

УДК 159.2

А. К. Болотова

доктор психологических наук,
профессор кафедры общей и экспериментальной психологии
Национального исследовательского университета
«Высшая школа экономики»

ГОТОВНОСТЬ К САМОРАСКРЫТИЮ КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПОТЕНЦИАЛ ЛИЧНОСТИ

Феномен самораскрытия может рассматриваться на разных уровнях: от социально-психологического до индивидуально-личностного, где субъектом открытости будет выступать как отдельный человек и его потенциальные возможности в сфере социальных коммуникаций, так и группы или корпорации. На уровне межличностных взаимодействий самораскрытие есть проявление потенциальных возможностей человека и его готовности к открытому и доверительному взаимодействию в социуме. В практическом плане решение этих проблем может выступать как социальный заказ представителей тех профессий, где комфортные социальные коммуникации являются значимым фактором преодоления трансформационных изменений в обществе.

Ключевые слова: самораскрытие, самореализация, личностный потенциал, доверительность, аттракция самораскрытия.

Личность и исследование ее потенциальных возможностей достаточно широко представлены в работах отечественных психологов прошедшего и настоящего времени. Достаточно назвать имена С. Л. Рубинштейна, Л. С. Выготского, Б. М. Теплова, Б. Г. Ананьева, А. Е. Личко, В. С. Мерлина, Л. Ф. Бурлачук, Л. Н. Собчик, А. Г. Асмолова, Д. А. Леонтьева и др. В этих работах личность и ее потенциал представляется как своеобразие психики и личности индивида, ее неповторимости, что проявляется, прежде всего, в индивидуальном поведении человека. Как пишет С. Л. Рубинштейн — «человек есть индивидуальность в силу наличия у него особенных, единичных, неповторимых свойств». В настоящее время эта проблема приобрела новое звучание в связи с ростом темпа и разнообразия изменений и трансформаций во всех сферах жизни.

Сегодня более динамичный мир побуждает по-новому подходить к решению проблемы личности и ее потенциала. Личность предстает как динамическая структура, где базисным основанием выступает готовность к изменениям, жизнестойкость и открытость в социальных контактах. Эти новые подходы к личностным характеристикам открывают новые перспективы для понимания и изучения личностного потенциала. Личностный потенциал и его понимание в психологической литературе далеко от однозначности. Часто его отождествляют с психологическим потенциалом и тогда доминантным становится психологическое благополучие личности в терминах позитивной психологии (К. Петерсон, М. Селигман). Другой подход

связывает личностный потенциал с успешностью адаптации к требованиям конкретного социума. Мы исходим из достаточно обобщенного понимания личностного потенциала в контексте самореализации и самораскрытия. В соответствии с этим пониманием личностный потенциал позволяет сохранять стабильность деятельности и социальных взаимодействий на фоне давлений и изменяющихся условий жизнедеятельности.

Таким образом, личностный потенциал — это устойчивые личностные характеристики достаточно высокого иерархического уровня, которые развиваются прижизненно и связаны с психологическим здоровьем, зрелостью и успешностью деятельности. Личностные характеристики — бесконечная совокупность свойств отдельного человека, в том числе и психические и социально-психологические свойства личности, что отмечали в своих работах В. С. Мерлин, А. Г. Асмолов, Д. А. Леонтьев. К таким социально-психологическим свойствам личности, составляющим её неповторимость и уникальность в межличностных отношениях можно отнести и готовность, способность к самораскрытию, доверительность и открытость. Готовность к открытому доверительному социальному взаимодействию или самораскрытие играет ведущую роль в профессиональном и социальном самоопределении личности, психологическим потенциалом для её успешной самореализации в социуме.

Самораскрытие может служить также системой координат для осмысления профессионального и личного опыта в преодолении сложных жизненных ситуаций, поскольку позволяет реализовывать личностный потенциал не только в профессиональной деятельности, но и в сфере широких межличностных отношений. Однако, на пути исследования данного феномена в структуре личности остается еще много неизученного и в целом все еще недостаточное количество эмпирических исследований в психологической литературе. Недостаточная разработанность феномена самораскрытия как свойства личности имеет определенные трудности. Это связано, прежде всего, с определением места самораскрытия в общей структуре личности и в проявлениях её индивидуальности в процессе социализации и межличностных контактов. Требуется также уточнения и роль самораскрытия в профессиональном самоопределении личности и её самореализации в социуме.

