

моделлю, що презентовано на рис. 4, де стр. № 2 (несвідоме) втрачає свою ведучу роль (принаймні, захисти спроможні її замаскувати) як у самосприйнятті суб'єкта, так і в рефлексії іншими людьми, що й відповідає вимогам адаптації. В адаптованій людині ведучими є просоціальні мотиви, а несвідомі чинники є веденими. Виходячи із знань глибокої психології, можна стверджувати, що пунктир стр. № 2 (див. рис. 4) з'явився внаслідок витіснень (тобто дієвості захистів) на службі в просоціальних інтересів «Я» та потреб маскуванню системної впорядкованості передсвідомого, яке знаходить вираження в діаметрально протилежній спрямованості стосовно свідомого (див. асиметрію стр. № 2 та № 5, рис. 2).

Рис. 4 можна умовно розглядати як «Модель адаптованості людини до соціуму», за чим стоїть підкореність її єства (потягів «Ід») необхідності слідування соціальним реаліям (вимогам). За інших умов людина випадає із русла просоціальної спрямованості поведінки, що порушує її адаптованість та створює ризик девіантності або ж психічних аномалій (нездоров'я) в поведінці. Користуючись і надалі мовою фрейдівських метафор, можна стверджувати, що процес адаптації – це майстерність вершника (Свідомого) привласнювати силу "коня" та спрямовувати психічну енергію у просоціальне русло. Могутній кінь (Несвідоме), маскуючи власні інтереси «Ід», не пропускає жодної можливості їх таємної, невидимої для «Я» реалізації. Для несвідомого діяльність відшукування «шпаринок» для реалізації «витіснених інтересів» є провідною (поряд із маскуванню глибокого змісту). Важливо внести уточнення: відшукування можливостей реалізації потреб, стимульованих «Ід» та табуйованих «Супер-Его», передбачає знання особливостей, законів функціонування свідомого, щоб можна було ним скористатись. Цьому процесу сприяє передсвідоме, що відрізняється від «Ід» соціальною "мудрістю", яка його єднає і, в той же, час роз'єднує із свідомим. Єднає, оскільки ця інстанція пройшла школу вербалізації на тлі провідних тез життя: «можна» – «не можна». Витісненні осередки «отримали уроки» соціального табу і затамували прагнення взяти над ним верх, тому для обох стрілок (№ 1 та № 2, рис. 4) властива тенденція «до сили» (перемоги), проте цінності, на які вони спираються, є різними, тому вони й діаметрально направлені. Осередки витіснень, які, перш за все, пов'язані з едіпальним періодом розвитку особи, проходили шлях «за вертикаллю» (вверх – до реалізації, вниз – через витіснення), що й зумовило пунктир стр. № 2 та перебування під блоком опорами глибокого змісту, а сама інстанція передсвідомого (як і «Ід») існує на латентному, скритому від свідомості, рівні. Глибине пізнання передбачає об'єктивування усталених, інваріантних характеристик психіки, які є супровідними психологічним деструкціям, що породжуються різнонаправленістю тенденцій двох системних утворень психіки: свідомого та несвідомого (передсвідомого). Реалізація ж «приглушених» витісненнями потягів Ід (намірів несвідомого) пов'язана з їх системною впорядкованістю, яка заявляє про себе в «іншій логіці», порівняно із логікою свідомого.

Література

1. Фрейд А. Психология Я и защитные механизмы / Пер. с англ. – М.: Педагогика, 1983. – 144 с.
2. Фрейд З. Психология бессознательного / Под ред. А. М. Боквицкова, С.И. Дубинской. – М.: ООО «Фирма СТД», 2006. – 447 с.
3. Яценко Т. С. Активная социально-психологическая подготовка учителя к общению с учащимися. – К.: Освіта, 1993. – 208 с.
4. Яценко Т. С. Теорія і практика групової психокорекції: Навч. посіб. – К.: Вища шк., 2004. – 679 с.
5. Яценко Т. (у співавторстві). Концептуальні засади і методика глибокої психокорекції: Підготовка психолога-практика: Навч. посіб. – К.: Вища шк., 2008. – 342 с.

