



УДК: 159.923.2

ББК: 88.52

Я-КОНЦЕПЦИЯ КАК ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОЕ ЯДРО ЛИЧНОСТИ, ОБЕСПЕЧИВАЮЩЕЕ ЕЕ ВНУТРЕННЮЮ САМООРГАНИЗАЦИЮ И САМОРЕГУЛЯЦИЮ

О.В. Голубь

В статье анализируется Я-концепция как экзистенциальное ядро личности, которое обеспечивает ее внутреннюю самоорганизацию, саморегуляцию и удовлетворенность жизнью. Показано, что она определяет интерпретацию опыта и служит источником ожиданий индивида, являясь важным фактором организации его психики и поведения в контексте трех временных измерений: прошлого, настоящего, будущего.

Ключевые слова: Я-концепция, самоорганизация, саморегуляция, временные модусы, целостное субъектное пространство, феноменологический подход, психика.

В психологии термин «Я-концепция» наибольшее распространение получил в зарубежной психологии в рамках теории личности (У. Джемс, Э. Эриксон, К. Роджерс, Б. Бернс, Д. Майерс, В. Карнес, С. Фрайберг, и др.). В отечественной науке употребляются другие близкие по смыслу понятия: самосознание (С.Л. Рубинштейн, В.В. Столин, В.С. Мухина, Е.Т. Соколова и др.), «образ Я» (И.С. Кон, Д.Б. Эльконин, С.Г. Якобсон, Е.Л. Яковлева, Н.Н. Авдеева и др.), «образ себя» (М.И. Лисина, А.Г. Рузская и др.). Все эти концепции можно назвать адаптивными, так как мы живем в том мире, который конструируем сами, хотя это и происходит бессознательно. Человек не просто находит свой мир – он строит его сам. «Я» – это всегда продолжение мира, субъектного мира. Развитие человека, как было показано нами ранее, происходит во взаимодействии «Я» и «Мира» – порождаемый эффект взаимодействия. Человек, таким образом, может развиваться и преобразовывать мир одновременно.

«Я-концепция» включает все идеи и представления человека о себе (самопрезентации)

и о своем взаимодействии с окружающим миром (объективные репрезентации). Данное положение находит отражение в работах М. Клейна, Н. Чешира, Г. Томе, Е. Шильштейна, С.А. Баклушинского. Я-концепция является двойственным конструктом внутреннего мира человека, который обеспечивает связывание ценностного и социального измерений. Согласно результатам исследований Е.С. Шильштейна (1999, 2000), в двойственности «Я-концепции» возникает проблема: насколько в социальной общности удастся реализовать изначально позитивное, гармоничное самоощущение. «Данные о параметрах распределения корреляционных рядов конструкта Я, – пишет он, – свидетельствует о том, что конструкт Я позитивен на обоих уровнях, но содержание его различно. Я является фактически связующим звеном между ценностями социума и собственным идеалом» [8, с. 78].

Другими словами, «Я-концепция» есть связующее звено между двумя ценностными уровнями, имеющими различное содержание, но существующими как единое, целостное субъектное пространство:

1. Собственно-личностный уровень – ценностное измерение личности, порождаемое мотивами посредством значимых смыслов.

2. Уровень социальной общности – ценностное измерение социума.

Большинство исследователей признают многомерность, иерархичность системы «Я» и включают в нее широкий круг форм репрезентаций: представление о себе, эмоционально-ценностное соотношение, самооценку и пр. Опираясь на развиваемую В.Ф. Петренко теорию уровневого строения субъективного опыта и концепцию Е.С. Шильштейна об уровневой организации системы «Я», мы можем говорить о том, что «Я-концепция» – это вертикально организованная часть психического опыта как единого континуума, который разворачивается от глубинного самоощущения до вербализованных, концептуализированных представлений о себе, где нет конечного числа репрезентаций «Я».

