

*Стефінів Оксана*  
*Науковий керівник – викл. Шевченко. О.М*

## **ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ КОМПОНЕНТІВ АВТЕНТИЧНОСТІ ЯК НЕВІД'ЄМНОЇ ЯКОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ**

Автентична людина усвідомлює, ким вона є насправді, чого вона хоче і в чому полягає її покликання, доля або професійне призначення.

Усвідомлення своєї автентичності та відповідність їй як у повсякденних так і кризових ситуаціях належить до числа найгостріших та найпоширеніших проблем. Процес розвитку і прояву автентичності майбутнього практичного психолога є полідетермінованим явищем і характер цієї детермінації може суттєво порушуватися або змінюватися під час переживання людиною життєвих криз, як нормальних (вікових, професійних), так і аномальних (біографічних).

Мета статті: на основі теоретичного аналізу психологічної літератури та висвітлення результатів емпіричного дослідження з'ясувати психологічні особливості прояву феномену автентичності у майбутніх психологів.

Актуальність нашого дослідження зумовлена тим, що автентичність як якість особистості виступає невід'ємною внутрішньою умовою, що визначає успішність особистісного і професійного розвитку майбутніх психологів.

Сучасна українська психологія має в своєму арсеналі поодинокі спроби обґрунтування автентичності особистості (І.Д. Бех, З.С. Карпенко, Н.М. Когутяк В.О. Татенко, Т.М. Титаренко).

Дослідженням теми автентичності займалися представники екзистенційно-гуманістичного підходу Д. Б'юдженталь, А. Ленгле, С. Мадді, Р. Мей, В. Франкл, розглядаючи автентичність як істинність, природність і справжність людини; гуманістичного підходу у теорії особистості А. Маслоу, К. Роджерс, трактуючи автентичність як здатність людини у спілкуванні відмовлятися від різних соціальних ролей.

Автентичність особистості починається з осмислення власних мотивів, бажань, почуттів, думок як такого собі «об'єктивного». Але для того, щоб стати вільним щодо даних почуттів мотивів, бажань, думок і знайти відповідальність за них, людині необхідно навчитися довіряти самій собі, приймати себе такою як вона є, досягти внутрішньої гармонії зі своїми почуттями, думками [3].

На думку авторів В.Д. Резнік, І.І. Солійчук, Я.В. Чаплак, запорукою успішного професійного розвитку майбутнього психолога-практика є усвідомлення ним необхідності глибинного самопізнання, корекції та пошуку шляхів самовдосконалення. Від сформованості глибинного рівня самопізнання і саморозуміння залежить здатність особистості довіряти собі. Отже, враховуючи погляди дослідників, приходимо до висновку, що розвиток рефлексії та складових самосвідомості виступають умовою професійного вдосконалення майбутнього психолога-практика [4].

Довіра до себе виступає однією з важливих складових особистісного компоненту професійної культури майбутніх психологів, оскільки від узгодженості цієї установки залежить вміння спрямовувати власне життя у бік самоактуалізації та саморозвитку, ефективно оволодівати системою професійно важливих засобів, методів, технологій, досягати вершин професіоналізму в обраній професії. Як соціальна самоустановка, дане психологічне утворення проявляється у стійкій схильності суб'єкта приймати, усвідомлювати цінність власної особистості і захищати її [1].

За дослідженнями української психологині Н.М. Когутяк особистість досягає цілісного розуміння і розкриття своєї автентичності в процесі усвідомлення нею своїх особистісних властивостей та оптимізації ставлення до себе (шляхом дослідження власного буття, уяви, інтелекту, відчуттів, тобто створення цілісного уявлення про себе): завдяки розвитку соціальної перцепції у міжособистісному спілкуванні у межах тренінгу (програвання ефективних способів взаємин у групах, отримання вербальної та невербальної інформації про себе, розвиток уміння

глибинної рефлексії) та актуалізації творчого самовираження у життєвих кризах (зосередження уваги на рисах, які допомагають у таких ситуаціях, усвідомлення свого потенціалу).

Ефективним засобом розвитку психологічних механізмів становлення автентичності, за дослідженнями Н.М. Когутяк є тренінг саморозуміння, що сприяє: зростанню впевненості та довіри до себе; розвитку уміння нестандартно мислити, не боятися фантазувати та уявляти; зменшенню кількості комплексів, «зажимів», штампів; бажанню діяти, бути активним і самостійно досягати поставленої мети [2].

