

Чайка Г.В.

КОНЦЕПЦІЇ ОСОБИСТІСНОЇ АВТОНОМІЇ ТА ПРИВ'ЯЗАНОСТІ ДО ІНШИХ У РУСЛІ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ

Концепції особистісної автономії та прив'язаності до інших були введені у науковий обіг як складові теорії самодетермінації, запропонованої Е. Десі і Р. Райаном. У межах цієї теорії, автономія розуміється як природжена потреба яка являє собою прагнення відчувати себе ініціатором власних дій, самостійно контролювати свою поведінку. Прив'язаність до інших також розуміється як потреба, що існує, певною мірою, як противага автономії і позначає прагнення людини мати надійні відносини, засновані на почуттях прихильності до інших людей і приналежності до певного кола рідних і близьких.

У методиці психологічного благополуччя, що розробляється К. Ріфф, також застосовуються ці поняття, і вони розуміються як складові психологічного благополуччя. При цьому, високі бали автономії вказують на те, що респондент відчуває себе самостійним, ініціатором своїх дій, володарем свого життя і регулює свою поведінку незалежно від соціального тиску. А високі бали позитивних відносин з іншими (прив'язаності до інших) відображають існування у респондента значущих стосунків з іншими, які характеризуються співпереживанням, інтимністю та прихильністю.

Таким чином, *автономія та прив'язаності до інших* – це два фактори, які *впливають на відчуття самодетермінованості людини*, тобто на її віру, що вона має вибір і здатна вибирати свій життєвий шлях, виходячи з власних цілей, переконань і цінностей, і, крім того, в неї розвинута здатність гнучко взаємодіяти із соціальним середовищем, і саме *це підтримує психологічне благополуччя людини*.

У цих тезах стисло представлений здійснений теоретичний аналіз наукових праць, виконаних як українськими, та зарубіжними науковцями та присвячених дослідженню автономії та прив'язаності до інших. *Мета*

аналізу: визначити сучасний стан вивчення особистісної автономії та прив'язаності до інших, здобутки та лакуни у цій області.

Потреба в особистісній автономії відчувається особливо гостро у підлітковому віці. Можна сказати, що постійне розширення області, у якій підліток може приймати рішення власноруч, розширення меж особистісної автономії, пошук шляхів до самостійного буття є основною темою підліткової кризи. З іншого боку, підліток живе в оточенні різних близьких людей, які не байдужі йому і яким він не байдужий. Хоч як би підліток не прагнув автономії, він залишається емоційно пов'язаним із власними батьками, має емоційно забарвлені стосунки з іншими дорослими, приміром, вчителями, а також однолітками.

Підліток прагне зрозуміти себе як особистість і саме на цьому етапі свого дорослішання дитина найбільше прагне до незалежності, що в свою чергу породжує нові форми стосунків із дорослими. Не підтримка батьками потреби підлітків мати певну автономію призводить до руйнації прив'язаності підлітків до їхніх батьків. Як потреба в автономії, так і потреба у добрих взаєминах з іншими позитивно залежать від батьківської підтримки цих потреб; автономія позитивно пов'язана із прив'язаністю до інших людей.

Спілкування з однолітками на основі взаємодопомоги і емоційної підтримки, існування міцних дружніх взаємин, сприяє розвитку автономії підлітків. Проте, перенесення емоційної залежності з батьків на однолітків або до значного іншого не є справжньою автономією. Стосунки з однолітками можуть принести відчуття емоційної близькості, прив'язаності, міцної дружби, але й можуть сприйматися як негативний вплив, тиск з боку інших однолітків, як загроза досягнутому рівню автономії.

Більшість дослідників вважає, що підтримка автономії у навчальному процесі – позитивне явище. З погляду підлітків, якщо вчителі підтримують автономію своїх учнів при взаємодії з ними, то влада вчителів законна і сприймається підлітками. У такому випадку, підлітки прагнуть виконувати навчальні завдання старанно, незалежно, творчо. Підтримка автономії учня

вчителями позитивно впливає не лише на академічну успішність школярів, а й на їх подальше життя, оскільки сприяє формуванню таких позитивних якостей, як цілеспрямованість, опора на власні цілі, ініціативність і творчість.

Автономія і відчуття прив'язаності до інших є фундаментальними потребами для підлітків, що впливають на їх психологічне благополуччя. В свою чергу відчуття психологічного благополуччя дає змогу підліткові у психологічно комфортних умовах розвивати позитивні риси особистості.

