

В.И. Моросанова
Е.А. Аронова

Самосознание и саморегуляция поведения



ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ
РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ НАУК

**Елена Александровна Аронова
Варвара Ильинична Моросанова
Самосознание и
саморегуляция поведения**

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=67568315

*Самосознание и саморегуляция поведения: Изд-во «Институт
психологии РАН»; Москва; 2007
ISBN 978-5-9270-0104-0*

Аннотация

Книга посвящена интересной и малоизученной проблеме – личностной регуляции поведения человека. Поднимаются вопросы о том, всегда ли и в какой мере наше самосознание (ценности, установки, Я-концепция) регулирует поведение. Рассмотрены современные концепции самосознания и его структуры. Представлены развитые авторами оригинальные положения о взаимосвязи индивидуальных особенностей саморегуляции и базовых компонентов самосознания. Эти положения обоснованы данными эмпирических исследований регуляторной роли самосознания в юношеском возрасте. Особый интерес представляет уникальный материал об эффектах различных образовательных систем в личностном и субъектном развитии старшекласников.

Книга предназначена для профессиональных психологов-исследователей и студентов, практических психологов в области образования, а также педагогов и родителей.

В формате PDF A4 сохранён издательский дизайн.

Содержание

| | |
|---|----|
| Введение | 6 |
| Глава 1. Самосознание в структуре личности | 14 |
| 1.1. Понятие «самосознание» в философии и психологии | 14 |
| 1.2. Современные концепции самосознания и его структуры | 29 |
| Конец ознакомительного фрагмента. | 40 |

**Варвара Моросанова,
Елена Аронова
Самосознание и
саморегуляция поведения**

© В. И. Моросанова, Е. А. Аронова, 2007

© Институт психологии Российской академии наук, 2007

Введение

Проблема самосознания – одна из наиболее сложных и малоисследованных областей психологии человека. Едва ли возможно найти специалистов, которые, не входя в противоречие друг с другом, могут описать феноменологию самосознания и тем более дать точное определение этого понятия. В учебниках по психологии мы также редко встречаем специальные разделы, посвященные этой тематике. В то же время есть ряд положений, с которыми большинство из нас согласятся даже на уровне житейских представлений. Самосознание – это часть сознания человека, содержащая в более или менее осознанной форме его представления о себе, своем отношении к другим людям и окружающему миру. Но давайте задумаемся о том, всегда ли самосознание, например, принципы и убеждения человека, соответствуют его поведению. Почему знание библейских заповедей далеко не всегда удерживает от дурных поступков и благими намерениями, как известно, зачастую вымощена дорога в ад. Говоря другими словами, существует проблема, состоящая в том, почему содержание самосознания не определяет непосредственно поведение человека. Яркие индивидуальные различия проявляются в развитости и осознанности представлений человека о себе и окружающем мире, о нравственных нормах поведения. Весь наш житейский опыт подсказывает,

что существуют не меньшие различия и в том, в какой мере наше самосознание способно реально регулировать наши поступки. Например, достаточно вспомнить о том, что студенты, в той или иной степени понимающие для себя ценность высшего образования (уже на том основании, что они пришли учиться в вуз), в разной мере вовлечены в учебный процесс.

Таким образом, кроме вопроса о том, что такое самосознание, не менее остро стоит проблема того, в какой мере человек как субъект своей активности использует имеющийся у него личностный опыт (представления о ценностях, жизненных планах, своих личностных возможностях и т. д.) в качестве средств саморегуляции. И посредством каких психологических механизмов личностные содержания участвуют в регуляции поведения, т. е. в выдвигании и достижении целей практической деятельности человека и его саморазвития. Именно эти вопросы побудили нас провести исследования, изложенные в этой книге.

Первые две главы книги носят теоретический характер. В *первой главе* проанализировано само понятие и состояние проблемы самосознания. Следует сразу сказать, что целью анализа существующих многочисленных и разноплановых данных по этой проблеме было выделение наиболее устоявшихся представлений о содержательных аспектах самосознания, которые к тому же обеспечены методическим инструментарием для их исследования. Такой анализ был необхо-

дим нам для решения главной задачи: разработки подхода для эмпирического исследования общих психологических механизмов и индивидуальных различий в регулирующей роли самосознания. В итоге мы предложили рабочую модель структуры самосознания в юношеском возрасте, включающую ценностные ориентации (идеалы, принципы, жизненные цели), направленность личности (мотивация, диспозиции, установки), представления о жизненном пути (психологическое прошлое, настоящее, будущее) и самоотношение (самоуважение). Особую ценность данной главе придаст впервые собранный литературный материал о регулирующей роли выделенных аспектов самосознания.

Вторая глава посвящена личностным аспектам саморегуляции произвольной активности человека. В ней проанализированы различные подходы к личностной саморегуляции и изложены концептуальные основания нашего исследования.

Исследование выполнено в парадигме субъектного подхода к исследованию психики человека. Способность к саморегуляции своей активности является одной из главных характеристик человека как субъекта жизнедеятельности (А. Н. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн, О. А. Конопкин, В. А. Петровский и др.). Однако проблема соотношения субъектных и личностных аспектов в развитии индивидуальности человека представляется наиболее актуальной и дискуссионной (К. А. Абульханова-Славская, Л. И. Анцыферова, А. В.