Статья посвящена центральной проблеме развития глубинной психологии, основывающейся на психодинамической теории. Акцент поставлен на единстве феномена психического в его индивидуальной неповторимости; на сложности взаимосвязей между сферами сознания и бессознательного; на системной упорядоченности психического на всех уровнях – структурном, энергетическом и функциональном. В статье раскрываются глубинно-психологические особенности развития адаптивных характеристик психики путем расширения самосознания субъекта.

The article is dedicated to the central problem of development of deep psychology, as based on psychodynamic theory. Accent is made on the integrity of the phenomenon of the psychic in its individual uniqueness; on difficulties of interrelations between the sphere of the conscious and the unconscious; on system orderliness of the psychic on all levels: on the structural, the energetic and the functional. In the article, there are revealed deep psychological peculiarities of development of adaptive features of mentality by way of extension of the subject's self-consciousness.

©2012 р.

П. В. Лушин, В. А. Бричник (м. Київ)

ТЕХНОЛОГИЯ КРАУДСОРСИНГА: ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ В ПСИХОЛОГИИ

Актуальность. Идея самоорганизации и самоуправления конкурирует в настоящее время с идеей административного управления. Это происходит не обязательно по причине того, что самоуправление ближе к идее демократического развития общества, которое раскрывает скрытые творческие ресурсы людей, активизирует их мотивацию и активность. Ее явное преимущество в том, что самоуправление зачастую дает возможность более оперативного управления в ситуациях экстремального развития. Более того, ситуация экстремального развития интерпретируется нами как переходная ситуация, содержащая не только значительные ограничения, но и определенный ресурс доступ к уникальным способам реагирования и совладения с трудностями, которые зачастую не могут быть сконструированы заранее, административно и глобально [2-4]. Для примера, пожары летом в России 2010 года оказались не только

трагедией для всех россиян, но и заметным источником новых возможностей оперативного реагирования на потребности пожаротушения.¹ Во многом эта возможность, по признанию представителей МЧС, была более эффективной, чем централизованная государственная [1].

Цель статьи состоит в анализе психологических перспектив использования интернет технологии краудсорсинга в контексте самоуправления и самоорганизации сообществ.

Результаты теоретического анализа проблемы. Мы пока не привыкли к так называемой *недефицитной* или *профицитной* или в нашем случае *экологичной* логике. Ее суть – в том, что переживание неприятных, проблемных, иногда катастрофических и травматических ситуаций несет в себе не только ограничения, лишения и проблемы, но и значительный опыт преодоления, возможности новых социальных контактов и даже желание поделиться своим опытом. Это относится и к системам защиты от неприятного и опасного («иммунная система»).

Обычно иммунитет связывают со способностью организма, социальной системы сопротивляться или противодействовать чужеродным агентам по типу вирусов и инфекций, отрицательных влияний. Мы рассматриваем иммунитет не только как способность избегать и преодолевать неприятности, но также и строить новые возможности: выработанные в ответ на действие негативных агентов или специально организованной вакцинации (например, введения ослабленных инфекций) антитела порождают в организме новые способности для функционирования организма. Более того, мы придерживаемся того общепризнанного факта, что организм, лишенный возможности сопротивляться чужеродному, становится ослабленным.

Аналогичное относится к так называемому психоиммунитету – способности не только сопротивляться негативным событиям, но и порождать позитивные: человек, пробредший негативный опыт, зачастую становится более дееспособным, устойчивым к стрессам и жизненным испытаниям. Иногда такую личность называют психологически устойчивой, умеющей конструктивно относиться к жизненным вызовам, порождать новое, не теряя или даже генерировать новые жизненные перспективы.