Одно из возможных условий личностной самореализации, на наш взгляд, — обращение к идеям гуманистической психологии, где саморегуляция личности и активная самореализация осуществляются в сотрудничестве, сотворчестве людей, в открытости диалога, доверительности межличностных отношений, самораскрытии на всем протяжении жизненного пути личности.

Открытое взаимодействие, поиск путей фасилитации, психологической поддержки личности, создание особой психологической атмосферы межличностных отношений, которые отличаются взаимным вниманием, заботой, пониманием и принятием другого. Такие отношения на социально-психологическом уровне понимаются как условие самораскрытия личности. Феномен открытости можно рассматривать на разных

уровнях: от социально-политической до интимно-личностного, где он представлен как самораскрытие. Субъектом открытости может быть человек, группа, организация или социальная система в целом. На социально-психологическом уровне открытость проявляется в феномене готовности к самораскрытию. В теоретическом плане проблема самораскрытия определяется логикой развития социально-психологических исследований продуктивного общения, психологической компетентности, готовности к диалогу-общению [2; 4; 12].

Теория самораскрытия впервые получила развитие в рамках гуманистической психологии. Самораскрытие в широком смысле есть сообщение личной информации о себе воспринимающим нас людям. Наряду с этим пониманием существует и другое толкование термина самораскрытие, предполагающее открытость, искренность, естественность поведения человека в межличностном общении и, как одно из следствий снятие социальной напряженности, подлинность, доверительность отношений.

С. Джурард [21; 22], автор теории самораскрытия и один из представителей гуманистической психологии, в частности, поддерживает позицию учителей, которые не ограничиваются программой, а раскрывают учащимся свои взгляды на политику, этику, религию, семейную жизнь, чтобы они были знакомы с плюрализмом в подходе к жизни. Такой подход предполагает отказ от авторитарности в образовательной политике, в социальных контактах, созидание отношений сотрудничества, сотворчества старшего и младшего, руководителя и подчиненного. Эта сторона профессиональной деятельности наиболее полно высвечивает личностный потенциал в готовности строить комфортные позитивные социальные контакты.

В западной литературе, где исследованию самораскрытия посвящено значительное внимание, представлен целый ряд теорий, характеризующих функции и последствия самораскрытия для межличностных отношений. Так, одно из объяснений самораскрытия, его сущности получило название феномена взаимности, когда самораскрытие одного человека вызывает самораскрытие другого, и тем самым нивелирует социальную напряженность. Открытость другого может рассматриваться как знак, что его принимают и ему доверяют [11; 23]. Другое объяснение этого феномена вытекает из теории справедливости, в соответствии с которой человек склонен к равенству и справедливости в социальных контактах и, если не отвечает взаимностью на откровенность, он ставит себя и партнера в неравную ситуацию [19]. А. Голднер предполагал, что человеческие отношения управляются нормой взаимности, и это представление стало одним из базисных для объяснения феномена самораскрытия также и в отечественной психологии.

В американской психологии предложено объяснение взаимности самораскрытия через моделирование и доверие. Если один человек открылся другому нечто личное, другой ориентируется на это поведение как на модель и отвечает тем же [19; 25]. Однако наибольшую экспериментальную поддержку, наряду с объяснением через норму взаимности, получило объяснение самораскрытия с позиции теории социального обмена,

когда самораскрытие выступает в качестве социальной награды [15]. В теории С. Альтмана и Д. Тейлора дана модель самораскрытия в ходе развития межличностных отношений. Согласно этой теории по мере развития во времени и прогрессирования отношений ко все более интимным растет глубина самораскрытия и эта информация касается все большего количества сфер жизни. Самораскрытие, кроме того, занимает все больше времени. Однако внезапное, несвоевременное глубинное открывание информации при отношениях по типу «слепого увлечения», когда другой не готов принять такой глубины информации, может привести к разрыву во взаимоотношениях [17]. Подтверждение этому существует и в ряде исследований по межличностным отношениям в отечественной социальной психологии [1; 7]. Эти исследования показывают, что самораскрытие в межличностных отношениях весьма не распространенное явление в социальных коммуникациях. И лишь особый личностный потенциал, как это описывает Д. А. Леонтьев, адаптивность личности к социуму формирует и особенное проявление индивидуальности — способность к самораскрытию, зачастую, к сожалению, несущую одностороннюю, не всеми принимаемую и понимаемую направленность к созиданию благоприятных, продуктивных позитивных отношений.