Наиболее целостную и логичную, на наш взгляд, концепцию предложил Р. Бернс. Наряду с К. Роджерсом, он определяет «Я-концепцию» как динамическую совокупность свойственных каждой личности установок, имеющих свою иерархическую структуру, и утверждает, что «Я-концепция» – это совокупность всех представлений индивида о себе, сопряженное с их оценкой. Р. Бернс выделил четыре составляющих «Я-концепции», позволяющих конкретизировать ее содержательную сторону [3]:

1. *Описательная составляющая*, связанная с отношением к себе или к отдельным своим качествам, то есть самооценка или принятие себя.

2. *Оценочная составляющая*, связанная с личностным, оценочным моментом при попытках охарактеризовать себя. Иными словами, «Я-концепция» – это не только констатация, описание черт своей личности, но и вся совокупность их оценочных характеристик и связанных с ними переживаний.

Необходимо отметить, что выделение *описательной и оценочной составляющих* позволило рассматривать Я-концепцию как совокупность установок, направленных на самого себя, в определении которых подчеркиваются три главных элемента:

- убеждение, которое может быть обоснованным или необоснованным (когнитивная составляющая установки);
- эмоциональное отношение к этому убеждению (эмоционально-оценочная составляющая);

- соответствующая реакция (поведенческая составляющая).

Применительно к «Я-концепции» эти элементы Р. Бернс конкретизирует следующим образом:

- образ Я как представление индивида о самом себе;
- самооценка как аффективная оценка этого представления;
- потенциальная поведенческая реакция как конкретные действия, вызванные образом Я и самооценкой.

3. *Когнитивная составляющая*, связанная с самоописаниями как способом охарактеризовать неповторимость каждой личности через сочетания ее отдельных черт. Эти представления индивида о самом себе кажутся ему убедительными независимо от того, являются ли они истинными или ложными.

4. *Поведенческая составляющая*, связанная с непосредственным выражением установки индивида в его поведении.

«Я-концепция», по Р. Бернсу, формируется под воздействием различных внешних влияний, которые испытывает индивид. Особенно важными являются для него контакты со значимыми другими индивидами, которые и определяют представления индивида о самом себе. На первых порах любые социальные контакты оказывают на него формирующее воздействие. Однако с момента своего зарождения «Я-концепция» становится активным началом, важным фактором в интерпретации опыта, способствует достижению внутренней согласованности личности, определяет интерпретацию опыта и является источником ожиданий.

Человек как социальное существо не может избежать принятия многих социальных и культурных ролей, нормативов и оценок, определяемых условиями жизни в обществе (процесс социализации). Он становится объектом и собственных суждений, и оценок других людей, с которыми взаимодействует, и, если он стремится получить одобрение окружения, он должен соответствовать общепринятым стандартам. Поэтому функциями «Я-концепции» являются:

- интерпретация прошлого опыта;
- действия индивида в конкретной ситуации;
- интерпретация действий других;

- определение ролевых экспектаций индивида, то есть представлений о том, что должно произойти.

Именно «Я-концепция» определяет интерпретацию опыта и служит источником ожиданий индивида, являясь важным фактором организации его психики и поведения.

Я-концепцию личности необходимо рассматривать в трех временных измерениях:

- *прошлое* как интерпретация опыта;
- *настоящее* как действия индивида в конкретной ситуации;
- *будущее* как построение перспектив будущего (ожидания индивида).

Прежде чем непосредственно обратиться к временным «модусам» в структуре Я-концепции, отметим, что предположения о их наличии являются столь же традиционными для психологических исследований личности, сколь и вся данная проблематика в целом. На основании научно-теоретического анализа Е.П. Белинская отмечает, что «идея “времени Я-концепции” явно или неявно присутствовала и присутствует при анализе возможных факторов формирования представлений о себе – в зависимости от конкретных теоретических пристрастий исследователей менялись лишь акценты... Во-вторых, многие исследователи обращались и обращаются к идее актуализации того или иного временного «модуса» Я-концепции при анализе мотивации... В-третьих, идея временной представленности Я-представлений, и особенно их согласованности, определенной связанности, сегодня присутствует практически во всех психотерапевтических практиках, традиционно считаясь важнейшим психическим показателем психического здоровья человека» [2, с. 140–142].

