

# ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ КРИЗИ АВТЕНТИЧНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

УДК 159.9

**Заремба Наталія Володимирівна,**  
*студентка спеціальності 053 «Психологія»*  
*КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»*

**Анотація.** Стаття актуалізує тему психологічних особливостей прояву кризи автентичності особистості. Розкриває психологічні аспекти перебігу кризи середнього віку.

**Ключові слова:** криза автентичності, криза середнього віку, ідентичність, особистість.

**Актуальність дослідження.** Сучасні темпи прогресу висувають підвищені вимоги до адаптаційних можливостей особистості, додаткову напругу адаптаційних механізмів загрожують особистості перевтомою, погіршенням функціонального стану, нервовими зривами та спробами відійти від реальності будь-яким способом.

В умовах динамічного розвитку нашої держави існує потреба фахівців різних галузей у аналізі їх життєвого шляху, особистісного розвитку, ідентичності та автентичності індивіда. При цьому в більшості науково-психологічних підходів відмічається нестача досліджень даної наукової проблеми. Оскільки від суб'єктивної оцінки людиною свого життя залежить подальший його розвиток, тому актуальним є аналіз саме особливостей автентичності особистості як способу життя, що характеризується узгодженістю думок, почуттів, фізіологічних станів, відкритістю у поведінці та міжособистісних стосунках з іншими людьми.

**Короткий аналіз останніх досліджень і публікацій з проблеми.** На процес формування уявлень про автентичність особистості та перебігу її кризи, серйозний вплив зробили низка вчених. Одним із перших поняття «автентичність» у психологічний обіг ввів Дж. Б'юдженталь, який вважав це процесом проживання власного життя. У працях К. Г. Юнга

автентичність тісно пов'язана із архетипом Тіні людини, яка уособлює автономну частину особистості, що складається з особистісних і колективних психічних установок, останні не можуть бути прийнятими особистістю через несумісність зі свідомим уявленням про себе, втім задля гармонійного її розвитку тіньові установки мають бути інтегровані у цілісну структуру особистості. К.-Г. Юнг описав архетип «несвідомої самості» як абсолютний початок буття душі. «Крах свідомої установки» (почуття дезорієнтованості в навколишньому просторі) в юнганстві є кризою автентичності.

На думку З. Фрейда, людина стає соціальним суб'єктом шляхом проходження ідентифікації, яка проявляється раннім проявом емоційного зв'язку з іншою особою, наслідування і уподібнення себе батькам. У своїх працях К. Горні базовим поняттям автентичності особистості вважав «справжнє Я», що являє собою, набір притаманних людині якостей, таких як: темперамент, здібності, обдарування, схильності. Е. Осін вважав, автентичність — це щирість, відкритість, чесність людини. Не тільки і не стільки це ставлення до інших людей, скільки по відношенню до себе самої, до того внутрішнього начала.

С. Джозеф у своїй одноіменній книзі «Автентичність. Як бути собою.» стверджує, що автентична особистість повністю відповідає за свої рішення, дії та за їх наслідки. Така людина твердо знає, що ніхто йому не указ. Але, приймаючи на себе відповідальність за особистий вибір, він цікавиться думкою оточуючих, іншими точками зору і постійно пізнає себе, нехай це і викликає з часом розчарування.

Розглядаючи поняття «автентичність особистості», С. Нартова-Бочавер тісно пов'язує його із суверенністю особистісного простору. Здатність людини контролювати, захищати і розвивати свій життєвий простір позначається поняттям «психологічна (особистісна) суверенність», що базується на узагальненому досвіді успішної автономної поведінки, проявляється у переживанні автентичності власного буття (впевненості людини в тому,

що вона поводиться згідно власних бажань і переконань), відчутті своєї доцільності у просторово-часових і ціннісних обставинах свого життя.

**Метою наукової публікації** є провести психолого-теоретичний аналіз поняття кризи автентичності у дорослих осіб.

**Завдання статті:**

- 1) розкрити психологічний зміст поняття «автентичність»,
- 2) запропонувати психодіагностичний інструментарій дослідження кризи автентичності.

**Методи та методики дослідження:** аналіз, порівняння, узагальнення наукової літератури з проблеми.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** На певних етапах життєвого шляху може наступати криза автентичності, яка характеризується певною трансформацією або руйнуванням всіх сфер життєдіяльності людини і, в тому числі її уявлень і про себе та інших людей і ставлення до них.

