

МРНТИ: 15.81.70

<https://doi.org/10.51889/2022-1.1728-7847.26>

Г.А.Момбиева¹, Б.Б.Исатаева², Ж.А.Жунисбекова³

¹Абай атындағы Қазақ Ұлттық педагогикалық университеті, аға оқытушы,
Алматы қ., Қазақстан

²Қ.Жұбанов атындағы Ақтөбе өңірлік университеті, аға оқытушы, Ақтөбе қ.,
Қазақстан

³М.Әуезов атындағы Оңтүстік Қазақстан университеті, п.ғ.к., Шымкент қ.,
Қазақстан

АУТЕНТИВТІ МІНЕЗ-ҚҰЛЫҚ ЕРЕКШЕЛІКТЕРІ

Аңдатпа

Бұл мақалада аутентивті мінез-құлыққа сипаттама беріліп, оның ерекшеліктері мен белгілері, адам өміріндегі маңызы туралы айтылады. Аутентивті мінез-құлық жайлы жазылған Карл Роджерстің, Стивен Джозефтің еңбектеріне шолу жасалып, «Мен тұжырымдасы», феноменальды өрістің «Өзін-өзі», «Мені» немесе «Мен» деп аталатын терминдері қарастырылған. Тұлғаны қалыптастырушы факторлары көрсетіліп, «Мен, Әке және Ана», «Мен, Әке, Ана және қоршаған орта», «Мен, балаларым және жарым» идентификацияларына, өзіндік бағалаудың жоғары, адекватты және төмен түрлеріне, психологиялық қорғаныс механизмдеріне талдау жасалынған. Сонымен қатар, тұлғаның «Мен-идеалы» мен «Мен-шынайы келбетінің» сәйкестік дәрежесін анықтау үшін Т.Лири әдістемесі жүргізіліп, өңделген. Жалпы аутентивтілік біздің таңдауымыздың және біз жасайтын барлық нәрселердің негізі болуы керек екендігіне баса назар аударылған.

Түйін сөздер: *тұлға, аутентивті мінез-құлық, аутентивтілік, «Мен тұжырымдамасы», қорғаныс механизмдері, өзін-өзі бағалау*

Г.А.Момбиева¹, Б.Б.Исатаева², Ж.А.Жунисбекова³

¹Казахский Национальный педагогический университет имени Абая,
Алматы, Казахстан

²Актюбинский региональный университет имени К.Жубанова, Актюбе, Казахстан

³Южно-Казахстанский университет имени М.Ауезова, Шымкент, Казахстан

ОСОБЕННОСТИ АУТЕНТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ

Аннотация

В данной статье раскрываются особенности проявления аутентивного поведения, а также описывается их значимость в жизни каждого человека. Рассматриваются научные взгляды о аутентивном поведении в трудах Карла Роджерса, Стивена Джозефа, раскрывается содержание таких терминов, как «Я концепция», феноменальное поле «Самопознание», «Меня» или «Я». Представлены основные факторы формирующие личность, проведен анализ механизмов психологической защиты, а также описываются виды самооценки: высший, адекватный, низкий и идентификаторы «Я, Отец и Мама», «Я, Отец, Мама и окружающая среда», «Я, дети и супруга». Для выявления степени соответствия личности «Я - идеал», «Я - естественный» проведена и обработана методика Т.Лири. В целом в данной статье большое внимание уделяется аутентивности, что есть наш выбор и основа всех основ.

Ключевые слова: *личность, аутентивное поведение, аутентичность, «Я концепция», механизмы защиты, самооценка.*