Брушлинский, В. А. Иванников, Т. В. Корнилова, В. И. Моросанова, Т. И. Шульга и др.) Наши многолетние исследования индивидуальных особенностей саморегуляции позволили сформулировать представление о том, что понятия «субъект» и «личность» обозначают относительно различные стороны мира индивидуальности человека (Моросанова, 1989–2005). Взаимодействуя, они формируют внутренний мир и его проявления в поведении человека, причем субъектные переменные – со стороны особенностей саморегуляции достижения целей субъектной активности, а личностные – как со стороны содержания целей активности, так и с точки зрения придания индивидуального своеобразия особенностям их достижения (Моросанова, 2002).

Наши методологические подходы к исследованию осознанной саморегуляции и ее индивидуальных особенностей хорошо известны и представлены в ряде публикаций (Моросанова, 1995, 1998, 2003). Здесь напомним лишь, что осознанная саморегуляция понимается нами как целостная система выдвижения и управления достижением целей поведения и деятельности. Эта система реализуется процессом осознанной саморегуляции, имеющим универсальную структуру для разных видов активности и деятельности. Основные компоненты этой системы и их роль в процессах самоорганизации деятельности описаны хорошо известной и признанной специалистами структурно-функциональной моделью осознанной саморегуляции (Конопкин, 1980). Система

реализуется соответствующими частными регуляторными процессами выдвижения целей, моделирования значимых условий, программирования действий, оценивания и коррекции результатов. Индивидуальные особенности саморегуляции характеризуются тем, как человек планирует и программирует достижение цели, учитывает значимые внешние и внутренние условия, оценивает результаты и корректирует свою активность для достижения субъективно-приемлемых результатов. В нашей концепции не только констатируется, что когнитивные процессы переработки информации имеют определенную структуру, но и разработаны теоретические и методические подходы к исследованию индивидуальных различий и их личностных предпосылок (Моросанова, 1988–2001).

Ранее было показано как в теоретическом, так и в эмпирическом плане, что динамические, личностно-темпераментальные диспозиции (например, экстраверсия и интроверсия) могут быть описаны специфическими профилями индивидуальных особенностей саморегуляции. А степень и своеобразие субъектной активности, проявляющиеся в таких субъектных качествах, как творчество, автономность, настойчивость и др., определяют способность преодолевать субъективные и объективные трудности достижения жизненных целей и, в свою очередь, способствуют через регуляторный опыт формированию личностных качеств. Однако исследования взаимосвязи динамического, структур-

но-функционального и содержательного, личностного аспектов саморегуляции только начаты, поэтому они представляются на сегодняшний день наиболее актуальными в научном плане. В данной книге впервые наиболее полно изложены исследования, раскрывающие ранее высказанное и обоснованное в теоретическом плане положение о том, что личностные содержания выступают средствами процесса саморегуляции, обеспечивают его направленность и индивидуальные способы его осуществления (Моросанова, 1998, 2001).

В *третьей, четвертой и пятой главах* изложены материалы эмпирических исследований регуляторной роли самосознания в старшем школьном возрасте. Они направлены на выяснение того, какую роль играют содержательные аспекты самосознания в процессе целеполагания, выборе способов и средств достижения цели; что способствует обеспечению высокого уровня саморегуляции произвольной активности человека и в конечном счете, успешности деятельности. Существует ли регуляторная специфика базовых аспектов самосознания в старшем школьном возрасте: ценностных ориентаций, мотивационной направленности, представлений о жизненном пути и самоотношения (самоуважения) и какова она? Также удалось выявить и описать типологию взаимосвязи самосознания и индивидуальных особенностей осознанной саморегуляции у старшеклассников.

Особую ценность представляет *четвертая глава*, в кото-

рой представлен сравнительный анализ особенностей формирования самосознания и саморегуляции произвольной активности в условиях различных образовательных систем. Эти данные, несомненно, имеют практическое значение, которое задается современной ситуацией в сфере образования. Для построения программ его модернизации необходима выработка комплексных психологических критериев для оценки эффектов личностного и субъектного развития учащихся. Ранее предпринимались попытки оценить развивающие эффекты разных образовательных систем на этапе окончания учащимися младшей или подростковой школы, непосредственно после прохождения ими соответствующих программ (Волочков, 1998; Агафонов, 1999, и др.). В наших исследованиях на примере сравнительного анализа системы развивающего обучения Д. Б. Эльконина – В. В. Давыдова и традиционной системы предпринята попытка оценить эффекты личностного и субъектного развития выпускников, которые оказываются наиболее важны в контексте готовности учащихся к личностному, профессиональному и социальному самоопределению в изменяющихся условиях поликультурного взаимодействия.

Проблема регулирующей роли самосознания, которой посвящена данная книга, является фундаментальной для общей психологии. В то же время полученные результаты дают и уже имеют перспективные возможности выхода в практику образования. Наши исследования и психологическая прак-

тика в школе убедительно показывают, что от того, как развивается и формируется у конкретной индивидуальности в процессе взросления, общения, обучения и предметной деятельности индивидуальная система саморегуляции, зависят как личностное становление, так и успешность учебной деятельности, профессиональное самоопределение учащихся, качество профессионального и педагогического взаимодействия.

