювати себе як активну істоту, наділену бажаннями, відповідальну за зроблений вибір і здатну обґрунтувати цей вибір зверненням до власних ідей і міркувань [15].

Можна сказати, у процесі розвитку особистості колективна свобода виступає як певний крок, етап до справжньої, індивідуальної свободи. Ця теза була предметом обговорення багатьох вітчизняних і зарубіжних вчених. Так, у І.Канта знаходимо поняття «моральної автономії» особистості, а також «громадянської автономії», яка розуміється як правова свобода, що є важливим для формування правової держави. Між тим, особистість, як суб’єкт демократичного процесу, може здійснитися за умови особистісної свободи. Вищим ступенем внутрішньої свободи можна вважати вияв так званої «автономної моралі», за Л.Колбергом. Відносно його теорії, процес моральної свідомості має шість стадій розвитку, що об’єднуються у три рівні. Перший — *доморальний рівень*. Другий рівень — *конвенційна мораль*. Третій — *автономна мораль*, коли моральні норми й принципи стають власним надбанням особистості, тобто внутрішніми. Вчинки визначаються не зовнішнім тиском чи авторитетом, а Власною совістю. Психологи встановили, що усі дошкільнята і більшість



семирічок (біля 70%) знаходяться на доморальному рівні розвитку. Цей рівень зберігається і далі у 30% – у 10 років і 10% – у 13-16 років. Більшість дітей до 13 років вирішують моральні проблеми на другому рівні, їм притаманна конвенційна мораль. Розвиток вищого рівня моральної свідомості пов'язаний з розвитком інтелекту (не раніше підліткового віку). Автономна мораль і моральна незалежність у групі опитаних до 16 років з'являється лише у 10 % [11].

Дитина, підліток лише прямує до високого рівня особистісної моралі, розміння свободи не як тої, що межує з анархією, свавіллям, а такої, яка виявляється у здатності керувати своїми думками, діями, почуттями, бути самим собою, поважати свободу інших людей, відчувати і нести відповідальність за свої вчинки, творити своє життя. Звісно, що незалежність людини, наприклад, від суспільства не може бути аморальною, нігілістичною. Справжня свобода досягається тільки за рахунок морального самообмеження і неможлива без відповідальності. Свобода, вважає Л.О.Сморж, полягає в «опануванні над собою, і над обставинами життя..., у здатності визначити лінію своєї поведінки як розвиток до ідеалу, відкидаючи всі рішення, що несумісні з нею, а не «свобода волі», яка пов'язується з інде термінізмом і ототожнюється із свавіллям». Філософ підкреслює, що визнавши людину «неодмінним учасником детермінації актуальних процесів, ініціатором дій, тим самим установлюється і міра її відповідальності за свою діяльність і за власне ставлення до світу» [20, с. 177].

Повноцінне становлення особистості вирішальним чином залежить від того, **якими смислами живе людина**, які саме цінності за своїм змістом стали для неї провідними, домінуючими, охоплюючими весь її життєвий простір. Вибір подальшого шляху, особистісне самовизначення є головним життєвим завданням вже для старшокласників. Та смисложиттєві орієнтації «визрівають», «дорослішають», завдячуючи ходу попереднього особистісного розвитку людини. Сенситивним до засвоєння складних смисложиттєвих понять і проблем, що допомагає людині ставати суб'єктом свого розвитку, вважається підлітковий вік [16]. Підлітки усвідомлюють різновидність життєвих смислів, можливість збагачення уявлень про них у процесі дорослішання і накопичення досвіду, необхідність долання труднощів у реалізації життєвих смислів [6]. Саме у цьому віці відбувається «оволодіння внутрішнім світом», сходять питання про сенс життя, що є "найбільш загальною формою роздумування особистості» [9, с. 205]. Адже підлітковий вік – це пора відкриття свого "Я", оформлення

власної особистості, особистого світогляду [7, с. 327-328]. В.Е.Чудновський зазначав, що «смісл життя – це не просто певна ідея, яка засвоєна чи вироблена людиною, а особливе психічне утворення, яке має свою специфіку становлення, і набуваючи відносної врівноваженості та емансипованості від умов, що його породили, може суттєво впливати на життя людини, її долю» [20, с. 16].

