

АВТОНОМНОСТ И ИНТЕГРАЦИЯ НА ЛИЧНОСТТА

Красимира Христова Минева
Бургаски свободен университет

AUTONOMY AND PERSONALITY INTEGRATION

Krasimira Hristova Mineva
Burgas Free University

***Abstract:** The paper presents a literature review of basic concepts and theories, defining what is autonomy, what kinds of autonomy can be differentiated, how autonomy is associated with the integration of personality, how processes of socialization of autonomy occur in time and depending on the socio-cultural context.*

***Key words:** autonomy, self-concept, personality integration*

Понятието автономност и до днес няма единна дефиниция. То продължава да предизвиква изследователски интерес в области като детска психология и психология на развитието, психопатология, психотерапия и консултиране, психология на личността, социална психология и пр. Огромно е значението на знанието относно подобряването на автономното функциониране на индивидите във връзка със здравословното психично функциониране, социалната адаптация, субективното усещане за благополучие, самоопределението, изграждането и поддържането на собствена идентичност, развитието на междуличностните отношения и много други значими теми и проблемни области в психологическата наука. Безспорно е участието на процесите на автономизация в постигането на психосоциална зрялост.

Дефиниции на автономност

Отделните опити за систематизиране на основните съдържателни елементи в дефинициите на понятието могат да бъдат обобщени по следния начин:

- автономността като индивидуално качество на индивида;
- автономността като характеристика на взаимоотношенията на юношите с другите хора;
- дефиниции, които поставят ударението върху свободата от ограниченията на детската зависимост от значимите други;
- фокус върху свободата да правиш избори, да преследваш цели;
- способност за поддържане на връзки със социалните партньори;
- нарастваща саморегулация;
- автономността като независимост от външни влияния; дефиниция, която предполага функциониране по един самодостатъчен начин;
- автономност като самоуправление (self-rule), което не изключва външното, социално влияние, а предполага приемане на външните влияния като информация;
- автономността като следствие от развитието на компетентността и автентичността на индивидите [2, 16].

Към вече описаните основни компоненти на дефинициите могат да бъдат добавени дефиниции, които ще бъдат представени подробно, чрез понятието за активен агент или човешка агенция; определения, в които акцентът е върху развитието на Аза по посока диференциация и интеграция; дефиниции, в които фокусът е върху цялостността и вътрешната непротиворечивост на личността, т.е. липсата на интрапсихични конфликти между нагласите и други психични елементи; определение, което е свързано с философското понятие за свободна воля; и дефинициите, свързани с мотивацията, които определят автономността като базисна потребност.

Фигура 1 графично представя идеите и понятията, чрез които се достига до определение за автономност.

Автономност и самоуправление

Уигинс (Wiggins) разглежда автономността във връзка със самоуправлението (self-governance) като континуум между пасивността и индивида като активен агент, от една страна, а от друга в континуума между отделянето и принадлежността към общност. Той дефинира автономността чрез отделни аспекти на активния агент, а именно: себепротективност, себепостояване, разширяване на Аза и желание за овладяване на средата. Самоуправляващата се личност действа от позицията на активен агент, който е управляван не от външни, а от вътрешни сили. Според дефиницията за агенция, дадена от Вапан, всеки индивид, който изпитва вътрешен подтик да овладее собствената си среда, да бъде независим от нея и да се отдели от другите, действа като активен агент [7].