Мы склонны ввести понятие «социального психоиммунитета» – это способность делиться своим опытом преодоления и опираться на чужой как на социальный ресурс. В этом смысле, верно то, что человек в трудной для себя жизненной ситуации рефлекторно и спонтанно склонен образовывать для себя группы взаимопомощи, которые посредством дискуссий, обменом информации создают поле не только противодействия возникшим проблемам, но создания новых возможностей жизни и деятельности.

Краудсорсинг, как одна из социальных технологий – это (англ. *crowdsourcing*, *crowd* — «толпа» и *sourcing* — «использование ресурсов») — передача определённых производственных функций неопределённому кругу лиц на основании публичной оферты или соглашения, не подразумевающего заключение трудового договора. Примерами краудсорсинга являются общественная интернет энциклопедия «Википедия», которая усилиями ее авторов-пользователей создала беспрецедентный информационный ресурс.

Психологической формой реализации краудсорсинга мы считаем, так называемый нами *пог-сорсинг* – (профицитарно-ориентированная группа как ресурс), где п.о.г. – это информационно-ориентированное или информационно-опосредованное краудсорсинговое сообщество (как группы единомышленников или спонтанно объединившихся под определенную общую цель людей), которое дает возможность в переходных условиях с высокой степенью экстремальности и неопределенности искать и находить нетривиальные творческие решения социальных и личных проблем («профицит» – избыток, в отличие от «дефицит» - недостаток).

Решение таких проблем основано на той простой идее, что в момент наступления худшего, социальная экосистема начинает не только испытывать негативные последствия, но вырабатывать «иммунные антитела», средства противодействия и совладания с последствиями негативных событий. Жизнь сама учит, она дает проблемы и одновременно подсказки, главное не пропускать их и использовать для собственного развития. В таком формате мы используем *экофасилитацию как метод поддержания этих подсказок или скрытых ресурсов саморегулирующихся социальных экосистем* [2-4].

В этом смысле, «ПОГ-сорсинг» – это форма социального психоиммунитета, который дает возможность в оперативной и, важно, мало затратной общественной форме, получать дополнительный ресурс социального взаимодействия для построения новых социальных «антител», создания саморегулирующихся сообществ, которые за счет обмена своими частными ресурсами достигает личных и общественных целей.

Объединяя все вышеперечисленные понятия (социальный психоиммунитет и ПОГ-сорсинг) мы склонны предположить то, что в настоящее время становится актуальным рассматривать иммунные процессы *«не локализовано»*. В частности как таковые, что сосредоточены не столько на уровне организма и психики человека, сколько в рамках более общей системы самоорганизации отдельных людей и их сообществ. Обращаясь к социальным ресурсам (к социальному психоиммунитету), человек становится значительно более устойчивым и конструктивным. Более того, его индивидуальные ограничения и состояние индивидуального «иммунодефицита» выступает в качестве условия для укрепления социального иммунитета.

Как ни странно, но страдание – неотъемлемая часть самоорганизации общества, оно есть источник антигенов, порождающих новые «антитела». Благодаря этим источникам, медики, психологи, педагоги и т.д. разрабатывают новые

¹ Известная краудсорсинговая интернет-программа «карта помощи», инициированная журналистом Г. Асмоловым и его коллегами в России, позволила быстро и адекватно реагировать на случаи пожаров в регионах: свидетели и участники катастрофических событий сообщали об актуальных потребностях в ликвидации пожара, сразу же этот запрос отражался на специально созданной интернет карте, благодаря чему носители недостающего ресурса получали возможность оперативно доставлять необходимое в соответствующее место[1].

технологии соответствующей помощи, а быть больным на индивидуальном уровне зачастую означает быть здоровым на социальном, создавать условия для укрепления *социального* психоиммунитета. Отсюда наше здоровье нам больше не принадлежит, оно – социальный феномен и, поэтому, укрепляя социальные здоровье, мы также содействуем развитию индивидуального.