Как уже было показано выше, начиная с классических работ У. Джемса, в понятие Я – концепции закладывалось не только актуальное самоопределение, но и то, как сам индивид оценивает возможности своего развития в будущем. Именно идея актуального Я (которое относится к будущему) была положена данным автором в основу самооценки как одной из фундаментальных составляющих Я-концепции. На протяжении последующего активного эмпирического освоения проблематики Я-концепции идея субъективной «временной развертки» самопредставлений оставалась

некоторой константой, при этом авторы обращались к ней в различных контекстах (М. Розенберг, Г. Каплан, В.В. Столин, Р. Бернс, Х. Маркус, П. Нуриус, Д. Майерс и др.).

Так, согласно М. Розенбергу и Г. Каплан, существуют различные «планы функционирования» Я-концепции (план реальности, план фантазии, план будущего и пр., в том числе и план возможности), задающие ее многоуровневость как с точки зрения «объективного» строения, так и «субъективного» существования. В рамках анализа структуры Я-концепции как целостного образования они вводят понятие «возможное Я», которое более детально и в отрыве от идеи его уровня строения разрабатывается в концепции Х. Маркуса, где была предпринята определенная попытка решения проблемы изменчивости/стабильности «Я». В своей концепции он предложил снять данное противоречие, введя понятие «рабочей Я-концепции», определяемой как «Я-концепция» в данное время и в заданном социальном контексте взаимодействия, как часть общего репертуара Я, определяемого на микро- и макро-социальном уровне.

Согласно феноменологическому подходу в психологии в понимании человека исходит из впечатлений субъекта, исходящих из его прошлого и настоящего опыта, основанном на центральном его звене – восприятии, а не с позиции внешнего наблюдателя. В соответствии с этим индивид не может изменить сами события, а может изменить их восприятие и интерпретацию. По Д. Майерсу, «Я-концепция» – это Я-структуры (психические модели), с помощью которых мы *организуем* нашу жизнь. Я-структура – вера в себя (доверие к себе), которая организует и направляет обработку информации, касающейся самого человека. Эти элементы «Я-концепции» влияют на то, как мы воспринимаем, запоминаем и оцениваем других людей и себя. Наша «Я-концепция» включает в себя не только наши убеждения в том, *кто мы сейчас*, но и то, *кем мы могли бы стать*, т. е. наши возможные Я.

Однако в различные возрастные периоды личности это временное пространство неодинаково, как и в конкретной жизненной ситуации. Так, например, в подростковом возрасте значимость настоящего временного измерения возрастает (см. рисунок).

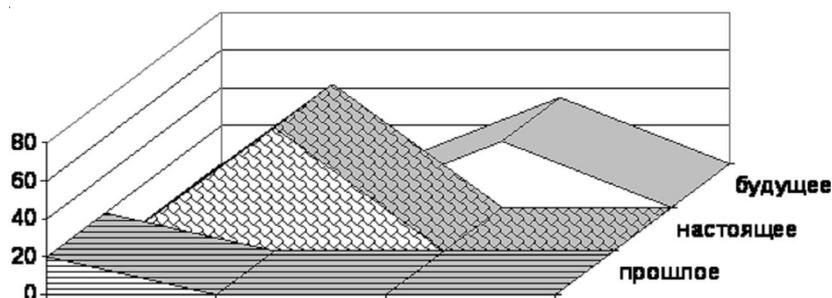


График соотношения временных характеристик Я – концепции в подростковом возрасте

Психологическим аспектам становления личности подростка посвящено множество работ. В этом возрасте окончательно формируется интеллектуальный аппарат, что делает возможным осмысленное конструирование своего собственного мировоззрения, индивидуальной системы ценностей и «Я-концепции», которая нестабильна и менее позитивна по сравнению с образом Я в младшем школьном возрасте. Пик этих изменений приходится примерно на 12–13 лет (И.С. Кон). Именно в этот период начинается интеграция и осмысление всей информации, относящейся к Я.