Автономността като отделяне

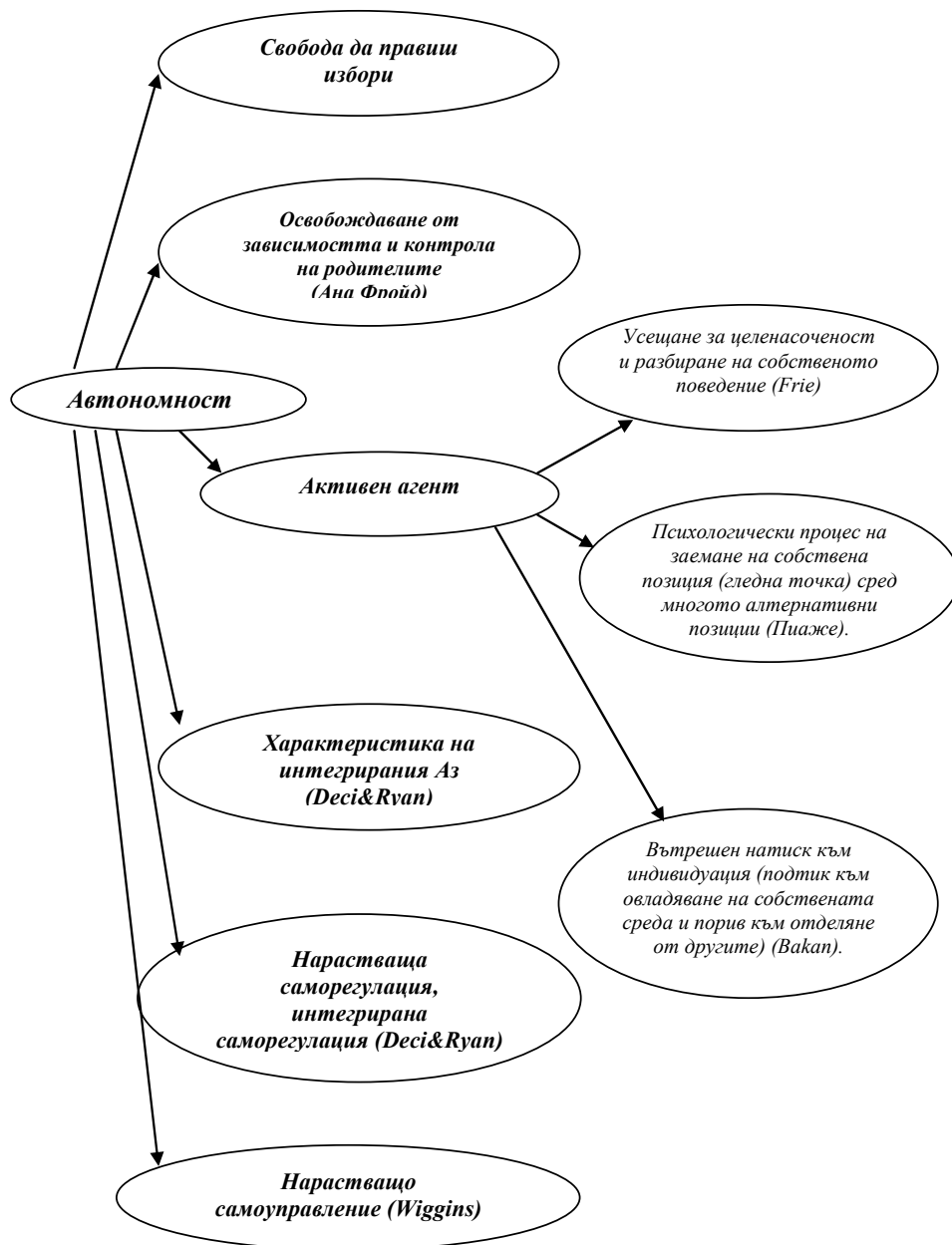
Теорията на Х. Мъри (Murray) за развитието на личността описва 20 психогенни потребности, които оказват влияние върху човешкото поведение. Автономността е една от тях. Колкото по-силна е *потребността от автономност*, толкова по-силна ще бъде склонността на индивидите да правят нещата по свой собствен начин, да избягват външната принуда и да се опитват да преодоляват ограниченията [7].

Равнища на автономност

В литературата са описани три измерения на автономността. *Поведенческа автономност* е активното и независимо функциониране, което включва самоуправление, поведенческа саморегулация и реализация на собствените решения; практикуване на вътрешно мотивирано поведение; способност за вземане на самостоятелни решения; самоувереност, изразена чрез поведението.

Когнитивна автономност е усещането за увереност в себе си, чувството за контрол върху собствения живот; усещането, че си способен да вземеш решение, което няма да получи социално приемане и одобрение; тя е свързана със социално-когнитивното развитие, с възможността за приемане на различни гледни точки и достигане до изводи и заключения, свързани със социалната среда; дефинирана е и като способност за самостоятелно мислене и достигане на изводи при отчитане на наличието на други, различни гледни точки, както и толерантност към различието.