G. Mombiyeva¹, B. Isataeva², Zh. Zhunisbekova³

¹Abai Kazakh National Pedagogical University, Almaty, Kazakhstan

²K. Zhubanov Aktobe Regional University, Aktobe, Kazakhstan

³M.Aueзов South Kazakhstan University, Shymkent, Kazakhstan

FEATURES AUTENTISERA BEHAVIOR

Abstract

This article reveals the features of the manifestation of autentive behavior, as well as describes their significance in the life of each person. The scientific views on autentive behavior in the works of Karl Rogers, Stephen Joseph are considered, the content of such terms as "I concept", the phenomenal field "Self-knowledge", "Me" or "I" is revealed. The main factors forming the personality are presented, the analysis of the mechanisms of psychological protection is carried out, and the types of self-esteem are described: the highest, adequate, low and the identifiers "I, Father and Mother", "I, Father, Mother and environment", "I, children and spouse". To identify the degree of conformity of the personality "I - ideal", "I - natural", the method of T. Leary was carried out and processed. In General, this article much attention is paid to autenticnosti that is our choice and fundamentals.

Key words: *personality autentisera behavior, authenticity, "I" concept, mechanisms of protection, and self esteem.*

Кіріспе. Адам өмірінің, тағдырының қалыптасуында мінез-құлықтың алатын орны ерекше екендігі белгілі. Өйткені, адамның ойы сөзге айналса, сөзі әдетке айналып, мінезге әсер етеді, ал мінез – біздің тағдырымызды қалыптастырушы факторлардың бірегейі болып табылады. Өйткені, мінез – біздің басқалармен қарым-қатынасымызға, қоғамдағы орнымыз бен рөлімізге әсер етуші ерекше жеке қасиет. Адамның көркем мінезді болуы өзгелерге ғана емес, өзіне де жайлылық сыйлап, көңілін хош етеді, өмірінің маңыздылығын арттырады. Сондықтан біздің зерттеуіміз аутентивтілік мінез-құлыққа арналады.

Аутентивтілік – қағидалардың, қасиеттердің, көзқарастардың, сезімдердің, ниеттердің дұрыстығын, сонымен қатар шынайылықты, адалдықты білдіреді. Аутентивтілік біздің денемізде не болып жатқанын түсінуді, сезімдер мен ойларға ғана емес, сонымен қатар ішіңіздегі барлық нәрселерге мұқият болуды талап етеді. Көптеген ғасырлар бойы философтар мен ғалымдар "өзіңмен болу" деген не және өзіне деген адалдықты қалай сақтау керектігі туралы пікір таластырды [1].

Гуманистік психологияның өкілі Карл Роджерстің пікірінше, аутентивтілік – бұл өз өмірінің жаратушысы болу қабілеті, күрделі құбылыс, ол өз қажеттіліктерін қанағаттандыруға деген ұмтылысты, сонымен бірге басқалардың қажеттіліктеріне жауап бере отырып, басқалармен үйлесімді қарым-қатынас жасай білуді білдіреді. Осылайша, аутентивтілік өзін-өзі түсінуді, эмоционалдық жағдайды дұрыс анықтау қабілетін және басқалармен қарым-қатынас кезінде оны ашық білдіру мүмкіндігін білдіреді.

Осы жерде Карл Роджерстің «Мен-концепциясы» жайлы айтып өткеніміз жөн. Негізгі құрылымдық ұғымымен роджерияндық тұлға теориясы ұғымы болып табылады. Бейнелер мен мағыналардың жалпы жүйесі жеке адамның феноменальды өрісін құрайды. Феноменальды өрістің адам "өзін-өзі" (өзін-өзі), "мені" (соларды) немесе "Мен" (I) деп атайтын бөліктері өзін-өзі (өзін-өзі) немесе мен-тұжырымдаманы (өзін-өзі түсіну) құрайды, Роджерс бұл екі терминді синоним ретінде қолданады. Мен тұжырымдамасы ұйымдасқан және келісілген қабылдау үлгісін білдіреді. Мен тұжырымдамасы өзгерсе де, ол әрқашан құрылымдық, тұтастық, ұйымшылдық сапасын сақтайды. Дені сау адам өзін-өзі және тәжірибе арасындағы үйлесімділікпен, тәжірибеге ашықтықпен және қорғаныс

реакцияларының болмауымен сипатталады. Психологиялық тұрғыдан нашар бейімделген адам маңызды сенсорлық және эмоционалды тәжірибені санаға жіберуден бас тартады. Бұл жағдай субъективті тәжірибесі бар өзіндік концедиясының алшақтығы деп аталды. Нәтижесінде біз субъективті тәжірибенің әсерінен қорғайтын, өзіндік тұтастыққа қауіп төндіретін және адамның позитивті өзін-өзі бағалау қажеттілігін бұзатын өзіндік концедиясының қатаң сақталуына қол жеткіземіз. К.Роджерстің пайымдауынша, адам үшін ең бастысы – мақсаты мен мағынасы бар үйлесімді өмір сүру және оның әр сәтінде өзін-өзі тану және өз-өзіне адал болу.