Глава 1. Самосознание в структуре личности

1.1. Понятие «самосознание» в философии и психологии

Понятие самосознания в основном употребляется в научных и философских контекстах. В интуитивных житейских представлениях в русской культуре в основном присутствует «сознательность», под которой обычно понимается соответствие действий и поступков некоторым общепринятым нормам, культурным эталонам, а также имеется в виду степень понимания человеком того, что он делает. Также практически отсутствуют представления о самосознании и в педагогической практике. Здесь больше говорят о различных педагогических средствах развития самосознания и личности в целом. Употребление понятия самосознания в контексте воспитания и образования при этом часто имеет морально-нравственный, иногда даже патриотический оттенок (Рогова, Филонов, Волков, Печко, 2003). Вместе с тем в немецкой речи слово «самосознание» употребляется в смысле сознания своего собственного достоинства, а с ироническим оттенком – в смысле самоуверенности – понимается как

убеждение в ценности собственной личности (Философский словарь, 2003). В английском психологическом словаре можно обнаружить еще одно интуитивное представление о самосознании – как об ощущении замешательства или неловкости, которое возникает в ситуации, когда индивид предполагает, что другие его критически оценивают, или обнаруживает свою неадекватность (Большой толковый психологический словарь, 2001). Как мы видим, житейские представления о самосознании крайне размыты и неопределенны, и слово «самосознание» нельзя назвать общеупотребительным в обыденной речи.

Проблема самосознания является не только психологической, она рассматривается во всех гуманитарных науках – философии, психологии, социологии. Тем не менее, в учебниках по психологии проблемам сознания внимание уделяется, а раздел, посвященный самосознанию, отсутствует, иногда даже не представлено такое понятие, как самосознание. Поэтому для понимания того, что же такое самосознание, сначала обратимся к философским и психологическим словарям. Например в психологический словарь под редакцией В. П. Зинченко и Б. Г. Мещерякова приводится следующее определение: «Самосознание – осознанное отношение человека к своим потребностям и способностям, влечениям и мотивам поведения, переживаниям и мыслям. Самосознание выражается также и в эмоционально-смысловой оценке своих субъективных возможностей, выступающей в качестве

основания целесообразных действий и поступков» (Психологический словарь, 1999, с. 343). А в «Новой философской энциклопедии» написано: «Самосознание – осознание субъектом самого себя, т. е. состояний своего тела, фактов сознания, своего Я (внешнего вида, особенностей личности, системы ценностей, предпочтений и стремлений); в некоторых случаях самосознание включает в себя самооценку; важнейшая характеристика сознания» (Новая философская энциклопедия, 2001, с. 488).

Общей основой, которая присутствует во всех попытках определить самосознание, является выделение человеком себя из объективного мира, осознание и оценка им своего отношения к миру, себя как личности, своего общественного статуса, своих поступков, действий, мыслей и чувств, жизненно важных потребностей, интересов. При этом самосознание определяется либо как состояние и переживание своего Я, либо как осознанное отношение к нему. В словарях отмечается, что возникновение самосознания связывают с определенным уровнем развития сознания, оно является необходимым условием становления личности (Философская энциклопедия, 1967; Словарь психолога-практика, 2001). Остальные аспекты рассматриваются в классических источниках с разных позиций, акцентируя свое внимание на разных, на наш взгляд, существенных составляющих проблемы самосознания, которые мы и рассмотрим далее.

Проблема самосознания исходно рассматривалась в фи-

лософии. «Новая философская энциклопедия» (2001) наиболее полно отражает историю развития этого понятия. Проблема самосознания являлась одной из центральных для классической западной философии, где оно понималось как осознание существования собственного Я и принадлежащих ему состояний сознания. Согласно Декарту, самосознание – единственно достоверное, несомненное знание, и поэтому оно является основанием всей системы знания. В этом плане философские представления о самосознании и самопознании традиционно относились к *гносеологическим проблемам*. Декартовское понимание самосознания было принято также в и науках о человеке, а в классической эмпирической психологии легло в основу метода интроспекции – самонаблюдения.

И. Кант, в отличие от большинства представителей классической философии, не считал самосознание видом знания. Он различал эмпирическое самосознание (внутренний опыт) и трансцендентальное самосознание как самосознание Трансцендентального Субъекта. Последнее, по Канту, является высшим основоположением знания и лежит в основе единства опыта и сознания.

По Э. Гуссерлю, самосознание близко к созерцанию и особого рода самовосприятию. Оно понимается как трансцендентальная рефлексия и дает самодостоверное интуитивное знание.

Самосознание по своему существу носит глубоко обще-

ственный характер, так как мерой и исходным пунктом человека в его отношении к себе выступают, прежде всего, другие люди. Как отмечает Ф. Т. Михайлов, животное тождественно своей жизнедеятельности, оно изменяет природу лишь в силу своего присутствия, т. е. относится к ней непосредственно. «Человек же опосредует свое отношение к природе общественной практикой, и, прежде всего, употреблением орудий труда... Он различает себя как деятеля и предметы своей деятельности. Но т. к. труд всегда носит общественный характер, то человек начинает сознавать себя как человека, принадлежащего данной исторической системе, лишь относясь к другому человеку, как к себе подобному» (Философский словарь, 2001, с. 501). Вместе с тем Ф. Т. Михайлов выступает против рассмотрения самосознания как начала, творящего сам объективный мир, которое в таком качестве нередко рассматривается в философии. Действительно, самосознание в истории философии выступало как действенный принцип, и этим часто исчерпывалось понимание практической деятельности человека (Фихте, Гегель, младогегельянцы). Однако, по его мнению, будучи действенным принципом, самосознание может быть понято в решающей мере лишь как результат практической общественно-производственной деятельности.