Емоционална автономност: това е усещането за отделеност от родителите, развитие на по-зряла представа за тях и преработване на отношенията на зависимост от родителите в зрели взаимоотношения, способност за изграждане на емоционално близки отношения и привързаност без емоционална зависимост [2, 6].



Фиг. 1. Основни елементи на дефинициите на понятието „автономност“

Съществува отрицателна значима линейна зависимост между емоционалната автономност (дефинирана като отделяне от родителите и редуциране на зависимостта от тях) семейната кохезия и удовлетвореността от живота, която става все по-силна при преминаването от юношеството към зрелостта [12]. Поведенческата автономност е ретроспективно измервана чрез ранното, навреме и късно мани-

фестиране на автономност при млади хора на възраст между 19 и 37 години. Участниците, докладвали ранна автономност, демонстрират по-ниска приспособеност в младостта и средната зрялост. Групата с най-късно демонстриране на автономност е със смесен модел на приспособяване: в младежките години са изпитвали по-слабо позитивни чувства, значимостта на връстниците също е била по-ниска и по-малко склонни са били да имат партньор, докато в годините на зрялост те показват по-добра приспособимост [13].

Теорията на Бек за автономност/социотропия като личностни ориентации

Когнитивната теория на Бек за депресията въвежда понятията *социотропия* и *автономност* като ориентации на личността. Всяка една ориентация се състои от клъстер от Аз-схеми, които определят стиловете на междуличностни интеракции. Схемите на автономната личност отразяват независимост, контрол и постижения, както и повишената сензитивност към загубата на им. Индивидите с високи нива на автономност влагат своите лични усилия в постигането и развитието на свобода, мобилност и индивидуалност [7, 11].

Схемите на социотропната личност отразяват приемането на личността и интерперсоналното одобрение, както и повишената чувствителност към неодобрение и неприемането от страна на значимите личности и социалното обкръжение. Съответно всяка една ориентация на личността е свързана с конкретен стил на междуличностно общуване. Автономната личност, според теорията на Бек, изгражда отношения, в които дистанцията е по-голяма, по-ниско е нивото на емоционална привързаност и е по-голяма удовлетвореността от отношения, които имат повърхностен и неангажиращ характер. Социотропната личност е насочена към създаването на взаимоотношения, които се отличават с близост и доверие. Този тип свързаност с другите трябва да осигури подкрепа и одобрение. Според Бек автономността като личностна ориентация е фактор на уязвимост към депресивни разстройства и състояния [11].

Установени са полови различия по отношение на автономността и социотропията като черти на личността по отношение на уязвимостта към депресия. При жените е налице по-силна връзка между автономност и психопатология. Със социотропията са свързани позитивни и негативни личностни черти, докато с автономността са свързани само негативни черти на личността. Социотропията е в положителна корелация с невротизъм при депресивно болните и от двата пола [10].

Епигенетичната теорията на Ерик Ериксън

В теория на Ериксън през втория стадий на ранното детство възниква и се развива *автономната воля*. Според Ериксън целият стадий е белязан от борбата за автономност. Онтогенетичният източник на свободната воля е развитият капацитет за самоконтрол и чувството за самоуважение. Чувството за външен контрол и загубата на самоконтрол са източници у детето на негативни преживявания: срам и съмнение [1].

Организмично-зрелостни гледни точки към автономността

Психоаналитичната перспектива

Ана Фройд обяснява възникването на автономността като следствие от естествения стремеж на организма под въздействие на несъзнаваните влечения да намали родителския контрол и свързаността с родителите. Състояние на конфликт между

родители и деца в юношеска възраст е нормативно зададено. В резултат на конфликта намалява влиянието и контрола на родителите върху юношите и връзките между тях се разпадат [2].