Підліток починає глибоко усвідомлювати, що є зовнішній світ і внутрішній, за який він намагається брати і нести відповідальність. В період становлення сенсу життя у підлітків проявляються широкі соціальні, групові, індивідуальні, пізнавальні, емоційні смисли. Діти усвідомлюють можливість перебудови і збагачення життєвого сенсу у процесі дорослішання і оволодіння досвідом, відмічаючи також незадовільність сучасних умов для становлення і реалізації позитивних життєвих смислів [6].

Автономність тісно пов'язана з категоріями самопізнання, самовизначення, самореалізації. Так, вчені дослідили, що для підлітків характерні переживання, які так чи інакше пов'язані із ставленням до себе, до власної особи. Майже всі переживання є негативними і з часом зростають, що, головним чином, пов'язане з негативною характеристикою їх рис і чеснот дорослими. Це доводить, що залежність, навіюваність підлітка у багатьох випадках спричинюється зовнішніми впливами, які пригноблюють здатність юної особистості до самодетермінації.

Розглядаючи стилі учбової діяльності, російські дослідники [18] виділили дві полярні групи учнів, які умовно поділили на «автономних» і «залежних». Для «автономних» характерні такі риси, як наполегливість, цілеспрямованість, впевненість у собі, розвинутий самоконтроль, схильність до самостійного виконання робіт і т.ін. Навпаки, діяльність «залежних» пов'язана, здебільшого, з опорою на вказівки з боку педагога, з орієнтацією на поради, підказки. З огляду на це, успішність діяльності педагога залежить від врахування ступеня вираженості цих особливостей у дітей. В той час психологи попереджають, що опіка, скажімо, може бути лише тимчасовою мірою взаємин між педагогом і несамостійним учнем, якого слід переводити з рівня «залежності» на рівень «автономності», більш того, не «програмувати» на неавтономну, залежну поведінку.

Спеціальна тестова методика – опитувальник «Автономність – залежність» (Г.С.Пригін) виявляє ще один тип – «невизначений», у таких учнів в однаковій мірі виражені особливості, характерні як першому, так і другому типу [2]. Дані А.О.Реана показали досить високий

процент учнів, які відносяться до типу «залежних» – 41-65%., до типу «невизначених» – 29,5-35%, і лише 5,5-24% – до «автономних». Причому серед дівчат автономних значно менше (5% проти 25%), що пояснюється тим, що у підлітковому середовищі саме автономність і самостійність вважаються маскулінними рисами і є більш очікуваними від хлопчиків, ніж від дівчаток [18]. Цю методику можна застосовувати для визначення автономності-залежності не лише в учбовій діяльності, а також особистісної якості, яка проявляється у різних сферах життєдіяльності.

Психологу-консультанту у своїй практиці доводиться стикатися із проблемою незадоволеності підлітків стосунками з однолітками і дорослими, власним життям, відсутністю або переоцінкою ними сенсу буття. У багатьох випадках це свідчить про певну психологічну незрілість зростаючої людини, несамостійність, підлеглість авторитету, безвідповідальність, брак автономності, засобів втілення Власних намірів, можливостей самореалізації, про стан «екзистенційного вакууму», пошуку смислів. Це можна вважати виявленням автономності, до якої підліток завжди прагнув, та лише зараз гостро усвідомив необхідність здобуття самозалежності. Автономність, яка свідчить про вміння діяти без систематичного контролю, допомоги і стимуляції ззовні [10], є характерною ознакою «психологічної стійкості особистості» [4].

