

**ПСИХОЛОГІЯ САМОПРИЙНЯТТЯ ОСОБИСТОСТІ: ДО
ПОСТАНОВКИ ПРОБЛЕМИ**

У статті розглянуто змістово-функціональні особливості самоприйняття особистості в контексті розвитку її самосвідомості. Прийняття себе людиною є складним і тривалим процесом, який відбувається перманентно і має як закономірності й сензитивні періоди. Особистісне самоприйняття відображає насамперед емоційно-оцінковий, інтелектуальний і поведінковий компоненти Я-концепції, а також низку сенсорно-перцептивних і когнітивних модальностей, що формування людської самості. Встановлено, що феномен самоприйняття проявляється у першу чергу на рівні позитивного ставлення до самого себе, адже це прийняття свого Я як багатоманітне визнання унікальної та неповторної власної індивідуальної та соціальної вартості у просторі і часі міжособистісних взаємин. Рівень сформованості самоприйняття забезпечує не лише адекватну самооцінку як основу успішного просоціального ототожнення, але й створює умови для розвитку усталеного образу Я, збалансованої Я-концепції та гармонійного співіснування глибоко інтимного внутрішнього світу з викликами зовнішніх обставин і факторів та забезпечує якомога ефективнішу інтеграцію в мікро- та макросоціум. Констатовано, що позитивне самоприйняття є запорукою просоціального поступу до самоактуалізації як кожної окремої людини, так і великих спільнот. Наголошено, що самоприйняття особистості як відкрите і багатогранне явище вивчається крізь призму багатьох наукових підходів і що немає загально визнаної термінології, яка б чітко і всеохопно розкривала його змістово-функціональну суть. Конструкт самоприйняття постулюється як базовий у формуванні самосвідомості особистості та в композиційному поєднанні із самооцінкою, саморегуляцією, самоакцептацією, психологічним захистом породжує відчуття суспільної впевненості і значущості, самозахисності і соціального комфорту. Виокремлено авторське розуміння самоприйняття як інтегральної властивості людини, що є невід'ємним компонентом і найістотнішим стрижнем її самосвідомості, адже має істотний вплив на всі явища і процеси особистісного розвитку та є актуальним як для психосоціальної генези в дитячому віці, так і для всіх подальших етапів розвитку.

Ключові слова: особистість, самосвідомість, самість, самоприйняття, самоприйняття, самооцінка, самоакцептація, образ Я, ідентифікація, ідентичність.

Постановка проблеми. У складних реаліях сучасного мінливого й контраверсійного світу екзистенційно важливим залишається намагання людини бути самою собою, її повсякчасне прагнення не втратити власне Я ні в нетрях світової павутини, ні в плетиві міжособистісного спілкування, ні в інтроспективному діалозі із власною сутністю. Позитивне самоприйняття є запорукою просоціального поступу до самоактуалізації як кожної окремої людини, так і великих спільнот. Прийняття себе людиною є складним і тривалим процесом, який відбувається перманентно і має як закономірності й сензитивні періоди (наприклад, прийняття себе в образі «сивочолої мудрості» у період пізньої зрілості), так і стрибкоподібні імпульсивні та невідрефлексовані рецепції власного Я (наприклад, кризь призму комплексу «гідкого каченяти» на етапі підлітковості). Особистісне самоприйняття відображає насамперед емоційно-оцінковий, інтелектуальний і поведінковий компоненти Я-концепції, а також всю іншу гаму сенсорно-перцептивних і когнітивних модальностей, що зумовлюють і супроводжують тривалий процес формування людської самості. Феномен самоприйняття проявляється у першу чергу на рівні позитивного ставлення до самого себе, адже це прийняття свого Я як багатоманітне визнання унікальної та неповторної власної індивідуальної та соціальної вартості у просторі і часі міжособистісних взаємин. Така складна рецептивно-перцептивна система створюється і розбудовується людиною упродовж долання нею всіх щаблів життєвого шляху, зазнаючи впливів і взаємовпливів різноманітних чинників. Рівень її сформованості забезпечує не лише адекватну самооцінку як основу успішного просоціального ототожнення, але й створює умови гармонійного співіснування глибоко інтимного внутрішнього світу з викликами зовнішніх обставин і факторів, забезпечуючи врешті-решт якомога ефективнішу інтеграцію в мікро- та макросоціум.