Психотерапевт К.Роджерс көмекке мұқтаж адамдар көбінесе аутентивтіліктің жетіспеушілігімен ерекшеленеді деп сенді. Оның пікірінше, эмоционалды депрессия – бұл адам ішіндегі үйлесімділіктің бұзылуының симптомы, көмекке шақыру, шынайы болу керек екендігінің дәлелі. Өз пациенттеріне көмектесу үшін К.Роджерс психотерапияның жаңа әдісін – клиенттерге бағытталған терапия деп атады. Бұл әдіс жеке тұлғаны қабылдау идеясына негізделген [2].

Психология университетінде сабақ беретін сонымен қатар, қазіргі таңда аутентивтілік мәселесімен айналысып жүрген Стивен Джозеф Карл Роджерс идеяларымен танысты. Өкінішке орай, 1987 жылы ғалым қайтыс болғаннан кейін оның терең және егжей-тегжейлі теориялары ұмытыла бастады. Бұрын психологтардың көпшілігі адам өмірінің "мұңды жағы" – депрессия, мазасыздық және адамдарға қысым жасайтын барлық нәрселерге қызығушылық танытты. Көптеген ғалымдар үшін жақсы психологиялық әл-ауқат депрессиямен, обсессивті күйлермен және басқа патологиялармен байланысты ауытқулардың болмауымен анықталды. Тек кейбіреулер сызықты кесіп өтіп, бақыт пен қанағаттану жағдайын талдауға шешім қабылдады, сол кезде Стивен Джозеф Карл Роджерстің идеяларына қызығушылық таныта бастады, сөйтіп Стивен Джозефте жаңа талантты студент Алекс Линли пайда болды.

Стивен Джозефтің бағыттауымен Алекс Линли диссертацияны қорғауға дайындалды. Алекс позитивті психологияға өте қызығушылық танытты, ол сол кезде ғана пайда болды және ғалымдарды қызықтыра бастады. Ол аутентивтілік теорияның әлеуеті зор деп санайды. Біз аутентивтілік дәрежесін өлшеу мүмкін еместігін және оның бақытты және мағыналы өмір жолы екенін білгілері келді. Стивен Джозев пен студенті Алекс Линли көзқарастары бойынша маңызды мәселелердің тізімін жасады. Содан кейін олар басқа студенттермен және әріптестерімен - Алекс Вудпен, Джон Малтбимен және Майкл Балиоусиспен бірлесе отырып, Карл Роджерстің аутентивтілік теориясына негізделген алғашқы психометриялық тестті жасады. Аутентивтілік бақыт әкеледі ме деп сұрағанда, олар бақытты адам мен бақытсыз адам арасындағы басты айырмашылық дәл осы екенін білді. Бүгінгі таңда әлемдегі көптеген ғалымдар қолданатын аутентивтілік шкаласы бізге аутентивтілікті ғылыми тұрғыдан зерттеуге жол ашуға көмектесті және шынайы өмір бақытына жетудің ең қысқа жолы екенін дәлелдеді.

