

Аутентичность и способность прощать при разных уровнях стресса: предварительное исследование

Нартова-Бочавер С.К.

*Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики»
(ФГБОУ ВО НИУ ВШЭ), г. Москва, Российская Федерация,
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8061-4154>, e-mail: snartovabochaver@hse.ru*

Пак В.В.

*Международный аэропорт Домодедово имени М.В. Ломоносова,
г. Домодедово, Российская Федерация,
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7664-1910>, e-mail: violet.park95@mail.ru*

Исследование посвящено изучению связи между двумя чертами личности нижнего уровня — аутентичностью и диспозициональным прощением (способностью прощать) в группах респондентов различного уровня и содержания переживаемого стресса. Выборку составили 140 человек (16–40 лет, $M_{\text{возраст}}=23,1$, $SD_{\text{возраст}}=9,0$; 66 человек женского пола), разделенных по уровню стресса на условно благополучных, группу повседневного стресса, связанного с напряжением от рутинных обязанностей, и группу хронического стресса, вызванного тяжелой травмой с необратимыми последствиями. Использовались русскоязычные версии Шкалы аутентичности (Nartova-Bochaver et al., 2021) и Шкалы прощения Хартланд (Адамян, Нартова-Бочавер, 2020). Обнаружено, что максимальные показатели аутентичности и способности прощать продемонстрировали представители группы хронического стресса, минимальные — представители группы повседневного стресса, а условно благополучные респонденты имели умеренно высокие показатели обеих переменных. Построение регрессионных моделей показало, что в группе хронического стресса аутентичность практически не предсказывается способностью прощать. Для условно благополучных и находящихся в условиях повседневного стресса важнейшим предиктором аутентичности, способствующим аутентичной жизни и предохраняющим от самоотчуждения, явилось прощение себя. Кроме того, в группе повседневного стресса обнаружен второй предиктор тех же переменных — прощение ситуаций. Делается вывод о различии траекторий и возможных детерминант позитивного развития личности в зависимости от уровня переживаемого стресса. Очерчиваются перспективы исследования и возможного применения результатов.

Ключевые слова: аутентичность, прощение, стресс, ресурс, буфер, мораль.

Финансирование. Участие С.К. Нартовой-Бочавер осуществлялось при финансовой поддержке Российского научного фонда (РНФ) в рамках проекта № 20-18-00262.

Для цитаты: Нартова-Бочавер С.К., Пак В.В. Аутентичность и способность прощать при разных уровнях стресса: предварительное исследование [Электронный ресурс] // Клиническая и специальная психология. 2022. Том 11. № 1. С. 141–163. DOI: 10.17759/cpse.2022110107

Authenticity and Dispositional Forgiveness at Different Stress Levels: A Preliminary Study

Sofya K. Nartova-Bochaver

HSE University, Moscow, Russia,

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8061-4154>, e-mail: s-nartova@yandex.ru

Violetta V. Park

Domodedovo International Airport, Domodedovo, Russia,

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7664-1910>, e-mail: violet.park95@mail.ru

The study is aimed at investigating of the relationship between two lower-level personality traits — authenticity and dispositional forgiveness (the ability to forgive). Respondents of the study are experiencing stress of different levels and content. The sample consisted of 140 subjects (16–40 years old, Mage=23,1, SDage=9,0, 66 female), divided by the stress level into following groups: conditionally well-off, everyday stress, and chronic stress. The Russian versions of the Authenticity Scale (Nartova-Bochaver et al., 2021) and the Heartland Forgiveness Scale (Adamyant, Nartova-Bochaver, 2020) were used. The higher scores of both authenticity and forgiveness were obtained in respondents with chronic stress, the lowest ones — in respondents with everyday stress, and conditionally well-off respondents had moderately high indicators of both variables. The regression models showed that in the group of chronic stress, authenticity is practically not predicted by forgiveness. For the conditionally well-off and respondents with everyday stress, the most important predictor of authenticity, contributing to an authentic life and protecting from self-alienation, was forgiveness of self. In addition, a second predictor of the same variables, forgiveness of situations, was found in the group of everyday stress. To sum up, the difference in trajectories and possible determinants of positive personality development depending on the level of stress experienced was claimed. The prospects of research and possible application of the results are outlined.

Keywords: authenticity, forgiveness, resource, buffer, morality.

Funding. Participation of S.K. Nartova-Bochaver was supported by the Russian Science Foundation, project 20-18-00262.

For citation: Nartova-Bochaver S.K., Park V.V. Authenticity and Dispositional Forgiveness at Different Stress Levels: A Preliminary Study. *Klinicheskaiia i spetsial'naia psikhologiya=Clinical Psychology and Special Education*, 2022. Vol. 11, no. 1, pp. 141–163. DOI: 10.17759/cpse.2022110107 (In Russ., abstr. in Engl.)

Введение

В настоящей статье изложены результаты пилотажного исследования, в котором изучалась связь между аутентичностью личности и способностью к прощению при разных уровнях переживаемого стресса.

С момента возникновения экзистенциальной психологии тема связи перегрузок или острых жизненных событий и позитивных изменений личности исследуется в разных направлениях, и это неудивительно: с одной стороны, жизнь изобилует стрессами и немыслима без них, с другой же — позитивные качества людей тесно и разнообразно с ними связаны, будучи протекторами или буферами против личностного разрушения или возникая в результате переживания повседневных и экстремальных стрессов. Экстремальные события и чрезвычайные нагрузки, согласно наблюдениям В. Франкла и его последователей, способны помочь человеку изменить воспринимаемый масштаб жизни, осуществить селекцию важных и второстепенных опытов и целей, различить подлинное и преходящее и открыть новые смыслы своего существования [4; 8; 13]. В силу этой особой работы, которая не всегда может осуществиться в условиях стабильной жизни, человек может выйти на более высокий уровень личностного бытия. Однако взгляды В. Франкла представляют собой обобщение отдельных впечатляющих кейсов, собранных в исключительно экстремальных жизненных ситуациях, к счастью, не очень репрезентативных. Данных о типичном поведении в условиях наличия/отсутствия стресса или повседневных нагрузок не очень много.

Остановимся на краткой характеристике основных переменных исследования. *Аутентичность личности* — это черта, которая отражает восприимчивость человека к тому, чтобы «быть самим собой» в переживаниях, представлениях, поведении и общении [30; 34; 44]. Для аутентичного человека подлинность повседневных ситуаций, умение найти свою жизненную траекторию, способность избегать провокационных событий и ситуаций, побуждающих его изменять себе, — это безусловные ценности.

Хотя понимание природы и проявлений аутентичности различается в зависимости от парадигмы психологии личности, большинство исследователей сходятся в том, что это благотворное качество, мощный ресурс, позволяющий человеку справиться с разного рода испытаниями [19]. Так, в совсем недавнем исследовании во время пандемии показано, что в группе аутентичных пациентов, страдающих хронической болью, воспринимаемая сила угрозы и воздействие COVID-10 были существенно слабее [33]. В другой работе обнаружено, что аутентичные ветераны, принимавшие участия в военных действиях США, с меньшей вероятностью переживают посттравматический стресс по сравнению с неаутентичными и даже верующими

[29]. Еще одно исследование показало, что аутентичность играет роль буфера по отношению к воспринимаемой силе глобальной природной угрозы (ураган Харви) и предиктора более успешного восстановления [24].

Существуют также интересные данные относительно буферной роли аутентичности в повседневной жизни. Так, исследования в организационной психологии свидетельствуют, что расхождение ценностей «работа–семья» влечет за собой повышение переживаемого работником стресса [39]. Однако наличие аутентичности смягчает эту связь, то есть ослабляет последствия переживаемого стресса и таким образом укрепляет психологическое благополучие.

