

# Особливості структури самосвідомості особистості: самопізнання, самоствавлення, саморегулювання

**О.О. Продан**

аспірант,  
Київський національний  
університет  
ім. Т.Г. Шевченка

Науковий керівник

Л.Г. Терлецька  
кандидат психологічних  
наук, доцент,  
доцент кафедри  
загальної психології  
Київського національного  
університету імені  
Тараса Шевченка

*Статтю присвячено розгляду підходів вітчизняних і зарубіжних дослідників до проблеми структури самосвідомості особистості, понять «особистість», «самосвідомість особистості». Проаналізовано та узагальнено визначення понять «структура самосвідомості особистості» та її компонентів – «самопізнання», «самоствавлення» та «саморегулювання».*

*Статья посвящена рассмотрению подходов отечественных и зарубежных исследователей к проблеме структуры самосознания личности, понятий «личность», «самосознание личности». Проанализированы и обобщены определения понятий «структура самосознания личности» и ее компонентов – «самопознание», «самоотношение» и «саморегулирование».*

*Article is devoted to consideration of approaches of domestic and foreign researchers to a problem of structure of consciousness of the personality. Approaches to the concept «personalities» of foreign and domestic psychology are defined, distinctions in these approaches are revealed. Approaches in foreign and domestic psychology to consciousness of the personality are considered. Approaches to concept «structure of consciousness of the personality» and its components – «self-knowledge», «self-relation» and «self-control» are analyzed and generalized.*

**Ключові слова:** самосвідомість, особистість, самопізнання, самоствавлення, саморегулювання.

## Постановка проблеми

Проблемі самопізнання особистості відведено важливе місце низкою гуманітарних наук, зокрема, різні її аспекти відображаються у філософії, етиці та психології. Філософська сторона самопізнання особистості пов'язана з питаннями людської свободи, етична – з аналізом системи цінностей і суспільної моралі, психологічна співвідноситься з активністю особистості. Незважаючи на те, що останніми роками це питання вивчається як вітчизняними, так і зарубіжними дослідниками, у сучасній психології відсутній єдиний підхід до визначення такого феномена, як самопізнання особистості.

Тому набуває актуальності проблема розвитку самосвідомості особистості, а також її компонентів: самопізнання, самоствавлення та саморегулювання.

## Аналіз останніх джерел і публікацій

Існують різні підходи до поняття «особистість» у вітчизняній і зарубіжній психології, а саме: особистість визначається як інтегральне поняття, система відносин людини з навколишньою дійсністю (В.М. Мясіщев); як складова індивідуальності, її характеристика як громадського індивіда, об'єкта та суб'єкта історичного процесу (Б.Г. Ананьєв); як особлива якість, що набувається індивідом у суспільстві, в сукупності відносин, громадських за своєю природою, до яких індивід залучається (О.М. Леонт'єв); як суб'єкт життя, вона пов'язує «клубок» із усіх ниток – вікової, подієвої, продуктів творчості, соціальних досягнень – своїм власним унікальним «вузлом», визначаючи якість свого життя (С.Л. Рубінштейн); як модель інтерперсональних відносин (Г. Олпорт).

**Не вирішені раніше частини загальної проблеми**

Найбільш складною проблемою в дослідженні самосвідомості особистості є аналіз її структури. Існує кілька підходів до розгляду останньої, кожен із яких має як переваги, так і обмеження. Пошук більш досконалого підходу залишається актуальним питанням.

**Формулювання цілей статті**

Метою статті є аналіз та узагальнення підходів до поняття «структура самосвідомості особистості» та її компонентів – «самопізнання», «самоствавлення», «саморегулювання».

**Вклад основного матеріалу дослідження**

Самосвідомість особистості вивчали такі вітчизняні вчені: К.О. Абульханова-Славська, В.А. Аверін, О.М. Леонтєв, С.Л. Рубінштейн, В.В. Столін та інші, а також зарубіжні вчені: А. Адлер, У. Джемс, А. Маслоу, К. Роджерс, З. Фрейд, К.-Г. Юнг та інші.