Самосознание является одним из существенных моментов сознания. Конституирующими признаками последнего являются отражение, отношение, целеполагание и управ-

ление. «В сознании есть образ не только внеположенного объекта, но и образ этого образа, т. е. отражение отражения предметного мира. Таким образом, существенным моментом сознания является самосознание, которое выражает сознание в его актуальной данности субъекту (Философская энциклопедия, 1967, с. 46). Самосознание дает «человеку возможность относиться к актам собственного сознания критически, т. е. отделять все свое внутреннее от всего привходящего извне, анализировать его и сопоставлять (сравнивать с внешним), – словом, изучать акт собственного сознания» (Сеченов, 1947, с. 504). Отмечается, что важную роль в формировании самосознания играет язык. Самосознание возникает одновременно с сознанием (и, прежде всего, с общением) как производное от него, но проявляется по мере развития человека как культурно-исторического субъекта (Философский словарь, 2001).

Можно выделить ряд вопросов, связанных с серьезными трудностями понимания самосознания. «Прежде всего возникает вопрос: как объяснить возможность самонаблюдения (интроспекции)? В качестве факта психической жизни оно несомненно. Как метод изучения сознания оно использовалось психологией. Но каким образом субъект может воспринимать состояния собственного сознания (свои мысли, представления, переживания и др.)? Обычное восприятие возможно с помощью органов чувств. С помощью каких органов чувств можно воспринимать факты своего сознания? И кто

в этом случае является воспринимающим субъектом? Где он находится? К тому же нужно учитывать и то, что акт самосознания включается в само поле сознания, а значит, меняет его. Поэтому У. Джеймс, например, считал, что можно говорить не об интроспекции, а только о ретроспекции, т. е. не о восприятии данных сознания, а о воспоминании о том, что только что имело место, но более уже не существует. И как вообще возможно безошибочное познание (каким считалось самосознание), если само понятие познания предполагает возможность заблуждения?» (Новая философская энциклопедия, 2001, с. 488).

Иное истолкование самосознание получает в неклассической теории познания. В. А. Лекторский приводит оценку дальнейшего развития понятия самосознания в философских и философско-психологических исследованиях (Новая философская энциклопедия, 2001). Здесь исходным для понимания самосознания является не осознание сознания, а восприятие собственного тела и его места в системе других тел и событий физического мира. Это самовосприятие, отличное от того самовосприятия состояний и структур сознания, о котором говорила феноменология, является необходимым условием восприятия внешнего мира как существующего независимо от воспринимающего субъекта. «Субъект видит свои руки, ноги и другие части тела, слышит и видит свои шаги, слышит звуки собственного голоса, чувствует движения своих конечностей и головы, получает разного ро-

да информацию от всех частей тела. Это позволяет ему специфицировать свое меняющееся положение в реальном мире и воспринимать реальные ситуации такими, каковы они есть» (там же, с. 488). Дж. Гибсон подчеркивает, что самовосприятие и восприятие внешнего мира – это два полюса процесса восприятия, субъективный и объективный.

В ряде работ отмечается, что осознание субъектом своей психической деятельности может осуществляться на разном уровне: от глубокого и ясного самосознания до смутного и неопределенного понимания того, что происходит «в душе». Так, В. А. Лекторский полагает, что следует различать нечетко выраженные формы самосознания, сопровождающие течение всех психических переживаний и являющиеся условием их контролирования, и рефлексия как высшую форму самосознания, где оно поднимается на уровень теоретического мышления. В последнем случае субъект осуществляет специальный анализ способов своей деятельности и явлений сознания, в том числе и своего Я. Рефлексия возникает только в определенных ситуациях, когда субъект сталкивается с необходимостью пересмотреть принятые формы деятельности, привычные представления о мире и своем Я, свои установки и системы ценностей. «Например, самосознание наглядных представлений – это не что иное, как получение знания об имеющихся у данного субъекта схемах сбора перцептивной информации. Самосознание эмоций – это осознание реальной ситуации и оценка ее с точки зрения нужд субъекта

и имеющейся у него системы ценностей» (там же). Поэтому самосознание есть также пересоздание объекта рефлексии, в том числе и самого Я. «Если для Канта и Фихте высшим принципом самосознания было положение “Я=Я”, то с точки зрения современного понимания рефлексия, направленная на Я, служит способом изменения самоидентичности» (там же).

Несмотря на различные взгляды относительно того, является ли самосознание способом сохранения Я или его самозменения, тем не менее, оно сохраняет свою внутреннюю цельность и относительное постоянство. Человек меняется с ростом знаний, изменением установок, физического состояния, однако «благодаря наличию некоторых существенных инвариантных характеристик сознания, человек “остается самим собой” и может каждый раз отождествлять свое актуальное “Я” с прошлым» (Философская энциклопедия, 1967, с. 47).

