

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ  
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ»**

**Кафедра психологии  
Институт педагогики и психологии**

**ВТОРОЙ РЕСПУБЛИКАНСКИЙ  
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ НАУЧНЫЙ ФОРУМ  
(с международным участием)**

**ДОКЛАДЫ И ВЫСТУПЛЕНИЯ**

---

**Секция 3. Личность в кризисной ситуации:  
психологическое консультирование и психотерапия**

**Особенности личностной автономии специалиста-психолога в  
условиях кризиса**

**Кубатина Юлия Анатольевна,  
старший преподаватель кафедры психологии,  
ГОУ ВО ЛНР «Луганский государственный педагогический университет»**

Кризис, кризисные состояния, критическая ситуация – эти термины прочно вошли в лексикон человека 21 вв., жизнь которого сопряжена со всеми катаклизмами, переживаемыми современным обществом.

Политическая и социально-экономическая нестабильность ведет к тому, что человечество находится в состоянии постоянной деформации качественной определенности социальных структур, процессов и отношений при малейшем их изменении. Эти деформации основ социальных институтов и отношений обуславливают не только кризисы на государственном уровне, но и способствуют возникновению в личном пространстве человека ситуаций, выходящих за пределы обычного человеческого опыта, иногда являющихся угрозой как для физической, так и для психической жизни человека.

С каких бы позиций не рассматривали термин «кризисная ситуация» (трудная жизненная ситуация, напряженная ситуация, травматическая ситуация и др.), все исследователи сходятся на мысли, что она может нанести личности,

ее переживающей, существенный вред, деструктивно влияя на психоэмоциональное состояние человека.

В поисках путей и способов помощи человеку, находящемуся или побывавшему в кризисной ситуации, многие направления современной науки (от медицины катастроф до психологии и психиатрии) уделяют огромное внимание вопросу о внутренних ресурсах личности, детерминирующих разный уровень степени ее травматизации и глубины последствий переживания кризисов различного генеза.

Особенно значимым он становится в рамках проблемы подготовки специалистов помогающих профессий (к которым относится и профессия психолога), основной профессиональной задачей которых является помощь клиенту пережить кризисное состояние с наименьшими психотравматическими последствиями.

Одним из таких маркеров психологической устойчивости личности специалиста-психолога, ее сопротивляемости деформационному влиянию кризисной ситуации является, по нашему мнению, внутренняя целостность личности, ее самодостаточность, высокий уровень саморегуляции, разумный баланс личной ответственности и понимания объективности внешних обстоятельств, уверенность в себе, понимание своих потребностей и организация своей жизнедеятельности согласно личным правилам, основанным на усвоенных гуманистических принципах работы психолога – т.е. *личностная автономия* человека, предполагающая единство внутренней сущности личности и ее внешних поведенческих составляющих независимо от внешних факторов, воздействующих на человека.

Изначальное осознание своей «автономности» и целостности, ощущение полноты жизни в границах своей личности, построение и удержание, вне зависимости от внешней ситуации, четкой субъективной картины бытия, основанной на гуманистических ценностях и ориентирах (жизнь, семья, близкие люди, творчество), осознание и принятие всех проявлений своей личности и, как следствие, конгруэнтность ее компонентов – все это способствует не только гармоническому существованию человека в

благоприятных условиях, но и помогает адаптироваться, пережить стрессовую ситуацию, определяет его жизнестойкость.

Именно внутренняя гармония, цельность, целостность дают возможность в экстремальных ситуациях максимально сохранять, не смотря ни на какие стрессогенные факторы, приверженность своей жизненной стратегии: те основополагающие жизненные принципы личности, которые для нее выступают ценностными ориентирами, являются внеситуативными личностными детерминантами, посредством которых человек руководит собою, выступая как активная, преобразующая не только условия, но и себя единица.

Т.е. «автономная» личность – это человек, обладающей некой внутренней гибкостью, обеспечивающей возможность на время адаптироваться к жестким требованиям ситуации, при этом сохраняя свои ценностные мировоззренческие установки.

Изучение личностной автономии – проблема достаточно дискуссионная. Не все ученые усматривают в ней отдельный психологический феномен из-за сложности дефинирования термина (т.е. его соотнесения с объектом или признаком).

Опираясь на теорию трех групп базовых понятий системно-философской научной картины мира (Е. Ушакова [4]), мы предлагаем систематизировать категориальный аппарат феномена «личностная автономия» следующим образом:

1) субстанциональная сторона феномена (общие знания, содержательная основа личностной автономии, то, из чего в целом она состоит):

- свобода выбора (Платон, Н. Гротт),
- внутренняя свобода (стоики, И. Кант, К. Юнг, Ф. Ницше, Н. Бердяев, Э. Фромм, В. Франкл),
- индивидуальная воля (Августин Аврелий),
- способность к выбору (при ориентации на внутреннюю поддержку (смысл)) и к самоуправлению (Э. Майкова),

- важная точка развития, главный критерий личности, результат ее смысловой эмансипации (Д. Леонтьев),
- характеристика сформированности личности, позволяющая ей сохранять свою индивидуальность (Г. Олпорт),
- обособленность личности (М. Еникеев),
- положительный результат определенного этапа развития идентичности, антипод зависимости (Э. Эриксон),
- самостоятельность (Е. Сырцова),

2) детерминантная сторона феномена (причинная, т.е. то, что обуславливает развитие автономии):

- самоподкрепление (А. Бандура),
- интернальный локус контроля (Д. Роттер),
- самодетерминация (Н. Бердяев, Э. Фромм, Ж.-П. Сартр, Ю. Самарин, Деси и Р. Райан),

3) процессуальная сторона феномена (динамическая основа автономии):

- разумная саморегуляция (Аристотель),
- самоустремленность (Э. Майкова).