При высокой согласованности результатов, свидетельствующих в пользу ресурсной роли аутентичности как личностной черты, данные о ее связи с моральным развитием личности неоднородны, и тому есть причины: как отмечает Н. Штрёмингер и коллеги [38], чрезмерно раздутая в современной культуре идея аутентичного Я часто сочетается с имплицитным непризнанием самоограничения как ценности и вызывает цепочку индивидуалистических или даже эгоистических ассоциаций. Не всегда аутентичность понимается в кантианском смысле — как единство разумной автономии и моральной ответственности [15; 22]. Более того, аутентичность как феномен только начинает изучаться в социально-психологическом ракурсе и, если принять понимание аутентичности как чувствительности к подлинности собственной жизни, можно ожидать, что в силу большей рефлексии и осмысленности аутентичные люди будут также и более моральными [34; 36; 40].

О чем же говорят ранее полученные эмпирические данные? С одной стороны, аутентично живущие люди проявляют большее сочувствие и сострадание другим людям, причем даже в контексте не личных, а служебных отношений [45]. Так, исследование из пяти экспериментальных серий показало, что индукция неаутентичного поведения ведет к понижению самооценки респондентов с точки зрения морали и падению самоуважения в целом [20]. С другой же стороны, проведенное в России обширное исследование медиков показало, что аутентичность отрицательно связана с моральными мотивами [3]. Более того, моральные мотивы неожиданно оказались выше у тех врачей, которые демонстрируют высокий уровень самоотчужденности, подвержены внешним влияниям и склонны к профессиональному выгоранию (однако, заметим, продолжают выполнять свой долг). Очевидно, связи между аутентичностью и моральными проявлениями неоднозначны и нелинейны, и существует крайне мало данных о возможных предикторах аутентичности, что представляет собой отдельную линию исследования ввиду устойчиво повторяющихся данных о том, что темперамент, характер и стабильные черты личности предсказывают аутентичность очень слабо [26; 32]. Если бы можно было получить данные, показывающие предикцию аутентичности «высшими» качествами личности, это бы дало некоторые свидетельства в пользу того, что аутентичность действительно нарабатывается и переживается в результате возможных «возвышающих» опытов, в том числе, возможно, травматичных. Это открывает дополнительные психотерапевтические возможности работы с травматическими нарративами, направленные на укрепление психологического благополучия и позитивного функционирования личности.

Обратимся к следующей переменной нашего исследования — способности прощать как морально-психологическому феномену, который только начинает изучаться в российской психологии личности. Примечательно, что в психологии аутентичность и способность прощать как взаимосвязанные феномены практически не исследовались, в то время как в теологической литературе эта связь кажется очевидной и представлена целостной конструкцией — authentic forgiveness, подлинное и безусловное прощение [42].

Что же представляет собой способность человека прощать, и как она может быть изучена? Это моральное качество, отражающее намеренное и осознанное преодоление человеком чувства обиды на другого человека, причинившего ему вред, или на жизненные события и обстоятельства, которые он воспринимает как незаслуженные и трудные [7; 25; 43]. Прощение не синонимично примирению или оправданию, и это не просто принятие произошедшего или самопроизвольное исчезновение гнева и обиды; скорее, это некоторая душевная работа по добровольному изменению своих чувств, установок и поведения, в результате которой обида растворяется, а отношение к обидчику или судьбе меняется на нейтральное или даже великодушное.

Прощение считается важным феноменом восстановления пациента в психотерапии и необходимым моментом повседневного общения, способствующим миру в себе, в своей семье и сообществе в целом. Людям, которые способны переосмыслить травматичное жизненное событие, легче закрыть гештальт и перестроиться на позитивное отношение к причинам и последствиям своего неудовлетворительного опыта, извлечь урок и изменить свою Я-концепцию с учетом произошедших психологических изменений. Опять же, прощение сопровождается катарсисом, просветлением, отделением важного от второстепенного в жизни, изменением отдельных установок или мировоззрения в целом [2; 14; 18]. Другое исследование показывает, что разные измерения способности прощать связаны с психологическим благополучием. Если показатели прощения попадают в один фактор с отсутствием нейротизма, то это одновременно предполагает отсутствие неконструктивных копинг-стратегий (ментальной и поведенческой отчужденности и отрицания), а если показатели прощения попадают в один фактор с экстраверсией, то это, напротив, коррелирует с предпочтением эффективных копинг-стратегий — эмоциональной и инструментальной поддержкой, способностью фокусироваться и «отпускать» негативные события [28; 41].

Умение прощать способствует возникновению симпатии со стороны окружающих, снятию напряжения из-за возможных несовершенств личности или деятельности, более тесным и близким социальным отношениям. Особую форму представляет собой прощение и способность сострадать и сочувствовать самому себе, что используется как самостоятельный ресурс в психотерапии [27]. Это неудивительно: в силу неизбежности проекций человек, снисходительно относящийся к собственным несовершенствам и ошибкам, принимающий свои особенности, в том числе неизменяемые, с высокой вероятностью может быть толерантным и к окружающим. Таким образом, в проявлениях аутентичности личности и способности прощать себя и сострадать себе есть нечто общее.

Л. Томпсон и соавторы определяют прощение как способ осмысления (framing) ситуаций, в которых нарушаются ожидания человека относительно поведения других людей, своего собственного или развития жизненных событий вообще [41]. Разочарование неожиданностями отражается в появлении ярких негативных чувств, порой очень устойчивых, в изменении отношения к себе в сторону осознания себя как жертвы и признания своей «плохости», а также в потере доверия к миру в целом. Непрощение — это плотный энергетически заряженный клубок руминаций, аффектов и навязчивого поведения, наносящий урон психологическому благополучию человека и отвлекающий от решения творческих жизненных задач. Благодаря способности человека прощать ответ на болезненные ситуации трансформируется из негативного в нейтральный или позитивный, формируя в конце концов более продуктивный жизненный нарратив в целом. Неудивительно, что прощение как процесс часто рассматривают в качестве способа совладающего поведения, копинга. Можно предположить, что это качество особенно важно иметь людям, которые находятся в хронически неудовлетворительных жизненных обстоятельствах, не поддающихся объективному изменению.

При очевидной важности способности прощать для поддержания позитивного функционирования и психологического благополучия практически отсутствуют исследования его связи с другими позитивными феноменами личности. Существует и еще одна зияющая лакуна: недостаточно известно о генезисе позитивного развития личности, которое может быть детерминировано как последовательным удовлетворением «иерархии» потребностей, согласно видению А. Маслоу [9], так и возникать в высокотравматичных жизненных обстоятельствах, как об этом писали В. Франкл [13], С. Джозеф [5] и Л. Калхаун с Р. Тедески [16]. Становятся ли люди в неудовлетворительных жизненных обстоятельствах более аутентичными и моральными или, напротив, тратят свои личностные ресурсы на решение задач выживания? Как влияет на эти качества переживаемый стресс? Многие теории морального развития предполагают возможность падения моральных качеств человека в условиях стресса: это и теория социального обмена Дж. Хоманса [23], и физиологические теории морали [1], и теория расширения и построения Б. Фредриксон [18].

Эмпирические данные также неоднородны. Так, например, повседневная ситуация успеха на экзамене способствует готовности к помощи, а провал ее ослабляет. С другой стороны, существуют исследования, которые доказывают реальность позитивных изменений в условиях интенсивных стрессов разного рода. Недавно проведенное исследование связи аутентичности и моральных мотивов показало, что и уровень аутентичности, и выраженность моральных мотивов были выше в группе людей, находящихся в ситуации хронического стресса, а ниже — в группе повседневного стресса; при этом аутентичность оказалась вообще не связанной с моральными мотивами [12].

Интуитивно ожидается, что все «хорошее» в личности взаимосвязано, но было бы слишком упрощенным полагать, что моральные качества всегда адаптивны и способствуют психологическому благополучию [31]. Недавнее исследование показывает, что предикторами моральных проявлений вполне могут быть черты Темной тетрады (верность и авторитет как моральные основания неожиданно

предсказываются макиавеллизмом и психопатией), а ценности не всегда однозначно заданы благотворными для душевного здоровья чертами [28]. Иначе говоря, высшее и прекрасное может рождаться, перефразируя А. Ахматову, из любого «сора».