Основные общепсихологические идеи относительно социальной природы самосознания и его вторичности по отношению к предметной деятельности и общению были подтверждены и конкретизированы в психологических исследованиях, психология также выделила ряд автономных областей эмпирического исследования «Я».

В психологии существует тенденция рассматривать самосознание как ядро личности (Л. И. Божович, И. С. Кон, А. Б. Орлов, С. Р. Пантеев, Н. И. Сарджвеладзе, В. В. Столин),

основной характеристикой которого признается целостность и непрерывность Я во времени. «Объектом самосознания служит не действительность, а собственная личность» (Мерлин, 1990, с. 82).

С. Л. Рубинштейном подчеркивалось генетическое единство Я и личности: «Если нельзя свести личность к ее самосознанию, к “я”, то нельзя и оторвать одно от другого» (Рубинштейн, 1989, с. 238). Им отмечается, что Я само формируется в личности, следовательно, и есть личность: «“Я” – это личность в целом, в единстве всех сторон бытия, отраженная в самосознании» (там же, с. 242). Я может сливаться с личностью, растворяться в личности. Этот процесс А. Б. Орлов (1995) описывает как процесс персонализации, при котором личность доминирует над Я, управляет им. Вопрос о соотношении самосознания и личности остается проблемным. В то же время, если говорить об общепринятых представлениях, то личность в общественных науках рассматривается как особое качество человека, приобретаемое им в социокультурной среде в процессе совместной деятельности и общения (Психологический словарь, 1999, с. 174). В гуманистических философских и психологических концепциях личность – это человек как ценность, ради которой осуществляется развитие общества. Т. е. в понятии личности подчеркиваются именно социальные характеристики человека, которые могут выступать или не выступать объектом самосознания как рефлексии. При этом, на наш взгляд, по-

нятие личности шире понятия самосознания – самосознание является частью личности, но помимо этого в ней могут присутствовать и другие, неосознаваемые структуры.

В зависимости от исходной проблемы, которую решают исследователи, и способов подхода к ней меняется и значение таких понятий, как «индивид», «индивидуальность», «идентичность», «самость», «личность», «лицо», «Я», «эго» и их бесчисленных производных.

Одним из самых распространенных подходов к самосознанию в психологии является подход с точки зрения изучения системы представлений человека о самом себе (Я-концепции), где самосознание фактически сводится к понятию «Я-концепция» или эти понятия употребляются как синонимы (Иващенко, Агапов, Барышникова, 2000). Отмечается, что соотношение понятий «Я-концепция» и «самосознание» точно не определено (Психологический словарь, 1999). Вместе с тем существует тенденция рассматривать Я-концепцию, в отличие от самосознания, как результат, итоговый продукт процессов самосознания. В некоторых словарях (особенно зарубежных) отсутствует понятие самосознания, зато подробно представлена история развития понятия Я-концепции.

Понятие Я-концепции родилось в 1950-е годы в русле феноменологической (гуманистической) психологии. Ее представители А. Маслоу, К. Роджерс и др., в отличие от бихевиористов и фрейдистов, стремились к рассмотрению целост-

ного человеческого Я и его личностного самоопределения в микросоциуме. Значительное влияние на становление этого понятия оказали также символический интеракционизм (Кули, Мид) и понимание идентичности Э. Эриксона. Однако первые теоретические разработки в области Я-концепции бесспорно принадлежат У. Джемсу, разделившему глобальное личностное Я (*Self*) на взаимодействующие Я-сознающее (*I*) и Я-как-объект (*Me*). Последняя составляющая получила свое развитие в теоретических и эмпирических исследованиях Я-концепции. На сегодняшний день она понимается как динамическая система представлений человека о самом себе, включающая: а) осознание своих физических, интеллектуальных и прочих свойств; б) самооценку; в) субъективное восприятие влияющих на собственную личность внешних факторов (Психологический словарь, 1999, с. 435).

Подход, отражающий точку зрения на самосознание как на процесс самопознания, представлен теориями объективного самосознания С. Дувала и Р. А. Виклунда и самовосприятия Дж. Бема. С их точки зрения, ведущим в процессе самопознания является осмысленное наблюдение, основанное на анализе образов, мыслей и чувств, а также внешних действий, поступков и ситуаций (Sedikides, Skowronski, 1995; Романова, 2001).

С. Дувал и Р. А. Виклунд определили «самоосознание» как состояние, испытываемое в то время, когда внимание направлено на себя. Ведущим источником самопознания яв-

ляется самовосприятие, самоанализ и рефлексия субъекта (Duval, Wicklund, 1972). В эмпирическом исследовании такое состояние было получено в результате экспериментов с зеркалом, аудиторией, телевизионной камерой и т. д. (Duval, Wicklund, 1972, 1973). Показано, что эти средства могут оказывать различное влияние на самосознание (Terry, Kernes, 1993).

В западной психологии большинство теоретических работ и эмпирических исследований в области Я-концепции так или иначе касаются самооценки (self-esteem) (Coopersmith, 1967; Harter, 1993; Bekhuis, 1994; Ben-Zur, 2002 и др.).