У розвитку особистості К.О. Абульханова-Славська необхідною умовою називає свідомість. Науковець визначає особистість як єдність чотирьох образів: «того, що особистість хоче; того, що вона може, хто вона є», а також того, «що особистість повинна робити». Прагнення особистості відповідати ідеалові знаходять конкретний зміст у відношенні до своїх реальних і потенційних можливостей, тобто проходять крізь призму «Я-концепції» [1].

З точки зору С.Л. Рубінштейна, у міру розвитку свідомості особистості, становлення її все більш самостійною, із структури свідомості розвивається самосвідомість. Свідомість із необхідністю породжує самосвідомість [16].

Згідно з В.В. Століним, структури самосвідомості можуть мотивувати, тобто спонукати до певної діяльності. Ці мотивуючі функції самосвідомості можуть мати різне походження: міститися в уявленнях про «ідеальне-Я» та бути пов'язаними з моральними категоріями сумління, боргу, відповідальності; бути відображенням розумового «Я дійсного» та «Я майбут-

нього». Мотивуючий ефект має й почуття власної гідності та самоповаги, що вимагає своєї підтримки за допомогою тих або інших реальних дій [19].

Згідно з розробленою О.М. Леонтєвим концепцією, особистісний сенс одночасно входить у два рухи, дві системи зв'язків. У структурі свідомості особистісний сенс вступає в нові зв'язки – у поєднанні з іншими складовими свідомості – і виражає себе в значеннях та емоційних, чуттєвих переживаннях (чуттєвій тканині). «Я», що розглядається діючим суб'єктом як умова самореалізації, також набуває особистісного сенсу [10].

Дослідник В.А. Аверін виділяє таку структуру самосвідомості: «Я-реальне», тобто сукупність уявлень про себе в сьогоденні; «Я-ідеальне», тобто бажані якості особистості; «Я-минуле», тобто сукупність уявлень про своє минуле «Я»; «Я-майбутнє», тобто сукупність уявлень про себе в майбутньому. Провідна функція самосвідомості – це саморегуляція поведінки особистості. Саме сукупність уявлень про себе та їх оцінка є психологічною основою поведінки особистості [2].

Таким чином, виходячи з вищерозглянутих теорій, самосвідомість особистості взаємопов'язана зі сприйняттям свого «Я». Центральною ланкою в структурі самосвідомості виступає «Я» як суб'єкт, що відіграє роль активного діяльного початку під впливом різних причин (мотивів). Цю функцію «Я» виконує, використовуючи самопізнання, що тісно переплітається з емоційно-ціннісним відношенням. Результатом самопізнання є прояснення образу «Я», а іноді й конструювання нового образу «Я», до якого прагне особистість.

У зарубіжній психології поняття «самопізнання» розглядається з різних точок зору.

У класичному психоаналізі важливою складовою самопізнання є усвідомлення витісненого в несвідоме. На думку З. Фрейда, витісненню підлягає все, що є неприйнятним для свідомості, передусім сексуальні та агресивні тенденції [20].

А. Адлер сенс самопізнання бачить у пізнанні людиною своєї справжньої жит-

тевої мети, яка нерідко прихована від особистості неправдивими цілями, що спонукають її до переваги над іншими, влади тощо [3].

Особливе значення проблемі самопізнання надається в гуманістичній психології, де розглядається як необхідна умова саморозвитку особистості, її самоактуалізації, тобто здібності стати тим, ким вона здатна стати, а не тим, ким їй нав'язують стати інші особистості та соціальне оточення.

Згідно з концепцією К. Роджерса, в людині виділяються дві складові: «Реальне-Я» та «Ідеальне-Я»; і одна складова, що не належить людині, але значно на неї впливає, – це соціальне оточення. «Реальне-Я» – система уявлень про себе, свої почуття, думки, прагнення тощо. «Ідеальне-Я» – те, чим людина хотіла б бути, її досвід та глибинні переживання. Соціальне оточення – це все те, що нав'язується людині з боку: норми, цінності, погляди, способи поведінки тощо. Невідповідність, яка виникає між «Реальним-Я» та «Ідеальним-Я», породжує почуття тривоги, неадаптивні форми поведінки, різні психологічні проблеми, що призводять до спотворення досвіду або заперечення його [15].