В этой связи интересны исследования Э.М. Краниха «Я» в развитии ребенка, подростка и молодого человека. Автор пишет, что понятие развития – широкое обозначение для поступательного изменения телесных и душевных признаков в определенный отрезок времени. При рассмотрении развития ребенка с детства четко проявляется то, что представляет собой конкретное человеческое развитие. В течение первых месяцев маленький ребенок достигает того, что во внешнем проявлении человека служит символом человеческого образа, – прямостояния. В постоянных усилиях ребенок преодолевает тяжесть собственного тела, здесь он развивает свою силу воли. Волю автор определяет как активное действие, которое в каждый момент получает новые импульсы. Прямостояние – это поза, в которой человек господствует над своим телом благодаря силе собственной воли. Удерживаясь в равновесии, он узнает, что покоится в себе, что его центр покоится в нем самом. Прямостоячая поза является выражением существа, деятельность которого осуществляется целиком под влиянием его воли и которое к тому же имеет в себе свой центр, иначе называемый Я. Это существо потому

является Я, что оно действует из самого себя, оно представляет собой Я-человека, проявляющееся в старании преодолеть тяжесть в теле. То, что происходит в процессе выпрямления, не является только изменением или превращением – это развитие. Я при развитии ребенка предшествует осознанию Я. Я ни в коем случае не объединяется с телом, возникшим в результате наследственности. Наоборот, тело преобразуется с помощью Я, и в этом процессе Я всеми своими силами внедряется в тело. Тело приравнивается к Я, и развитие является в полном смысле его воплощением. Я-ребенка глубже связывается со сферой высвобождения формообразующих сил, когда он учится самостоятельно строить формы, исходя из художественного восприятия.

На рубеже 10-го года жизни переживания своего Я уплотняются, благодаря чему ребенок переживает окружающий мир более осознанно. *Став подростком*, он проявляет восторженное настроение, которое вспыхивает само по себе и также гаснет. Это колебание служит выражением душевной жизни, в которой Я еще не стало действенным. Однако, когда Я развернет свои мысли и предаст им очертания, душевная жизнь станет более *регулируемой*. Благодаря обоснованным убеждениям, мышление и действие приобретают внутреннюю направленность.

В связи с этим существенный интерес представляет идея о формировании саморегуляции мышления в рамках теории инициативных психологических систем В.Е. Ключко. С точки зрения данного автора, саморегуляция есть «принцип, который должен объяснить целостность и устойчивость деятельности и личности, организацию психических процессов, посредством которых совершается деятельность, их внутреннюю связь и един-

ство, направленность деятельности и ее детерминацию» [4, с. 6].

Он считает, что саморегуляция должна пониматься через призму соотнесения осознаваемого и неосознаваемого, произвольного и непроизвольного, через их взаимопереходы и взаимообусловленность в единой системе целостного психического саморегулирования. Таким образом, саморегуляция, по В.Е. Ключко, это проявление целостной работы психики как многоуровневой системы.

Формирование творческой социальной позиции – это важнейшее качество развитой личности, а также методологический принцип, «направляющий поиск того специфического психологического образования, в котором пересекаются внешняя и внутренняя детерминации, того «узла», который представляет собой внутриличностную форму соотношения индивидуальной и социальной детерминации. Именно с понятием «личность», а не с каким-либо другим понятием соотносимо понятие «саморегуляции» в психологии. Способ, которым личность включается в деятельность (творчески или репродуктивно), зависит от личности, ее творческой социальной позиции (личностных установок), в которых интегрируются социальные и индивидуальные детерминации, внешние условия и внутренние возможности. «Саморегулируя» свое поведение и деятельность, личность уже выступает в единстве социального и индивидуального как действующая личность, как саморегулирующая система, открывающаяся в деятельности, формирующаяся в ней и осуществляющая в деятельности внутреннюю потребность в собственном осуществлении» [5, с. 9–10].