Я-концепция формируется под воздействием жизненного опыта человека, прежде всего, детско-родительских отношений, однако достаточно рано она сама приобретает активную роль, влияя на интерпретацию этого опыта, на те цели, которые индивид ставит перед собой, на соответствующую систему ожиданий, прогнозов относительно будущего, оценку их достижения и тем самым на собственное становление. Важнейшей функцией Я-концепции является обеспечение внутренней согласованности личности, относительной устойчивости ее поведения. Развитие личности, ее деятельность и поведение находятся под существенным влиянием Я-концепции.

Для самосознания очень важными свойствами, вытекающими из функции сохранения целостности Я, являются транзитивность (перенос знания или основанного на знании

отношения с одного компонента на другой) и стремление к внутренней согласованности. Существует ряд механизмов, способствующих поддержанию внутренней согласованности и устойчивости образа Я: З. Фрейд, впервые обративший на них серьезное внимание, назвал их защитными механизмами. С их помощью из сознания вытесняется неприемлемая информация о мире, а также информация, противоречащая знанию о себе, что позволяет индивиду поддерживать самооценку и самоуважение. Поэтому долгое время в психологии обсуждался вопрос об объективности знаний о себе (Кон, 1984 и др.).

Итак, можно выделить две главные функции самосознания. Первая – это поддержание внутренней согласованности и самоидентичности, благодаря которой индивид может строить свое поведение и отношение к окружающим. И вторая – это познание себя, усовершенствование себя и поиск смысла жизни – совершенствование, самоосмысление (Словарь психолога-практика, 2001). Образ себя и отношение к себе неразрывно связаны со стремлением к самоизменению, самосовершенствованию. И одна из высших форм работы самосознания – попытки найти смысл собственной деятельности, что нередко вырастает в поиск смысла жизни. Хотя, конечно, этим не исчерпываются все формы работы самосознания.

Познать себя человек может только в практической деятельности. Как пишет И. С. Кон, «оценить значение внутрен-

них процессов самосознания трудно потому, что они неразрывно связаны с практической деятельностью субъекта, его взаимодействием с внешним миром. Чем активнее информационный обмен между индивидом и средой, тем меньше у субъекта оснований задумываться о самом себе, делать себя объектом исследования» (Психология самосознания, с. 112). Поэтому изменить себя и собственные представления человек может только в новых ситуациях, выйдя за границы собственных возможностей.

Общее представление о самосознании позволяет нам выделить еще и регулирующую функцию этого явления. Во-первых, подчеркивается неразрывная связь самосознания и практической деятельности человека. Во-вторых, рассматривается специфика работы самосознания – получение знания о способах деятельности во внешнем мире и, тем самым, о себе как личности. В-третьих, отмечается, что развитие личности, ее деятельность и поведение находятся под существенным влиянием самосознания.

1.2. Современные концепции самосознания и его структуры

Начиная с У. Джемса, который ввел разделение «чистого Я» (познающего) и «эмпирического Я» (познаваемого), принято различать самосознание как процесс и как продукт, выражающийся в представлениях человека о самом себе, образующих определенную структуру самосознания (Джемс, 1991).

Подход к самосознанию в русле изучения Я-концепции индивида занял доминирующее положение в психологических теориях Я.

Я-концепцию часто описывают как глобальное понятие, т. е. общее отношение человека к самому себе. Теоретически Я-концепция первоначально мыслилась как одномерный конструкт. Его связывали с самоуважением в различных областях, таких, например, как учеба, отношения с друзьями, в семье или на работе. Далее было сделано предположение, что каждая область в той или иной степени связана с глобальным самоуважением, поэтому множество различных измерений можно суммировать в общем показателе самоуважения (Coopersmith, 1967).

Последующие исследования показали, что за одномерным подходом скрывались важные различия в самоуважении в различных областях жизнедеятельности (Marsh, 1987;

Marsh, Shavelson, 1985; Marsh, Holmes, 1990; Shavelson, Hubner, Stanton, 1976). Было показано, что самоуважение в значимых ситуациях может иметь более существенное влияние на общее самоуважение, чем в менее значимых ситуациях. Подтверждение этого многомерного подхода содержалось в исследованиях с использованием метода факторного анализа (Harter, 1988, 1993, 1999; Geel, Mey, 2003; Bekhuis, 1994). Человек может оценивать себя в качестве сына или дочери, учащегося или спортсмена, друга и т. д., при этом значимость различных аспектов личности может отличаться, что помогает объяснить разницу в поведении индивида в разных ролях. Поэтому иногда говорят не о глобальной Я-концепции, а о совокупности множества Я-концепций, каждая из которых сформировалась по отношению к какой-либо роли.

В рамках практического подхода к исследованию самосознания А. Фенингштейна, М. Ф. Шайера и А. Х. Бусса была разработана модель, включающая три фактора: личное самосознание, общественное самосознание и социальное беспокойство (Fenigstein, Scheier, Buss, 1975). Первым двум факторам посвящено наибольшее количество исследований. Под личным самосознанием понималось внимание человека к собственным мыслям и чувствам, а под общественным – осознание себя как социального субъекта, который влияет на других людей. Социальное беспокойство понималось как беспокойство, которое вызывает в индивиду-

уме присутствие других людей. Б. Миттал и С. К. Баласубраманян продолжили исследования этой структуры из трех начальных компонентов и выявили, что личное самосознание состоит из саморефлексивности и внутреннего понимания, в то время как общественное самосознание включает сознание стиля, имиджа в глазах других людей и сознание внешнего впечатления (Mittal, Balasubramanian, 1987).