Заслугує на увагу концепція автентичності у зарубіжній психології М.Н. Kernis і В.М. Goldman (чотирьохкомпонентна модель автентичності у контексті психологічного благополуччя особистості) [5]. Згідно із М.Н. Kernis і В.М. Goldman, автентичність – це постійне вираження власного справжнього Я у повсякденному функціонуванні людини. Вони визначили наступні компоненти автентичності: усвідомлення, об'єктивність, поведінка та стосунки з оточуючими. Усвідомлення – це розуміння власних мотивів, бажань, почуттів і думок; знання і прийняття своїх переваг і недоліків, особистісних властивостей і емоцій та їх ролі у власній поведінці. Об'єктивність – не спотворення, не ігнорування власних думок і досвіду, прийняття себе такою, якою людина є, зі своїми сильними та слабкими аспектами. Поведінка згідно з власними цінностями, переконаннями і потребами, відсутність спрямованості на задоволення очікувань інших людей та самозвинувачень, якщо людина діє всупереч бажанням оточуючих. Орієнтація на стосунки – відкритість у стосунках з іншими людьми, відсутність прагнення бути позитивно оціненими оточуючими, вибір власної участі чи не участі у тих чи інших стосунках [5].

У дослідженні, яке було проведене нами у 2019 році, взяло участь 106 студентів-психологів віком від 19 до 29 років. Для вивчення особливостей прояву компонентів автентичності ми використали методику «Опитувальник автентичності» (The Authenticity Inventory, AI-3, М.Н. Kernis, В.М. Goldman, адаптація В.Л. Зливкова С.О. Копилова, С.О. Лукомської, Н.Н. Хомутиної, О.В. Котуха), а для дослідження довіри до себе як екзистенційної умови прояву автентичності – «Методику визначення довіри до себе» (адаптація, Н.Б. Астаніної).

За результатами методики «Опитувальник автентичності» М.Н. Kernis, В.М. Goldman, з'ясовано що у більшості частини досліджуваних студентів-психологів найбільш виражений такий компонент диспозиційної автентичності як усвідомлення – 76 %, а це свідчить про те, що досліджувані чітко розуміють власні, мотиви, почуття, думки і цілісно сприймають свій попередній досвід. Також здатні самостійно ставити цілі і діяти згідно з ними, будуючи стратегії їх досягнення, враховуючи свої цінності.

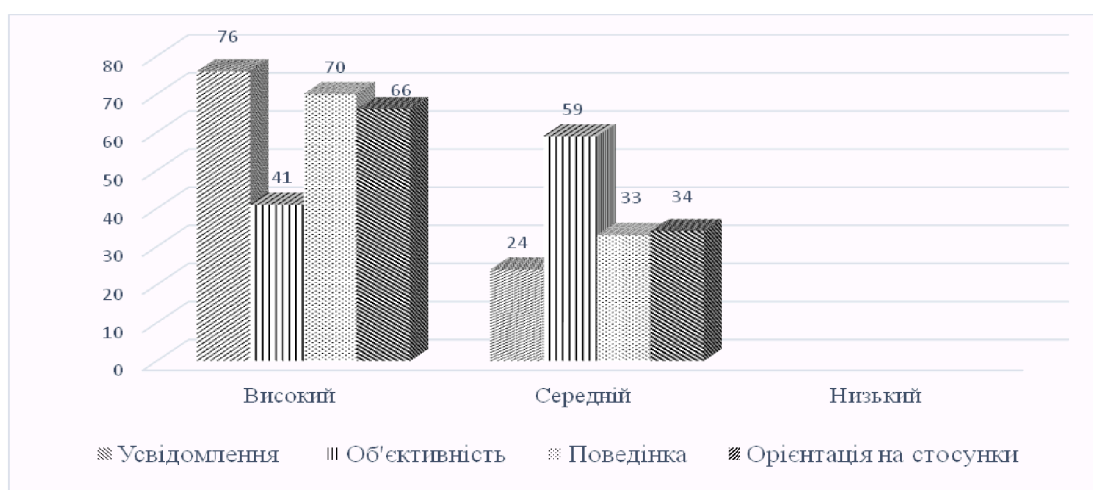


Рис. 1 Розподіл емпіричних показників за шкалами автентичності у студентів – майбутніх психологів (N=106)

Аналізуючи дані на рис. 1, отримані за шкалою «Поведінка», ми помітили значне переважання високого рівня вираження поведінкового компоненту автентичності у

досліджуваних (70 %), що вказує на здатність людини поводитися згідно з власними цінностями і переконаннями, потребами. Можна припустити, що більшій частині майбутніх психологів притаманна здатність орієнтуватися на власну точку зору. Студентам-психологам, які спроможні керуватися власними відчуттями, почуттями, думками, характерне прийняття і узгодженість власних вчинків, поведінки і реакцій, згідно з внутрішніми спонуканнями, що виявляється у дружньому ставленні до себе без звинувачень.

