

Н. І. Жигайло, О. В. Шибрук

## ПРОБЛЕМА ФЕНОМЕНУ ТА СТРУКТУРИ «Я-КОНЦЕПЦІЇ» ОСОБИСТОСТІ В КОНТЕКСТІ ПОГЛЯДІВ ВІТЧИЗНЯНИХ І ЗАРУБІЖНИХ ДОСЛІДНИКІВ

*У статті проаналізовано дослідження вітчизняних і зарубіжних вчених щодо проблеми феномену «Я-концепції», її змісту та основних компонентів структури; представлено рівні розвитку самосвідомості та «Я-концепції» особистості; виокремлено поняття самооцінки та самореалізації особистості.*

**Ключові слова:** свідомість, самосвідомість, «Я-концепція», «образ Я», самооцінка, самореалізація.

*В статті аналізуються дослідження різних учених по проблемі феномена «Я-концепції», її содержания и основных компонентов структуры; представлено уровни развития самосознания и «Я-концепции» личности; выделены понятия самооценки и самореализации личности.*

**Ключевые слова:** сознание, самосознание, «Я-концепция», «Образ Я», самооценка, самореализация.

*In the article the study of domestic and foreign scholars of the phenomenon of «self-concept», its contents and basic structure of the components are presented. Different levels of consciousness and the phenomenon of «self-concept» of a personality are specified. The concept of self-esteem and self-identity are singled out.*

**Keywords:** consciousness, self-consciousness, «self-concept», «Image I», self-esteem, self-fulfillment.

**Постановка проблеми.** Внутрішній світ людини давно був однією з провідних тем для дослідження науковців з різних галузей науки та практики. Вчення про свідомість та самосвідомість становлять не тільки основу для теоретичного вивчення проблеми становлення особистості, але й для вирішення практичних питань, а саме формування життєвої позиції, переживання внутрішньої кризи, самоактуалізації та саморозвитку. Одним з базових понять самосвідомості є «Я-концепція» особистості, що являє собою динамічну систему уявлень людини про себе, яке включає усвідомлення своїх фізичних, інтелектуальних, природних властивостей та самооцінку особистості.

Упродовж сторіч теологи, філософи і громадські діячі сходилися у тому, що витoki і наслідки уявлення людей про себе, або «Я-концепція», заслуговують найсерйознішої уваги. Проте при цьому практично не робилося спроб дати однозначне визначення «Я-концепції». Складність та багатогранність «Я-концепції» обумовлюється її сутністю, змістом, структурою та методами вивчення.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Аналіз літературних джерел показав, що «Я-концепція» виступає одним з центральних понять психологічної науки. Питання, що стосуються «Я-концепції», розглядаються низкою вітчизняних і зарубіжних вчених: І.С. Кон, С.Д. Максименко, М.Й. Боришевським, П.Р. Чамата, І.Д. Пасічником, Р.В. Каламаж, Н.І. Жигайло, Р. Бернсом, З. Фрейдом, А. Адлером, А. Маслоу, К. Роджерсом тощо, проте однозначного трактування немає.

Чимало авторів вважають «Я-концепцію» виявом самосвідомості особистості щодо оцінювання себе суб'єктом практичної і теоретичної діяльності. Деякі розглядають «Я-концепцію» – як неповторність особистості, як сукупність усіх уявлень про себе.

Існують дослідження, у яких вивчається проблема «Я-концепції» у різних вікових періодах. Так, А.М. Андреева та Н.І. Гуткіна розглядають самосвідомість студентської молоді; І.С. Булах та Л.В. Долинська висвітлюють особливості «Я-концепції» у зрілому віці.

**Мета дослідження** полягає в аналізі підходів до визначення поняття та структури «Я-концепції» особистості.

**Результати дослідження.** Вперше проблема «Я-концепції» була виділена й охарактеризована В. Джеймсом. Він вважав, що глобальне, особистісне «Я» включає в себе дві складові: «Я-свідоме» (чистий досвід) та «Я-як об'єкт» (зміст цього досвіду), які існують суміжно. Згодом другу половину глобального «Я» стали називати «Я-концепцією» чи «Я-образом».

Ч. Кулі і Дж. Мід вказували на важливу роль соціальних взаємодій у формуванні «Я-концепції», яка, своєю чергою, розглядалася як основна детермінанта соціальної поведінки людей. Ч. Кулі запропонував теорію «Я-Дзеркального», стверджуючи, що уявлення людини про те, як її оцінюють інші, суттєво впливає на її «Я-концепцію».