Окреслене коло проблем становлення і функціонування особистісного самоприйняття прямо або опосередковано розглядається в контексті самоусвідомлення людини, зокрема як базальний конструкт самосвідомості (М. Алексєєва, Л. Божович, А. Рое, М. Сігельман, В. Столін, П. Чамата та ін.) Важливим ракурсом постає науково-психологічне вивчення важливої ролі самоприйняття особистості як основи й запоруки набуття ідентичності, адже сумарний потенціал ідентифікації зреалізовується як полімодальне ототожнення [3; 4; 5; 7; 8]. У сучасній психологічній думці дослідження такого складного проблемогенного спектру відбувається за багатьма векторами, включаючи як методологічні підходи до визначення загального змістового навантаження та виокремлення структурних і функціональних параметрів, так і прикладні психодіагностичні та психокорекційні студії з метою якомога глибшого пізнання

та оптимізації цього фундаментального процесу. Розгалужений системний структурно-динамічний аналіз психологічних особливостей самоприйняття дає змогу для цілісного аналітико-синтетичного охоплення причинно-наслідкових зв'язків між усіма його складовими. Порівняння функціональної семантики окремих елементів особистісного самоприйняття допоможе відстежити генезис основних тактик і стратегій набуття людиною тотожності в багатьох вимірах її життєдіяльності: від глибинно індивідуальних до акмеологічно соціальних. Отож слід відзначити, що самоототожнення як усвідомлення і набуття особистістю власного Я, будучи дуже складним і здебільшого тривалим процесом, перебігає в континуальній залежності до вікових і соціальних закономірностей її розвитку: від первинної ідентифікації в момент кризи трьох років до ідентифікаційних спроб психодуховного єднання з вищими абсолютами на геронтологічному етапі життя.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Здійснений нами огляд науково-психологічних досліджень дав підстави стверджувати, що самоприйняття особистості має досить складний і не повною мірою усталений інтерпретаційний ряд, оскільки автори, які вивчають цей ракурс самосвідомості людини, неоднотайні у своїх підходах та демонструють іноді вкрай суперечливі міркування як у дрібних деталях, так і в загальних концептуальних уявленнях про феноменологію самоприйняття [1; 2; 3; 4; 5; 7; 8]. Насамперед це проявляється на дефініційному рівні, оскільки немає загально визнаної термінології, яка б чітко і всеохопно розкривала змістово-функціональну суть цього полімодального явища. Зокрема для позначення базового компонента самосвідомості, що маркує ставлення людини до себе, науковці використовують термінологічне різноманіття: самосприймання, самосприйняття, самоставлення, глобальна самоповага, емоційно-ціннісне (афективно-аксіологічне) ставлення до себе, загальна (інтегральна) самооцінка, самоакцептація тощо. Безперечно, в залежності від прихильності окремих дослідників до певної наукової школи чи концепції відбувається і насичення ними такого змістового наповнення терміну «самоприйняття», яке б відповідало домінантним постулатам конкретної теорії, концепції, наукової школи тощо [1; 2; 3; 4; 5]. Звичайно, всі численні похідні від базального терміну «самосвідомість», які розпочинаються на «само-» (самоусвідомлення, самоставлення, самоприйняття, саморегуляція, самовизначення, самооцінювання, самоакцептація, самореалізація, самоактуалізація тощо), потребують конкретизації семантики понятійного апарату, адже вони трактують людину як динамічну біосоціальну систему, яка має свідомість, володіє спроможністю розвивати себе як активного суб'єкта власного розвитку (саморозвитку, або ж за Г. Костюком, «саморуху»).