Проте, зважаючи на те, що і середній рівень поведінкового компоненту автентичності є значно вираженим у студентів-психологів, можемо стверджувати, що 33 % досліджуваних притаманна тенденція до залежності від конкретних об'єктивних і суб'єктивних умов, а іноді їх дії визначаються очікуваннями інших людей.

Згідно з даними, які відображено на рис. 1, шкала «Орієнтація на стосунки» характеризується домінуванням високого рівня вираження (66 %). Отже, можна стверджувати, що досліджуваним притаманна відкритість і чесність у взаємодії з іншими людьми, що забезпечує природність поведінки та орієнтованість на підтримання позитивних стосунків шляхом «відкритості» власного Я і відсутність прагнення бути позитивно оціненими оточуючими. Як наслідок, відсутнє самозвинувачення, коли особистість бере чи ні участь у певних стосунках.

За отриманими результатами у майбутніх психологів переважає середній рівень об'єктивності (59 %), що свідчить про помірну і нестійку здатність досліджуваних адекватно та самостійно характеризувати себе, не спотворюючи самосприйняття оцінками інших осіб. Таким чином, середній рівень вираження даного компоненту автентичності, ймовірно, може вказувати на те, що на здатність адекватно самостійно характеризувати себе і ситуацію можуть впливати не тільки бачення самої людини, але й самосприйняття може бути викривлено оцінками інших осіб. Тобто, залежно від конкретного випадку, міра об'єктивності характеризується мінливістю. Середній рівень вираження даного показника автентичності може свідчити про здатність враховувати і звертати увагу на власні думки, переживання і відчуття. Ймовірно, це може сприяти прийняттю людиною себе такою як вона є, зі своїми сильними і слабкими аспектами. Згідно з цим, студенти прагнуть діяти, керуючись реальним уявленням про себе, власні можливості.

Становлення майбутнього психолога як фахівця полягає у повноцінному оволодінні професією та закономірно супроводжується зміною уявлень про себе, свої здібності, сильні та слабкі сторони своєї особистості, характеризується інтенсивним самовизначенням і пошуком власного місця в професійному світі. Це робить актуальним звернення до дослідження проблеми довіри до себе як екзистенційної умови прояву автентичності майбутнього психолога [3].

За результатами методики з'ясовано, що у більшій частині студентів четвертого курсу бакалаврату і I-II курсів магістратури домінує середній рівень довіри до себе (70 %).

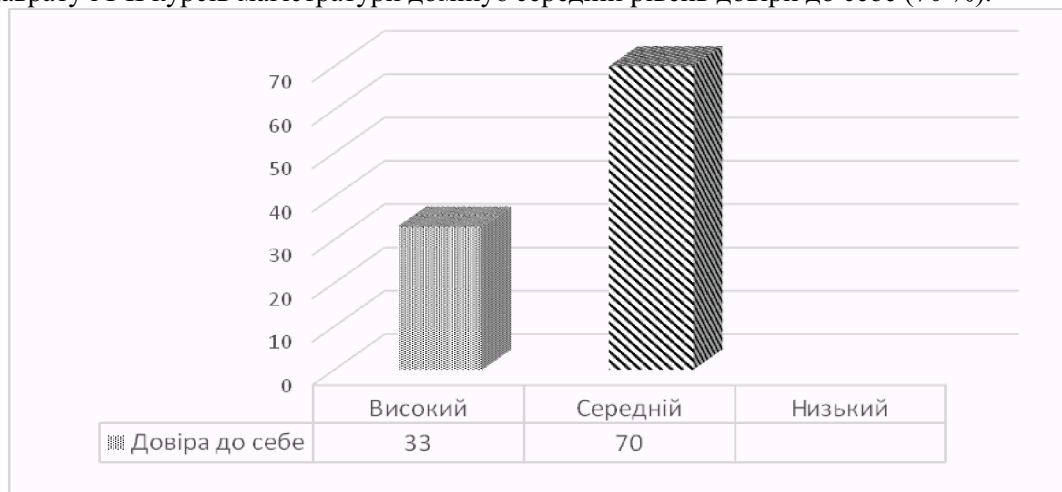


Рис. 2 Вираження рівнів довіри до себе у майбутніх психологів (N=106)

