

*Демчук Оксана Андріївна*  
*старший викладач кафедри психології*  
*Уманського державного педагогічного*  
*університету ім. П.Тичини, м. Умань*

## **СТРУКТУРА Я-КОНЦЕПЦІЇ У КОНТЕКСТІ САМОСВІДОМОСТІ**

У психологічній літературі «Я» вивчається як неповторність особистості, як результат виокремлення людиною себе з навколишнього середовища, як «потенційний регулятор» психічної діяльності особистості, як певний «морально-світоглядний центр особистості». «Я» дозволяє людині відчувати себе суб'єктом своїх фізичних та психічних станів, дій та процесів, переживати свою цілісність та ідентичність із собою відносно минулого, теперішнього і майбутнього [5].

Аналіз літературних джерел дозволяє виділити дві базові позиції у дослідженні проблеми образу «Я»:

1. Я-концепція як результат розвитку самосвідомості в онтогенезі, а саме обґрунтування складових, модальностей Я від емпіричного, феноменологічного до змістовно-логічного аналізу (М. Розенберг, К Роджерс, Р. Берне, Дж. Мід, Е. Еріксон, В. Петровський, Л. Орбан-Лембрик, Т. Яценко, З. Карпенко, Л. Терлецька, В. Юрченко та ін.).

2. Взаємозв'язок теорій особистості з самосвідомістю (Л. Божович, Т. Єрмолова, І. Кон, В. Столін, В. Ядов та ін.) [3].

«Я» оцінюється суб'єктом в «Я-концепції», утворюючи ядро особистості.

«Я-концепція» – це динамічна система уявлень людини про саму себе, в яку входить усвідомлення людиною своїх якостей (фізичних, емоційних і інтелектуальних), самооцінка, а також суб'єктивне сприйняття зовнішніх факторів, які впливають на особистість.

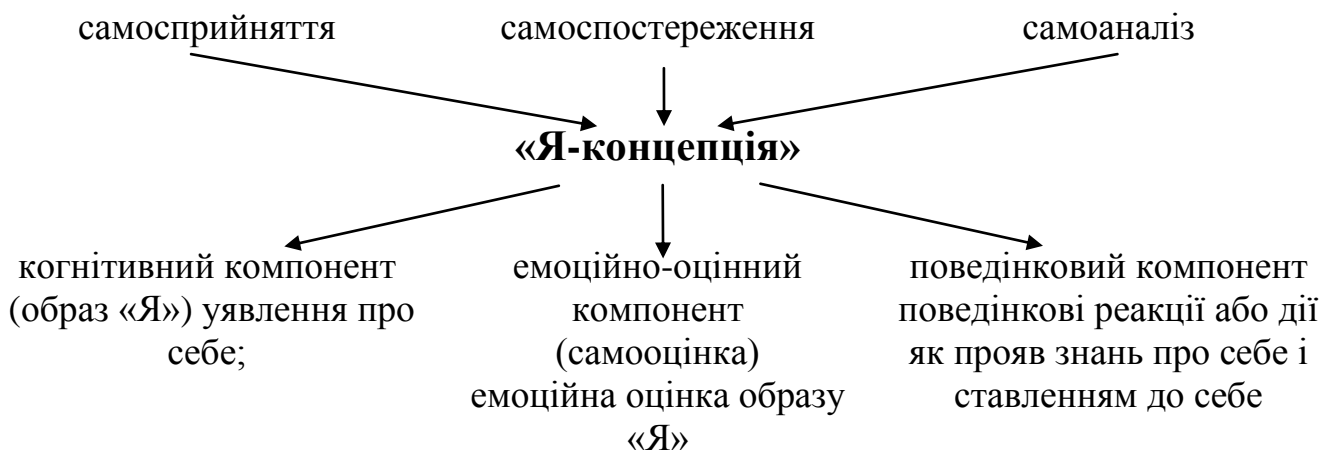
Але як би не визначала наука поняття «Я», воно завжди має подвійне значення, ще І. Кант зазначав, що самосвідомість самого себе має в собі подвійне «Я»: як суб'єкт мислення, рефлексивне «Я» та як об'єкт сприйняття і внутрішнього почуття..

Один із перших почав розробляти проблему особистості на науковій основі видатний американський психолог В. Джеймс (1842-1910). Під впливом його теорії формувалися подальші концепції особистості, різні напрями психології, що досліджували «образ самого себе», «самооцінку», «самосвідомість» особистості тощо. На його погляд, у самосвідомості особистості можна виділити два аспекти «Я» (*Self*) – «емпіричне Я» і «чисте Я», або відповідно об'єкт і суб'єкт, тобто те, що пізнається, і те, що пізнає. «Чисте Я» (*I*), або те, що пізнає, – це мислячий суб'єкт, душа, дух, мислення. Розглядаючи «емпіричне Я» (*Me*), В. Джеймс характеризує особистість як загальну суму всього, що вона може назвати своїм [1].

Це поєднання у визначенні самосвідомості подвійності «Я» – як об'єкта і як суб'єкта – розглядається багатьма дослідниками як найважливіша феноменологічна ознака самосвідомості. Така модель лежить в основі теорії Ч. Кулі, Дж. Міда, М. Розенберга, які розглядали Я-концепцію як сукупність всіх уявлень індивіда про самого себе на основі самооцінки, тобто визначали «Я-концепцію» як результат самосвідомості [2].