Автономність необхідна індивідові для власного становлення, творчої вибудови свого життя. За С.Кьєркегором, людині належить творити, формувати внутрішній моральний закон. Співвіднесення вчинків “закону, що живе в нас”, є не що інше як *совість*, за І.Кантом. В такому разі йдеться про так званий внутрішній обов’язок перед власним сумлінням, а не зовнішній борг, який не “затверджений” совістю, а отже не отримав внутрішньо значущий для людини сенс, зауважує В.Франкл. Автономність характеризує людей, які віднаходять смисл свого життя, прислухаючись до голосу власного сумління, відокремлюючи внутрішні прагнення від зовнішнього впливу. Тут доречно згадати поділ совісті на “авторитарну” і “гуманістичну” Е.Фромма. Адже соціально прийнятна поведінка припускає наявність “чистої” совісті, але різного походження: або створеної зовнішнім авторитетом, або сформованої зсередини, власним уявленням людини про добро і зло. Певно, залежність (згадаймо дані А.О.Реана про автономних і залежних учнів) характеризується підпорядкованістю авторитету. Навпроти, автономність відзначається здатністю людини прислухатися до “голосу власної совісті”, орієнтуватися на



вищі моральні й духовні цінності. І суспільство, аби не втратити «людської подоби», потребує автономних особистостей і тому зацікавлене у тому, щоб забезпечити розвиток автономності кожної окремої людини, підвищення її духовного рівня. Навпаки, «гетерономія» як протилежність автономії, передбачає здійснювання дій під впливом сили, яка цілковито байдужа до людини, та вимагає від неї вести себе всупереч власним цінностям та інтересам, що і являється детермінантою її відчуження від оточуючих і суспільства в цілому. Але, як писав М.Бердяєв у статті «Демократія, соціалізм і теократія», «суспільство, яке засноване на гетерономії, не може вічно існувати, автономна свідомість невідворотно пробудиться...».

Автономність в психології розглядається як *самодетермінованість* особистості. Формою саморегуляції і самодетермінації, специфічною для зрілої особистості є *відповідальність*. Відмінною рисою реалізації сенсу життя, читаємо у Д.О. Леонтьєва, є здатність взяти на себе *відповідальність перед самим собою* за безпосереднє втілення цього сенсу в життя [12]. Своїм відповідальним ставленням до життя, розмірковує С.Л.Рубінштейн, суб'єкт надає йому "руху по висхідній", своїм подоланням і борінням відстоює його вищий сенс [1].

Особливістю підліткового віку є прагнення до автономності, незалежності і водночас до об'єднання у групи. Однак, така дихотомія свідчить не про дисгармонію, певний критичний стан у становленні автономності підростаючої особистості, а скоріш про прагнення молодшої людини до інтеграції в референтному середовищі, витримуючи і виявляючи при цьому власну автономність, свободу вибору, пошуку і реалізації власних життєвих смислів, що сприяє самоздійсненню, подальшому особистісному розвитку.

Підліткове прагнення до незалежності, автономії визначається як *саморегуляція*. Старші підлітки володіють досить розвинутою рефлексією, самокритичністю, вмінням планувати і прогнозувати, самоконтролем і саморегуляцією психічних станів і діяльністю, здатні виносити свої судження і регулювати свою поведінку (Л.М.Мітіна, Є.Ф.Рибалко, В.Л.Хайкін, Дж.Хілл, В.Г.Маралов, Л.А.Регуш, В.І.Степанський). Результати дослідження В.М.Лозоцевої свідчать про сензитивність підлітка до засвоєння складних смисложиттєвих понять і проблем, що допомагає йому ставати суб'єктом свого розвитку [13]. Саме на етапі старшого підліткового – раннього юнацького віку самосвідомість, особистісні якості, навички саморегуляції досить сформовані, смислоутворююча активність є однією з провідних форм активності, проте смисли ще не стали основними регуляторами пове-



дінки підлітків і юнаків. Допомогти цьому процесу – і є завданням сучасної психологічної науки і школи. Самодетермінована, автономна особистість успішно розвиватиметься, коли будуть створені належні виховні умови в школі і сім'ї. Варто не стримувати характерне для цього вікового періоду прагнення дітей до автономії, а спрямовувати їх свободу для самопізнання, творчості та самовдосконалення, що водночас є чинниками успішної інтеграції в дитячий колектив, суспільство. Задоволення потреб в автономності і самостійності, в компетентності й ефективності, у значущих міжособистісних стосунках веде до особистісного розвитку.