Наконец, третьей переменной нашего исследования является *уровень стресса*, понимаемого с точки зрения средовой модели Р. Харрисона как состояние, возникающее, если: 1) окружающая среда не обеспечивает достаточных, по мнению человека, ресурсов для удовлетворения его потребностей или 2) способности человека, по его мнению, не отвечают требованиям, необходимым для получения этих ресурсов [21]. Стресс задается не просто качествами личности или окружающей среды, а их несоответствием (*misfit*): требования среды слишком высоки в соотношении со способностями и возможностями субъекта, а ресурсы среды слишком скромны в соотношении с его запросами и потребностями.

Можно выделить различные формы стресса. *Хронический стресс* возникает в условиях долговременного несоответствия индивидуальности и среды, например, в условиях неизлечимых болезней или неразрешимых и не принимаемых человеком трудных обстоятельств. Хронический стресс — это значительное, заметное состояние или событие, которое обычно рефлексится как особая, тяжелая жизненная ситуация и влечет мобилизацию физических, психологических и социальных ресурсов. Рано или поздно к хроническому стрессу наступает привыкание, человек адаптируется, и тогда трудные обстоятельства становятся просто новой конфигурацией жизненного уклада.

Другой формой является *повседневный стресс*, который нередко изнуряет человека массой мелких рутинных несоответствий и разочарований, например, необходимостью выполнять неинтересные профессиональные обязанности или общаться с непривлекательными для субъекта людьми. Повседневный стресс часто не рефлексится, не ведет к мобилизации ресурсов и обладает кумулятивным эффектом, в некоторый момент приводя к психологическому срыву [6].

Выше мы упоминали исследования, в которых некоторые из трех рассматриваемых нами переменных (аутентичность, способность прощать как моральное качество и уровень стресса) были связаны попарно, однако работ, объединяющих эти переменные в едином дизайне, нам не встречалось. Складывается впечатление, что для позитивного функционирования и моральных проявлений наиболее благоприятны крайние жизненные ситуации — либо благополучная, либо экстремальная, а промежуточный уровень стресса наименее благотворен. В отсутствие однородных данных о взаимосвязи переживаемого стресса, аутентичности личности и способности прощать мы решили не выдвигать гипотезы, а поставить следующие исследовательские вопросы:

1. Как аутентичность и способность прощать связаны с переживаемым стрессом?
2. Как способность прощать связана с аутентичностью личности?
3. Может ли способность прощать предсказывать проявление аутентичности?

Метод

Выборка и процедура исследования. Совокупную выборку составили 140 человек (16–40 лет, $M_{\text{возраст}}=23,1$, $SD_{\text{возраст}}=9,0$; 66 человек женского пола). Опрос проводился очно, лично авторами исследования; при необходимости респонденты получали необходимые разъяснения. Опросники заполнялись добровольно. Студенты заполняли опросники в рамках дисциплин психологического цикла как часть практических исследований, посвященных опытам самопознания. Участники группы хронического стресса заполняли опросники во время реабилитации в одном из московских центров. Сбор данных полностью соответствовал международным этическим требованиям; исследование было одобрено Комиссией по этической оценке эмпирических исследовательских проектов департамента психологии факультета социальных наук НИУ ВШЭ. Респонденты дали согласие на участие в исследовании и публикацию данных в обобщенном виде; на участие единственного несовершеннолетнего респондента было получено согласие матери. Критериями включения в группу были: для двух первых групп обучение в вузе, для третьей — факт наличия спинальной травмы, полученной более чем два года назад. Критерии исключения: неполные данные.

Первая группа (условно благополучные, УБ) включала 40 студентов-москвичей, средний возраст — $19,9 \pm 1,4$ лет, обучающихся в городском университете педагогической направленности. Этот университет имеет высокий рейтинг и репутацию прогрессивного вуза; практикуется эмпатическое отношение к студентам, уровень отчисления невысок (около 5%), студенческая атмосфера отличается высокой солидарностью и взаимопомощью. В большинстве своем студенты не амбициозны, активно участвуют в волонтерской деятельности и обладают выраженным чувством долга перед обществом и своей альтруистической миссией. По окончании вуза лишь незначительное число выпускников находит интересную и престижную работу; многие посвящают себя служению гуманных задачам исцеления, обучения и просвещения.

Вторая группа (повседневный стресс, ПС) включала 50 студентов одного из международных классических университетов Москвы, средний возраст — $19,4 \pm 1,4$ лет. Студенты приезжают из других городов и стран, преподавание частично ведется на английском языке, учебный план очень насыщен, атмосфера отличается жесткими требованиями и высокой конкуренцией, процент отчисления довольно высок (примерно 21%). Многие студенты отмечают большое количество трудностей, которые им приходится преодолевать в ходе обучения, включая хроническую нехватку сна, выгорание и разочарование в своей профессии и тоску по дому. Однако, получив образование, они с высокой вероятностью находят престижную, интересную и высокооплачиваемую работу, высококомобильны, в том числе и в социальном пространстве.

Наконец, *третья группа (хронический стресс, ХС)* включала 50 пациентов одного из реабилитационных центров, имеющих тяжелые спинальные травмы, средний возраст — $28,7 \pm 6,3$ лет, срок перенесенной травмы — $4,3 \pm 2,5$ лет. У респондентов этой группы уже произошла первичная адаптация к перенесенной травме, большинство из них осваивает новые профессии или посещает курсы для

самообразования, т.е. продолжают процесс обучения. Эта группа несколько старше и менее однородна по возрасту, однако все равно укладывается в период emerging adulthood. Большинство респондентов оказались пожизненными инвалидами в силу собственных рискованных или ошибочных действий, совершенных в большинстве случаев недавно, что драматичным образом изменило траекторию их жизни, разбив жизненный путь на период «до» и «после». Представители этой группы вынуждены приобретать множество новых физических и социальных навыков и менять представление о жизненных целях, ресурсах, возможностях и в конечном счете Я-концепцию в целом.

Таким образом, три группы исследования находились в жизненных ситуациях, характеризующихся разным уровнем объективной нагрузки и стресса.

Методики. Для изучения аутентичности личности использовалась Шкала аутентичности (the Authenticity scale), разработанная А. Вудом [44] в рамках личностно-ориентированной психологии К. Роджерса и адаптированная на русскоязычной выборке [34]. Несмотря на некоторые методологические и методические ограничения, этот подход остается популярным, а инструмент очень востребованным. Аутентичность понимается как черта личности (диспозиция), практически не связанная с темпераментом и базовыми чертами личности, однако предположительно испытывающая влияние прижизненного опыта человека. Шкала включает 12 утверждений и три измерения: Шкалу аутентичной жизни (Authentic living), Принятие внешнего влияния (Accepting external influence) и Самоотчуждение (Self-alienation). Первый показатель вносит положительный вклад в степень выраженности аутентичности как черты личности, два остальных — отрицательный. Используется семибалльная шкала Ликерта. Примеры утверждений: *Для меня важнее понравиться другим, чем «оставаться самим собой»*, *Мне кажется, что я не знаю себя достаточно хорошо*. По данным настоящего исследования показатели надежности α Кронбаха для субшкал Аутентичной жизни, Принятия внешнего влияния и Самоотчуждения составили 0,70, 0,64 и 0,59 соответственно. К сожалению, использовалась не самая сильная версия Шкалы аутентичности, однако ввиду специфики содержания переменной, которая отражает качества черты нижнего уровня, сильно ситуационно флуктуирующие, эти показатели можно считать достигшими порога внутренней надежности [10]. О.В. Митина пишет по этому поводу так: «Следует руководствоваться рекомендациями и здравым смыслом: неправомерно ожидать от шкалы, предназначенной для диагностики мотива или эмоции, которые сами по себе весьма динамичны, высокой согласованности ответов на пункты, предназначенные для измерения этих конструктов. α -Кронбаха равная 0,6 в этом случае — хороший показатель» [10, с. 234].