Важливо відзначити, що «Я-концепція» є не статичним, а динамічним психологічним утворенням, з яким узгоджуються почуття й емоції, вчинки і поведінка, психічне здоров'я, дії та очікування, успіх у діяльності особистості.

«Я-концепція» виникає у процесі розвитку людини як підсумок трьох процесів: самосприйняття (своїх емоцій, почуттів, відчуттів, уявлень і ін.), самоспостереження (своєї зовнішності, своєї поведінки) та самоаналізу (своїх думок, вчинків, взаємин з іншими людьми і порівняння з ними).



Розглянемо основні компоненти цієї системи: Я-образ, самооцінка, самоефективність та самоактуалізація як складові поведінкового компоненту

**Я-образ** – глибинна сутність людини, її самість, єдність усіх сторін, що відображена у свідомості в якості її основних складових, узагальнююче уявлення про себе, результат роботи над пізнанням себе, формуванням ставлення до себе, осмисленням своєї ролі на кожному життєвому етапі [4].

Центральним компонентом «Я-концепції» є самооцінка особистості. **Самооцінка** – це та цінність, значущість, якої надає собі індивід загалом та окремим рисам своєї особистості, діяльності, поведінки.

Самооцінка виконує регуляційну і захисну функції, впливає на поведінку, діяльність і розвиток особистості, її стосунки з іншими людьми. Відображаючи рівень задоволення чи незадоволення собою, самооцінка створює основу для сприймання власного успіху чи неуспіху в діяльності, досягнення мети певного рівня.

**Самоефективність** – це уявлення людини про свою здібність успішно діяти в конкретних ситуаціях. Самоефективність має свою структуру, яка включає з одного боку здатність людей передбачувати майбутнє ( або компетентності), а з другого – здатність людини до самоактуалізації. Індивіди з високою самоефективністю більш здатні справлятися зі стресом і розчаруваннями, ніж індивіди з її низькими показниками.

Уявлення про власну ефективність впливають не тільки на подальшу самоактуалізацію, але й на внутрішнє психічне життя. Люди із стійким сприйняттям власної самоефективності з більшим оптимізмом дивляться в майбутнє, відчувають менше негативних емоцій і володіють більш розвиненою здатністю до впорядкування складних когнітивних навичок, необхідних для подолання труднощів.

**Самоактуалізація** – найповніше і найвільніше використання індивідом усіх своїх афективних, аксіологічних, когнітивних та праксеологічних можливостей, талантів, здібностей.

Самоактуалізація завжди інтегрована в кожному вчинку людини, її активності та відповідальності, у здібностях до своєчасного і оптимального життєвого вибору. Самоактуалізація ототожнюється з такими особистісними проявами, як самовіддача, самовираження, самоствердження, вільне саморозкриття.

Особистість, що самоактуалізується, здатна сприймати світ таким, яким він є, а не таким, яким вона хотіла б його бачити. Відношення до себе та інших також реалістичне, вільне від зайвої критичності. Поведінка людей, що самоактуалізуються, не є жорстко нормативною, відрізняється безпосередністю і природністю, спонтанністю [4].

Таким чином, «Я-концепція» відіграє важливу роль у житті особистості. Це, перш за все, виявляється у таких її функціях:

1. *Забезпечення внутрішньої узгодженості особистості.* Будь-який вплив середовища зіставляється з «Я-концепцією» особистості, і якщо цей вплив не відповідає «Я-концепції», то він видозмінюється або витісняються за допомогою механізмів психологічного захисту, які охороняють цілісність і сталість «Я-концепції».

2. *Визначення характеру інтерпретації життєвого досвіду.* «Я-концепція» діє як внутрішній фільтр, що пропускає через себе інформацію або затримує її, якщо вона суперечить «Я-концепції».

3. *Джерело установок та очікувань особистості.* «Я-концепція» визначає прогнози й очікування особистості (впевнена або невпевнена поведінка, завищена або занижена самооцінка).

### **Список використаних джерел**

1. Гордієнко В., Коpecь Л. Психологія особистості в біографіях, подіях, портретах [Текст] : навч. посібник для студ. вищих навч. закл. / В.Гордієнко, Л.Копець. – К. : Видавничий дім «Києво-Могилянська академія», 2007. – 304 с

2. Копець Л. В. Психологія особистості : Навч. посібник для студ. вищих навч. закл. / Л. В. Копець. – К. : Вид. дім «Києво-Могилянська академія», 2008. – 458 с.

3. Психология самосознания. Хрестоматия – Самара: Бахрах-М, 2000. – 672 с.

4. Петровский В.А. Личность в психологии: парадигма субъектности. – Ростов-на-Дону: Изд-вл «Феникс», 1996. – 512 с.

5. Шапарь В.Б. Словарь практического психолога [Текст] : словарь / В.Б.Шапарь. – М. : ООО "Издательство АСТ" ; Харьков : Торсинг, 2004. – 734,[2] с. – (Библиотека практической психологии)