В этом смысле люди все больше трансформируются в «трансгуманистов». Трансгуманисты не только признают возможность и желательность, но и в настоящее время уже представляют собой так называемых «транслюдей» («постлюдей»), то есть носителей фундаментальных технологических изменений с помощью, которых значительно усиливаются физические, умственные и психологические возможности человека².

В силу того, что появление новых технологий является результатом формирования новых потребностей и развития новых идей, призванных их удовлетворять, важной составляющей трангуманизма, как существенного прироста в способностях человека, является создание социальных площадок для самоуправления и саморазвития, которые бы помогали зарождению новых идей и нахождению ресурсов по их воплощению и реализации.

Основной материал исследования. *Описание принципов ПОГ-сорсинга.* Сообщество, объединенное в рамках ПОГ-сорсинга использует и применяет для достижения своих целей любые существующие в современном мире методы, методики и программы, которыми владеет хотя бы один из ПОГ-сорсеров. При необходимости его участники привлекают других людей или генерируют свои собственные возможности решения поставленных задач, оставаясь при этом всегда открытым сообществом до момента получения нужного результата. Зачастую ПОГ-сорсинг не предлагает готовых решений, рецептов безграничного благополучия, основан на знаниях, опыте и потребностях его участников, которые существуют в настоящее время и активно устремлены в будущее.

Каждый человек представляет собой безграничный и неповторимый ресурс. Большая часть проблем возникает не от того, что нам чего-то в жизни не хватает, а от того, что мы не видим и зачастую не верим в возможность для реализации своих собственных уникальных способностей и талантов. В рамках ПОГ-сорсинга не рассматривают человека и его сообществ в качестве проблемы, а наоборот – как определенный ресурс, который долгое время не использовался или даже подавлялся.

Партнерские отношения объединенного ПОГ-сорсингом сообщества подразумевают взаимовыгодное сотрудничество и рассматривают участников не как клиентов-получателей, а как участников системы «взаимовыгодного вложения», и совсем не обязательно в общее дело, вполне допустимо каждый в свое. Такое соучредительство в создании собственных ценностей сводит до минимума риск безответственности или неисполнительности со стороны кого-то одного, позволяет сохранить чувство собственного достоинства и не ограничивает пространство для самореализации и творческих проявлений.

В основе ПОГ-сорсинга заложен принципы «коллективной субъектности» и самоорганизации сообществ. Социальные истоки человека берут свое начало далеко за пределами самой личности и прочно связаны с глубинными и малоосознаваемыми процессами внутри человеческого сознания. Именно поэтому многие социальные блага не бывают доступными на уровне отдельной личности, а становятся достоянием образующихся сообществ.

В ПОГ-сорсинге каждый участник имеет равнодоступные права ко всем ресурсам, независимо от социального статуса, продолжительности пребывания в сообществе, но воспользоваться ими он может только в результате своей активности внутри самого сообщества: чем больше активности, тем больше возможностей перед участником открываются. Этот активность не контролируется извне и является функцией самоорганизации сообщества. Между тем определенный инициативный участник сам устанавливает себе внутренние ограничения, продолжительное время остается в наблюдательной позиции, ожидая при этом собственного шанса.