Алайда Стивен Джозеф зертхананың стерильді әлемінде ғана емес, аутентивтіліктің маңыздылығын түсінді. Сол кезде Стивен Джозеф жаңа лауазымға кірді - жарақат, қалпына келтіру және жеке өсу орталығын бірлесіп басқарды, онда әріптесі Стив Регель екеуі психологиялық жарақат алғандармен болған таңғажайып өзгерістерді зерттеді. Олардың пациенттерінің көпшілігі жарақаттан кейінгі стресстен зардап шекті, бірақ қызықты, көптеген адамдар өліммен бетпе-бет келу оларда жаңа мүмкіндіктер тудырып, өздеріне жаңа күш табуға көмектескені туралы айтты [3]. Қазіргі позитивті психологтар мұндай өзгерістерді жарақаттан кейінгі өсу деп атайды.

Мақаланың негізгі материалы. Аутентивті мінез-құлыққа ұмтылу біздің өмірімізді ауырсыну, қорқыныш, қайғыдан айырмайды, бірақ бізге мақсат беріп, мағыналы өмір сүруге мүмкіндік береді, әсіресе егер сізге азап шегуге тура келсе. Травматикалық тәжірибе бізге өмірдің қысқа және құнды екенін үйретеді, сондықтан біз шынымен маңызды нәрсені бірінші орынға қоюымыз керек. Егер бізде сәттілік болса, біз өмір бойы

жарақатсыз өмір сүреміз, бірақ көбінесе, қиындықтардың болмауы бізді соқыр өмірге баратын және әлі де оянбайтын, шын мәнінде не маңызды екенін есіне алмайтын ұйқыдағыларға айналдырады.

Аутентивтілік әрқашан және барлық жерде өзіне деген сенімділікті білдіреді. Біздің өмір жолымыз күнделікті шешімдерге тікелей байланысты. Кейде өткен туралы ойлана отырып, біздің өміріміз әдетте белгілі бір оқиғаны күрт өзгертетінін байқаймыз, көбінесе ұсақ-түйектер тағдырға айналады: кездейсоқ кездесу немесе фраза (айтылған немесе, керісінше, айтылмаған), жасына қарай адам ақыл тоқтатып, өмірдің шынымен солай екенін көре бастайды. Өмірде дұрыс жолмен жүру және әрқашан өзіңіз үшін ең жақсы шешім қабылдау үшін Сіз өзіңізге адал болуыңыз керек, сондай-ақ түйсігі дауысын тыңдамауға мәжбүр ететін сыртқы күштерге қарсы тұруыңыз керек.

Аутентивтілік біздің таңдауымыздың және біз жасайтын барлық нәрселердің негізі болуы керек. Психологиялық ыңғайсыздықты жою үшін біздің ішімізде болып жатқан және Біз білдіретін нәрселер арасында үйлесімділік қажет. Мінсіз өмірде біздің барлық сөздеріміз бен істеріміз біздің сезіміміз бен ойларымызға сәйкес келуі керек.

Мінез-құлықты қалыптастыратын факторларға: тәжірбие, білім темперамент жатады. Тәжірбие тұлғаның онтогенездік дамуы кезіндегі процесстермен тығыз байланысты. Онтогенез процесі екіге бөлінеді: 1) пренатальды; 2) постнатальды. Тәжірбиенің қалыптасуы құрсақшілік кезеңнен басталады. Құрсақшілік бала дамуының үшінші айында балада жан пайда болады. Бұл баланың өзіндік «Менінің» қалыптасуының алғашқы кезеңі. Екінші кезең – балалық шақ кезеңі. Бұл кезеңде балада «Мен, Әке және Ана» идентификация процесі жүзеге асады. Метафоралық тілмен айтатын болсақ, бала жартылай әкесінен және жартылай анасынан тұрады. Сондықтан да, баланың көзінше әкесі анасын жамандаса немесе керісінше болтын болса, ол баланы жамандағанмен тең болады. Бұл баланың өзі жайлы пікірінің қалыптасуына тікелей әсер етіп қана қана қоймай, балада өмірге деген психологиялық орнатулар қалыптасып, олар бейсанада сақталады. Ал адам 95% өмірін бейсанамен (ұзақ мерзімді ес, эмоция, сезімдер, әдеттер) өмір сүреді. Үшінші кезең бала дамуының жасөспірімдік кезеңімен сәйкес келеді. Бұл кезеңде балада «Мен, Әке, Ана және қоршаған орта» идентификация процесі жүзеге асады. Бала отбасындағы іс-әрекеттерді қоршаған ортамен салыстыра бастайды. Төртінші кезең тұлға дамуының ересек кезеңімен сәйкес келеді, яғни «Мен, балаларым және жарым». Отбасында күнделікті отбасышылдық конфликттерді көріп өскен бала, міндетті түрде сол құбылысты өзінің құрған отбасына проекциялайды. Осы кезеңде адамда әлемді қабылдаудың өзіндік моделі қалыптасып қана қоймай, өзіндік бағалуы да тұрақтанады. Өзін-өзі бағалау – бұл адамның өзін, мүмкіндіктерін, қасиеттерін және басқа адамдар арасындағы орнын бағалау. Өзіндік бағалаудың үш түрі болады: төмен өзіндік бағалау, адекватты өзіндік бағалау, жоғары өзіндік бағалау.

