

Хомутиннікова Н.Н. Дослідження автентичності в контексті психологічного здоров'я особистості. / Н.Н. Хомутиннікова // Особистість у кризових умовах та критичних ситуаціях життя : Матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції (Суми 18-19 лютого 2016 р.) – Суми: Вид-во СумДПУ імені А.С.Макаренка, 2016. – С. 295-297.

УДК 159.923

**Хомутиннікова Наталія Нарцисівна**  
науковий співробітник Інституту психології  
НАПН України імені Г.С.Костюка, Київ.

### **Дослідження автентичності в контексті психологічного здоров'я особистості.**

В статті аналізуються сучасні дослідження автентичності. Автентичність розглядається з позицій самореалізації особистості, набуття нею особистісної зрілості.

***Ключові слова:*** автентичність, особистість, особистісна зрілість.

Використання поняття «автентичність» відображає декілька тенденцій сучасної психології особистості: прагнення вивчати інтегративні якості індивідуальності, увагу до позитивного змісту особистості і, нарешті, пошук екологічних засобів саморегуляції, самопідтримки та саморозвитку, що можуть бути виявлені тільки через відкриття глибоко індивідуалізованих особистісних ресурсів.

Важливим критерієм автентичності є її суб'єктивність, тобто неможливість повної об'єктивації досвіду автентичності, який, як будь-яка форма досвіду, носить риси інтегрального феномена, що включає раціональні і чуттєво-емоційні складові, або, у термінології інтегральної теорії П.Сорокіна, ідеараціональні, чуттєві та ідеалістичні елементи. У контрасті з негативними формами екзистенції вивчення автентичності як позитивного феномена вказує на зв'язки з такими актуальними сьогодні напрямками соціології, як дослідження щастя, соціального самопочуття, благополуччя, сталого розвитку

та ін. У соціології автентичність визначається як соціально зумовлене, оціночне та мінливе поняття, що має багато вимірів та полягає у відкритості стосовно себе та інших людей. На думку А. Ferrara автентичність є варіантом моральної ідентичності, що визначається не лише соціально - культурними нормами, а й є джерелом самореалізації.

Weigert окрему увагу приділяє поняттю особистісної автентичності, акцентуючи увагу на тому, що вона проявляється переважно у проблемних ситуаціях, коли необхідно зробити власний вибір, орієнтуючись на власні пріоритети і цінності, при цьому автентичність тісно пов'язана із концептом надії, як базового в особистісній мотивації. Розглядаючи поняття «не автентичність» 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. На думку D. Waskul не слід ідеалізувати автентичне існування, звертаючись до праць Гофмана, він констатує, що наявність «масок» у спілкуванні дозволяє підтримувати міжособистісні стосунки з суттєвою економією внутрішніх ресурсів (наприклад, як профілактика емоційного вигорання у представників соціономічних професій), а справляння враження на оточуючих - не прояв неавтентичності, нещирості, а показник інтегрованості людини у суспільство, її соціалізованості.

Автентичність є моральною цінністю, засобом самопізнання та способом досягнення ідентичності і стабільності Я у динамічному постмодерному суспільстві (Lewin and Williams).

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. Josept). Зазначимо, що у традиційній психології консультування автентичність розглядається як

найбільш фундаментальний аспект благополуччя ( К.Хорні, Р.Мей, К Роджерс, Д.Віннікот, І.Ялом ), однак емпіричних доказів прямого зв'язку даного феномену із психологічним здоров'ям чи не автентичності із психопатологією наведено не було. В працях К.Хорні, Д. Віннікота акцентується, що інтеріоризація зовнішніх впливів у дитячому віці призводить до самовідчуження, яке у свою чергу, зумовлює психопатологію. Починаючи з 2000-х р. з'являються окремі емпіричні вивчення диспозиційної автентичності. Зокрема дослідженнями Шелдон К, Горднан, Керніс, виявлено сильні позитивні кореляції між автентичністю, самооцінкою та субактивним благополуччям. Р.Лопез і Раис також виявили кореляції між автентичністю та задоволеністю відносинами, що характерно як для жінок, так і для чоловіків, однак конструкт само відчуження у даному контексті не аналізується. У соціології автентичність визначається як соціально зумовлене, оціночне та мінливе поняття, що має багато вимірів та полягає у відкритості стосовно себе та інших людей. На думку А. Ferrara автентичність є варіантом моральної ідентичності, що визначається не лише соціально - культурними нормами, а й є джерелом самореалізації.

У клінічній психології і психотерапії автентичність, це в першу чергу, існування цілісної, конгруентної та гармонічної особистості – індивідуума, у якого відсутні аби які ознаки розщепленості.

У гуманістичній та екзистенційній психотерапії поняття «автентичний» або «неавтентичний» використовують для того, щоб позначити оптимальний або ущербний шлях проживання власного життя, а ідеали автентичності невід'ємні від розуміння сучасного суспільства як морального, що об'єднує вільних, соціально мислячих, синергичних миру людей. Дж. Бьюдженталь вважає, що автентичність пов'язана зі здатністю до вибору, з волею. Дж. Тедески відмічає такі складові автентичності, як сила, авторська позиція, самоорганізація, що тісно пов'язано з особистою відповідальністю. Автентичність є моральною цінністю, засобом самопізнання

та способом досягнення ідентичності і стабільності Я у динамічному постмодерному суспільстві(LewinandWilliams).

Отже, розглянувши способи використання поняття «автентичність» у різних галузях психології, ми можемо заключити, що воно має на увазі спосіб поведінки, що відповідає глибинним цінностям, вільний від власних протиріч, адекватний соціальному і просторово-часовому контексту життя, що розуміє діалог з собою та світом і даний скоріш у переживанні, ніж в уявленні. Дослідження доводять, що автентичність позитивно пов'язана з самооцінкою, позитивними переживаннями, надією на майбутнє, креативністю, задоволенням життям та негативно – з тривожністю та депресією.

Отже, автентичність визначається по-різному, більшість дефініцій носить дискусійний характер, але всі вони, зводяться до визначення автентичності як якості життя суб'єкта, що знаходиться в гармонії зі своїм буттям. Автентичність – це цілісність феноменальної та емпіричної особистості, єдність життєвої історії людини та цінностей, що ним декларуються.

#### Література:

1. Леонтьев Д.А. Психология смысла. /Д.А.Леонтьев - М.: Смысл. - 1999. – 488с.

2.Нартова-Бочавер С.К. К дифференциации позитивного ресурса индивидуальности: психологическая суверенность и аутентичность личности. Психология индивидуальности /С.К. Нартова-Бочавер // Материалы 3-й Всероссийской конференции – Ч.2. - Москва, 2010. - С.73-75.