Для изучения диспозициональной способности прощать как черты нижнего уровня использовалась Шкала прощения Хартланд (Heartland Forgiveness Scale, HFS) [11; 41]. Шкала недавно адаптирована в России, и существует две ее версии — более близкая к оригиналу и сокращенная, с измененной факторной структурой. Мы использовали версию 2003 года из 18 утверждений, которая включает три субшкалы: Прощение себя (Forgiveness of self), Прощение других (Forgiveness of others), Прощение событий (Forgiveness of situations). Подсчитывается также общий показатель диспозиционального прощения (HFS). Примеры утверждений: *Хотя*

вначале, пережив провал, я чувствую себя плохо, со временем могу себя простить; Я плохо отношусь к тем, кто со мной плохо обращается; Я легко смиряюсь с плохими событиями, которые происходят в моей жизни. В опроснике используется семибалльная шкала Ликерта. В текущем исследовании показатели надежности α Кронбаха для субшкал Прощение себя, Прощение других и Прощение событий составили 0,77, 0,74 и 0,74 соответственно.

Статистические критерии. Данные обрабатывались в IBM SPSS Statistics v. 23.0 и Microsoft Excel. Использовались коэффициент корреляции r Пирсона, показатели надежности α Кронбаха, коэффициент F Фишера.

Результаты

Распределения всех переменных близки к нормальному. Средние значения и стандартные отклонения показателей по всем шкалам опросников в трех группах сравнения представлены в табл. 1. С помощью ANOVA были получены данные о значимых межгрупповых различиях по пяти из семи показателям. Прежде всего, наивысший уровень аутентичности был получен в группе людей, переживающих хронический стресс: интенсивность Аутентичной жизни у них выше, а Принятие внешнего влияния и Самоотчуждение слабее, чем в двух других группах. Представители группы УБ показали средние результаты, а группа ПС неожиданно продемонстрировала самые низкие показатели аутентичности: выраженность Аутентичной жизни оказалась у них наименьшей, а показатели Принятия внешнего влияния и Самоотчуждения — наивысшими.

Таблица 1

Средние и стандартные отклонения основных переменных в группах сравнения

Шкалы	Группа		
	ХС	ПС	УБ
Аутентичная жизнь*	21,2±4,69	16,78±5,33	19,15±5,04
Принятие внешнего влияния*	13,22±4,61	16,04±4,62	14,98±4,81
Самоотчуждение*	7,58±4,30	15,50±5,90	12,23±6,44
Общий показатель прощения	84,48±21,57	80,52±13,86	84,30±10,86
Прощение себя	28,98±5,80	27,54±6,07	26,85±7,03
Прощение других*	29,20±5,93	26,04±5,33	28,45±5,74
Прощение событий*	35,86±17,70	26,94±5,84	29,00±6,13

Примечание. * — значимые различия при $p < 0,05$.

Обратимся к показателям диспозиционального прощения. Несмотря на отсутствие различий по общему показателю способности прощать и Прощению себя, два других показателя значимо различаются между группами, причем тенденции повторяют те,

что были описаны при анализе аутентичности. Респонденты из группы ХС демонстрируют самые высокие показатели склонности прощать других людей, а также отдельные события своей жизни. Самые низкие показатели отмечаются в группе ПС.

Эти результаты дали ответ на первый исследовательский вопрос.

Обратимся к анализу связи диспозиционального прощения и аутентичности: появляются ли эти качества вместе, исключают ли друг друга или вообще не связаны? Наибольшее количество связей образовали показатель Прощения себя и общий показатель Прощения — именно те, которые не различались в группах с разным уровнем стресса; результаты, впрочем, сильно варьируют, паттерны выразительны, а значимые корреляции умеренны (табл. 2). В группе ХС проявилась всего одна связь, в группе УБ — две, а в группе ПС их оказалось пять. Те, кто находится в стабильно трудных жизненных ситуациях, эффективно сопротивляются внешнему влиянию, если способны прощать вообще — неважно, себя, других или судьбу. По-видимому, этот навык позволяет им противостоять провокациям и манипуляциям, представляющим собой нередкий вариант внешнего влияния. Однако в остальном прощение и аутентичность в этой группе предстают как достаточно независимые феномены: не прощение задает высокий уровень аутентичности, а какие-то иные ресурсы.

Таблица 2

**Значимые связи диспозиционального прощения и аутентичности
в группах сравнения**

Группа	Шкалы	Общий показатель прощения	Прощение себя	Прощение событий
ХС	Принятие внешнего влияния	-0,39**		
	Самоотчуждение			
ПС	Аутентичная жизнь	0,30*	0,39**	0,43**
	Самоотчуждение		-0,33*	-0,37**
УБ	Аутентичная жизнь		0,37*	
	Принятие внешнего влияния		-0,39*	

Примечание. * — корреляции значимы при $p < 0,05$; ** — значимые на уровне $p < 0,01$.

В группе повседневного стресса связи наиболее дифференцированные. Чем лучше развиты навык прощения себя, событий своей жизни и готовность отказаться от мщения или восстановления справедливости, тем более «настоящую», подлинную жизнь проживают члены этой группы. Верно и обратное: непрощение, особенно жизненных событий и себя, связано с нарушением подлинности, выраженным Самоотчуждением. Иначе говоря, через развитие способности прощать как важнейшего социально-экзистенциального навыка в этой группе возможно

достижение Аутентичности и предотвращение Самоотчуждения. В группе условно благополучных способность прощать себя положительно связана с переживанием Аутентичной жизни и отрицательно — с Самоотчуждением.

Эти данные дали ответ на второй исследовательский вопрос.

Перейдем к поиску ответа на третий исследовательский вопрос. Рассматриваемые переменные (аутентичность и способность прощать) представляют собой качества примерно одинакового онтологического статуса — оба слабо связаны с темпераментом и характером, относятся к чертам личности нижнего уровня, развивающимся прижизненно и потому восприимчивым к событиям жизненного пути и накопленному индивидуальному опыту. Тем не менее, осознавая условность данной манипуляции, мы построили линейные регрессионные модели для каждой из рассмотренных групп, в которой показатели прощения были предиктором, а переживание аутентичности — эффектом. Было получено несколько моделей, среди которых оказались даже умеренно сильные (рис. 1, показаны стандартизированные β , значимые на уровне $p < 0,05$).



Рис. 1. Вклад показателей шкал прощения Хартланд в показатели аутентичности в трех группах сравнения

Примечание. R^2 — коэффициент детерминации, β — стандартизированный коэффициент регрессии; пунктирные стрелки показывают отрицательную предикцию. Все связи значимы при $p < 0,05$.

Как и прежде, были получены различия в предикции в разных группах. В группе ХС связь была наиболее скудной: только общий показатель Прощения может быть протектором против Принятия внешнего влияния. В группе ПС были получены наиболее богатые связи. Оказалось, что Прощение себя и Прощение ситуаций способствуют переживанию Аутентичной жизни и служат протектором

против Самоотчуждения. А группа УБ частично воспроизводит связи, полученные в группе ПС, но с усилением: Прощение себя способствует переживанию Аутентичной жизни и ослаблению Самоотчуждения. Таким образом, можно заключить, что Способность прощать действительно вносит вклад в переживание аутентичности, но при разном уровне и качестве стресса предикторы могут слегка варьировать.