**Проблема автономності розглядається нами у контексті особистісного зростання.** У своєму дослідженні ми спираємося, перш за все, на результати наукових напрацювань щодо особливостей і рівнів особистісного росту, життєвої та психологічної компетентності, творчого розвитку особистості, автономності і самодостатності (Л.Рубінштейн, В.Роменець, Т.Титаренко, І.Єрмаков, А.Адлер, А.Маслоу, Е.Фромм та ін).

Нагадаємо, будь-який розвиток характеризує зміни від простого до складного, від нижчого до вищого в результаті накопичення кількісних змін, що ведуть до якісних перетворень. Джерелом та внутрішнім змістом розвитку є боротьба протилежностей, під час якої нове здобуває перемогу над старим [19]. Під особистісним розвитком розуміється процес формування особистості як соціальної якості індивіда у результаті його соціалізації і виховання, який здійснюється у три фази [17]: 1-а фаза (адаптація) передбачає засвоєння норм, цінностей, способів поведінки, прийнятих у суспільстві і уподібнення індивіда іншим членам спільноти; 2-а фаза (індивідуалізація) породжується протиріччям між необхідністю «бути таким, як усі» і прагненням людини до максимальної персоналізації, пошуку своєї індивідуальності; 3-я фаза (інтеграція) характеризується прагненням індивіда відрізнятись від оточення і потребою суспільства прийняти ті особливості індивіда, які сприяють розвитку спільноти і його самого як особистості. У даному контексті особистісний розвиток визначає процес, послідовність, покроковість становлення особистості, від одного етапу – до наступного. Певно, особистісний розвиток має дещо відрізнятись від категорії «особистісний ріст» або «особистісне зростання», що передбачає, передусім, змістовне наповнення цього процесу, почуття, емоції, переживання тощо.

З позицій гуманістичної психології *особистість* – це людина як суб'єкт власного життя, відповідальний за взаємодію як з зовнішнім



світом, включаючи й інших людей, так і з внутрішнім світом, з самим собою. Головний психологічний *смысл особистісного росту* – визволення, здобуток себе і свого життєвого шляху, самоактуалізація. Особистісний ріст представлений переживанням тривалого, неперервного розвитку і виявляється у відкритості особистості до зовнішнього і внутрішнього світу, новому досвіду. Взаємодія особистості зі власним внутрішнім світом у цілому не менш, а в багатьох сенсах навіть більш значуща, ніж зі світом зовнішнім. Та принципово важливим для людини є також визнання і повага її внутрішнього світу іншими людьми. Спираючись на відому формулу К.Роджерса «якщо те – то», представники гуманістичної психології пропонують у загальному вигляді **«основний закон особистісного росту»**: якщо є необхідні умови, то у людини актуалізується процес саморозвитку, природнім наслідком якого будуть зміни в напрямку її особистісної зрілості. До зовнішніх умов належать людське середовище, атмосфера, «допомагаючі відношення» (К.Роджерс) [5; 22]. Умовою особистісного росту Дитини є особистісна зрілість самого Дорослого, його здатність до самовдосконалення.