Криза – це своєрідна реакція особистості на ситуації, що вимагають від неї зміни способу буття – життєвого стилю, способу мислення, ставлення до себе, навколишнього світу і основних екзистенціальних проблем. Л. Виготський вважав, що вікова криза – це умовне найменування перехідних етапів у процесі становлення людини, які перемежують стабільні періоди. Зазвичай, вікові кризи відносять до нормативних, тобто таких, що мають обов'язково відбутися на певному віковому відрізку перебігу життєвого шляху людини.

Розгортання кризи на певних вікових етапах – це показник нормального психічного розвитку (власне, тому такі кризи й отримали назву – нормативні). У результаті проходження кризи має відбутися формування так званих новоутворень, основна роль яких полягає в забезпеченні ефективної адаптації людини до змін соціальної ситуації розвитку.

Р. А. Ахмеров розглядає кризу автентичності як психологічний феномен пов'язаний із трансформацією всіх сфер життєдіяльності людини і, головним чином, її уявлень про себе та інших людей і ставлення до них. Критичний перегляд свого «Я», переоцінка цінностей, це і є – криза середнього віку. Людина проходить через період критичної самооцінки та переоцінки того, що було досягнуто в житті до цього моменту, аналізує спосіб життя: вирішуються проблеми моралі; людина проходить через незадоволеність рівнем кар'єрного зростання, з'являються перші ознаки погіршення здоров'я, втрати краси і фізичної форми, відчуження у сім'ї і у відносинах з дорослими дітьми.

Механізмом кризоутворення є втрата динамізму в розвитку цілісної особистості, в її самореалізації. Поведінковий рівень автентичності визначається й її зв'язком із ідентичністю особистості, зокрема, якщо у модернізмі проблема ідентичності полягала у тому як зберегти її сталою та міцною, у постмодерні вона трансформувалася і зосередилася на тому, як уникнути фіксації ідентичності і зберегти свободу, по суті стати автентичною. Криза автентичності також описується як усвідомлення та / або переживання суб'єктом процесів самотворення і структурування свого буття, які суперечать «Я- концепції», життєвим стратегіям, структурі особистісних смислів і цінностей, неузгодженості з ними, втілення формально заданих соціальних розпоряджень, а не власних виборів і рішень.

Криза автентичності, розглядаючись у якості важливого, складного моменту особистісного буття, однак, не вважається переломним періодом життєвого шляху особистості. Втрата автентичності призводить до втрати щирості, схильності до ігор, відчуженості, розщеплення, втрати цілісності й сенсу існування.

Наш співвітчизник, Л. В. Зливков, виділяє наступні критерії кризи автентичності: самовідчуження (усвідомлення особистістю власної несвободи, залежності від соціальних обмежень, відсутність можливостей для самореалізації), депривованість (переживання фрагментарності

власного життя, що характеризується складнощами пошуку об'єктів, з якими особистість може себе ідентифікувати), низький самоконтроль (часта зміна настрою, залежність поведінки від задоволеності чи незадоволеності ситуативних потреб, небажання брати на себе відповідальність за власні вчинки), залежність від соціального оточення (сугестивність, конформізм, відчуття підпорядкованості іншим) та асоціальні копінг-стратегії (агресивність, уникнення ситуацій спілкування, невпевненість у собі, негативізм по відношенню до оточуючих) (Заливков, В. Л., 2015)

**Висновки.** Отже, на певних етапах життєвого шляху може наступати криза автентичності, яка характеризується певною трансформацією або руйнуванням всіх сфер життєдіяльності людини і, в тому числі її уявлень і про себе та інших людей і ставлення до них. Подолання кризи ідентичності призводить до свободи у прийнятті своїх унікальних особливостей і неповторної стратегії побудови власного життя.

Психодіагностичним інструментарієм для даного феномену можуть бути дані методики: опитувальник «Індекс життєвого стилю» (LSI), шкала автентичності, визначення рівня самоактуалізації особистості (опитувальник САМОАЛ), опитувальник психологічної ресурсності особистості, методика діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонда (Опитувальник ДПА), опитувальник самоставлення В. Століна та С. Пантелеєва (ТСС).

#### **Список використаної літератури:**

1. Зливков, В. Л. (2019). *Психологічні особливості перебігу криз автентичності та ідентичності людини* [українською мовою].
2. Зливков, В. Л. Лукомська, С. О., (2015). *Криза автентичності сучасного фахівця: особливості перебігу та шляхи подолання* [українською мовою].