Відомий психоаналітик З. Фрейд вважав внутрішнім джерелом розвитку «Я» особистості суперечність між його реальним та ідеальним компонентами (боротьба «Его» та «Супер-Его»).

Представники гуманістичної психології описують феноменологію особистості, тобто те, як людина сприймає, розуміє і пояснює себе та реальні події свого життя. А. Маслоу вбачає внутрішню суперечність у невідповідності реального рівня самоактуалізації індивіда його можливому рівню. У резуль-

таті суб'єкт шукає нові способи поведінки, які дозволяють йому більш самоактуалізуватися. У своїх концепціях самоактуалізації особистості А. Маслоу дає опис вимог, яким повинен відповідати індивід.

К. Роджерс підкреслює здатність людини до особистісного самовдосконалення. Центральним поняттям його теорії є поняття «Я», оскільки кожна людина вирішує: Хто я? Що я можу зробити, щоб стати тим, ким я хочу бути? Образ «Я» складається в умовах особистісного життєвого досвіду.

Поняття «Я-концепція» вітчизняні автори визначають як відносно стабільна, більшою або меншою мірою усвідомлена, така, що переживається як неповторна, система уявлень індивіда про себе, на основі якої він будує свою взаємодію з іншими людьми і ставиться до себе (І.С. Кон, С.Д. Максименко, М.Й. Боришевський, П.Р. Чамата, І.Д. Пасічник, Р.В. Каламаж, Н.І. Жигайло).

Так, В.В. Столін вважає, що «Я-концепція» та самосвідомість є нерозривними та взаємопов'язаними поняттями. Під самосвідомістю він розуміє процес, за допомогою якого людина пізнає себе і ставиться до себе самої; при цьому самосвідомість характеризується своїм продуктом – уявленнями про себе, тобто «Я-образом» («Я-концепцією»). Проте пізнає не самосвідомість, а людина, яка володіє свідомістю та самосвідомістю, користуючись при цьому цілою системою внутрішніх засобів і уявлень, образів, понять, з-поміж яких важливу роль виконують уявлення людини про себе саму: особистісні риси, здібності, мотиви. Це свідчить про те, що уявлення про себе водночас є не лише продуктом самосвідомості, а й суттєвою умовою її розвитку. В.В. Столін розглядає два аспекти «Я-образу»: знання про себе та самоставлення. Дослідник вважає, що зміст «Я-концепції» складають знання, здобуті людиною упродовж життя в процесі самопізнання. Проте самій людині знання про себе не є байдужими, тому зміст таких знань стає об'єктом її емоцій, оцінок, а також предметом її більш-менш стійкого самоставлення. Деякі аспекти «Я-образу» є неусвідомленими, оскільки не все можна реально осягнути в собі самому і у ставленні до себе.

Ю.М. Орлов розглядає «Я-концепцію» через існування «Я» у вигляді досить жорсткої програми певних типів поведінки і психічних станів та підтримує думку інших дослідників про те, що «Я-концепція» частково усвідомлена, а частково існує в несвідомій формі.

П.Р. Чамата вважає, що до змісту «Я-концепція» належать уявлення про будову тіла та функції окремих органів, усвідомлення психічних процесів, психічних властивостей, дій, мотивів і цілей, ставлення до себе з боку інших людей, а також усвідомлення свого місця в житті, власного розвитку.

Згідно з теоретичним аналізом можна визначити, що «Я-концепція» – це система, сукупність уявлень, суджень, переконань індивіда про самого себе. На основі цих уявлень людина будує свої стосунки з іншими людьми, визначає тенденції поведінки, дає відповіді на запитання про те, хто вона є.

«Я-концепція» – це водночас передумова й наслідок соціального життя, соціальної взаємодії, що визначається соціальним досвідом. Мета взаємозв'язку «Я-концепції» та соціального життя полягає не стільки в розширенні можливостей «Я», скільки в досягненні гармонії з навколишнім оточенням, в його підтримці. Отже, йдеться не про підведення індивідуальних властивостей під соціальний стандарт, а про свідому оцінку людиною своїх дій і вчинків, прийняття (або неприйняття), зміну, корекцію тих стереотипів, цінностей і норм, які проповідує суспільство.

Сучасна дослідниця Р.В. Каламаж відзначає значну строкатість термінології в цій галузі досліджень, що часто проявляється в отождненні понять «самосвідомість» і «Я-концепція», «Я-образ» і «Я-концепція», «самооцінка» і «Я-концепція», «замість» і «Я-концепція», «Я», «Его» і «Я-концепція» тощо.