Можна сказати, що *особистісний розвиток* – це шлях до самого себе, до справжнього “Я”, до формування себе як автора Власного життя, людини, яка приймає і шанує інших, цінить свою і чужу свободу, відповідальна за пошук і реалізацію життєвих смислів. Неперервність і удосконалення цього процесу самою людиною вказує на її особистісний ріст. Відправною точкою, індикатором особистісного росту є *життєва криза* особистості. Кризова ситуація допомагає усвідомити свій життєвий проект, дає можливість побачити власне минуле, теперішнє і майбутнє водночас, пережити їх нерозривних зв'язок, обумовленість одне одним. Окрім того, криза може призвести до невротичних симптомів, соматичних хвороб, девіантних проявів, часткової, або повної втрати життєвих смислів. Тому необхідне надання своєчасної кваліфікованої підтримки, яка сприяла би відродженню суб'єктної саморегуляції і самодетермінації, віри у власні сили. Психологічна допомога має надаватися як дітям, так і їх батькам і педагогам, які за якихось причин не досягли власної особистісної автономності, психологічної і соціальної зрілості. Слід допомогти людині в найпродуктивнішому подоланні внутрішніх і зовнішніх перешкод, виході зі скрутних ситуацій, поверненні на тимчасово втрачену траєкторію індивідуального розвитку і сходження на вищий його ступінь. Для цього необхідне бажання людини самотійно впливати на хід подій у своєму житті, вміння брати на себе від-



повідальність за власне життя, наміри надати своєму розвитку вектор удосконалення, сходження над собою, взаємодії та інтеграції «по горизонталі» й «по вертикалі». У цьому смислі підлітковий вік є найбільш сензитивним, бо він є періодом становлення «почуття дорослості», яке визначається об'єктивними умовами життя дитини і тим ривком, який робить його психіка. Особливістю соціальної ситуації розвитку в цей період стає протиріччя між зростаючою самостійністю і можливостями її реалізації, між автономністю («вже не дитини») і здатністю («ще не дорослого») до саморегуляції. Підліток починає ставитися до себе як до особистості, яка вчиться брати на себе відповідальність за свої вчинки. В цей час він починає яскраво відчувати свою причетність до суспільного життя, до справ свого оточення, до творення власного життя. Підліток не тільки хоче, але й відчувається дорослим, звичайно, за умов, коли він вчиняє відповідально. Успіх у результаті власних дій посилює відчуття себе дорослою людиною, і навпаки, неуспіх може повертати до дитячих, регресивних проявів, викликаючи переживання власної неповноцінності, залежності від будь-яких внутрішніх і зовнішніх факторів, їх тиску на особистий життєво значущий вибір, пошук сутнісних смислів.

Почуття дорослості визначається не лише відчуттям підлітком себе у тій чи іншій мірі дорослою людиною сьогодні, а й прагненням ставати все більш дорослою, особистісно і соціально зрілою людиною, по-новому, творчо виявляти своє єство. Не випадково, важливим вектором освіти на сьогоднішній день визнається збереження і розвиток творчих здібностей дітей. Однак вияви творчості у сучасних дітей часто, на жаль, сприймається дорослими як непослух, протидія, незручність, а значить не заохочується, не підтримується, а то й засуджується та карається у суспільстві. Як у недалекому минулому, так і тепер не вітається автономність підлітків і юнаків, але схвалюється їх слухняність, безініціативність, залежність, гетерономність, які досить успішно створюються і регулюються зовнішніми стимулами, що досить міцно укорінилися в суспільстві, не бажаючи поступатися місцем новим, прогресивним методам виховання.

Дитяча автономія потребує особливого вивчення, бо є передвісником особистісної свободи, зрілої автономності дорослої людини. Встановлено, що відчуття власної автономії одним людям притаманне більше, іншим – менше, що залежить від багатьох факторів. Описані видозміни дитячої автономності залежно від віку, проаналі-

зовані особливості становлення автономії, вплив на неї обмеження та контролю, оптимальні умови формування цієї якості. Різним аспектам цього питання присвячені праці К. Роджерса, Е.Еріксона, А.Маслоу, В. Франкла, Г. Балла, Т. Лук'яненко, Т.Гурлевої, Т.Партико та ін. Потреба в автономії, в опануванні навколишнім середовищем та вивільненям з-під впливу дорослих існує у всіх дітей, проте по-різному виявляється залежно від віку. У немовлят ця потреба виражається у свободі рухів, у ранньому дитинстві – у вільній взаємодії з предметним світом, у середньому дитинстві – у свободі від надмірного тиску та опіки батьків. Потреба в розширенні і відстоюванні своєї автономії стає важливим завданням наприкінці дитинства і поступово переростає в усвідомлення своєї внутрішньої незалежності, автономності у підлітковому віці, коли юна особистість умисно стає на шлях дорослішання, досягає моральної зрілості.