Төменгі өзіндік бағалауға ие тұлға қоршаған ортаға «Мен ақымақпын, сен де ақымақсың» деген көзқараспен қарайды. Сонымен қатар, төмен өзіндік бағалауға ие адамдардың құлшыныстары да төмен болады. Жоғары өзіндік бағалауға ие адамдар өзгелерге қысым көрсетеді, сонымен қатар өзгелердің кемшілігіне шоғырланған. Адекватты өзіндік бағалауға ие адамдар қоршаған ортаға «Мен жақсымын, сен де жақсысың» деген көзқараспен қарайды. Жоғары және төменгі бағалауға ие адамдар психологиялық қорғаныс механизмдерін белсенді пайдалануға бейім, себебі психологтар анықтағандай, психологиялық қорғаныс механизмі адамда бала кезден қалыптасады:

1. Терістеу – шындықтан бас тарту, өзін-өзі қорғаудың экстремалды түрі. Терістеу ең алғашқы қорғаныс механизмдерінің бірі болып саналады, өйткені бұл балалық шаққа тән, мысалы, бала көзді жұмған кезде, ол көрінбейтін (невидимка) болады деп ойлау. Қысқа мерзімді перспективада бұл механизм пайдаланы, бірақ ұзақ мерзімді пайдалану арқылы ол эмоционалды мәселелерді шешуге кедергі келтіреді, бұл кезде өте қауіпті.

2. Ыдырау – бұл балалық шақта пайда болатын тағы бір механизм. Өмірдің қиындықтарын білудің және қабылдаудың орнына, балалар оқиғаларды қара және ақ түсте көреді, тек жаман мен жақсылықты, дұрыс пен бұрысты ажыратады, сондықтан олардың әлемді қабылдауы жеңілдейді.

3. Басудың мәні – біз санамызға қауіпті, рұқсат етілмеген ойлардың, сезімдер мен импульстардың енуіне жол бермейміз. Есте ұстаған дәл басу шынайы жағдайды басқалардан емес, тек өзімізден жасырады. Фрейдтің пікірінше, психосоматикалық бұзылулар немесе кез-келген басқа психологиялық проблемалар дәл басу механизмінен пайда болады.

4. Проекция – бұл өзімізде бар, бірақ біз мойындаудан бас тартатын сезімдерді, ойлар мен ұмтылыстарды басқа адамдарға жатқызу, яғни шындықтан қажу болып табылады.

5. Рационализация – бұл тағы бір жетілмеген қорғаныс механизмі: біз оқиғаларды басқалардың көзіне түспеу үшін түсіндіреміз.

6. Алайда пайдалы қорғаныс механизмдері де бар екендігін ұмытпауымыз керек.

7. Интеллектуализация – бұл қажетсіз импульстарды жоюға, қолайсыз жағдайларды іздеуге немесе қолайсыз әрекеттерді жасамауға мүмкіндік беретін зияткерлік жұмыс арқылы эмоцияларды басу.

8. Әзіл – бұл жетілген деп атауға болатын қорғаныс түрлерінің бірі. Бұл әртүрлі теріс импульстар мен эмоцияларды әзілге айналдыру [4].