Також у сучасних психологічних дослідженнях підкреслюють роль «Я-концепції» як узагальненого механізму саморегуляції особистості, зазначають, що саме «Я-концепція» забезпечує самототожність (ідентифікацію), особистісну відповідальність, породжує почуття соціальної причетності. Механізм саморегуляції «Я-концепції» виявляється у вербалізованій формі: власного бажання – «я хочу», усвідомлення своїх можливостей – «я можу», вимогливості – «мені потрібно», цілеспрямованості – «я прагну».

Індивіди з різними «Я-концепціями» не однаково сприймають світ: правильно чи неправильно, спотворено, наприклад: «Я-реальне» і «Я ідеальне» не збігаються. Це спричинює незадоволення, розчарування. Від задоволення рівня домагань у досягненні особистості залежить формування важливого компонента її свідомості – самоповаги. Вона впливає фактично на всі аспекти діяльності людини: включає і задоволеність собою, і прийняття себе, і почуття власної гідності, і позитивне ставлення до себе, і узгодженість свого надособистісного та ідеального «Я». Мотивація досягнення, будучи домінуючою для людини, є також важливим регулятором її розвитку.

«Я-концепція» формується під впливом життєвого досвіду людини, насамперед стосунків у сім'ї, проте досить рано вона сама набуває якості активності й починає впливати на інтерпретацію цього досвіду, на мету особистості, систему її очікувань та прогнозів щодо свого майбутнього, на оцінку своїх досягнень і тим самим на її ставлення до самої себе.

Отже, вивчення феноменів, які можна зарахувати до сфери «Я», має досить складну і неоднозначну історію. Так, Ф.Г. Михайлів зазначає, що аналіз теоретичних концепцій вітчизняних і зарубіжних науковців

переконуює нас в тому, що образ «Я» – багатоканальна підсистема як єдиний багаторівневий динамічний саморегулюючий комплекс, який, взаємодіючи з навколишнім середовищем, забезпечує адекватне відображення і регулювання, де кожен елемент виконує специфічну функцію. Узагальнюючи проблему дослідження «Я-концепції» в науково-психологічній літературі, можна виділити певні труднощі у її вивченні: 1) багатогранність складових «Я-концепції» як об'єкта формування; 2) відсутність єдиної термінології понять, які констатують розвиток «Я-концепції» особистості; 3) недостатньо наукових обґрунтувань, які б надавали достовірні результати про зворотну дію компонентів самосвідомості на поведінку тощо.

Аналізуючи останню проблему, зазначимо, що думки науковців не завжди збігаються, як відомо, самосвідомість є складне психічне утворення, котре налічує низку структурних одиниць. Зазвичай виокремлюють два основних компоненти – знання себе і ставлення до себе та їх поєднання.

У дослідженнях М.Р. Бітянкової наголошується, що «Я-концепція» особистості включає такі компоненти: пізнавальний, емоційно-оціночний, мотиваційно-поведінковий.

Протеїнші вчені, такі як К.А. Абульханова, С.Л. Рубінштейн, А. Бандура, Ж. Піаже, Дж. Мід вважають, що «Я-концепція» складається з трьох відношень – до себе, до інших та очікування відношення інших до себе. Іншими словами, в структуру «Я-концепції» включаються відношення між особистістю й іншою людиною, вона охоплює специфіку відношення «Я» – інший.

Основним чинником для виділення різних рівнів у структурі «Я-концепції» особистості А.Г. Спіркін та І.І. Чеснокова визначають ступінь розвитку когнітивних, емоційних і вольових процесів, які покладені в основу формування та функціонування різних актів самосвідомості.

І.І. Чеснокова у своїх дослідженнях пропонує розрізнити два рівні самосвідомості за критерієм тих рамок, у яких відбувається співвідношення знань про себе. В основу характеристики рівнів самосвідомості І.І. Чеснокова пропонує покласти:

- джерела самосвідомості (діяльність або спілкування);
- механізми самосвідомості (самосприйняття, самоспостереження, самоаналіз, самоосмислення);
- результати самосвідомості («образ – Я»).

На першому рівні відбувається співвідношення в рамках зіставлення «Я» та «іншої людини». На цьому рівні якість сприймається і розуміється, а потім вона переноситься на себе, основними механізмами виступають самосприйняття та самоспостереження;

Другий рівень – співвідношення знань про себе відбувається в процесі аутокомунікації, тобто в рамках «Я і Я», тут людина оперує вже готовими знаннями про себе, але за рахунок думок і висновків формує нові знання, основними механізмами є – самоаналіз і самоосмислення. На цьому рівні людина співвідносить свою поведінку і мотиви, потреби, інтереси. Для цього проводиться аналіз своїх мотивів. Вищого розвитку самосвідомості на цьому рівні особистість досягає приформуванні життєвих планів і сенсу життя.