У виховній і психокорекційній роботі слід враховувати специфіку прогресивного розвитку особистості як «спонтанейного саморуху» (за Г.С.Костюком) та забезпечити дитині повноцінний перехід на нову ступінь її особистісного розвитку, вектор якого має бути спрямований на саморегуляцію, самодетермінацію, самоздійснення, творче вираження власної сутності. Важливо надавати молоді якомога більше можливостей для саморегуляції і творчого самовияву, творенню того «внутрішнього закону», про який говорив І.Кант та інші філософи, не насильницьки пропонуючи йому вже усталені еталони людяності, добра і справедливості, норми високоетичних взаємин між людьми. Потрібно допомогти підліткам усвідомити і пізнати переваги свободи «для» (скажімо, для творчої самореалізації) над свободою «від» (опіки, вимог тощо), до якої вони прагнуть перш за все. Дорослі не повинні нав'язувати підлітку цінностей: він має керуватися власним сумлінням, орієнтуватися на високі смисли – саме цим зобов'язані бути перевірені її наміри, рішення, життєві плани. Адже, «моральна автономія дається через самоочищення і самовизволення» (Бердяев Н. Мирозозерцание Достоевского).

Для здійснення людини як творця, суб'єкта своєї життєдіяльності, підліткам і юнакам має надаватися можливість прислухатися до себе, голосу власного сумління. Важливо підвищити у молоді авторитет особистої совісті як інтуїтивної здатності людини відокремлювати добро від зла, правильне від хибного, шукати і реалізовувати сутнісні смисли, знаходити на їх основі вірний варіант вирішення будь-якої життєвої ситуації. Важливою умовою результативної



психокорекційної допомоги є автономність психолога, який шляхом встановлення діалогічної взаємодії досягає смислового консенсусу з підлітком, допомагає йому порозумітися з його найближчим оточенням. Діалогічна взаємодія сприяє взаємодії смислових позицій тих, хто спілкується, дає можливість віднайти існуючий на момент спілкування смисл, й також синтезувати новий смисл, який виникає у результаті такої взаємодії. Забезпечити психологічні умови для вияву і розвитку автономності підлітка здатна автономна, самодостатня особистість того, хто взаємодії з ним.

Такі методи, як *бесіда, інтерв'ю, самохарактеристика* можна вважати одночасно і методами корекції. Так, виховний сенс діалогу на етичні теми спрямований на актуалізацію творчого потенціалу мислення, почуттів, обґрунтованого осмислення людиною моральної проблеми. Етичний діалог допомагає особистості вийти на моральний вибір, рефлексію відносно своєї поведінки, вчинків, розвиток потреби у моральному самовдосконаленні, внутрішньому зростанні. В той же час під час діалогу можна спостерігати за людиною, відслідковувати плин її думок, формування її особистої позиції, емоційне ставлення до висловленого і до чужої точки зору. Метод "самохарактеристики", описання власного "психологічного портрету", допоможе людині оцінити свої чесноти й недоліки, внутрішні протиріччя, глянути на них наче зі сторони, з позиції дослідника. Окрім того, отримані таким чином дані стануть коштовним підґрунтям для психотерапевтичної підтримки і допомоги особистості у подоланні нею перешкод і визначення векторів в процесі особистісного зростання.

Серед методів і прийомів гуманістичного виховання, а також вивчення автономності є *активні методи*, як, наприклад: соціально-рольові ігри, соціодрама, метод відкритої трибуни, морально-психологічні тренінги, інтелектуальні аукціони, "мозкові атаки", метод аналізу соціальних ситуацій з моральним характером, ігри – драматизації і т.ін. Такі методи ґрунтуються на демократичному стилі взаємодії, спрямовані на самостійний пошук істини та сприяють конструктивно-критичному способу мислення, здатності розрізняти добро і зло в повсякденному житті, протистояти аморальним спокусам тощо.