Самоприйняття особистості як відкрите і багатогранне явище вивчається крізь призму багатьох наукових підходів [2; 5; 7], однак, незважаючи на інколи категорично відмінне його бачення, спільним постає все ж таки одне ключове положення – для існування людині вкрай необхідно прийняти себе. У низці

досліджень зафіксовано, що вивчення самоприйняття людини передбачає охоплення цілого конгломерату особистісних і соціальних утворень, рис, закономірностей і парадоксів, а ключовою об'єднавчою ознакою є факт прийняття нею себе як суб'єкта екзистенції, активної біосоціальної істоти, спроможної до свідомого виокремлення себе серед інших людей [2; 5]. Генетично-психологічний підхід (за С. Максименком) постулює необхідність розгляду не тільки потребно-мотиваційної сфери особистості, яка розвивається, але й урахування нужди, яка урухомлює суб'єктність, стимулює її спроможність до руху/саморуху, здатність до самоконструювання і самоздійснення [6]. Звичайно, без урахування змістово-функціонального багатоманіття різних рівнів, сфер і версій самоусвідомлення, яке базується зокрема і на врахуванні специфіки самоприйняття особистості, її успішний саморух буде хаотичним, непослідовним, сповільненим і ускладненим. Віднайдення шляхів і способів оптимізації ідентифікаційних зусиль особистості повинно відбуватися як створення розвивального довкілля, що сприяє реалізації особистісного ресурсного потенціалу та стимулює наповненість соціальним змістом її психогенези. Варто відзначити, що досить помітним став методологічно-емпіричний перехід на суб'єкт-суб'єктну парадигму, своєрідна переорієнтація науково-психологічних досліджень з вивчення особистості як певного об'єкта дослідження на аналіз людини як суб'єкта, спроможного до самоусвідомлення, рефлексії, самоприйняття тощо.

Мета статті – висвітлити основні концептуальні підходи до розуміння феномену особистісного самоприйняття.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. У ракурсі досліджуваної нами проблематики самоприйняття як запоруки набуття повномірної ідентичності, зокрема в умовах різновидової депривації, ключовим концептуальним баченням обирається констатація того, що *самоприйняття є інтегральною властивістю людини, невід'ємним компонентом і найістотнішим стрижнем її самосвідомості, адже має істотний вплив на всі явища і процеси особистісного розвитку та є актуальним як для психосоціальної генези в дитячому віці, так і для всіх подальших етапів розвитку.* Дослідження у сфері вивчення людської самості як функціонування самосвідомості у мережі міжособистісних стосунків мають досить результативну історію у психологічній науці [1; 2; 3; 4; 5; 7; 8], оскільки одним із вищих рівнів системи суб'єктно-особистісних взаємин є в першу чергу ставлення до себе, власної особистості, своїх поступків тощо. Тематичне тло вивчення самоприйняття передбачає врахування таких конструктів як самоцінювання, саморегуляція, самостійність, самоорганізація, самоконтроль, самоствердження і зрештою самоактуалізація особистості. Як вважає М. Сарджвеладзе, для успішного самосприйняття (а отже і самоприйняття) важливе значення має характер самоставлення, адже від міри його сформованості залежить і рівень самовираження, і коефіцієнт збереження внутрішньої стабільності й континуальності «Я», і якість самореалізації, і

результативність саморегуляції та контролю, і частота застосування психологічного захисту, і презентабельність у процесах комунікації. Самоставлення позиціонується у структурі особистості як особлива смислова диспозиція. Вона має важливе значення і вплив на самосприйняття, пояснює і мотивує вибір типових поведінкових моделей, а також фундаментальним чином впливає на сприйняття всіх інших людей, зокрема на створення і спроможність задіяти розгалужену систему партнерських міжособистісних взаємин, базованих на багатій і насиченій комунікації, адекватній і достатньо інтенсивній інтеракції та глибинній і толерантній перцепції [7].