Теории за автономността, свързани с интеграцията на личността

Перспектива към автономността с акцент върху организмичните процеси

Съществуват пет парадигми или хипотези за света и за природата на нещата в него: формизъм, механицизъм, органицизъм, контекстуализъм и селективизъм. Третата парадигма, **Органицизъм**, е този вид мислене, което търси множество причини, стоящи зад един ефект, зад едно следствие. Това е интегративно и холистично мислене [5]. Основна метафора на Органицизма е **органичното развитие**, критерий за истина е **съгласуваността** (coherence). Органицизмът изследва света и природата на нещата по аналогия с развитието на органичните системи, които преминават през различни стадии на промяна и растеж. Всеки феномен в живота и всяко събитие е подложено на познавателен анализ като част от някаква система, т.е събитията в света са свързани. Цялото (системата) не е просто сбор от своите части, а нещо повече от съставните си елементи и подсистеми. Значението на елементите може да бъде различно в зависимост от мястото и функциите им в системата – те не могат да бъдат изучавани абстрактно, извън системата, а знанието за тях не е абсолютно, а относително – в зависимост от параметрите и функциите на самата система [17]. Организмичната парадигма е системна – всяко явление е свързано с други явления в цялостна система и тези връзки съществуват между различните системни нива, както и между подсистемите и супрасистемите. Всяко нещо съществува в определен контекст и се намира в определени системни връзки, които определят параметрите на неговото функциониране. Моделът е динамичен, като всеки елемент в системата е свързан с други елементи. Организмичното мислене е в основата на системните подходи в здравната психология, психосоматичната медицина и поведенческата медицина [15].

*Теорията за самодетерминацията на Деси и Райън се основава на възгледите на Хуманистичното направление за съществуването на вродени, организмични потребности. Роджърс въвежда понятието за организмичен ценностен процес и го определя като биологична тенденция организмите да усещат и осъзнават естествените си потребности от самоактуализация и растеж. Благодарение на тази тенденция съществува естествена предразположеност у индивидите да бъдат активни в търсенето на възможности за удовлетворяване на вродените си, организмични потребности. Роджърс описва като организмични не само биологичните потребности, но и психологически потребности като сигурност, принадлежност и самоактуализация. Подобно на Роджърс в Теорията за самодетерминацията Деси и Райън въвеждат три универсални психологически потребности, които осигуряват психологическото израстване и развитие: *потребност от автономност, от свързаност и от компетентност*. Тяхното удовлетворяване автоматично поражда автономна саморегулация на поведението на индивидите или поведение, което в най-висока степен е самодетерминирано [16].*

Автономните или самодетерминирани поведения се пораждат от личните избори, направени въз основа на осъзнаваните собствени организмични потребности и интегрирани цели. „Използвайки информация от вътрешни и външни източници, човек избира как да се държи в очакването да постигне цели, свързани с Аза и да удовлетвори организмичните си потребности” [3, стр. 149]

Индивидуалните различия се пораждат от степента, в която трите базисни и универсални потребности от автономност, свързаност и компетентност са задоволени. Теорията въвежда три мотивационни ориентации, наречени каузални: автономна ориентация, надличностна ориентация и ориентация към контрол. Автономната каузална ориентация се развива в резултат от удовлетворяването на трите базисни потребности, развитието на силно изразена ориентация към контрол се основава на удовлетворяване в известна степен на потребностите от свързаност и компетентност. При невъзможност да бъдат задоволени в някаква степен и трите потребности се развива надличностна каузална ориентация. Ориентацията към автономност се характеризира със самодетерминирано (автономно) функциониране и по-голямо организмично единство (вътрешна хармония, достатъчно обединено чувство за себе си) [4].

Теорията на Деси и Райън за организмичната интеграция самодетерминираната регулация насочва организмите към поведения, които им осигуряват ефективна адаптация. „Вътрешните структури се развиват към по-голямо нарастване и обединяване, а по-развитите и унифицирани структури предоставят основата на по-ефективно и автономно функциониране” [3, стр 116].