В русле социально-психологического подхода сформировалось понимание Я-концепции как совокупности установок, направленных на себя. Этот подход успешно развивался как в зарубежных работах (Ч. Х. Кули, Д. Г. Мид, М. Розенберг, Р. Бернс и другие), так и в отечественных, продолжавших работы школы В. А. Ядова. В этих работах по аналогии с аттитюдом в Я-концепции выделяют три структурных элемента: 1) когнитивный – «образ Я» (характеризует содержание представлений о себе); 2) эмоционально-ценностный, аффективный (отражает отношение к себе в целом или к отдельным сторонам своей личности, деятельности и т. п. и проявляется в системе самооценок); 3) поведенческий (характеризует проявления первых двух в поведении). (Психологический словарь, 1999, с. 436.). Эти три элемента Р. Бернс конкретизировал следующим образом: образ Я – представления индивида о самом себе; самооценка – аффективная оценка этого представления; потенциальная поведенческая реакция (Психология самосознания, 2000, с. 335).

Р. Бернс возражал против употребления терминов «образ

Я» или «картина Я» как синонимов понятия Я-концепции, поскольку, на его взгляд, они недостаточно передают динамический, оценочный, эмоциональный характер представлений индивида о самом себе. Он предпочитал употреблять их для обозначения лишь первой, статической, когнитивной составляющей Я-концепции. Он отмечает, что для того, чтобы подчеркнуть наличие второй, оценочной составляющей, большинство авторов прибегают к термину «самооценка». В своем понимании самооценки Р. Бернс следует за С. Куперсмитом и М. Розенбергом. Для них самооценка – это личностное суждение о собственной ценности, которая выражается в установках, свойственных индивиду. Самооценка отражает степень развития у индивида чувств самоуважения, ощущения собственной ценности и позитивного отношения ко всему тому, что входит в сферу его Я. Низкая самооценка предполагает неприятие себя, самоотрицание, негативное отношение к своей личности.

В классической концепции У. Джемса представление об актуализации идеального Я, по сути, было положено в основу понятия самооценки, которое определяется как математическое отношение реальных достижений индивида к его притязаниям. Кто достигает в реальности характеристик, определяющих для него идеальный образ Я, тот должен иметь высокую самооценку. Если же человек ощущает разрыв между этими характеристиками и реальностью своих достижений, его самооценка, по всей вероятности, будет низкой.

Карл Роджерс впервые ввел понятие идеального Я. Он же был одним из самых выдающихся современных ученых в области теоретических и экспериментальных исследований структуры идеального Я. Он видел конечную цель развития личности в достижении соответствия областей явлений и жизненного опыта в концептуальной структуре Я (Rogers, 1961). Достижение такого соответствия приводит к освобождению от внутренних конфликтов и тревоги. Представления о себе, Я в собственном восприятии и идеальное Я начинают сливаться, поэтому индивид может бесконфликтно принять самого себя. Его самовосприятие и отношения с другими людьми приводят к принятию самого себя и самоуважению. Если между образом Я во взаимоотношениях с другими и Я в собственном восприятии индивида или идеальным Я возникает расхождение, то это приводит к психологическим проблемам (Райс, 2000, с. 223–224). В различных психотерапевтических практиках высокая степень совпадения реального Я с идеальным считается важным показателем психического здоровья.

«Идеальное Я» зависит от тех норм и образцов, которые были внушены человеку в детстве: желательное (с точки зрения общества, семьи или какой-то социальной группы) стало желаемым для самого индивида, который не мыслит себе иного поведения, поэтому всякое отклонение от усвоенного образца вызывает у него муки совести и снижение самоуважения.

Бернс выделяет в формировании самооценки три принципиальных момента. Первый – сопоставление образа реального Я с образом идеального Я. Второй – интериоризация социальных реакций на данного индивида: человек склонен оценивать себя так, как, по его мнению, его оценивают другие. Такой подход к пониманию самооценки был сформулирован и развит в работах Ч. Х. Кули и Дж. Г. Мида. И, наконец, третий момент, – индивид оценивает успешность своих действий через призму своей идентичности, т. е. испытывает удовлетворение не от того, что он просто что-то делает хорошо, а от того, что он избрал определенное дело и именно его он делает хорошо.

В целом Бернс представлял структуру Я-концепции иерархическим образом. На ее вершине располагается глобальная Я-концепция, включающая всевозможные грани индивидуального самосознания. Вслед за У. Джемсом он выделяет в этом потоке сознания (или чувстве собственной преемственности и неповторимости) два элемента: Я-сознающее и Я-как-объект. При этом глобальная Я-концепция рассматривается им как совокупность установок индивида, направленных на самого себя. Эти установки могут иметь разные ракурсы и модальности. Автор выделяет три основные модальности самоустановок: реальное Я – установки, связанные с тем, как индивид воспринимает свои актуальные способности, роли, свой социальный статус, т. е. с его представлениями о том, каков он на самом деле; зеркальное (соци-

альное) Я – установки, связанные с представлениями индивида о том, как его видят другие; и идеальное Я – установки, связанные с представлениями индивида о том, каким он хотел бы стать. Каждая из этих модальностей в свою очередь имеет четыре аспекта: физическое, социальное, умственное и эмоциональное Я.