ПОГ-сорсинг на примере самоорганизации сообщества экофасилитаторов. Выпускники школы экофасилитации профессора П.В. Лушина разных лет долгое время объединялись вокруг идеи экофасилитации, но однажды осознали необходимость в создании новой платформы, которая бы помогала им в реализации и развитию собственных проектов. На одной из супервизионных встреч эта идея была озвучена и поддержана небольшой группой коллег. Ни у кого из присутствующих не было четкого плана и ясной концепции того, как можно воплотить ее в жизнь. Среди выпускников школы экофасилитации есть не только психологи, но и представители других профессий, в том числе, и юристы. Возникшая идея в большей степени откликнулась и заинтересовала одну из участниц, которая решила поинтересоваться у своих коллег-юристов, что необходимо для создания подобной организации. В ее окружении оказались люди, которые могли помочь в оформлении юридических документов. Была собрана инициативная группа наиболее заинтересованных людей для работы над юридическими документами и сбором другой необходимой информации. Вся работа проводилась в свободное время, в свободном режиме, просто ставились те или иные задачи, находились желающие их в данный момент решить. Каждый отвечал за свою часть работы, которая была для него посильной и необременительной. После подведения общих итогов была создана общественная организация, которая впоследствии расширилась до всеукраинского формата: а возникшая идея нашла отклик у большого количества людей в разных уголках Украины. По мере оформления юридических документов и регистрации в Минюсте было проведено первое собрание созданной организации. В результате, каждый имел возможность озвучить те вопросы, которые хотел бы решить с помощью возникшего общественного объединения. Было выбрано несколько приоритетных направлений, которые необходимо было реализовать в течение ближайшего года. Они постоянно дополнялись новыми проектами, инициатором которых мог стать любой желающий. В случае, если идея

² Недаром значительная часть классических экологических проектов по восстановлению «привычной» для человека среды обитания не мыслимы без инновационных процессов и технологий.

поддерживалась хотя бы несколькими участниками, тут же находились и исполнители, готовые взять на себя ответственность за тот или иной блок работы и довести идею до полной реализации.

Отсутствие первоначального плана, жесткого контроля с чьей-либо стороны и отсутствие обязательств, основанных не на личной инициативе, открытость к новым обстоятельствам позволили не только добиться успеха во всех начинаниях, но и дали возможность многим участникам попробовать себя в новом деле, приобщиться к деятельности, которая раньше казалась им недоступной, а иногда и невозможной.

ПОГ-сорсинговая интернет-платформа «Рука помощи рядом». Вышерассмотренные принципы ПОГ-сорсинга были положены нами в основу ПОГ-сорсинговой онлайн-платформы «Рука помощи рядом», суть которой в создании самоорганизующихся сообществ, направленных на осознание и использование скрытых ресурсов жизнедеятельности в условиях переходного периода в жизни человека. Программа представляет собой интерфейс, на котором размещена карта, например, Украины или определенного региона [5].

В качестве регистрации пользователей на ресурсе используется онлайн-опрос, где дается инструкция, которая в оперативной форме отображает результаты опроса свободно зашедших на сайт респондентов по следующим пунктам. Важными ориентирами о целях и задачах ПОГ-сорсинговой платформы для новых пользователей являются рекомендации по заполнению исходной формы с вопросами. Сами вопросы фиксируют наличия у респондента переходную ситуацию, успешность ее преодоления, и спонтанно появившиеся в процессе преодоления ресурсы. Далее приводятся произвольное описание этих ресурсов.

Карта взаимопомощи:

"Рука помощи рядом"

1. Переживали ли вы в относительно недавнем прошлом крайне тяжелые события по типу душевных или физических болезней, аварий на транспорте, потери близких, любимых, переезд в другой регион, страну, потерю работы, развод и т. п.

2. Удалось ли вам его успешно пережить?

3. Если да, то постарайтесь ответить, что/кто/где именно вам помогло/помог справиться с этим испытанием?

Рекомендации:

- Ответьте так, чтобы вашим советом могли воспользоваться люди, которые в настоящий момент находятся в подобном положении.
- Укажите, по возможности, куда именно и к кому вы порекомендовали бы обратиться.
- Возможно это вы сами или известные вам специалисты: психолог, врач, юрист, госслужащий, социальный работник или организация и т. п.
- Возможно вы бы дали несколько конкретных рекомендаций, как себя вести, что делать?
- Сделайте это в такой форме, в какой бы сами желали их получить.
- Цените свой опыт преодоления, делитесь им и пользуйтесь опытом других!