У процесі самопізнання необхідно виділити сфери власної особистості, які бажано пізнати та дослідити. Одним із перших у психології сфери самопізнання виділив У. Джемс. В якості пізнаваних елементів у свідомості людини він виділяє: фізичну, соціальну та духовну особистість. Фізична особистість – це тілесна організація людини і все те, що належить їй або складає її оточення (у сучасній психології ці положення є предметом суперечки вчених): сім'я, домівка, стан здоров'я. Соціальна особистість – це визнання в людині особистості з боку інших людей. Учений зазначає, що у людини стільки соціальних осіб, скільки індивідів визнають в ній особистість і мають про неї уявлення. Духовна особистість – це повне об'єднання окремих станів свідомості, конкретно взятих духовних здібностей і властивостей.

Ці три типи особистостей ієрархічно організовані. Вищий рівень займає ду-

ховна особистість, нижчий – фізична, соціальні особистості – проміжне положення [6].

Таким чином, самопізнання, згідно з У. Джемсом, може здійснюватися на рівнях фізичної, соціальної та духовної особистості.

Самопізнання як засіб оволодіння власним досвідом, глибинними переживаннями, засіб бути самим собою розглядає О.А. Муравйова. Для цього необхідно усвідомити, як особистість сприймає себе, як її сприймають інші, виявити причини, що спонукають спотворювати свій досвід, діяти заради схвалення з боку оточення. У результаті самопізнання людина набуває здатності до особистісного зростання, самовдосконалення та самоактуалізації, за яких лише й можлива повнота життя, відчуття радості життя, усвідомлення сенсу життя [12].

З точки зору О.Г. Спіркіна, самопізнання – складний багаторівневий процес, індивідуалізований і розгорнутий у часі. Умовно можна виділити дві стадії: пізнання своїх особливостей через пізнання особливостей іншого, звірення та диференціація; на другій стадії підключається самоаналіз [18].

Самопізнання як динамічний та безкінечний процес розглядає Ю.М. Орлов, оскільки, по-перше, відбувається постійний розвиток самих пізнавальних здібностей; по-друге, змінюється й сам об'єкт пізнання – особистість; по-третє, усяке знання про себе самого вже фактом свого здобування змінює суб'єкта: дізнавшись щось про себе, людина стає іншою. Самопізнання відбувається паралельно з постійною перевіркою на адекватність та корекцією знання про себе [13].

У структурі «Я-концепції» С.Л. Рубінштейн виділяє три складових. Когнітивна складова, або образ «Я», включає уявлення індивіда про самого себе. Існує безліч «образів-Я», що змінюють один одного. Виділяються передусім «Я-реальне», тобто уявлення індивіда про себе в сьогоденні, в цей час, та «Я-ідеальне» – уявлення про те, яким хотів би бути індивід у цих конкретних умовах. «Я-ідеальне» висту-

пає як необхідний орієнтир самовиховання особистості. Іноді в «Я-концепції» виділяють «Я-фантастичне» – те, яким суб'єкт побажав би стати, якби це виявилось можливим. Поведінкова складова включає потенційні поведінкові реакції або конкретні дії, що можуть бути викликані знаннями про себе та відношенням до себе. Оцінна складова, або самооцінка, включає афективну оцінку уявлення про себе [16].

У сучасній психології відсутній єдиний підхід до визначення такого феномена, як ставлення людини до себе, попри те, що він активно вивчається як вітчизняними, так і зарубіжними дослідниками. Аналіз відповідних робіт дає змогу говорити про велику різноманітність використовуваних для опису його змісту психологічних категорій. Можна назвати такі поняття, як: «узагальнена самооцінка», «самоповага», «самосприйняття», «емоційно-ціннісне відношення до себе», «самоствалення», «самовпевненість», «почуття власної гідності», «самозадоволення», «аутосимпатія», «самоцінність» тощо. Їх зміст розкривається за допомогою таких психологічних категорій, як: «особистісний сенс» (О.М. Леонт'єв) та «ствалення» (В.М. Мясищев).