Обсуждение результатов

Проведенное исследование показало, что и аутентичность, и диспозициональное прощение связаны с уровнем переживаемого стресса, причем эта зависимость нелинейна: наиболее высокий уровень позитивных качеств обнаружен в группе ХС, наименее высокий — в группе ПС, а умеренные показатели — в группе УБ. С учетом объективно сложной жизненной ситуации представителей группы ХС (физическая зависимость от других людей, нарушение привычных телесных ощущений и схемы тела, неспособность работать, потеря многих жизненных возможностей) мы можем объяснить данный результат только эффектом посттравматического роста, предполагающего продуктивный опыт позитивных личностных изменений в результате борьбы с тяжелыми жизненными кризисами. Очевидно, что драматический жизненный опыт предоставил им возможность практиковаться в наработке этих навыков. Эффект посттравматического роста проявляется во многих направлениях, в том числе в повышении понимания ценности жизни в целом, изменении своего отношения к другим людям, нахождении новых возможностей и укреплении чувства личной силы, т.е. в усилении переживания подлинности своего жизненного пути [26]. Более того, посттравматический рост типичным образом возникает именно в условиях отсутствия возможности объективного совладания со стрессом и трудной жизненной ситуацией, объективно безвыходной [6]. Хотелось бы также обратить внимание на то, что представители группы ХС несколько старше, чем остальные участники исследования, и можно предположить, что более высокий уровень позитивных качеств может быть обусловлен и просто взрослением.

В группе ПС, возможно, именно воспринимаемая незначительность, «невидимость» текущих огорчений способствует тому, что работа по их осознанию и преодолению не ведется, а реакция на них генерализуется лишь по достижении некоторого порога. В силу этого люди, убежденные в том, что они справляются с рутинными нагрузками, на самом деле истощаются, возможно, становятся излишне требовательными и к себе, и к окружающим. Именно поэтому десенсибилизация к несовершенствам, во многом заданная способностью прощать самих себя и жизненные обстоятельства (неудачи, несправедливость), помогает человеку сохранить свою целостность, свое истинное Я. Что же касается группы УБ, то в отсутствие избыточных нагрузок без особых катарсисов и драматизаций эти респонденты вырабатывают умеренно позитивное, адаптивное отношение к самим себе и миру.

Построенные регрессионные модели также интересны своими тенденциями, указывающими, что ресурсы аутентичности различаются в группах разной выраженности стресса, а траектории ее развития также могут не совпадать.

Обнаружено, что аутентичность практически не связана со способностью прощать в группе ХС. Несмотря на то, что аутентичность в этой группе выше, складывается впечатление, что аутентичность и способность прощать развиваются параллельно, не обуславливая друг друга. Для обеих студенческих групп наиболее существенный вклад в сохранение аутентичности был внесен способностью Прощать себя, позволяя предположить, что признание права на ошибку и аутентичность как феномены сильно пересекаются. Интересно, что только в группе ПС обнаружена высокая сензитивность к важности Прощать ситуации и события. Возможно, представление о разнообразии мира, его непредсказуемости и несправедливости еще не сформировалось в этом возрасте. Можно посмотреть на эти результаты и с другой стороны: высокая амбициозность, установка на соперничество и успех приводят к заужению фокуса сознания, в силу чего негативные жизненные события игнорируются, и люди сталкиваются с ними без должной психологической подготовленности.

Как бы то ни было, мы нашли ответы на поставленные исследовательские вопросы и готовы к выдвижению гипотез в последующих исследованиях.

Исследование не свободно от ограничений, которые частично могут быть преодолены в будущих исследованиях. Прежде всего, это не очень объемные выборки, оправданием использования которых может быть их популяционная малочисленность и клинический ракурс исследования. Далее, это скромный исследовательский арсенал. Мы использовали только два стандартизированных опросника в силу новизны и экзотичности изучения наших переменных в России и отсутствия других валидных методик, однако, учитывая возрастающую популярность позитивно-психологических исследований, можно ожидать, что подобных методов будет больше. Еще одно ограничение состоит в том, что в диагностике уровня стресса мы ограничились анализом объективной ситуации жизни наших респондентов, не измеряя субъективный стресс (использовали экспертный, а не психометрический метод диагностики состояния), что также может быть включено в дизайн последующих исследований. И, конечно, наша выборка была слишком однородной с точки зрения содержания источников стресса, что также может быть скорректировано в дальнейшем.

Выводы

Итак, проведенное предварительное исследование аутентичности личности, способности к прощению и их связи в зависимости от уровня выраженности стресса привело к следующим результатам. Прежде всего, обнаружено, что оба изучаемых позитивных качества различаются в зависимости от уровня переживаемого стресса, причем нелинейно: наиболее аутентичными и одновременно способными прощать оказались респонденты из группы ХС, в то время как респонденты из группы ПС продемонстрировали самый низкий уровень выраженности обоих качеств. Было обнаружено, что аутентичность и способность прощать связаны положительно: люди, склонные проявлять милосердие и прощать других или неблагоприятные жизненные обстоятельства, с большей вероятностью ощущают подлинность собственной личности. Показано также, что связи аутентичности и способности прощать образуют разные паттерны в зависимости от уровня выраженности

стресса. В группе ХС эти феномены практически обособлены (присутствует только одна связь), в группе УБ аутентичность предсказывается способностью Прощать себя (две связи), а в группе ПС — способностью Прощать себя и события своей жизни (четыре связи).

Несмотря на то, что проведенное исследование носило предварительный характер, на наш взгляд, очевидно, что способность прощать себя и неприятные жизненные обстоятельства, от риска которых не застрахован никто, способствует развитию аутентичности, которая в свою очередь представляет собой важный фактор психологического благополучия и позитивного функционирования личности. Этот факт может быть использован в программах личностного роста и коучинге, направленных на получение соответствующих жизненных навыков.

Литература

1. Арутюнова К.Р., Александров Ю.И. Мораль и субъективный опыт. М: изд-во Институт психологии РАН, 2019. 188 с.
2. Большунова Н.Я., Устинова О.А. Психологические и социокультурные смыслы прощения и развитие способности к нему // Духовно-нравственные проблемы современной личности / Под ред. М.И. Воловиковой, А.Л. Журавлева, А.В. Юревича. Москва: изд-во Институт психологии РАН, 2018. С. 204–225.
3. Бочавер К.А., Данилов А.Б., Нартова-Бочавер С.К. и др. Перспективы салютогенного подхода к профилактике синдрома выгорания у российских врачей // Клиническая и специальная психология. 2019. Том 8. № 1. С. 58–77. DOI: 10.17759/psyclin.2019080104
4. Витко Ю.С., Лебедева А.А. Духовность как индикатор качества жизни, связанного с психическим здоровьем // Неврологический вестник. 2019. Том 51. № 4. С. 88–91. DOI: 10.17816/nb16465
5. Джозеф С. Что нас не убивает. Новая психология посттравматического роста. М: Карьера Пресс, 2015. 352 с.
6. Довжик Л.М., Бочавер К.А. Психология спортивной травмы. М: Спорт, 2020. 264 с.
7. Кононова А.П., Пуговкина О.Д. Валидизация опросника «Склонность к прощению и установки по отношению к прощению проступков» на российской выборке // Консультативная психология и психотерапия. 2018. Том 26. № 4. С. 27–45. DOI: 10.17759/cpp.2018260403
8. Леонтьев Д. А., Тараненко О. А., Калашникова О.Э. Специфика осмысленности жизни у различных групп кризисных пациентов // Мир психологии. 2017. № 3. С. 190–201.
9. Маслоу А. Мотивация и личность. СПб: Питер СПб, 2008. 400 с.
10. Митина О.В. Альфа Кронбаха: когда и зачем ее считать // Современная психодиагностика России. Преодоление кризиса: сборник материалов III

Нартова-Бочавер С.К., Пак В.В.
Аутентичность и способность прощать при разных
уровнях стресса: предварительное исследование
Клиническая и специальная психология
2022. Том 11. № 1. С. 141–163.

Nartova-Bochaver S.K., Park V.V.
Authenticity and Dispositional Forgiveness
at Different Stress Levels: A Preliminary Study
Clinical Psychology and Special Education
2022, vol. 11, no. 1, pp. 141–163.

Всероссийской конференции. Том 1. / Под ред. Н.А. Батурина. Челябинск:
издательский центр ЮУрГУ, 2015. С. 232–240.