Середній рівень довіри до себе у майбутніх психологів характеризується нестійкістю, яка виявляється у тому, що в одних випадках особистість здатна самостійно прийняти рішення, але коли змінюються обставини, вона вже очікує підтвердження правильності свого вибору від оточуючих.

У разі невдачі в досягненні мети в одних умовах спостерігається фіксація на невдачі з наступною відмовою від вибору нових способів досягнення мети, а за сприятливих умов майбутні психологи із середнім рівнем довіри до себе можуть пробачити собі власні промахи і шукати нові способи досягнення мети. Досліджувані володіють помірною здатністю відстоювати свої кордони під тиском зовнішніх обставин.

Середній рівень довіри до себе характеризується нестійкістю і наявністю суперечностей у афективній, когнітивній, поведінковій сферах; чергування почуттів симпатії та антипатії до себе, за одних умов прийняття негативних сторін, а за інших – неприйняття.

Досліджувані, які отримали високий рівень (33%) вираження довіри до себе характеризуються здатністю до самостійного вибору і постановки цілей, побудови стратегії їх досягнення згідно зі своїми цінностями, високо оцінюють свої можливості, що в умовах невизначеності дозволяє людині відчувати себе апріорно здатною до досягнення мети. Високий рівень сформованості довіри до себе передбачає розвиток таких її компонентів, як самоцінність, самоприйняття і самоприхильність.

Підсумовуючи результати проведеного нами дослідження, можна дійти висновку про те, що у більшості студентів-психологів спостерігається переважання високого рівня автентичності, завдяки високому рівню вираження показників за шкалами «Усвідомлення», «Орієнтація на стосунки», «Поведінка», що передбачає здатність досліджуваних виявляти своє справжнє Я. Проте, переважання середнього рівня вираження об'єктивності як компоненту автентичності, свідчить про недостатньо розвинену здатність адекватно самостійно характеризувати себе, не викривлюючи самоприйняття через призму оцінок інших осіб. Такий результат може бути пов'язаний із переважанням середнього рівня розвитку довіри до себе у майбутніх психологів.

Отже, проведене емпіричне дослідження свідчить про те, що система підготовки майбутніх психологів має важливим завданням спонукати студентів до самопізнання і саморозуміння, і в такий спосіб сприяти розвитку їх самоцінності, самоприйняття і самоприхильності, активізації довіри до себе як екзистенційної умови автентичності.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Єрмакова Н. О. Психологічні особливості довіри до себе як складової професійної культури майбутніх практичних психологів. Науковий часопис НПУ імені М.П Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки. 2012. №39. С. 211–217.
2. Когутяк Н.М. Становлення автентичності особистості в період життєвої кризи: концептуальна модель. Психологія і суспільство. 2008. №1 (31). С.115-126.
3. Котух О.В. Інтегративний підхід до дослідження особливостей становлення автентичності майбутніх психологів. Актуальні проблеми психології. 2018. № 14. С. 165-174
4. Чаплак Я., Резнік В., Солійчук І. Професійна культура практичного психолога: стаття. URL: <http://yanchaplak.com/ru/professional-naya-kul-tura-prakticheskogo-psikhologa>.
5. Kernis M.H. A multicomponent conceptualization of authenticity: Theory and research. M.H.Kernis, V.M. Goldman. *Advances in Experimental Psychology*. 2006. Vol. 38. P. 283–356.
- 6.

*Топольницька Тетяна*  
*Науковий керівник: викл. Турко О. В.*

#### ГРА ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ СПІЛКУВАННЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Розвиток мовленнєво-комунікативних навичок дітей є однією із головних проблем дошкільної лінгводидактики, що спричинено взаємозв'язком мовлення та спілкування: прагнучи задовольнити потребу в спілкуванні, дитина звертається до мовлення як до основного способу здійснити цю мету; включення дитини в мовленнєве спілкування з дорослими та однолітками позитивно впливає на розвиток її комунікативних потреб і мовлення. Цей