В результате данного опроса на карте отображаются не только возможность самоорганизующихся сообществ или отдельных лиц с их территориальным расположением и получением необходимой информации, но и определенное проблемное пространство (социальная экосистема заинтересованных лиц, дополняющих друг друга по своим способностям и возможностям). В данном контексте появляется место для различных групповых позиций, обеспечивающих саморазвитие экосистемы и получения новых продуктов.

Среди продуктов системы могут быть: решение личных и групповых проблем, объединение специалистов разных областей для решения конкретных задач; выработка социальных навыков, организация и проведение совместных мероприятий, событий, обсуждение общих тенденций и результатов взаимодействия в социальных экосистемах разного уровня (личностного, местного, регионального, глобального) и главное – не только вера, но и активная опора на собственные возможности, проявляющиеся в экстремальных ситуациях с высокой степенью неопределенности.

Таким образом, на интернет-карте отображаются содержательные, формально-динамические и визуальные репрезентации процесса самоорганизации и саморазвития социальных экосистем в условиях переходного периода.

Компьютерная программа помогает участникам создавать соответствующие экосистемы (группы людей с похожими интересами) и их цифровые репрезентации или дает возможность произвольного объединения субъектов событий по личным мотивам. Устанавливать диалогическую связь, как в рамках всего сообщества, так и отдельных участников.

Рассматривается возможность создания ПОГ-сорсинговой интернет-платформы «Рука помощи рядом» в виде специального приложения к уже существующим социальным сетям, что упрощает ее интеграцию в интернет-пространство.

Данная интернет-платформа будет апробироваться и сопровождаться рабочей мультидисциплинарной группой специалистов, в состав которой будут входить ученые, психологи, преподаватели, специалисты IT и др. для осуществления информационной и технической поддержки развития проекта, своевременного реагирования на запросы пользователей, сбора совокупных данных, поиска тенденций и удачных решений сложных социальных задач с возможностью их применения, как на уровне общества, так и отдельной личности.

Выводы. Самоуправление в отличие от административного управления имеет свои преимущества: раскрепощает скрытые творческие ресурсы людей, стимулирует их мотивацию и активность, дает возможность более оперативного управления в ситуациях экстремального развития, является определенным доступом к уникальному реагированию на возникающие социально-психологические и другие трудности, которые зачастую не могут быть сконструированы заранее и централизовано. Данная идея существенным образом дополняет популярную идею устойчивости социального и

личностного розвитку (sustainable development- англ. Яз.): «Делай все, чтобы избежать худшее, не можешь – извлекая уроки».

Согласно нашему пониманию профицитарности, негативные события, по сути, являются переходными формами развития, которые содержат программы и возможности позитивных личных и социальных решений.

Поддержание конструктивной спонтанной активности человека и сообществ (экофасиляция) в переходных ситуациях с высокой степенью неопределенности – главное условие появления новых контекстов развития.

ПОГ-сорсинг, как форма социального психоиммунитета, направлена на реализацию принципов трансгуманизма, укрепляет возможности человека посредством введения новых, в частности, интернет технологий. ПОГ-сорсинг имеет явно прикладную направленность по созданию реконструктивных сообществ и экосистем, раскрытию перспективных сообществ для укрепления социального психоиммунитета, а также обладает научной ценностью, обусловленную изучением закономерностей социальной и психологической помощи на разных уровнях функционирования личности человека.