На підставі різнобічного вивчення багатьох досліджень у сфері самосвідомості і прийняття особистістю самої себе, зокрема в плані набуття вмій і навичок психозахисного самоприйняття, О. Гошовська відзначає, що воно охоплює емоційно-оцінний, когнітивний та поведінковий компоненти Я-концепції. Дослідниця наголошує, що самоакцептивне настановлення людини виражається насамперед у її позитивному ставленні до самої себе, у повномірному прийнятті себе й у визнанні власної індивідуальної та соціальної цінності. Конструкт самоприйняття постулюється як базовий у формуванні самосвідомості особистості та в композиційному поєднанні із психологічним захистом породжує відчуття суспільної впевненості і значущості, самозахисності і соціального комфорту. Зауважується, що неадекватне й неконгруентне самооцінювання стає першопричиною появи розладнаного прийняття власної самості та потребує задіяння людиною надмірної кількості психозахисних механізмів, що емоційно, фізично й інтелектуально її стомлює та виснажує. Самоприйняття, базоване на відрефлексованому психозахисті й копінг-поведінці, на основі врахування взаємовпливу різних внутрішньопсихологічних і зовнішніх детермінант, забезпечує гармонійність інтеграції із самим собою та ототожнення своїх статусно-рольових переваг у взаєминах з мікро- та макродовкіллям [2]. Упродовж задіяння людиною різних технік самоусвідомлення значна функція належить як мимовільній спонтанній активності, так і осмисленим довільним спробам впорядкувати оцінно-ціннісні пріоритети в розумінні інших людей та, звичайно, самого себе. Позитивне самоприйняття набувається (а згодом і відбувається) завдяки високому рівню самооцінки, сприятливому самоставленню, розвиненій самоакцептивній атрибуції, а його утримування на гідному рівні можливе як завдяки домінуванню в міжособистісній комунікації, так і за допомогою таких неоднозначних практик і прийомів як імпульсивна агресія, менторське повчання, прояви резонерства або й інфантильність поведінки, безпідставне самовиправдання, психозахисне відчуження тощо. Зазвичай особистість часто послуговується різними стереотипами сприймання, звертаючи увагу не на власні, а запозичені оцінки інших людей, якихось подій, речей, фактів, тому такі нав'язані уявлення можуть бути недостовірними, адже стереотипи традиційно містять неповноту й узагальненість істотних ознак. Слід враховувати дію ефекту стереотипізації на

процеси особистісного самоусвідомлення та самоприйняття. Отож, маючи досить стійкий запас міцності, стереотипи самоприйняття, як, до речі, і стереотипи міжособистісного сприймання, можуть бути детерміновані віковими, статевими, соціально-статусними, національно-ідеологічними та іншими особливостями. Стереотипність людської перцепції може призводити до неповноти і фрагментарності уявлень про себе та про інших, породжувати хибні ідентичності, розбалансовувати рівень самооцінки та ускладнювати самоприйняття, тому необхідною технікою є об'єктивне висвітлення семантично достовірного підґрунтя і врахування людиною цих обставин у процесі формування власної самоакцептивної атрибуції.

Висновки. Важливою закономірністю психічного розвитку людини є те, що впродовж набуття життєвого досвіду постають вікові та соціальні зміни у формуванні та застосуванні самоприйняття. Традиційно відбувається якісний перехід від переважно емоційно-ціннісних моделей прийняття себе до оцінно-смыслових усвідомлень та узагальнень власної самості, свого соціально-статусового портрета, який здебільшого містить як аперцептивний досвід реценції самого себе як активного суб'єкта життєвих відносин, так і є тезаурусом тих поведінкових надбань, що дозволяють почуватися впевненим, справжнім, ідентифікованим носієм і господарем власного Я. Розвинене особистісне самоприйняття є результатом гармонізації саморозуміння й самоакцептації (прийняття себе на рівні зовнішності, характеру, ставлення до виконання справ, соціальної поведінки). Роль індивідуально-психологічної специфіки психоструктури кожної людини переоцінити складно, тому якраз вона зумовлює ефективні особливості і когнітивні стилі поведінки, які спрямовані або на повномірну реценцію свого Я, або на хаотичні пошуки його окремих модальностей, що, до речі, часто призводить до набуття неадекватних або хибних ідентичностей (особливо ж в умовах різновидової депривації). Особистісна неконгруентність є прямим наслідком розладів самоакцептивної атрибуції та зумовлена хибами й недосконалостями самоприйняття. Унаслідок власних психотипічних особливостей (наприклад, гострих акцентуацій характеру, аутистичності, депресивності, фрустраційної інтолерантності тощо) або емоційного і некритичного засвоєння оцінок інших людей досить часто відбувається афективно-когнітивний дисбаланс, який стимулює розладнання самооцінки та всього самоприйняття особистості. Функціональна семантика самоприйняття зводиться до того, що воно регулює складну систему мікро- і макровідносин з іншими людьми, а також насамперед із самою собою, роблячи особистість цілісною або амбівалентною, гармонійною або дисгармонійною, зрештою нормальною або девіантною. Дихотомійне, розбалансоване, неадекватне, фрагментарне, дифузне та ін. самоприйняття справляє гнітючий і гальмівний тиск на всю психогенезу особистості. Адекватне і цілісне самоприйняття допомагає стабілізувати позитивну і гармонійну Я-концепцію та послаблює цілком імовірний емоційно-когнітивний конфлікт, загрозливий для