Відсутність чіткої термінології призвела до того, що значення використовуваних термінів більшістю авторів не розділяються, вони найчастіше вживаються як синоніми. Водночас, аналіз тієї психологічної реальності, що ховається за цими поняттями, дає можливість досконаліше розібратися у феноменології відношення людини до себе.

До найбільш уживаних категорій, що розкривають суть відношення людини до себе, можна віднести чотири: «загальна», або «глобальна самооцінка», «самоповага», «самоствалення» та «емоційно-ціннісне відношення до себе». Перший термін був найбільш застосовуваний у західній психології з кінця XIX до 60-х рр. XX ст., а потім був витіснений терміном «самоповага». У вітчизняній психології початок фундаментальних досліджень феномена відношення людини до себе був покладений завдяки працям О.М. Леонт'єва, С.Л.

Рубінштейна, теоретичним роботам І.С. Кона та І.І. Чеснокової.

Термін «самоствалення» був введений грузинським психологом Н.І. Сарджвеладзе [17]. Нині у вітчизняній психології домінуючою є категорія «емоційно-ціннісне самовідношення».

Дослідник О.М. Колишко вважає, що самоствалення особистості є складноструктурованим психічним утворенням. Складність будови витікає з багатоплановості та глибини життєвих ставлень особистості. Самоствалення визначається також як емоційний компонент самосвідомості [9].

На думку С.Р. Пантїлеєва, сутнісною характеристикою взаємозв'язку компонентів самоствалення є їх диференційованість, яку можна позначити як характер зв'язку між негативними та позитивними, оцінними й емоційними модальностями самоствалення.

У основі високої диференційованості компонентів самоствалення міститься здатність особистості розрізняти феноменологічно розділені, різні за своїм змістом і механізмом формування оцінно-емоційні та позитивно-негативні переживання особистісного сенсу «Я». Ця характеристика взаємозв'язку компонентів самоствалення є індикатором структурного забезпечення функціонування механізмів захисту ставлення до себе, що забезпечують його стійкість, незалежність і автономність від зовнішніх дій [14].

Самоствалення особистості В.В. Століним розуміється як складне когнітивно-афективне утворення, зрілість якого визначається якістю взаємозв'язку та мірою узгодженості складових. Його структура розглядається як та, що складається з двох компонентів: раціонального відношення до себе як суб'єкта соціальної активності («образ-Я», або категоріальне «Я») та емоційно-ціннісного ставлення до себе – переживання й оцінки власної значущості як суб'єкта соціальної активності, що утворюють рефлексію «Я». У результаті взаємодії вказаних компонентів із потребнісно-мотиваційною сферою особистості самоствалення включається в процес діяльностей та особистісної саморегуля-

ції, стимулює розвиток пізнавальної й особистісної суб'єктності людини [19].

Вплив самоствавлення на процеси самопізнання досить детально описано І.Г. Чесновою. У механізмах міжособистісного сприйняття, самосприйняття процеси когнітивного аналізу перебувають під сильним і безперервним впливом емоційних чинників, що вносять свій вклад у їх хід і результат. Емоційні оцінки рис особистості (будучи багато в чому незалежними від спостереження за реальною поведінкою) ніби накладаються на структуру цих спостережень, надаючи образам соціальної перцепції необхідної константної цілісності й узагальненості [21].

Самоствавлення особистості, з точки зору Н.І. Сарджвеладзе, визначається також як емоційний компонент самосвідомості. Відношення особистості до себе як афективна складова самосвідомості найчастіше виникає внаслідок того, що його когнітивна складова не сприймається людиною байдуже. Найбільш поширеним поняттям, за допомогою якого описується емоційний компонент самосвідомості, є термін «емоційно-ціннісне самоствавлення» [17].

Теоретичні основи розуміння самоствавлення як компонента самосвідомості були закладені І.І. Чесноковою, яка ввела поняття «емоційно-ціннісне самоствавлення» як специфічного виду емоційного переживання, в якому відбивається власне відношення особистості до того, що вона дізнається, розуміє, відкриває відносно самої себе [22].

Таким чином, виступаючи стійкою особистісною рисою, самоствавлення тісно пов'язане з іншими властивостями особистості, особливо волею. Воно впливає на формування змісту, структури та форми прояву цілої системи психологічних особливостей особистості.