Премияването от външна към автономна регулация е развитиен процес на интернализация и интеграция на външната мотивация в обединените структури и мотиви на личността. Интернализацията на външната мотивация ще бъде преживявана като собствена, самодетерминирана мотивация, което се случва благодарение на процесите на социализация в детството. Детето в младенческа възраст не регулира собственото си поведение, защото няма капацитет за това. Регулацията е изцяло външна. Чрез процесите на интернализация детето започва да развива капацитет, който му позволява да отговори на външните изисквания. То формира *очаквания* и първите форми на *самоконтрол*. Процесите на *интроекция*, *идентификация* и на *интегрирана саморегулация* обезпечават три типа саморегулация. Интроекцията е процес на интернализация и запазване на оригиналните форми на външна регулация чрез създаването на вътрешни репрезентации на външния контрол. Така възниква интроецираната саморегулация. Процеса на идентификация детето приема външната регулация и външните изисквания като свои собствени и така възниква регулация чрез идентификация. Накрая, чрез процесите на интеграция на регулацията в структурата на Аза поведението на индивида е изцяло под въздействието на автономна саморегулация. Това се случва в етап от възрастовото развитие, когато отделните идентификации са напълно съвместими и са интегрирани в свободна от конфликти йерархична система. В тази система е интегрирана и саморегулацията. Деси и Райън описват интегративните процеси на различни равнища – те описват регулаторни схеми, които са вътрешно съгласувани, както и съгласувани помежду си. Интегрираната саморегулация не може да бъде възпрепятствана или повлияна от външен натиск и средови изисквания. Пълната самодерминация е всъщност интегрирана саморегулация [3].

Емпиричните изследвания на съгласуваността между поведението, чертите на личността и социалните нагласи потвърждават, че по-високите нива на консистентност между нагласи и поведения се наблюдават при индивиди с автономна мотивационна ориентация (с висока степен на удовлетвореност на трите базисни потребности от автономност, свързаност и компетентност), отколкото при изследваните лица с ориентация към контрол (с висока степен на удовлетвореност на две от базисните потребности: от свързаност и компетентност). Това доказва състоятелността на хипотезата на Деси и Райън за връзката между автономна регулация и нивото на интеграция на личността [9].

Автономност и индивидуалност

Майкъл Братмън (Michael Bratman) въвежда идеята за достатъчните условия, свързани с психичното функциониране, за възникването на автономно действаща и самоуправляваща се личност чрез понятието *активен агент*. Той описва следните условия за автономно функциониране:

1. Целенасочен агент (*purposive agency*) или активен организъм, което е необходимо, но не е достатъчно условие за наличие на автономност у личността.

2. Второто условие е поставящият си цели агент да стане и планиращ, т.е. според теорията за планирането на Братмън, която той определя като теория за автономността, е необходим преход от поставящия си цели агент към планиращия агент [18].

Гари Уотсън (Gary Watson) и Хари Франкфурт (Harry Frankfurt) провеждат във времето дискусия относно свободата на волята и природата на Аза във връзка с автономността на действията. Те и двамата допускат, че автономността на поведението ще бъде редуцирана при наличие на съществуващ *интрапсихичен конфликт*, при който един пораждащ се атиюд е в противоречие или конфликт с друг елемент на психиката. В ранната теория на Франкфурт това е конфликтът между желанията, а при Уотсън източник на напрежение са противоречията между Разум и Влечение. Франкфурт достига до идеята, че *автономността зависи от цялостността на действащия фактор (агента)*. Идеята е, че можем да говорим за автономност, когато човек действа като цялостен, т.е. свободен от амбивалентност агент, разрешавайки интрапсихичните си конфликти, като интегрира единия от конфликтующите психични елементи и отхвърли другия. Според Франкфурт хората са склонни да интегрират психични елементи, които са по-близки до тяхната същност, елементи, с които те се идентифицират и които на свой ред мотивират автономното поведение [18].