стабільності Я та системи міжособистісних взаємин унаслідок негативного особистісного самоприйняття. Зауважимо, що негативна самооакцептація часто межує із самонеприйняттям та може бути одним із індикаторів переживання особистісної знехтуваності, занедбаності, ігнорованості, меншовартості, а інколи в особливо гострих випадках навіть симптомом суїцидальних намірів. Відзначимо, що високий рівень самоприйняття як спроможність людини об'єктивно й адекватно відображати свою індивідуальну специфіку й неповторність має тісну залежність з її здатністю до відмежування і абстрагування від суб'єктивності та стереотипності, а основним функціональним і сутнісним завданням є вміння виробити свій унікальний суб'єктивний життєвий стиль та навчитися вибудовувати чіткі й точні системи ідентифікації.

Перспективи подальшого вивчення вбачаємо в проведенні експериментальних досліджень з метою отримання емпіричних корелятивів позитивного самоприйняття та успішної соціальної ідентичності в особистості, насамперед за статевим, віковим параметрами та з урахуванням фактора різновидової депривації.

Список використаної літератури

1. Андреева Е.Н. Противоречия в самоотношении и проблемные переживания в подростковом возрасте : дис. ... кандидата психол. наук : 19.00.13 / Елена Николаевна Андреева. – СПб., 2003. – 162 с.
2. Гошовська О. Особливості самоприйняття і психозахисту дітей у процесі соціалізації / О. Гошовська // Проблеми загальної та педагогічної психології. Зб. наук. пр. Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України / За ред. Максименка С.Д. – Т.ХІІІ, част.1. – К., 2011. – С.92-99.
3. Гошовський Я. Психогенеза образу Я депривованих підлітків: емпірично-ревіталізаційний ракурс / Я. Гошовський // Психогенеза особистості: норма і девіація : зб. наук. статей. – Т.1. – Луцьк : СЛУ, 2015. – С.25-36.
4. Гуменюк О.Є. Психологія Я-концепції / О.Є. Гуменюк. – Тернопіль : Економічна думка, 2004. – 310 с.
5. Кольшко А.М. Психологія самоотношения: Учеб. пособие / А.М.Кольшко – Гродно: ГрГУ, 2004. – 102 с.
6. Максименко С. Д. Генезис существования личности / С. Д. Максименко. – К. : Издательство ООО “КММ”, 2006. – 240 с.
7. Сарджвеладзе Н. И. Самоотношение личности / Н. И. Сарджвеладзе // Психология самосознания : хрестоматия по социал. психологии личности / сост. Д.Я. Райгородский. – Сама-ра : Изд. дом «БАХР», 2007. – С. 174-194.
8. Столин В.В. Самосознание личности / В.В. Столин. – М. : МГУ, 1983. – 286 с.