Класики вітчизняної психології Б.Г. Ананьев, Л.С. Виготський, О.М. Леонтьев, С.Л. Рубінштейн та інші виявили й описали особливості та природу регуляції та саморегуляції поведінки особистості, що стало результатом теоретичного обґрунтування та практичного застосу-

вання принципу єдності свідомості й діяльності.

Психологічна природа саморегуляції вивчається українськими вченими. Питання активності людини як суб'єкта власної діяльності та поведінки висвітлено в працях І.Д. Беха, М.Й. Боришевського, В.К. Каліна та інших.

Зокрема, дослідження М.Й. Боришевського [5] присвячені аналізу закономірностей розвитку саморегуляції в онтогенезі; проблема психологічної структури, видів, механізмів і факторів успішності діяльності розглядалися В.К. Калінін та іншими [8].

У психології розглянуто концепцію індивідуального стилю саморегуляції (В.І. Моросанова), концептуальні положення про психологічні характеристики самосвідомості особистості на різних вікових етапах онтогенезу (М.І. Боришевський, Л.С. Виготський, І.С. Кон, В.В. Столін та інші), механізми та закономірності психічної, емоційно-вольової, мотиваційної, моральної саморегуляції (М.Й. Боришевський, В.К. Калін, О.О. Конопкін, В.І. Моросанова та інші).

Значний внесок у вирішення проблем саморегуляції зробили вчені, які досліджували окремі прояви цього феномена в різних видах діяльності. Сучасні етапи розвитку наукової думки про психологічний рівень регуляції діяльності людини характеризуються значною кількістю праць. У цих дослідженнях регулятивні процеси вивчаються в конкретному вигляді або етапі сенсомоторної діяльності.

Так, Є.П. Ільїн, М.М. Ярушкін [7; 23] вважають необхідним розрізнення саморегуляції, самоуправління та самоконтролю. Вони погоджуються з положенням стосовно того, що самоуправління включає саморегуляцію як один із необхідних, але недостатніх механізмів самоорганізації поведінки.

Зокрема, Є.П. Ільїн відзначає підлеглу роль саморегулювання стосовно самоврядування. Термін «регуляція» позначає «вузьке розуміння волі, що співвідноситься з проявом «сили волі», вольових якостей, які використовуються для утримання поведінки людини в межах

норм, правил, необхідних для функціонування, при наявності перешкод, ускладнень» [7].

На думку С.В. Малазонії, під самоконтролем (саморегуляцією) слід розуміти вміння критично ставитися до своїх думок, вчинків, дій, почуттів, регулювати й управляти своєю поведінкою [11].

Дослідник М.М. Ярушкін під саморегуляцією розуміє, насамперед, регуляцію особистістю своєї поведінки «відповідно до ціннісно-нормативної системи її соціуму». Самоорганізацію особистості він визначає як регуляцію своєї поведінки особистістю «відповідно до власної ціннісно-нормативної системи для досягнення нового рівня взаємодії з соціумом» [23].

К.О. Абульханова-Славська визначає самоконтроль як здатність людини стежити за собою, перевіряти себе, надавати собі звіт стосовно своєї поведінки і діяльності, кваліфікуючи його на основі прийнятих критеріїв [1].

Учений М.Й. Боришевський визначає функцію самоконтролю, встановлюючи відхилення реалізованої програми від заданої та внесення відповідно до цього необхідних коректив у план діяльності. Самоконтроль є лише функцією саморегу-

ляції, тому немає підстав ототожнювати їх між собою [5].

Згідно з К.О. Абульхановою-Славською, самоорганізація та саморегуляція особистості нерозривно пов'язані в процесі життєдіяльності. Рівень домагань, що виступає контролюючим чинником у процесі самоконтролю на рівні саморегуляції особистості, в процесі самоконтролю на рівні самоорганізації стає контрольованим «Я-концепцією» та особистісною мораллю [1].