Исследуя более высокий уровень саморегуляции (гетеростаза), в отличие от О.К. Тихомирова, И.М. Семенова, А.М. Матюшкина, А.В. Брушлинского, Д.Б. Богоявленской, автор предлагает ввести «психологическую систему» как методологический принцип наивысшего порядка, который позволяет понять регуляцию сверхадаптивных проявлений в познании и деятельности человека, «в то время как на уровне изолированных систем (деятельность, личность, сознание), возникших в результате обособленного использования деятельностного, личностного и т. д. подходов, удается схватить динамику и особенности *саморегуляции*

и *самоорганизации* в пределах адаптивных проявлений» [5, с. 12–13]. «Психологическая система», следовательно, представляет собой «призму» видения психологической реальности, способ познания человека в единстве с той действительностью, которая возникает «на пересечении» материального человека, обладающего сознанием, с материальным миром, в котором он удовлетворяет свои потребности, желания, стремления, возможности и т. п. Таким образом, через понятие «психологическая система» возникает возможность объяснить, как действующая личность постоянно «выходит за пределы себя» и как эта часть мира, в которую «вышел» человек, превращается в реальную ситуацию, в действительный мир человека, отграниченный от всего другого в объективном мире, не имеющего смысла и значения, не соответствующего состоянию человека в настоящий момент его жизни и деятельности.

Согласно представлениям В.Е. Ключко, соединяющим всю систему в целостность является второй уровень – индивидуально-психологический, через который реализуются все движения и побуждения, идущие как снизу, так и сверху. Какова бы ни была предыстория побуждения, реализуется оно через индивидуальный уровень, функционирующий по законам гомеостеза, самоорганизации психологической системы, в направлении движения целей, удовлетворения потребностей. Психика связана со всеми жизненными проявлениями организма и личности.

Т.П. Скрипкина пишет, что самоорганизация есть способность овладения собой, способность действовать самостоятельно и оценивать результаты этих действий, способность предвосхищать результаты действий до их выполнений, самостоятельно ставить цели и выделять условия для их достижения, то есть формировать задачи и находить пути их достижения. Другими словами, это способность понимать значение и смысл собственных действий, их индивидуальную и социальную значимость, соотносить актуальные потребности с возможностями их реализации в данной ситуации и с принятыми в обществе социальными нормами.

«Усложнение психологической системы ребенка, – пишет автор, – при взаимодействии

со взрослым, как бы созревание ее внутри совместной психологической системы, формирование сознания, личности и личностных установок – все это является необходимым условием автономизации ребенка как суверенной психологической системы. Природа, социальная в том числе, создала уникальный механизм *регуляции* совмещенной психологической системы как необходимое звено в становлении саморегуляции каждой из психологических систем, как механизм развития» [6, с. 120].

Экспериментальные данные показали, что к 10–11-летнему возрасту закрепляются типичные для взрослых формы поведения в потенциальных проблемных ситуациях. Формируется способность к саморегуляции, то есть эмоционально-оценочные ситуативные образования вступают в связь с личностными установками, синкретизм сменяется саморегуляцией.

Таким образом, мы можем говорить, что вектор «я могу – я должен» формируется к концу подросткового возраста, когда появляются органы (функции) *саморегуляции*, а душевная жизнь, благодаря самому познанию, приобретает выражающийся в Я характер.

Следовательно, в структуре Я-концепции отражаются необходимые взаимоотношения, взаимовлияния между отдельными психическими явлениями и между психикой с другими системами, обеспечивающими оптимальное и позитивное отношений личности. Являясь внутренним экзистенциальным ядром личности, она обеспечивает внутреннюю *согласованность* и *саморегуляцию* личности, ее удовлетворенность жизнью, регулирует эмоциональное состояние, интерпретирует опыт.

Таким образом, Я-концепция личности является важным фактором организации психики и поведения индивида, поскольку определяет интерпретацию опыта и служит источником ожидания индивида. Согласно В.С. Агапову, она «является санкционирующим механизмом по отношению личности к себе и внешнему миру. Формируется по законам логико-речевого мышления. Она связывает качества в отношении себя и внешнего мира в прошлом, будущем и настоящем. Частично существует и в сфере бессознательного» [1, с. 93].

Это целостная система, включающая в себя «все идеи и представления человека о

себе и о своем взаимодействии с окружающим миром. Отсюда следует, что она составляется, с одной стороны, из самопрезентаций, а с другой стороны, из объективных репрезентаций» [7, с. 30]. «Репрезентация» – это субмодели, которые человек выстраивает применительно к себе и к окружающему миру. Их своеобразие определяется различными связями и переплетениями.