11. *Нартова-Бочавер С.К., Адамян А.А.* Способность прощать и домашняя среда как аспекты межличностного взаимодействия // Социальная психология и общество. 2020. Том 11. № 1. С. 193–210. DOI: 10.17759/sps.2020110112

12. *Нартова-Бочавер С.К., Ковалёва М.А.* Аутентичность личности и моральные мотивы в ситуациях повседневного и хронического стресса // Способности и ментальные ресурсы человека в мире глобальных перемен / Под. ред. А.Л. Журавлёва, М.А. Холодной, П.А. Сабодоша. М.: изд-во Институт психологии РАН, 2020. С. 1108–1115. DOI: 10.38098/proc.2020.59.34.001.

13. *Франкл В.* Базовые концепции логотерапии. Харьков: Гуманитарный центр Харьков, 2022. 104 с.

14. *Akhtar S., Dolan A., Barlow J.* Understanding the relationship between state forgiveness and psychological wellbeing: A qualitative study // Journal of Religion and Health. 2017. Vol. 56. № 2. P. 450–463. DOI: 10.1007/s10943-016-0188-9

15. *Bauer K.* To be or not to be authentic. In defense of authenticity as an ethical ideal // Ethical Theory and Moral Practice. 2017. Vol. 20. № 3. P. 567–580. DOI: 10.1007/s10677-017-9803-4

16. *Calhoun L.G., Tedeschi R.G.* Handbook of posttraumatic growth: Research and practice. London: Lawrence Erlbaum, 2014. 385 p.

17. *Chen S., Murphy D.* The mediating role of authenticity on mindfulness and well-being: a cross cultural analysis // Asia Pacific Journal of Counselling and Psychotherapy. 2019. Vol. 10. № 1. P. 40–55. DOI: 10.1080/21507686.2018.1556171

18. *Fredrickson B.L.* Updated thinking on the positivity ratio // American Psychologist. 2013. Vol. 68. P. 814–822. DOI: 10.1037/a0033584

19. *Gall T.L., Bilodeau C.* The role of forgiveness as a coping response to intimate partner stress // Journal of Spirituality in Mental Health. 2021. Vol. 23. № 4. P. 1–23. DOI: 10.1080/19349637.2020.1745725

20. *Gino F., Kouchaki M., Galinsky A.D.* The moral virtue of authenticity: How inauthenticity produces feelings of immorality and impurity // Psychological Science. 2015. Vol. 26. № 7. P. 983–996. DOI: 10.1177/0956797615575277

21. *Harrison R.V.* The person-environment fit model and the study of job stress // Human stress and cognition in organizations / T.A. Beehr, R.S. Bhagat (eds.). New York: Wiley, 1985. P. 23–55.

22. *Henning T.* Why be yourself? Kantian respect and Frankfurtian identification // The Philosophical Quarterly. Vol. 61 (245). P. 725–745. DOI: 10.1111/j.1467-9213.2011.707.x

23. *Homans G.C.* Social Behavior; Its Elementary Forms. New York: Harcourt, Brace, Jovanovich, 1961. 396 p.
24. *Maffly-Kipp J., Flanagan P., Kim J. et al.* The role of perceived authenticity in psychological recovery from collective trauma // *Journal of Social and Clinical Psychology*. 2020. Vol. 39. № 5. P. 419–448. DOI: 10.1521/jscp.2020.39.5.419
25. *Maltby J., Day L., Barber L.* Forgiveness and mental health variables: Interpreting the relationship using an adaptational-continuum model of personality and coping // *Personality and Individual Differences*. 2004. Vol. 37. № 8. P. 1629–1641. DOI: 10.1016/j.paid.2004.02.017
26. *Maltby J., Wood A.M., Day L. et al.* The position of authenticity within extant models of personality // *Personality and Individual Differences*. 2012. Vol. 52. № 3. P. 269–273. DOI: 10.1016/j.paid.2011.10.014
27. *Matos M., Duarte C., Duarte J. et al.* Cultivating the compassionate self: An exploration of the mechanisms of change in compassionate mind training // *Mindfulness*. 2022. Vol. 13(1). P. 1–14. DOI: 10.1007/s12671-021-01717-2
28. *Međedović J., Petrović B.* Can there be an immoral morality? Dark personality traits as predictors of Moral foundations // *Psihologija*. 2016. Vol. 49. № 2. P. 185–197. DOI: 10.2298/PSI1602185
29. *Munns C.A.* Religious belief, authenticity, posttraumatic stress, and existential well-being in combat veterans: A correlation study. Doctoral dissertation. San Diego, CA: Northcentral University, 2018. URL: <https://www.proquest.com/openview/73ab3fe471ea2116b4febff2c04f0b27/1.pdf?pq-origsite=gscholar&cbl=18750> (дата обращения: 13.03.2021).
30. *Ottiger A.S., Joseph S.* From ego-centred to eco-centred: an investigation of the association between authenticity and ecological sensitivity // *Person-Centered & Experiential Psychotherapies*. 2020. Vol. 20 (6). P. 1–13. DOI: 10.1080/14779757.2020.1846600
31. *Parks-Leduc L., Feldman G., Bardi A.* Personality traits and personal values: A meta-analysis // *Personality and Social Psychology Review*. 2015. Vol. 19. № 1. P. 3–29. DOI: 10.1177/1088868314538548
32. *Pinto D.G., Maltby J., Wood A.M.* Exploring the tripartite model of authenticity within Gray's approach and inhibition systems and Cloninger's bio-social model of personality // *Personality and Individual Differences*. 2011. Vol. 51. № 2. P. 194–197. DOI: 10.1016/j.paid.2011.03.040
33. *Reed D.E., Lehinger E., Cobos B. et al.* Authenticity as a resilience factor against CV-19 threat among those with chronic pain and posttraumatic stress disorder // *Frontiers in psychology*. 2021. Vol. 12. P. 1438. DOI: 10.3389/fpsyg.2021.643869
34. *Reznichenko S.I., Nartova-Bochaver S.K., Irkhin B.D.* Do authentic people care about the environment? A view from two paradigms // *Psychology in Russia: State of the Art*. 2021. Vol. 14. № 3. P. 81–102. DOI: 10.11621/pir.2021.0306

35. Ryan R.M., LaGuardia J.G., Rawsthorne L.J. Self-complexity and the authenticity of self-aspects: Effects on wellbeing and resilience to stressful events // *North American Journal of Psychology*. 2005. Vol. 7. № 3. P. 431–448.
36. Ryan W.S., Ryan R.M. Toward a social psychology of authenticity: Exploring within-person variation in autonomy, congruence, and genuineness using self-determination theory // *Review of General Psychology*. 2019. Vol. 23. № 1. P. 99–112. DOI: 10.1037/gpr0000162
37. Strelan P. The stress-and-coping model of forgiveness: Theory, research, and the potential of dyadic coping // *Handbook of forgiveness* / E.L. Worthington, N.G. Wade (eds.). London: Routledge, 2020. P. 63–73. DOI: 10.4324/9781351123341-7
38. Strohminger N., Knobe J., Newman G. The true self: A psychological concept distinct from the self // *Perspectives on Psychological Science*. 2017. Vol. 12. № 4. P. 551–560. DOI: 10.1177/1745691616689495
39. Swart E. Values inconsistency between work and home: Evaluating the impact on stress and well-being, and the role that authenticity has to play. Master Thesis. Hamilton, New Zealand: The University of Waikato, 2020. URL: <https://researchcommons.waikato.ac.nz/handle/10289/13802> (дата обращения: 13.03.2021).
40. Tan C. Mindfulness and morality: Educational insights from Confucius // *Journal of Moral Education*. 2021. Vol. 50. № 3. P. 356–367. DOI: 10.1080/03057240.2020.1779045
41. Thompson L.Y., Snyder C.R., Hoffman L. et al. Dispositional forgiveness of self, other, and situations // *Journal of Personality*. 2005. Vol. 73. P. 313–359. DOI: 10.1111/j.1467-6494.2005.00311.x
42. Tran J.C. Authentic forgiveness: A biblical approach. Carlisle: Langham, 2020. 132 p.
43. Wenzel M., Okimoto T.G. The varying meaning of forgiveness: Relationship closeness moderates how forgiveness affects feelings of justice // *European Journal of Social Psychology*. 2012. Vol. 42. № 4. P. 420–431. DOI:10.1002/EJSP.1850
44. Wood A.M., Linley P.A., Maltby J. et al. The authentic personality: A theoretical and empirical conceptualization and the development of the Authenticity Scale // *Journal of Counseling Psychology*. 2008. Vol. 55. № 3. P. 385–399. DOI: 10.1037/0022-0167.55.3.385
45. Zhang J.W., Chen S., Tomova Shakur T.K. et al. A compassionate self is a true self? Self-compassion promotes subjective authenticity // *Personality and Social Psychology Bulletin*. 2019. Vol. 45. № 9. P. 1323–1337. DOI:10.1177/0146167218820914