Проблему саморегуляції розглядав А. Бандура. Автор назвав поведінку людини, детерміновану внутрішніми чинниками, саморегуляцією. Основне завдання якої – забезпечувати «самоефективність», тобто здійснювати лише ті форми поведінки, яку людина може реалізувати, спираючись на внутрішні чинники в цей момент [4].

### **Висновки**

Таким чином, на основі проведеного теоретичного аналізу можна зробити висновки, що у вітчизняній і зарубіжній психології немає єдиної точки зору стосовно поняття «структура самосвідомості особистості», «самопізнання», «самоставлення» та «саморегулювання».

### **Список використаних джерел**

1. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни / К.А. Абульханова-Славская. – М. : Мысль, 1991. – 299 с.
2. Аверин В.А. Психология личности: учебное пособие / В.А. Аверин. – С.-Пб. : Изд-во Михайлова В.А., 1999. – 89 с.
3. Адлер А. Индивидуальная психология как путь к познанию и самопознанию человека / А. Адлер. – К. : Наука жить, 1997. – 357 с.
4. Бандура А. Теория социального научения : пер. с англ. / А. Бандура. – С.-Пб. : Евразия, 2000. – 320 с.
5. Боришевський М.Й. Психологічні механізми розвитку особистості // Педагогіка і психологія / М.Й. Боришевський. – 1996. – №3. – С. 26-33.
6. Джемс У. Психология / У. Джемс ; под. ред. Л.А. Петровской. – М. : Педагогика, 1991. – 241 с.
7. Ильин Е.П. Психомоторная организация человека / Е.П. Ильин. – С.-Пб. : Питер, 2003. – 384 с.
8. Калинин В.К. Волевая регуляция деятельности. Автореф. дисс. ... д-ра психол. наук. / В.К. Калинин. – Тбилиси, 1989. – 39 с.
9. Кольшико А.М. Психология самоотношения / А.М. Кольшико. – Гродно, 2004. – 102 с.
10. Леонтьев А.Н. Избранные психологические произведения / А.Н. Леонтьев. – Т.1. – М., 1983. – 150 с.
11. Малазонія С.В. Психологічні засоби формування у майбутнього педагога здатності до довільної саморегуляції поведінки: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. 19.00.01 / Інститут психол. ім. Г.С. Костюка АПН України. / С.В. Малазонія. – К., 2004. – 20 с.
12. Муравьева О.А. Развитие самопознания и позитивного образа Я у подростков в условиях групповой психологической работы / О.А. Муравьева. – Хабаровск, 2005. – 48 с.

13. Орлов Ю.М. Самопознание и самовоспитание характера / Ю.М. Орлов. – М., 1987. – 224 с.
14. Пантилеев С.Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система / С.Р. Пантилеев. – М. : МГУ, 1991. – 109 с.
15. Роджерс К.Р. Становление личности. Взгляд на психотерапию / К.Р. Роджерс. – М. : ЭКСМО-Пресс, 2001. – 416 с.
16. Рубинштейн С.Л. Самосознание личности и ее жизненный путь. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – С.-Пб., 2002. – 720 с.
17. Сарджвеладзе Н.И. Личность и ее взаимодействие с социальной средой / Н.И. Сарджвеладзе. – Тбилиси : Мецниереба, 1989. – 206 с.
18. Спиркин А.Г. Сознание и самосознание / А.Г. Спиркин. – М. : Политиздат, 1972. – 303 с.
19. Столин В.В. Самосознание личности / В.В. Столин. – М., 1983. – 284 с.
20. Фрейд З. Введение в психоанализ: Лекции / З. Фрейд. – С.-Пб. : Питер, 2001. – 256 с.
21. Чеснова И.Г. Межличностные отношения в семье как фактор формирования эмоционального самоотношения подростка. Дисс. канд. психол. наук: 19.00.01. / И.Г. Чеснова – М., 1987. – 156 с.
22. Чеснокова И.И. Проблемы самосознания в психологии / И.И. Чеснокова. – М. : Наука, 1977. – 144 с.
23. Ярушкин Н.Н. Саморегуляция и самоорганизация социального поведения личности: Дисс. д-ра психол. наук: 19.00.05. / Н.Н. Ярушкин. – С.-Пб., 1998. – 406 с.