Адекватты өзін өзі бағалауға ие адамдар аутентивтіліктің тікелей мысалы бола алады. Аутентивтілік адамның тек өзін бағалау сферасында ғана көрініс таппайды, сонымен қатар басқа да өмірлік сфераларда аутентивтіліктің мына формуласы маңызға ие: өзіңізді білу + өзіңіз үшін жауап беру + өзіңізгеөзіңіз адал болу [5].

Біздің зерттеуімізде тұлғаның «Мен-идеалы» мен «Мен-шынайы келбетінің» сәйкестік дәрежесін анықтау үшін Т.Лири әдістемесі жүргізілді. Бұл әдісті Т.Лири (1954) жасаған, әдістеме субъектінің өзі туралы және идеалды "Мен" туралы идеяларын зерттеуге, сондай-ақ шағын топтардағы қатынастарды зерттеуге арналған. Оның көмегімен өзін-өзі бағалау және өзара бағалаудағы адамдарға деген қарым-қатынастың басым түрі анықталады. Бұл жағдайда екі фактор ерекшеленеді: "үстемдік-бағыну" және "достық-агрессивтілік (дұшпандық)". Дәл осы факторлар адамның тұлғааралық қабылдау процестеріндегі жалпы әсерін анықтайды. Тиісті көрсеткіштерге байланысты бірқатар бағдарлар бөлінеді, яғни басқаларға қарым-қатынас түрлері. Типтің ауырлығы туралы, мінез-құлықтың бейімделу дәрежесі туралы-мақсаттар мен қызмет барысында қол жеткізілген нәтижелер арасындағы сәйкестік (сәйкессіздік) дәрежесі туралы тұжырымдар жасалады. Мінез-құлықтың бейімделмеуінің өте үлкен көрсеткіші (нәтижелерді қызыл түспен көрсеткенде) невротикалық ауытқуларды, шешім қабылдау саласындағы дисгармонияларды көрсетуі немесе кез-келген төтенше жағдайлардың нәтижесі болуы мүмкін.

Негізгі элеуметтік бағдарларды ұсыну үшін Т.Лири секторларға бөлінген шеңбер түрінде шартты диаграмма жасады. Бұл шеңберде көлденең және тік осьтер төрт бағытты көрсетеді: үстемдік-бағыну, Достық-дұшпандық. Өз кезегінде, бұл секторлар сегізге бөлінеді – сәйкесінше жеке қатынастарға. Неғұрлым нәзік сипаттама үшін шеңбер 16 секторға бөлінеді, бірақ көбінесе екі негізгі оське қатысты бағытталған октанттар қолданылады. Т.Лири схемасы тақырыптың нәтижелері шеңбердің ортасына неғұрлым жақын болса, осы екі айнымалының өзара байланысы соғұрлым күшті болады деген болжамға негізделген. Әр бағыттағы нүктелердің қосындысы индекске аударылады, онда тік (үстемдік-бағыну) және көлденең (Достық-дұшпандық) осьтер басым болады. Шеңбердің ортасынан алынған көрсеткіштердің қашықтығы тұлғааралық мінез-құлықтың бейімделуін немесе экстремалдылығын көрсетеді [6].

Деректерді өңдеудің бірінші кезеңінде сауалнаманың кілтін қолдана отырып, әр октан бойынша ұпайлар есептелді. Екінші кезеңде алынған ұпайлар диаграммаға ауыстырылды, ал шеңбердің ортасынан қашықтық осы октан бойынша ұпай санына сәйкес келеді (минималды мән - 0, максимум - 16). Мұндай векторлардың ұштары біріктіріліп, белгілі бір адамның жеке басы туралы идеяны көрсететін профиль құрайды. Анықталған кеңістік көлеңкеленген. Әр көрініс үшін жеке диаграмма жасалды, ол әр октанта белгілерінің ауырлығымен сипатталады.