References

1. Arutyunova K.R., Aleksandrov Yu.I. Moral' i sub"ektivnyi opyt [Morality and subjective experience]. Moscow: publ. of Institute of psychology RAS, 2019. 188 p. (In Russ.).
2. Bol'shunova N.Ya., Ustinova O.A. Psikhologicheskie i sotsiokul'turnye smysly proshcheniya i razvitie sposobnosti k nemu [Psychological and Sociocultural meanings of

the modern person]. In M.I. Volovikova, A.L. Zhuravlev, A.V. Yurevich (eds.), *Dukhovno-nravstvennye problemy sovremennoi lichnosti=Spiritual and Moral Problems of the Modern Person*. Moscow: publ. of Institute of psychology RAS, 2018. Pp. 204—225. (In Russ.)

3. Bochaver K.A., Danilov A.B., Nartova-Bochaver S.K. et al. Perspektivy salyutogenogo podkhoda k profilaktike sindroma vygoraniya u rossiiskikh vrachei [Future of salutogenic approach to prevention of burnout syndrome in Russian physicians]. *Klinicheskaya i spetsial'naya psikhologiya=Clinical Psychology and Special Education*, 2019, vol. 8, no. 1, pp. 58–77. DOI: 10.17759/cpse.2019080104 (In Russ., abstr. in Engl.).

4. Vitko Yu.S., Lebedeva A.A. Dukhovnost' kak indikator kachestva zhizni, svyazannogo s psikhicheskim zdorov'em [Spirituality as an indicator of mental health-related quality of life]. *Dukhovnost' kak indikator kachestva zhizni, svyazannogo s psikhicheskim zdorov'em Nevrologicheskii vestnik=Neurological Bulletin*, 2019, vol. 51, no. 4, pp. 88–91. DOI: 10.17816/nb16465_(In Russ., abstr. in Engl.).

5. Dzhozef S. Chto nas ne ubivaet. Novaya psikhologiya posttravmaticheskogo rosta [What doesn't kill us: The new psychology of posttraumatic growth]. Moscow: Kar'era Press, 2015. 352 p. (In Russ.).

6. Dovzhik L.M., Bochaver K.A. Psikhologiya sportivnoi travmy [Psychology of sport injury]. Moscow: Sport, 2020. 264 p. (In Russ.).

7. Kononova A.P., Pugovkina O.D. Validizatsiya oprosnika pSklonnost' k proshcheniyu i ustanovki po otnosheniyu k proshcheniyu prostupkov»rna rossiiskoi vyborke [The Validation of Tendency to Forgive and Attitudes Toward Forgiveness Scale on the Russian-Speaking Sample]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya=Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2018, vol. 26, no. 4, pp. 27–45. DOI: 10.17759/cpp.2018260403 (In Russ., abstr. in Engl.).

8. Leont'ev D.A., Taranenko O.A., Kalashnikova O.E. Spetsifika osmyslennosti zhizni u razlichnykh grupp krizisnykh patsientov [The specifics of the meaningfulness of life in different groups of crisis patients]. *Mir psikhologii=The World of Psychology*, 2017, no. 3, pp. 190–201. (In Russ.)

9. Maslou A. Motivatsiya i lichnost' [Motivation and personality]. Saint-Petersburg: Piter SPb, 2008. 400 p. (In Russ.)

10. Mitina O.V. Alfa Kronbakha: kogda i zachem ee schitat' [Cronbach's Alpha: when and why to count it]. In N.A. Baturin (ed.), *Sovremennaya psikhodiagnostika Rossii. Preodolenie krizisa: sbornik materialov III Vserossiiskoi konferentsii=Psychodiagnosics of Russia. Overcoming the crisis: collection of materials of the III All-Russian Conference*. Vol. 1. Chelyabinsk: Izdatel'skii tsentr YuUrGU, 2015, pp. 232–240.

11. Nartova-Bochaver S.K., Adamyan A.A. Sposobnost' proshchat' i domashnyaya sreda kak aspekty mezhlichnostnogo vzaimodeistviya [Forgiveness and home environment as aspects of interpersonal interaction]. *Sotsial'naya psikhologiya i obshchestvo=Social Psychology and Society*, 2020, vol. 11, no. 1, pp. 193–210. DOI: 10.17759/sps.2020110112 (In Russ., abstr. in Engl.).

12. Nartova-Bochaver S.K., Kovaleva M.A. Autentichnost' lichnosti i moral'nye motivy v situatsiyakh povsednevnogo i khronicheskogo stressa [Personal authenticity and moral motives in situations of everyday and chronic stress]. *Sposobnosti i mental'nye resursy cheloveka v mire global'nykh peremen=Human Abilities and Mental Resources in the World of Global Change*. Moscow: publ. of Institute of psychology RAS, 2020, pp. 1108–1115. DOI: 10.38098/proc.2020.59.34.001. (In Russ., abstr. in Engl.).
13. Frankl V. Bazovye kontseptsii logoterapii [The basic concepts of logotherapy]. Khar'kov: Gumanitarnyi tsentr Khar'kov, 2022, 104 p. Saint-Petersburg, 2000. (In Russ.).
14. Akhtar S., Dolan A., Barlow J. Understanding the relationship between state forgiveness and psychological wellbeing: A qualitative study. *Journal of Religion and Health*, 2017, vol. 56, no. 2, pp. 450–463. DOI: 10.1007/s10943-016-0188-9
15. Bauer K. To be or not to be authentic. In defense of authenticity as an ethical ideal. *Ethical Theory and Moral Practice*, 2017, vol. 20, no. 3, pp. 567–580. DOI: 10.1007/s10677-017-9803-4
16. Calhoun L.G., Tedeschi R.G. Handbook of posttraumatic growth: Research and practice. London: Lawrence Erlbaum, 2014. 385 p.
17. Chen S., Murphy D. The mediating role of authenticity on mindfulness and well-being: a cross cultural analysis. *Asia Pacific Journal of Counselling and Psychotherapy*, 2019, vol. 10, no. 1, pp. 40–55. DOI: 10.1080/21507686.2018.1556171
18. Fredrickson B.L. Updated thinking on the positivity ratio. *American Psychologist*, 2013, vol. 68, pp. 814–822. DOI: 10.1037/a0033584
19. Gall T.L., Bilodeau C. The role of forgiveness as a coping response to intimate partner stress. *Journal of Spirituality in Mental Health*, 2021, vol. 23, no. 4, pp. 1–23. DOI: 10.1080/19349637.2020.1745725
20. Gino F., Kouchaki M., Galinsky A.D. The moral virtue of authenticity: How inauthenticity produces feelings of immorality and impurity. *Psychological Science*, 2015, vol. 26, no. 7, pp. 983–996. DOI: 10.1177/0956797615575277
21. Harrison R.V. The person-environment fit model and the study of job stress. In T.A. Beehr, R.S. Bhagat (eds.), *Human Stress and Cognition in Organizations*. New York: Wiley, 1985, pp. 23–55.
22. Henning T. Why be yourself? Kantian respect and Frankfurtian identification. *The Philosophical Quarterly*. Vol. 61(245). P. 725–745. DOI: 10.1111/j.1467-9213.2011.707.x
23. Homans G.C. Social Behavior Its Elementary Forms. New York: New York: Harcourt, Brace, Jovanovich, 1961. 396 p.
24. Maffly-Kipp J., Flanagan P., Kim J. et al. The role of perceived authenticity in psychological recovery from collective trauma. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 2020, vol. 39, no. 5, pp. 419–448. DOI: 10.1521/jscp.2020.39.5.419
25. Maltby J., Day L., Barber L. Forgiveness and mental health variables: Interpreting the relationship using an adaptational-continuum model of personality and coping.