Как уже отмечалось выше, ребенок в процессе развития становится относительно самостоятельным субъектом деятельности, реально выделяясь из окружения, что связано с зарождением самосознания личности и ее первым представлении о своем «Я». Именно в результате развития самосознания складывается «Я-концепция», являющаяся основой становления ребенка практическим субъектом, которое происходит в раннем подростковом возрасте, субъектом, сознательно отделяющим себя от окружающих. В процессе развития самосознания, как отмечают многие отечественные психологи (С.Л. Рубинштейн, И.С. Кон, Д.И. Фельдштейн, В.С. Мухина и др.), центр тяжести для подростка постепенно переносится от внешней стороны личности к внутренней. Это говорит о сензитивности данного возрастного периода к формированию доверия к себе как субъектному, внутриличностному образованию. Осознание своей обособленности от других и самостоятельности происходит через отношение ребенка с другими людьми (доверие к миру), то есть личность становится для себя тем, что она есть в себе, через то, что она предъявляет для другого, через формирование саморегуляции, самосознания и «Я-концепции». Другими словами, «Я» не существует вне отношений к «Ты», и «не существует самосознания другого человека как самостоятельного субъекта», на что указывает С.Л. Рубинштейн. С этой точки зрения, «не путь к себе лежит через Мир», а путь к Миру – через себя. Согласно теории инициативных психологических систем В.Е. Ключко, отношения (как причина взаимодействия человека с миром) объективируются в предмете и становятся свойствами предмета, а предмет становится носителем субъективных качеств, то есть, взаимодействуя с внешним, человек взаимодействует и с самим

собой, преобразованным в свойства внешнего и объективированного в нем [4, с. 17].

Таким образом, под «Я-концепцией» мы понимаем динамичное психологическое образование, которое включает в себя отражение субъектом собственного уровня активности, связанного с проектированием своей жизненной перспективы. Это имеет отношение к самооценности позиции личности, которая обусловлена уровнем доверия к себе.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Агапов, В. С. Возрастная репрезентация Я-концепции личности / В. С. Агапов // Вестник РУДН. Сер. «Психология и педагогика». – 2003. – № 1. – С. 90–97.
2. Белинская, Е. П. Временные аспекты Я-концепции и идентичности / Е. П. Белинская // Мир психологии. – 1999. – № 3. – С. 140–147.

3. Бернс, Р. Развитие Я-концепции и воспитание / Р. Бернс ; общ. ред. В. Я. Пилиповского. – М. : Прогресс, 1986. – 422 с.

4. Клочко, В. Е. Саморегуляция мышления и ее формирование / В. Е. Клочко. – Караганда : Изд-во КГУ, 1987. – 90 с.

5. Клочко, В. Е. Становление многомерного мира человека как сущность онтогенеза / В. Е. Клочко // Сибирский психологический журнал. – 1998. – Вып. 8–9. – С. 7–15.

6. Скрипкина, Т. П. Психологические особенности проявления доверия на основе интеграции внутренних ценностей на этапе ранней юности / Т. П. Скрипкина // Проблемы формирования ценностных ориентаций и социальной активности личности. – М. : Изд-во МГШ им. В. Ленина, 1987. – С. 115–126.

7. Чешир, Н. Реабилитация Я / Н. Чешир, Г. Томе // Московский психотерапевтический журнал. – 1996. – № 4. – С. 23–37.

8. Шильштейн, Е. С. Особенности презентации Я в подростковом возрасте / Е. С. Шильштейн // Вопросы психологии. – 2000. – № 2. – С. 69–78.

SELF-CONCEPTION AS A PERSONALITY'S EXISTENTIAL KERNEL, PROVIDING ONE'S INNER SELF-ORGANISATION AND SELF-REGULATION

O.V. Golub

Self-conception as a personality's existential kernel, which provides one's inner self-organisation, self-regulation and life-satisfaction is analysed in this article. It is shown, that this conception determines the experience interpretation and serves the source of the individual's expectations, being a significant factor of one's psychology and behaviour in the context of three time dimensions: past, present, future.

Key words: *Self-conception, self-organisation, self-regulation, time-moduses, integral subjective space, phenomenological approach, psychology, psychics.*