Үшінші кезеңде формулаларды қолдана отырып, көрсеткіштер "үстемдік" және "Достық" екі негізгі параметр бойынша анықталды:

$$\text{Үстемдік} = (I-V) + 0,7 \times (VIII + II-IV-VI)$$

$$\text{Достық} = (VII-III) + 0,7 \times (VIII - II - IV + VI)$$

Осылайша, 16 тұлғааралық айнымалыдағы ұпайлар жүйесі көрсетілген параметрлер бойынша Субъектінің көрінісін сипаттайтын екі сандық индекске айналады. Нәтижесінде жеке профильге талдау жасалды, яғни басқаларға деген қарым-қатынас түрлері анықталды.

Нәтижені есептеу әрбір бағаланатын тұлға үшін жеке жүргізілді. Белгілі бір адаммен қарым-қатынастың бұзылуының көрсеткіші – бұл адамның ол туралы идеялары мен оның қарым-қатынас серіктесі ретінде қалаған бейнесі арасындағы айырмашылық.

"Үстемдік" формуласы бойынша алынған нәтиженің жанама мағынасы адамның қарым-қатынаста көшбасшылыққа, үстемдікке деген айқын ұмтылысын көрсетеді. Теріс мән бағыну тенденциясын, жауапкершіліктен бас тартуды және көшбасшылық позицияны айқындайды.

"Достық" формуласы бойынша оң нәтиже адамның басқалармен достық қарым-қатынас пен ынтымақтастық орнатуға деген ұмтылысының көрсеткіші болып табылады. Теріс нәтиже ынтымақтастыққа және сәтті бірлескен қызметке кедергі келтіретін агрессивті бәсекелестік позицияның көрінісін көрсетеді. Сандық нәтижелер - бұл сипаттамалардың ауырлық дәрежесінің көрсеткіштері. Профильдегі ең көлеңкеленген октанттар белгілі бір адамның тұлғааралық қатынастарының басым стиліне сәйкес келеді. 8 баллдан аспайтын сипаттамалар үйлесімді тұлғаларға тән. 8 баллдан асатын көрсеткіштер осы октант анықтаған қасиеттердің екпінін көрсетеді. 14-16 деңгейге жететін балдар әлеуметтік бейімделудің қиындықтарын көрсетеді. Барлық октанттар бойынша төмен көрсеткіштер (0-3 балл) сыналушының құпиялылығы мен жасырынбауының нәтижесі болуы мүмкін. Егер психограммада 4-тен жоғары көлеңкеленген октанттар болмаса, онда деректер олардың сенімділігі жағынан күмән тудырады: диагностикалық жағдай ашықтыққа сәйкес келмейді. Тұлғааралық қатынастардың алғашқы төрт түрі (1-4 октанттар) көшбасшылық пен үстемдікке, тәуелсіз пікірге, жанжалда өз көзқарасын қорғауға дайын болуымен сипатталады. Қалған төрт октант (5-8) – конформды көзқарастардың басым болуын, өз-өзіне күмәндануды, басқалардың пікіріне икемділікті, ымыраға келу үрдісін көрсетеді. Тұтастай алғанда, деректерді түсіндіру кейбір көрсеткіштердің басқаларына қарағанда басым болуы және аз дәрежеде абсолютті шамаларға бағытталуы керек. Әдетте, "Мен" өзекті және Идеал арасында айтарлықтай айырмашылықтар болмайды. Орташа алшақтықты өзін-өзі жетілдірудің қажетті шарты ретінде қарастыруға болады. Өзіне қанағаттанбау, көбінесе, өзін-өзі бағалауы төмен адамдарда (5,6,7 октант), сондай-ақ ұзаққа созылған қақтығыс жағдайындағы (4 октант) адамдарда байқалады. Бір уақытта 1 және 5 октанттың басым болуы ауыр мақтаныш, авторитаризм проблемасымен ауыратын адамдарға тән, 4 және 8 – топ пен дұшпандықты мойындауға деген ұмтылыс арасындағы қақтығыс, яғни басылған дұшпандық мәселесі, 3 және 7 – өзін – өзі растау және қосылу мотивтерінің күресі, 2 және 6-тәуелсіздік мәселесі-ішкі наразылыққа қайшы келуге мәжбүр ететін күрделі қызметтік немесе басқа жағдайда туындайтын бағыну. Доминантты, агрессивті және тәуелсіз мінез-құлық белгілері бар адамдар өздерінің мінез-құлқына және тұлғааралық қатынастарына