Литература

1. Асмолов Г. Интернет, сетевое общество, взаимопонимание как стандарт образования//https://docs.google.com/viewer?a=v&pid=explorer&chrome=true&srcid=0B1FIWsnMfE13Nm12YTVIOTYtZDQzYi00MmlzLWl3NjgtNGE3MDZIODc5MTIi&hl=en_US&pli=1
2. Лушин П.В. Психология личностного изменения / П. Лушин. – Кировоград: Полиграфическо-издательский центр ООО «Имекс ЛТД», 2002. – 360 с.
3. Лушин П.В. Личностные изменения как процесс: теория и практика. –Одесса: Аспект, 2005.- 334 с.
4. Лушин П.В. О психологии человека в переходный период (Как выживать, когда все рушится). – Киев: «Науковий світ», 2007. – 207 с.
5. <http://www4.clustrmaps.com/ru/counter/maps.php?url=http://ecofacilitation.ucoz.com/#totals>

В статье дается анализ одной из популярных интернет технологий – «краудсорсинг» в психологической перспективе. Автор анализирует современные конструкты экологичности, социальной психоиммунологии, трансгуманизма. Обсуждается оригинальная версия краудсорсинговой психологической программы «Рука помощи рядом».

The article deals with the a psychological analysis of a popular internet technology, which is «crowdsourcing». The author analyses current constructs of ecological value, social psychoimmunology, transhumanism. The original version of crowdsourcing project – “The helping hand is always around” – is provided.

©2012 р.

С. О. Ставицька (м. Київ)

САМООЦІНКА РЕАЛІЗАЦІЇ ЖИТТЄВИХ ЦІЛЕЙ ОСОБИСТОСТІ У ПРОЦЕСІ РОЗВИТКУ САМОСВІДОМОСТІ

Постановка проблеми. Самосвідомість — не тільки пізнання себе, а й певне відношення до себе: до своїх якостей і станів, можливостей, фізичних і духовних сил, тобто самооцінка. Людина як особистість - самооцінююча істота.

Самооцінка посідає важливе місце в організації результативного управління власною поведінкою. Вона є суб'єктивною підставою для визначення рівня домагань, тобто тих завдань, які особистість ставить перед собою в житті й, на реалізацію яких вона вважає себе здатною. Правильна самооцінка підтримує гідність людини й дає можливість зберегти почуття самоповаги [2, с. 149].

Самосвідомість і самопізнання неминуче пов'язані із самоаналізом, що є засобом самоконтролю й розумної організації своєї поведінки. установа правильних взаємин з іншими людьми. Крайній ступінь негативного самоаналізу - самосуд, у якому людина буває непримиренно критичною до себе. Звідси скептицизм, презирство до себе, комплекс неповноцінності. Це, за термінологією Гегеля, «нешасна самосвідомість», або самосвідомість, що заплуталася в самій собі.

В іншому випадку, людина може переоцінювати себе, що часто веде до безмірної самовпевненості, самозакоханості. Між цими полюсами й розташовується весь спектр самоставлень. Самооцінка, як і самопізнання в цілому, починається із зовнішності, як фізичного аспету самосвідомості, продовжується оцінкою власних особистісних (соціокультурний аспект самосвідомості) й індивідуальних (психічний аспект самосвідомості) якостей.

Те, що людина думає й говорить про себе, часто не збігається з тим, чим вона реально є. Судження людини про самого себе, виражені у формі мовлення, є показником рівня самосвідомості, але не завжди реальних якостей особистості [3, с. 152].

Неадекватне уявлення про себе є нерідко джерелом вибору помилкових шляхів до самоствердження, непомірних претензій і в остаточному підсумку серйозних зривів, хвороб і різного роду трагічних подій. «Судження про власну особистість завжди надзвичайно неясні. Ці суб'єктивні потьмарення суджень особливо часті, тому що кожному вираженому типу властива особлива тенденція до компенсації однобічності його типу, тенденція, що біологічно доцільна, тобто вона прагне утримати рівновагу» [4, с. 6].

Загострюючи питання, можна сказати, що кожний знає про себе стільки й таке, що ніякими об'єктивними методами ніхто й ніколи не довідається. Якщо правильно говорять: "з боку видніше", то не менш вірно сказати: "ніхто не знає глибше людину, ніж вона сама себе". Обидва ці положення правильні стосовно до різних обставин і випадків, до різних людей і до різних сторін їх нескінченно багатого духовного світу.