Personality and Individual Differences, 2004, vol. 37, no. 8, pp. 1629–1641. DOI: 10.1016/j.paid.2004.02.017

26. Maltby J., Wood A.M., Day L. et al. The position of authenticity within extant models of personality. *Personality and Individual Differences*, 2012, vol. 52, no. 3, pp. 269–273. DOI: 10.1016/j.paid.2011.10.014

27. Matos M., Duarte C., Duarte J. et al. Cultivating the compassionate self: An exploration of the mechanisms of change in compassionate mind training. *Mindfulness*, 2022 vol. 13(1), pp. 1–14. DOI: 10.1007/s12671-021-01717-2

28. Međedović J., Petrović B. Can there be an immoral morality? Dark personality traits as predictors of Moral foundations. *Psihologija*, 2016, vol. 49, no. 2, pp. 185–197. DOI: 10.2298/PSI1602185M

29. Munns C.A. Religious Belief, Authenticity, Posttraumatic Stress, and Existential Well-Being in Combat Veterans: A Correlation Study. Doctoral dissertation. San Diego, CA: Northcentral University, 2018. URL: <https://www.proquest.com/openview/73ab3fe471ea2116b4febff2c04f0b27/1.pdf?pq-origsite=gscholar&cbl=18750> (Accessed: 13.03.2021).

30. Ottiger A.S., Joseph S. From ego-centred to eco-centred: an investigation of the association between authenticity and ecological sensitivity. *Person-Centered & Experiential Psychotherapies*, 2020, vol. 20, no. 6, pp. 1–13. DOI: 10.1080/14779757.2020.1846600

31. Parks-Leduc L., Feldman G., Bardi A. Personality traits and personal values: A meta-analysis. *Personality and Social Psychology Review*, 2015, vol. 19, no. 1, pp. 3–29. DOI: 10.1177/1088868314538548

32. Pinto D.G., Maltby J., Wood A.M. Exploring the tripartite model of authenticity within Gray's approach and inhibition systems and Cloninger's bio-social model of personality. *Personality and Individual Differences*, 2011, vol. 51, no. 2, pp. 194–197. DOI: 10.1016/j.paid.2011.03.040

33. Reed D.E., Lehinger E., Cobos B. et al. Authenticity as a resilience factor against CV-19 threat among those with chronic pain and posttraumatic stress disorder. *Frontiers in Psychology*, 2021, vol. 12, p. 1438. DOI: 10.3389/fpsyg.2021.643869

34. Reznichenko S.I., Nartova-Bochaver S.K., Irkhin B.D. Do Authentic People Care about the Environment? A View from Two Paradigms. *Psychology in Russia: State of the Art*, 2021, vol. 14, no. 3, pp. 81–102. DOI: 10.11621/pir.2021.0306

35. Ryan R.M., LaGuardia J.G., Rawsthorne L.J. Self-complexity and the authenticity of self-aspects: Effects on wellbeing and resilience to stressful events. *North American Journal of Psychology*, 2005, vol. 7, no. 3, pp. 431–448.

36. Ryan W.S., Ryan R.M. Toward a social psychology of authenticity: Exploring within-person variation in autonomy, congruence, and genuineness using self-determination theory. *Review of General Psychology*, 2019, vol. 23, no. 1, pp. 99–112. DOI: 10.1037/gpr0000162

37. Strelan P. The stress-and-coping model of forgiveness: Theory, research, and the potential of dyadic coping. In E.L. Worthington, Jr. N.G. Wade (eds.), *Handbook of Forgiveness*. London: Routledge, 2020, pp. 63–73. DOI: 10.4324/9781351123341-7
38. Strohming N., Knobe J., Newman G. The true self: A psychological concept distinct from the self. *Perspectives on Psychological Science*, 2017, vol. 12, no. 4, pp. 551–560. DOI: 10.1177/1745691616689495
39. Swart E. Values inconsistency between work and home: Evaluating the impact on stress and well-being, and the role that authenticity has to play. Master Thesis. Hamilton, New Zealand: The University of Waikato, 2020. URL: <https://researchcommons.waikato.ac.nz/handle/10289/13802> (Accessed: 13.03.2021).
40. Tan C. Mindfulness and morality: Educational insights from Confucius. *Journal of Moral Education*, 2021, vol. 50, no. 3, pp. 356–367. DOI: 10.1080/03057240.2020.1779045
41. Thompson L.Y., Snyder C.R., Hoffman L. et al. Dispositional forgiveness of self, other, and situations. *Journal of Personality*, 2005, vol. 73, pp. 313–359. DOI: 10.1111/j.1467-6494.2005.00311.x.
42. Tran J.C. *Authentic Forgiveness: A Biblical Approach*. Carlisle: Langham, 2020. 132 p.
43. Wenzel M., Okimoto T.G. The varying meaning of forgiveness: Relationship closeness moderates how forgiveness affects feelings of justice. *European Journal of Social Psychology*, 2012, vol. 42, no. 4, pp. 420–431. DOI: 10.1002/EJSP.1850
44. Wood A.M. Linley P.A., Maltby J. et al. The authentic personality: A theoretical and empirical conceptualization and the development of the Authenticity Scale. *Journal of Counseling Psychology*, 2008, vol. 55, no. 3, pp. 385–399. DOI: 10.1037/0022-0167.55.3.385
45. Zhang J.W., Chen S., Tomova Shakur T.K. et al. A compassionate self is a true self? Self-compassion promotes subjective authenticity. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 2019, vol. 45, no. 9, pp. 1323–1337. DOI: 10.1177/0146167218820914

Информация об авторах

Нартова-Бочавер Софья Кимовна, доктор психологических наук, профессор, ведущий научный сотрудник департамента психологии, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» (ФГБОУ ВО НИУ ВШЭ), г. Москва, Россия, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8061-4154>, e-mail: snartovabochover@hse.ru

Пак Виолетта Викторовна, младший научный сотрудник, АНО Научно-практической лаборатории «Психологические инструменты» Международного аэропорта Домодедово г. Домодедово, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7664-1910> e-mail: violet.park95@mail.ru

Information about the authors

Sofya K. Nartova-Bochaver, Doctor of Psychological Sciences, Professor, Leading researcher, Department of Psychology, HSE University, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8061-4154>, e-mail: s-nartova@yandex.ru

Нартова-Бочавер С.К., Пак В.В.
Аутентичность и способность прощать при разных
уровнях стресса: предварительное исследование
Клиническая и специальная психология
2022. Том 11. № 1. С. 141–163.

Nartova-Bochaver S.K., Park V.V.
Authenticity and Dispositional Forgiveness
at Different Stress Levels: A Preliminary Study
Clinical Psychology and Special Education
2022, vol. 11, no. 1, pp. 141–163.

Violetta V. Park, researcher, Laboratory of Science and Practical "Psychological Instruments", Domodedovo International Airport, Domodedovo, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7664-1910>, e-mail: violet.park95@mail.ru

Получена: 28.12.2021

Received: 28.12.2021

Принята в печать: 13.03.2022

Accepted: 13.03.2022