Такая систематизация синонимических категорий, раскрывающих сущностное наполнение феномена личностной автономии, позволяет, по нашему мнению, не просто рассматривать его как комплексное феноменологическое явление, но и вычленить основные стороны его изучения.

На основе анализа вышеуказанных подходов к пониманию феномена и с опорой на результаты исследований О. Дергачевой и Д. Леонтьева ([1]; [2]; [3]) мы составили некое семантическое поле данной лексемы, включив в него широкий круг понятий, которые, по нашему мнению, наиболее полно раскрывают содержание понятия «личностная автономия» (рис.1):

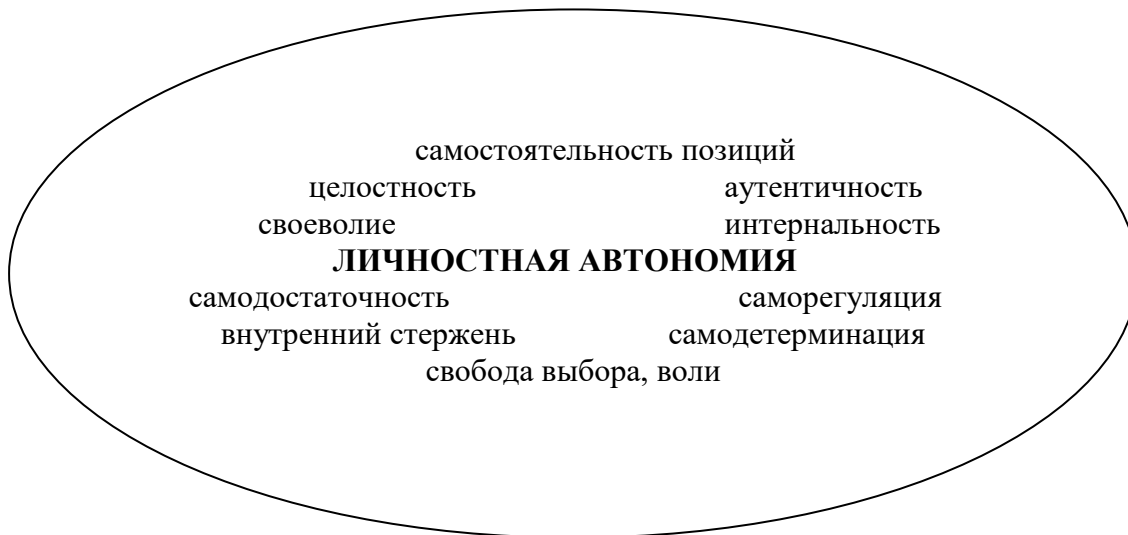


Рис. 1. Семантическое поле лексемы «личностная автономия»

Итак, личностная автономия – это способ индивидуального аутентичного участия в мире, который регулируется субъективной системой ценностей, в итоге направленный на идею утверждения жизни человека; это зрелая форма саморегуляции и показатель уровня личностной зрелости (О. Дергачева [1]).

Естественно, нельзя утверждать, что личностная автономия дает иммунитет человеку к посттравматическим стрессовым расстройствам и к кризисным ситуациям в целом. Однако можно говорить о том, что осознавая все стороны своего Я и пребывая в гармонии с собой и окружающей действительностью, черпая силы в межличностных взаимоотношениях, считая ценность жизни человека основоположным камнем своего мировоззрения, обладая гибкостью мышления с точки зрения умения посмотреть на ситуацию с разных сторон и принять не только самостоятельное решение, но и ответственность за него (т.е. ощущение источника жизнедеятельности в себе, а не вне), психолог (да и любая личность в целом) обеспечивает себе высокий уровень стрессоустойчивости в экстремальных ситуациях, что помогает ему не только поддерживать высокий уровень жизнедеятельности, но и качественно выполнять свои функциональные обязанности, помогая справляться с кризисами и своим клиентам.

#### Литература

1. Дергачева О.Е. Личностная автономия как предмет психологического исследования/ О.Е. Дергачева// дис. канд. психол. наук. – М., 2005. – 162 с.

2. Леонтьев Д.А. От симбиоза и адаптации к автономии и трансценденции / Д.А. Леонтьев// Личность в современном мире: от стратегии выживания к стратегии жизнотворчества / под ред. Е.И. Яцуты. – Кемерово: ИПК «Графика», 2002. – С.3-34.

3. Леонтьев Д.А. Психология свободы: к постановке проблемы самодетерминации личности/ Д.А. Леонтьев // Психологический журнал. – 2000 г.– N 1.

4. Ушакова Е.В. Системная философия и системно-философская научная картины мира на рубеже третьего тысячелетия/ Е.В. Ушакова. – Барнаул: Изд-во Алт. ун-та. 1998. – 250 с.