Психологічна допомога у розвитку автономності полягає у віднайденні смислових конструктів підлітків, і тих, хто про них уболіває, пошуку їх спільних життєвих орієнтирів, на яких будується внутрішнє особистісне зростання людини і стосунки з іншими

людьми. З цією метою можна застосувати *методику репертуарних ґраток Дж.Келлі*. Насушні цінності, якими живе людина, вивчаються за допомогою *методики вивчення смисложиттєвих орієнтацій Д.Леонтьєва (СЖО)*. Ознайомлення опитаного з отриманими результатами призводить до більшого самопізнання, розуміння себе самого та інших людей.

На визначення того, який рівень моралі властивий людині, можна використати *метод 9 ділем Л.Колберга*. Ця методика має не тільки цінне діагностичне, але й психотерапевтичне значення, сприяє усвідомленню підлітком свого ставлення до певної моральної колізії, до власного вибору розв'язання тієї чи іншої критичної ситуації.

Означенню вектора особистісного росту людини, яка потребує психологічної допомоги, сприяє *метод граничних смислів*, який відноситься до якісно-феноменологічного підходу і має форму інтерв'ю (Д.Леонтьєв, 1985).

До якого типу – автономного, залежного чи невизначеного – можна віднести того, хто звертається до психолога, радимо скористатися методикою Г.С.Пригіна – *опитувальник «Автономність – залежність»*, результати якої сприятимуть визначенню стилю взаємодії з конкретною людиною, перспективи розвитку її автономності (Г.С.Пригін, 2005).

За допомогою відомого *опитувальника рівня суб'єктивного контролю* вивчається екстернальність-інтернальність особистості. РСК пов'язаний з відчуттям людиною своєї сили, достоїнства, відповідальності за те, що відбувається, з самоповагою, соціальною зрілістю і самостійністю. Рівень суб'єктивного контролю підвищується у процесі психокорекційного впливу на особистість. Тому цей метод може використовуватись з метою не лише визначення рівня екстернальності-інтернальності, а й оцінки ефективності методів психологічної корекції.

У процесі психологічної допомоги важливо домогтися, щоб людина усвідомила власну безпосередню причетність (причинність) до всього, що діється у її житті, зрозуміла необхідність особистої позиції щодо вирішення життєвої колізії, винайдення внутрішніх ресурсів у вирішенні труднощів, здатності взяти на себе відповідальність, а не залежати від будь-кого, тож проявити особистісну автономність. Людина, що звернулася по допомогу, має розширити власні ресурси самопізнання, самоаналізу, можливості бачити варіанти вирішення своєї ситуації, які спонукають до пошуку нових смислів і реалізації їх у життя.



## Висновки

Автономність є сутнісною ознакою людської активності, характеризує особистість як суб'єкта життєдіяльності. Автономність є важливою якістю зростаючої особистості, що засвідчує і водночас забезпечує її внутрішнє зростання й успішну інтеграцію в суспільство. Осередком автономності є здатність прислухатися до голосу власної совісті, брати на себе відповідальність за свої рішення, втілення життєвих смислів в реальне життя. Творче самоздійснення, орієнтація на власну совість, глибоке почуття внутрішньої відповідальності у пошуку сенсу власного життя – все це сприяє розвитку особистості “по – висхідній” і забезпечує повноцінне становлення суб'єкта, постійне особистісне зростання. Автономність є ознакою особистісного зростання, бо свідчить про певний рівень самодетермінації, і, водночас, є спонукальною силою до подальшого розвитку, самовдосконалення. Під автономністю слід розуміти здатність людини слідувати власним устремлінням, протистояти будь-якому зовнішньому тиску, мислити і поводити себе незалежно, здатність до саморегуляції і оцінки себе, виходячи з особистих стандартів, внутрішнього морального закону. Автономність проявляє тенденцію до зростання, але в тому випадку, коли їй надано певний вектор, траєкторія розвитку, умови здійснення. Важливою умовою ефективної психокорекції є автономність психолога, який шляхом встановлення діалогічної взаємодії досягає смислового консенсусу з людиною, що потребує підтримки. Результативність наданої допомоги визначається Використанням ефективних психологічних методів, що сприяє намірам особистості шукати життєві смисли, шляхи пізнання себе, допомагає порозумітися з іншими людьми, найближчим оточенням, визначити траєкторію особистісного зростання.