Також вивчалася потреба у автономії та прив'язаності до інших у представників інших вікових груп. Досягнення автономії, розширення її меж – це більшою мірою потреба і меншою – завдання у підлітковому віці, а у молодості – це і потреба і завдання. Успішне досягнення автономії як у вирішенні повсякденних завдань, так і у постановці і досягненні життєвих цілей – запорука успішності на життєвому шляху. З іншого боку існування сильних прив'язаностей, теплих стосунків з іншими людьми не є перешкодою до задоволення потреби в автономії, проте такі зв'язки підтримують відчуття психологічного благополуччя.

Питання автономії складне і болюче для літніх людей і тяжко хворих, оскільки вони прогресуюче все менше можуть самостійно організовувати власне життя і все більше повинні покладатися на піклувальників. Коло автономних проявів постійно звужується. Для пом'якшення ситуації піклувальники мають покладатися на ті сфери, де літні люди ще не втратили можливості проявляти автономію, стимулюючи їх. З іншого боку, існування прив'язаностей, емоційно близьких стосунків у житті літніх людей, навіть у вигляді симулякрів, значно покращує психологічне благополуччя таких людей і нівелює смуток, викликаний недостатньою автономністю.

Визначено, що робіт, присвячених проблемам автономії та прив'язаності до інших дорослих середнього віку не багато. Проте це не значить, що такі проблеми відсутні. Приміром, кар'єрне зростання потребує ініціативи, енергійних дій, планування і здійснення запланованого, тобто особистісних характеристик і дій, що базуються на почутті власної автономії,

незалежності. Однак, такий спосіб життя погано узгоджується з бажанням мали велику дружню сім'ю, багато дітей, піклуватися про старих батьків, тобто високо цінити прив'язаність до інших. Як узгодити ці потреби? Як знайти на все час? Як задоволення чи не задоволення цих потреб впливатиме на психологічне благополуччя? Всі ці питання потребують досліджень і наукового обговорення.

Додатково, питання існування культурних розбіжностей досі не розкрито повністю. Автономія як потреба притаманна людям будь-якої культури. Але теорія автономії розвивалася у межах західної культури, для якої характерним є культ індивідуалізму. До якої межі може дійти людина у своєму індивідуалізмі? Де закінчується автономія і починається егоїзм? У який момент пошуки автономії призводять до руйнування прив'язаностей? Які особливості прояву автономії у традиційних культурах, побудованих на цінностях колективізму, згуртованості, загальноприйнятих цілей?

Проаналізовані нами наукові праці, загалом, торкалися питання зовнішніх впливів, що сприяють або заважають задоволенню потреб в автономії та у прив'язаності до інших людей.. Проте *крім зовнішніх впливів існують і внутрішні, особистісні чинники, які можуть як сприяти задоволенню досліджуваних потреб, так і, навпаки, перешкоджати цьому.* Тому ми вважаємо за цікаве віднайти такі чинники.

Ми вважаємо, що рівень автономії, так само і потреба в автономії збільшується із розвитком особистості, із зростанням віри у себе і у свій особистісний та інтелектуальний потенціал, у власну здатність перебороти труднощі і стресові ситуації, з якими стикається особистість на власному життєвому шляху. Тому, на нашу думку, особистісна автономія базується на таких особистісних конструктах як добре ставлення до самого себе, існування особистісних життєвих смислів, віра в себе і в свій особистісний та інтелектуальний потенціал, здатність осмислити самого себе та навколишнє середовище, швидко зорієнтуватися у новому середовищі, перед новими завданнями, потреба у само-актуалізації.

Проаналізовані роботи показали, що відчуття прив'язаності до інших не означає відмову від самого себе, від власної автономії, власних планів і мрій. Скоріше це означає опанування соціальними навичками взаємодії, комунікації з іншими людьми, вміння сприймати і зрозуміти іншого, толерантність до інших та емпатія. Всі ці навички також потребують доброго ставлення до самого себе, високого інтелектуального потенціалу, здатності осмислити ситуацію взаємодії, швидко зорієнтуватися та віднайти власну позицію.

Таким чином існує досить довга низка особистісних властивостей, якостей, характеристик, які підтримують обидві потреби, в особистісній автономії та прив'язаності до інших. Сформульована *гіпотеза нашого дослідження: особистісні характеристики, що дозволяють людині ставитись до самої себе з повагою, вірити у власні сили, у власні цілі і можливість їх досягнення, відчувати навколишнє середовище і розуміти людей поряд сприяють задоволенню потреб в автономії та прив'язаності до інших і, тим самим, підтримують відчуття психологічного благополуччя.*

Тому на наступному етапі дослідження буде підібраний набір методик з метою вивчити різні особистісні конструкти, що, на нашу думку, сприяють появі задоволенню досліджуваних потреб. За цими методиками буде проведено емпіричне дослідження для підтвердження або спростування сформульованої гіпотези.