Транслітерація

1. Andreeva E.N. Protivorechiya v samootnoshenii i problemnyye perezhivaniya v podrozkovom vozraste : diss.kandidata psihol. nauk : 19.00.13 / Elena Nikolayevna Andreeva. - SPb., 2003. - 162 s.
2. Hoshovska O. Osoblyvosti samoprynjattja I pychozachystu ditej u procesi socialisaziji / O.Hoshovska // Problemy sahalnoj ta pedahohschoji psycholohiji. Sbirnyk naukovych prac Instytutu psycholohiji im. H.S. Kostjuka NAPN Ukrainy. Za red. Maksymenka S.D. – T.XIII, chast.1. – K., 2011. – S.92-99.
3. Hoshovskyy Ya. Psyhoheneza obrazu Ya depryvovanykh pidlitkiv: empirychno-revitalizatsiynny rakurs / Ya. Hoshovskyy // Psyhoheneza osobystosti: norma i deviatsiya : zb. nauk. statey. – T.1. – Lutsk : SNU imeni Lesi Ukrayinky, 2015. – S. 25-36.
4. Humenyuk O.Ye. Psykholohiya Ya-kontseptsii / O.Ye. Humenyuk. – Ternopil : Ekonomichna dumka, 2004. – 310 s.
5. Kolyshko A. M. Psihologiya samootnosheniya: Ucheb. posobiye / A. M. Kolyshko. – Grodno: GrGU, 2004. – 102 s.
6. Maksimenko S. D. Genezis sushchestvovaniya lichnosti / S. D. Maksimenko. – K.: Izdatel'stvo OOO "KMM", 2006. – 240 s.
7. Sardzhveladze N. I. Samootnosheniye lichnosti / N. I. Sardzhveladze // Psihologiya samosoznaniya : khrestomatiya po sotsial. psikhologii lichnosti / sost. D. Ya. Raygorodskiy. – Samara : Izd. dom «BAKHRAH-M», 2007. – S. 174-194.
8. Stolin V. V. Samosoznaniye lichnosti / V. V. Stolin. – M. : MGU, 1983. – 286 s.

Визнюк Ю.Н.

Психология самопринятия личности: к постановке проблемы

В статье раскрыты смыслово-функциональные особенности самопринятия личности в контексте развития ее самосознания. Принятие себя человеком является сложным и длительным процессом, который происходит перманентно и имеет свои закономерности и сензитивные периоды. Личностное самопринятие отображает в первую очередь эмоционально-оценочный, интеллектуальный и поведенческий компоненты Я-концепции, а также ряд сенсорно-перцептивных и когнитивных модальностей, влияющих на формирование человеческой самости. Установлено, что феномен самопринятия проявляется в первую очередь на уровне позитивного отношения к самому себе, ведь это принятие своего Я как признание уникальной и неповторимой собственной индивидуальной и социальной ценности в пространстве и времени межличностных взаимоотношений. Уровень сформированности самопринятия обеспечивает не только адекватную самооценку как основу успешного просоциального отождествления, но и создает условия для развития устоявшегося образа Я. Конструкт самопринятия рассматривается как базовый в формировании самосознания личности и в композиционном сочетании с самооценкой, саморегуляцией, самоакцептацией, психологической защитой

порождает ощущение уверенности и значимости, самозащищенности и социального комфорта. Автором выделено понимание самопринятия как интегрального свойства человека, компонентом его самосознания, имеющего существенное влияние на все явления и процессы личностного развития

Ключевые слова: личность, самосознание, самовосприятие, самопринятие, самооценка, самоакцептация, образ Я, Я-концепция, идентификация, идентичность.

Viznjuk Ju. N.

Psychology of self-acceptance of personality: to raising of problem

In the article the semantic and functional features of acceptance of personality itself are considered in the context of development of her consciousness. Acceptance a man itself is a difficult and protracted process which takes place continuously and has the conformities to law and sensitive periods. A personality acceptance represents itself first of all emotional and evaluation, intellectual constituents of self. It is set that the phenomenon of acceptance it self shows up first of all at the level of positive attitude toward to itself, in fact it is an acceptance it I as confession of unique and unique own individual and social value in space and time interpersonality relations. The level of formed of acceptance provides itself not only adequate self-appraisal as basis of successful social equation but also creates terms for development of a withstand self-image. Acceptance itself examined as a basic component in the process of forming of consciousness of personality and in combination with a self-appraisal, self-regulation, self-acceptance, feeling of confidence and meaningfulness, protected and social comfort generates psychological defence. An author is distinguish understanding of acceptance itself as integral property of man, by the component of his consciousness, having a substantial influence on all phenomena and processes of personality development

Key words: personality, consciousness, self, acceptance of itself, self-appraisal, self-acceptance, self-image, authentication, identity.

Візнюк Юлія Миколаївна – здобувач кафедри педагогічної та вікової психології Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки, м. Луцьк.