## Література

1. Абульханова-Славская К.А., Брушлинский А.В. Философско-психологическая концепция С.Л.Рубинштейна. – М.: Наука, 1989. – 247 с.
2. Ахмеров Р.А., Прыгин Г.С. Психобиографические характеристики субъекта с автономным типом саморегуляции деятельности // Психологический журнал, 2005, Т.26.№ 6. – С.25-34.
3. Бахтин М.М. К философии поступка // Философия и социология науки и техники: Ежегодник. 1984-1985. М., 1986. С. 80–160.
4. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. – М., 1968. – 464 с.

5. Братченко С.Л. Верим ли мы в ребенка? Личностный рост с позиций гуманистической психологии. // Журнал практического психолога. 1998. № 1. С.19-30.
6. Вайзер Г. А. Смысл жизни и "двойной кризис" в жизни человека / Психологический журнал, 1998, № 5. – С. 3-14.
7. Выготский Л.С. Собр. соч.: В 6 т. М.: Педагогика, 1984.
8. Кант И. Критика практического разума // Соч.: В 4 т. Т.4.Ч.1. – М. – Мысль, 1965.
9. Кон И.С. В поисках себя. М.: Политиздат, 1984.
10. Конопкин О.А., Прыгин Г.С. Связь учебной успеваемости с индивидуально-типологическими особенностями их саморегуляции // Вопросы психологии. 1984. № 3. С.42-52.
11. Кулагина И.Ю. Возрастная психология. 2001.
12. Леонтьев Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. – М.,: Смысл, 1999. – 487 с.
13. Лозоцева В.Н. Психологические проблемы смысла жизни и акме. Материалы XI симпозиума. – Под ред. Г.А. Вайзер, Е.Е. Вахромова – 2006.
14. Людина. Суб'єкт. Вчинок: Філософсько-психологічні студії / За заг. ред. В.О.Татенка. – К.: Либідь, 2006. – 360 с.
15. Партико Т. Психологічні нариси з дитячої автономії // Вісник Львівського університету. Серія: філософські науки. – Вип. 5. – Львів, 2003. – С.470-476.
16. Радчук Г.К. Смыслотворчість як умова становлення духовності особистості в контексті вищої освіти // Збірник наукових праць Інституту психології ім.Г.С.Костюка АПН України / За ред. А.С.Максименка. Т.VШ, вип. 7. – К., 2006. – С.279-286.
17. Развитие личности // Психологический словарь, Психологический центр «ПЛАНЕЙ».
18. Реан А.А., Бордовская Н.В., Розум С.И. Психология и педагогика // Под общей редакцией проф. А. А. Реана. – СПб.: Питер, 2000. – 432 с.
19. Розвиток. Психол словник. Гол. Вид-во Вища школа, – К., 1982 . – С. 158-159.
20. Сморгж Л.О. Эстетика: Навчальний посібник. – К.: Кондор, 2005. – 334 с.
21. Франкл В. Человек в поисках смысла.: Сборник / Пер. с англ. и нем.; Общ. ред. Л.Я. Гозмана и Д. А. Леонтьева. — М.: Прогресс, 1990. — 368 с.
22. Фромм Э. Человек для себя. – М.: 2000.
23. Чудновский В.Э. Смысл жизни: проблема относительной эмансипированности от "внешнего" и "внутреннего" // Психол. журн. 1995. Т. 16. С. 15-26.