Има различни гледни точки върху природата на идентифицирането с определени психични съдържания. Братмън решава този проблем като поставя акцент върху усещането за удовлетвореност у агента на действието, когато се сблъска с определено желание. Това от гледна точка на идеята за цялостност би трябвало да означава, че не съществува сблъсък или конфликт с друго желание или с някакви разумни доводи, т.е. запазва се цялостността на субекта, а удовлетворението е индикация за цялостността, както и за възможността за идентифициране с това желание. Тук удоволствието е индикация за цялостност или съгласуваност между важните психични елементи у агента. Джеймс Тейлър също разглежда *автономността във връзка със съгласуваността*, но не от емоционална, а от структурна гледна точка или подход. Неговият възглед е, че човек действа автономно въз основа на предпочитание към определен атиюд пред други атиюди. Предпочитанието не е произволно, то възниква въз основа на степента на съгласуваност на този атиюд с другите атиюди на агента [18].

Възгледите на Пиаже за възникването на автономността също са свързани с понятието за *активен агент*. Според него индивидите се развиват като активни агенти постепенно, чрез процес на координиране и интегриране на различни гледни точки и избиране на своя собствена гледна точка (позиция) [16].

Поставяйки акцент върху *притежанието* (да имаш *своя собствена* гледна точка) и взаимствайки идеята на Augusto Blasi, че субективният Аз се чувства като собственик в човешката агенция (*human agency*) със силно усещането за „мое“, Proulx и Chandler изследват емпирично връзката между автономност, обединената Аз-концепция и множествените, слабо интегрирани концепции за себе си. Проведени са били интервюта с 45 юноши на възраст между 13 и 17 години. Те трябвало да

описат поведението, с които се гордеят и с които не се гордеят. Авторите на изследването установяват, че половината изследвани лица поемат отговорност за поведението, от които се срамуват, а другата половина не поемат отговорност за поведението, с които не се гордеят, като приписват причинност за случването им на външни, средови фактори. За да обяснят тези резултати авторите изследват Аз-концепцията на подрастващите. Някои от юношите изграждат многостранна Аз-концепция, за да могат да включат в нея противоречиви атрибуции. Други участници изграждат силно обединено чувство за себе си или цялостна (сингулярна) Аз-концепция, която позволява конкуриращите се, свързани с Аза атрибуции, да бъдат обединени в единна воля, която подчинява разнопосочните действия. Участниците със силно обединена Аз-концепция се възприемат като автори на собствения си живот, те активно планират своите действия и поемат пълна отговорност за тях, дори и когато се срамуват от поведението си [14 в 16].

Емпирично е доказана връзката между диференциацията на Аза и социалното приспособяване. Според Боуен индивидите с високи нива на емоционална диференциация са по-малко зависими от собствените си емоции, защото успешно са диференцирали рационалните процеси от емоциите, които преживяват. Диференциацията на Аза е свързана с формирането на собствена идентичност, а обединено чувство за себе си е предпоставка за по-високи нива на автономност [8].

Изследването на социализацията на автономността идентифицира две различни културално сензитивни траектории на развитие: социализация по посока независимост с акцент върху индивидуалистичните ценности (самоактуализация, себеизразяване, себепостигане и автономност) и социализация, насочена към постигане на взаимозависимост с акцент върху членство в група, взаимна зависимост и конформност. Социализацията подкрепяща развитието на индивидуализъм е насочена към развиването на капацитета на индивида да бъде самодостатъчна личност [19].

В заключение отново ще бъдат обобщени някои от основните акценти, които срещаме в теориите и определенията за автономност. Високият *капацитет за самоконтрол* и достатъчно добре интернализираните обществени правила и норми ще позволят удовлетворяването на потребностите, реализацията на собствените потенциали в рамките на общоприетите правила без опасност от преживяване на срам и съмнение. *Компетентността* в смисъл на себепознание и познаване изискванията на социалната средата, е едно важно условие за развитие на автономност. *Отчуждението от себе си* ще попречи на откриването на собствените позиции, гледни точки или области на компетентност, както и на постигането високи нива на интеграция. *Отчуждението от общо споделените ценности и стандарти в обществото* ще възпрепятства тяхното интегриране в личността, т.е. възникването на автономна саморегулация чрез интернализиране на външната регулация (в термините на теорията за самодетерминацията). Базисната основа на автономността в този смисъл е откриването на *своята* индивидуалност и на *своята* област на себerealизация, в която можеш да останеш верен на *собствените* си стандарти и ценности, без това да поражда конфликти с обществените норми и ценности. Не по-малко важно е постигането на цялостност (липса на вътрешни конфликти) или унифицирано чувство за себе си (интегриран Аз), като предпоставка за развитието на усещане за автономност и авторство по отношение на своите действия и собствения живот.