наразылықты аз көрсетеді, алайда олар қоршаған ортамен тұлғааралық қарым-қатынас стилін жақсарту тенденциясын анықтай алады. Сонымен қатар, осы немесе басқа октант көрсеткіштерінің жоғарылауы адамның өзін-өзі жетілдіру мақсатында өздігінен қозғалатын бағытын, бар проблемаларды түсіну дәрежесін және жеке тұлға ішіндегі ресурстардың болуын анықтайды.

Қорытынды. Қорыта келе, аутентивті мінез-құлықты адамдарға мынадай сипаттамалар тән:

- өзін және басқаларды шынайы қабылдай алуы;
- көпшіліктің пікірімен сәйкес келмесе де өз пікірі мен эмоциясын ашық көрсете алуы;

- өмірлік қағидасына қарсы келетін мәлімдемелер мен әрекеттерінің болмауы;
- өзін-өзі қамтамасыз ету, жалғыздықтан қорықпау;
- өсек пен негізсіз айыптауларға немқұрайдылық таныту;
- басқалардың қылықтарын айыптап, кінәламау, т.б.

Ал аутентивті мінез-құлықты тұлға өзіне 3 сұрақ қою арқылы тексере алады:

1. Сіз өзіңіз, ешкімге тәуелді болмай шешім қабылдай аласыз ба?
2. Өзіңіздің көзқарасыңызды, пікіріңізді еркін қабылдай аласыз ба?
3. Күнделікті өмірде өзіңіздің ішкі қалауларыңызға адал бола аласыз ба?

Балада аутентивті мінез-құлықты қалыптастыру үшін:

- қызығушылық таныту;
- балаға өз жолын таңдауына мүмкіндік беру;
- басқа ата-аналармен жарыспау;
- баланың темпераментіне сай тәрбие стилін қолдану.

Сонымен, аутентивтілік – бұл басқа адаммен тең қарым-қатынаста болу мүмкіндігі және сонымен бірге балалық шақта бұл қалыпты жағдай деп шабыттандырса да, күш тепе-теңдігін бұзуға тырыспайды. Оның орнына ашықтық, адалдық пен шынайылық таныту, сондай-ақ қол жеткізілген эмоционалды және физикалық жақындықты бағалау қажет. Сонда барлық адамдар өздерін адекватты қабылдай алады және өз өмірлерін қалыпты арнаға бұру мүмкіндігі артады.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі:

References

1. Wood, A. M., Linley, P. A., Maltby, J., Baliouis, M., & Joseph, S. (2008). *The authentic personality: A theoretical and empirical conceptualization and the development of the Authenticity Scale*. *Journal of Counseling Psychology*, 55(3), 385–399. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.55.3.385>
2. Rogers K. *Client-centered / person-centered approach in psychotherapy* / Per. from English: A. B. Orlov, E. V. Matyukhina, A. Yu. Sheveleva // *Questions of Psychology*. 2001. No. 2. S. 48-58.
3. *Authenticity: How to be yourself* / Steven Joseph; Per. from English. -2nd ed. – M.: Alpina Publisher, 2018.-256p
4. L. Pervin, O. John *Psychology of personality: Theory and research* / Per, from English. M. S. Zhamkochyan, ed. V. S. Maguna - M.: Aspect Press, 2001. - 607 p.
5. <https://www.psychologos.ru/articles/view/test-mezhlichnostnyh-otnosheniy> – liri
6. Leary T. *Interpersonal Diagnosis of Personality: A Functional Theory and Methodology for Personality Evaluation* / Timothy Leary. — Resource Publications, 2004. — Previously published by John Wiley & Sons, 1957. — [ISBN 1-59244-776-7](https://doi.org/10.1002/9781118134776).