И. С. Кон считает, что понимание «образа Я» как установочной системы позволяет иначе, более корректно поставить проблему единства и множественности «Я». Как справедливо отмечает В. А. Ядов, когнитивные элементы всякой установки «обладают свойствами дифференцированности и обобщенности, свойством транзитивности (переноса знания или основанного на знании отношения с одного компонента на другой), а главное, в этой структуре действует принцип, согласно которому знания как бы “стремятся” к логической и психологической согласованности» (Психология самосознания, 2000, с. 70).

И. С. Кон также признает, что существует некоторый общий знаменатель, итоговое измерение «Я», выражающее меру приятия или неприятия индивидом самого себя, его положительное или отрицательное отношение к себе, производное от совокупности отдельных самооценок, – им является *самоуважение*. Автор отмечает, что хотя это понятие (чувство собственного достоинства, самолюбие) существует в психологии давно, ведущее место в исследованиях проблемы «Я» оно заняло лишь в 1960-х годах, заменив со-

бой более широкое понятие «самооценка». Эта замена связана, прежде всего, с поиском устойчивого интегрирующего начала, «ядра» самосознания (Психология самосознания, 2000, с. 72). Как отмечают многие авторы, индивиды стремятся к сохранению или повышению своей самооценки, самоуважения, к положительному образу себя (Coopersmith, 1967; Kohut, 1971; Lobel, 1994; Rosenberg, 1965, 1979). Судя по имеющимся эмпирическим данным, самоуважение – довольно устойчивая черта личности, и поддержание определенного уровня самоуважения составляет важную, хотя и неосознаваемую, функцию самосознания (Психология самосознания, 2000, с. 73).

Большинство эмпирических исследований «Я» и сейчас посвящено изучению и сопоставлению того, как люди себя оценивают. Подробное изучение самооценки, ее структуры и этапов генезиса в качестве самостоятельного образования для анализа или как содержательного аспекта самосознания рассматривается в многочисленных исследованиях (см., напр.: Бороздина, 1992; Боязитова, 1998; Захарова, 1989; Шильштейн, 1999 и др.). Хотя частных самооценок бесконечно много, судить по ним о человеке, не зная системы его личных ценностей, того, какие именно качества или сферы деятельности являются для него основными, невозможно. Последний вывод можно считать одним из тех, по поводу которых дискуссии в сфере исследований Я-концепции можно считать законченными.

Другой представитель социально-психологического подхода к структуре Я-концепции, американский психолог Розенберг, выделял следующие дробные классификации Я-образов: «настоящее Я» (каким индивид видит себя в действительности в данный момент); «динамическое Я» (каким индивид поставил себе целью стать); «фантастическое Я» (каким следует быть, исходя из усвоенных индивидом моральных норм и образцов); «будущее» или «возможное Я» (тип человека, каким, как кажется индивиду, он может стать; это не обязательно положительный образ: человек может в мечтах видеть себя героем и в то же время чувствовать, что превращается в обывателя); «идеализированное Я» (каким приятно видеть себя; этот образ может включать в себя компоненты и «настоящего», и «идеального», и «будущего Я»); наконец, целый ряд «изображаемых Я» – образов и масок, которые индивид выставляет напоказ, чтобы скрыть за ними какие-то отрицательные или болезненные черты, слабости своего «реального Я» (Психология самосознания, 2000, с. 68). Все образы Я характеризуют внутренний мир индивида и многочисленными нитями связаны с его жизненным опытом и реальным взаимодействием с другими людьми.

В современной западной психологии общепринятой считается следующая структура Я-концепции: реальное Я человека; собственное Я в представлении самого человека; его Я в представлении других людей; представление человека о том, что о нем думают другие; представление человека о том,

каким ему хотелось бы стать, и о том, каким бы его хотели видеть другие (Райс, 2003, с. 222).

Рядом авторов развивается концепция уровневого строения самосознания. Так, И. С. Кон, понимая Я-концепцию как установочную систему, рассматривает «Я-образ» на разных уровнях. Нижний уровень «составляют неосознанные, представленные только в переживании установки, традиционно ассоциирующиеся в психологии с самочувствием и эмоциональным отношением к себе; выше расположено осознание и самооценка отдельных свойств и качеств; затем эти частные самооценки складываются в относительно целостный образ; и, наконец, сам этот “Я-образ” вписывается в общую систему ценностных ориентаций личности, связанных с осознанием ею целей своей жизнедеятельности и средств, необходимых для достижения этих целей» (Кон, 1978, с. 72–73).

В зависимости от того, на каком уровне – организма, социального индивида или личности – проявляется активность человека, в Я-концепции выделяют: 1) физический Я-образ (схема тела), вызывающий потребность в физическом благополучии организма; 2) социальные идентичности: половую, возрастную, этническую, гражданскую, социально-ролевую, связанные с потребностью человека в принадлежности к общности и стремлением быть в этой общности; 3) дифференцирующий-образ Я, характеризующий знание о себе в сравнении с другими людьми и придающий индиви-

ду ощущение собственной уникальности, обеспечивающий потребности в самоопределении и самореализации (Столин, 1983).

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.