Литература:

1. Эриксон, Э. *Идентичность: юность и кризис*. Прогрес, 1996.
2. Adams, G. R., Berzonsky, M. D., (Ed.) *Blackwell handbook of adolescence*, Blackwell Publishing Ltd, 2003.
3. Deci, E., Ryan, R. *Intrinsic Motivation and Self Determination in Human Behavior*, Plenum Press, N.Y., 1985.
4. Deci, E.L. & Ryan, R. M. Self-Determination Theory: A Macrotheory of Human Motivation, Development, and Health. *Canadian Psychology*, 49(3), 2008, 182-185.
5. Engs, R., C. *Controversies of the Addiction Field*, Kendall Hunt Pub Co, Chapter 7, 1990.
6. Friedman, D., Holmbeck, G., N., DeLucia, C., Jandasek, B., Zebracki, K. Trajectories of Autonomy Development Across the Adolescent Transition in Children With Spina Bifida, *Rehabilitation Psychology*, 54(1), 2009, 16-27.
7. Hmel B.A., Pincus A. L. The Meaning of Autonomy: On and Beyond the Interpersonal Circumplex, *Journal of Personality*, 70/3, 2002.
8. Hosseinizadeh, M. Examining the Relationship between Differentiation of Self Components and Social Adjustment. *Social and Behavioral Sciences*, 113, 2014, 84 – 90.
9. Koestner, R., Bernieri, F., Zuckerman, M. Self-Regulation and Consistency between Attitudes, Traits, and Behaviors, *Personality and social psychology bulletin*, vol.18, № 1, 1992.
10. McBride, C., Bacchioni, J. R., Bagby, R. M. Gender differences in the manifestation of sociotropy and autonomy personality traits. *Personality and Individual Differences*, Vol 38(1), 2005, 129-136.
11. Otani, K., Suzuki, A., Matsumoto, Y., Sadahiro, R., Enokido, M., Kuwahata, F., Takahashi, N. Distinctive correlations of sociotropy and autonomy with working models of the self and other, *Comprehensive Psychiatry*, 55, 2014, 1643–1646.
12. Parra, A., Oliva, A., Sanchez-Queija, I. Development of emotional autonomy from adolescence to young adulthood in Spain. *Journal of Adolescence*, 38, 2015, 57-67.
13. Pavlova, M. K., Haase, C. M., Silbereisen, R. K. Early, on-time, and late behavioural autonomy in adolescence: psychosocial correlates in young and middle adulthood. *Journal of Adolescence*, 34 (2), 2011, 361-370.
14. Proulx, T., & Chandler, M. J. Jekyll & Hyde & me: Age-graded variations in adolescent conceptions of self-unity. *Human Development*, 52, 2009, 261 – 286.
15. Schwartz, G. E., Schloss, E. P. World Hypotheses and the Evolution of Integrative Medicine: Combining Categorical Diagnoses and Cause-Effect Interventions with Whole Systems Research and Nonvisualizable (Seemingly „Impossible”) Healing, *The Journal of science and Healing*, Vol.2, Issue 6, 2006, p. 509-514.
16. Sokol, B. W., Grouzet, F. M. E., Müller, U. *Self-Regulation and Autonomy: Social and Developmental Dimensions of Human Conduct*. Cambridge University Press, 2013.
17. Spector, J. M., Merrill, M. D., van Merriënboer, J., Driscoll, M. P. *Handbook of research on educational communications and technology*, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 2008.
18. Taylor J. S. (Ed.) *Personal Autonomy: New Essays on Personal Autonomy and its Role in Contemporary Moral Philosophy*, Cambridge University Press, 2005.
19. Tulviste, T. Autonomy orientation in the socialization of Estonian children. Zheng, G.; Leung, K.; Adair, J. (Toim.). *Perspectives and Progress in Contemporary Cross-Cultural Psychology (89 - 96)*. Beijing: Light Industry Press, 2007