До найбільш науково розроблених досліджень самосвідомості належить концепція В.В. Століна. У циклі проведених ним досліджень була сформульована модель рівневої побудови самосвідомості, заснована на обліку характеру активності людини. Згідно з його поглядом, є вертикальна і горизонтальна організованість самосвідомості. Горизонтальна будова припускає:

- виділення когнітивної складової і самовідношення (відчуття, емоційне переживання), які разом складають «образ Я»;
- розділення «Я-образу» на:
- знання про загальні риси і якості, які об'єднують індивіда з іншими людьми (система ідентичності), – це приєднуюча складова «Я-концепції»;
- знання, що виділяють індивіда порівняно з іншими людьми, це диференціююча складова «Я-концепції», що додає унікальність і неповторність людині.

Вертикальна будова розглядається вченим як рівнева, критерієм розділення якого є рівні активності людини.

Р. Бернс також розглядав «Я-концепцію» як сукупність установок індивіда, спрямованих на самого себе. Проте ці установки, він вважав, можуть мати різні ракурси і модальності. Існує три основні модальності самоустановок:

1. «Реальне Я» – установки, пов'язані з тим, як індивід сприймає свої актуальні здібності, ролі, свій актуальний статус, тобто його уявлення про те, який він насправді.
2. «Дзеркальне (соціальне) Я» – установки, пов'язані з уявленнями індивіда про те, як його бачать інші.
3. «Ідеальне Я» – установки, пов'язані з уявленнями індивіда про те, яким він хотів би стати.

Більшість авторів при вивченні «Я-концепції» враховували ці модальні відмінності. Розглядаючи структуру «Я-концепції» індивіда, важливо підкреслити, що «реальне Я» і «соціальне Я» повинні бути узгоджені за змістом. З іншого боку, між змістом «реального Я» і змістом «ідеального Я» можуть спостерігатися істотні розбіжності, які піддаються об'єктивному вимірюванню. «Ідеальне Я» складається з ряду уявлень, що відображають сокровенні сподівання і бажання індивіда. Ці уявлення бувають відірвані від реальності.

К. Хорні відзначає, що велика розбіжність між реальним та «ідеальним Я» нерідко веде до депресії, яка обумовлена недосяжністю ідеалу. Допомогти людині відмовитися від нездійснених устремлінь, продиктованих «ідеальним Я», надмірно відірваним від реальності, є, на її думку, одним з найбільших полегшень, які може принести людині психотерапія.

Г.Олпорт вважає, що «ідеальне Я» відображає цілі, які індивід пов'язує зі своїм майбутнім.

І. Комбс і І.Сьюпер розглядають «ідеальне Я» як образ людини, якою індивід хоче або сподівається стати, тобто як набір рис власної особистості, які необхідні для досягнення адекватності, а іноді і досконалості. Багато авторів пов'язує «ідеальне Я» із засвоєнням культурних ідеалів, уявлень і норм поведінки, які стають особистими ідеалами завдяки механізмам соціального підкріплення. Такого роду ідеали властиві всім індивідам.

Узагальнюючи найбільш поширені погляди на проблему дослідження структури «Я-концепції» особистості, А.В. Каїмов виділяє такі рівні її розвитку:

- Низький рівень – зміст структури «Я-концепції» характеризується наявністю зв'язку між компонентами, але вона має або виражений суперечливий характер, або відрізняється домінуванням певних компонентів і якостей, тому діапазон взаємини особистості до себе, як до професіонала коливається від активного до пасивного.

- Середній рівень – поєднання характеристик низького і високого рівнів розвитку «Я-концепції».

- Високий рівень – структурні зв'язки стійкі, діалогічна модель взаємини особистості до себе та світу; самореалізація здійснюється різними способами.

Згідно з теоретичним аналізом літератури, «Я-концепцію» часто визначають як сукупність установок, спрямованих на себе, і виділяють в ній три структурні елементи:

- когнітивний – «образ Я» (характеризує зміст уявлень про себе);
- емоційно-ціннісний, афектний (відображає ставлення до себе в цілому або до окремих сторін своєї особистості, діяльності та виявляється в системі самооцінок);

- поведінковий (характеризує прояви перших двох елементів у поведінці). До підструктурних елементів у складі третього компоненту належать:

- саморегуляція, що відбувається на першому рівні саморегулювання;

- самоконтроль, складна дія якого реалізується на другому рівні саморегулювання і створює передумови для цілеспрямованого самовиховання.

Важлива функція «Я-концепції» – забезпечення внутрішньої узгодженості людини себе із собою, відносної сталості її поведінки, незважаючи на безперервний тиск проблемного світу. Розвиток особистості в усіх її окультурених формах (спілкування, поведінка, діяльність, вчинки) перебуває під визначальним ситуативним впливом «Я-концепції».

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 регуляторну 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, тобто рівня домагань особистості.

Рівень домагань особистості – це прагнення до досягнення мети тієї складності, на яку людина вважає себе здатною. В основі рівня домагань лежить самооцінка (чи своїх можливостей, потенціалу в окремій сфері, чи себе як особистості загалом). Самооцінки розвиненого індивіда утворюють складну систему, яка включає в себе як загальну самооцінку (вона відображає рівень самоповаги, прийняття чи неприйняття себе), так і часткові, що характеризують ставлення до окремих сторін своєї особистості, вчинків.

З огляду на викладене, можна зробити такі **висновки**.

«Я-концепція» – це сукупність всіх уявлень індивіда про себе, що виявляється в самооцінці, почутті поваги до себе, рівні домагань. У багатьох психологічних теоріях «Я-концепція» є одним із центральних понять. Але не існує ні її універсального визначення, ні єдності в термінології.

Такі дослідники, як У. Джемс, К. Роджерс, М. Розенберг і багато інших, виділили різні форми уявлень про себе, диференційовані або за сферами людини («соціальне Я», «духовне Я», «фізичне Я», «інтимне Я», «публічне Я», «моральне Я», «сімейне Я» і т. ін.), або як реальність та ідеал («реальне Я», «ідеальне Я»), або на часовому континуумі («Я в минулому», «Я в теперішньому»), або за якоюсь іншою істотною ознакою. Число таких «Я-образів» і їх зміст визначається, як правило, на основі теоретичних міркувань.

Але на сьогодні ще досі залишаються відкритими питання, наскільки всі ці уявлення у суб'єкта насправді існують як відносно самостійні, наскільки вони по-різному пов'язані із самоставленням і поведінкою у відповідних ситуаціях.

Причини формування багатозначності у визначенні змісту Я-концепції та її компонентів слід виділити такі: вікові характеристики Я-концепції; прийняття людиною різноманітних соціально-психо-

логічних ролей; багатогранність потреб і діяльностей індивіда; соціально-психологічні особливості сприймання людиною себе і найближчого довкілля; широкомасштабний спектр методологічних основ при конструюванні цього терміну тощо.

#### **Література:**

1. Берне Р. Развитие Я-концепции и воспитание / Р. Берне. – М. : Прогрес, 1986. – 416 с.
2. Бех И. Д. Нравственность личности: стратегия становления / И. Д. Бех. – Ровно, 1991. – 146 с.
3. Боришевский М. И. Развитие саморегуляции поведения школьников: Диссертация в форме научного доклада. д-ра психол. наук: 19.00.07. – К., 1992. – 77 с.
4. Джемс У. Психология / Под ред. Л. А. Петровской. – М. : Педагогика, 1991. – 368 с.
5. Жигайло Н. І. Соціально-економічна діагностика: Навчальний посібник / Н. І. Жигайло. – Львів : Новий Світ-2000, 2008. – 224 с.
6. Жигайло Н. І. Комунікативний менеджмент: навчальний посібник / Н. І. Жигайло. – Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2012 – 368 с.
7. Начлаждян А. А. Социально-психологическая адаптация личности / А. А. Начлаждян. – Ереван, 1988. – 364 с.
8. Каламаж Р. В. Я-концепція як складова професійної самосвідомості юристів / Р. В. Каламаж // Наукові записки. Серія «Психологія і педагогіка». – Острог, 2006. – Вип. 7. – С. 156–164.
9. Кочубейник О. М. Трансформація уявлень про «Я-концепцію» у крос-культурних психологічних дослідженнях: Автореф. дис. ...канд. психол. наук. – К., 2003. – 16 с.
10. Максименко С. Д. Генезис существования личности / С. Д. Максименко. – К. : Издательство 000 «КММ», 2006. – 240 с.
11. Пасічник І. Д. Психологічні характеристики індивідуального мислення // Наукові записки. Серія «Психологія і педагогіка». Тематичний випуск: «Сучасні дослідження когнітивної психології». – Острог : Вид-во Національного університету «Острозька академія», 2009. – Вип. 13. – С. 3–14.
12. Столин В. В. Самосознание личности / В. В. Столин. – М. : Изд-во МГУ, 1983. – 284 с. – К. : Либідь, 2003. – 376 с.