В некоторых исследованиях показано, что самораскрытие в развивающихся во времени отношениях, определяемых тематикой, содержанием и избирательностью общих тем, может приобретать характер взаимности самораскрытия. Нарастание глубины самораскрытия зависит от наличия общих интересов, ценностей, жизненных планов и ориентации собеседников и, как правило, носит постепенный, пошаговый характер. Качество и своевременность получаемой от партнера обратной связи, чаще одобрительного, позитивно-эмоционального плана [14; 18], может поддерживать или тормозить развитие этих отношений во времени.

В современных социально-психологических исследованиях когнитивная модель развития межличностных отношений во времени рассматривает не столько интеракцию участников общения саму по себе, сколько значение такого поведения для самих участников. Так, С. Альтман и Д. Тейлор [15] приводят примеры того, что если ожидаются заведомо непродолжительные отношения, то люди раскрываются легко и глубоко (эффект «вагонного попутчика»), а если проецируются длительные отношения, то — медленно и пошагово. При этом важно, насколько взаимны были такие ожидания и, как видится каждому будущее этих отношений, их возможное пролонгирование.

Исследование временной динамики самораскрытия показало, что самораскрытие является необходимым условием развития межличностных отношений, особенно в диаде, условием их устойчивости во времени. Так, если люди длительное время не ощущают взаимности в самораскрытии со стороны друг друга по мере углубления эмоциональных отношений, то эти отношения никогда не достигнут стадии интеграции (М. Кнапп, 1979). В соответствии с развитием межличностных отношений и предполагаемым самораскрытием описывается временная последовательность стадий раз-

вития отношений и их завершения: инициальной, экспериментирования, интенсификации, интеграции, «оков», дифференциации, ограничений, косности, избегания, завершения.

В исследованиях Р. Ачера [16] показано, что преждевременное самораскрытие может затормозить развитие отношений. В эксперименте испытуемые мужчины слышали интимное самораскрытие от своих собеседников в начале, в середине или в конце беседы, в процессе которой происходило знакомство. Несмотря на небольшую разницу во времени, в случае «ранних условий» испытуемым меньше нравился собеседник. Они также были менее готовы к ответному самораскрытию, чем, допустим, другие испытуемые, с «поздними условиями».

Взаимная открытость — необходимое условие развития отношений на начальных стадиях. Когда отношения продвинулись, ответная открытость не обязательно должна следовать сразу же за открытостью другого. Но если самораскрытие не оказывается согласованным, ответным на большем отрезке времени, скорее всего, последует ухудшение отношений. По мере того как отношения развиваются во времени, растет ширина и глубина самораскрытия. В ряде исследований показано, что, в отличие от отношений малознакомых людей, при взаимоотношениях друзей или супругов, когда нет необходимости в немедленном реагировании, партнеры более избирательны в ответном самораскрытии [17]. При этом, однако, важно, чтобы самораскрытие не включало выражения большого количества негативных эмоций. А частое выражение позитивных чувств в длительных интимно-личностных отношениях, как следствие, ведет к усилению межличностной привлекательности, даже независимо от глубины самораскрытия и времени его предъявления [20].

Таким образом, самораскрытие само по себе, а также при учете временных параметров способствует развитию успешных межличностных отношений и продуктивной самореализации личности, способствует формированию личностного потенциала, как основы проявления индивидуальности в общении. Этому способствует и то, что важнейшим свойством индивидуальности выступает принятие другого как ценности, искренность, подлинность, открытость и доверительность собственных отношений к миру и к самому себе [1].

Самораскрытие — один из эпифеноменов проявления личностного потенциала в социальных контактах. Его содержательные характеристики и значение в рамках гуманистического подхода должны убедить нас в необходимости и практической важности познания и усвоения психологических механизмов и сущности самораскрытия в профессиональной деятельности.

Феномен открытости затрагивается и при исследовании таких тем, как одиночество человека, интимность и даже самопредъявление. Потребность в открытости, доверии и честности в межличностных контактах — специальная область социально-психологических исследований. На социально-психологическом уровне открытость проявляется в готовности личности к самораскрытию в ситуации межличностного или группового общения.

Наиболее распространенное определение самораскрытия принадлежит родоначальнику исследования этого феномена в западной психологии, представителю гуманистической ориентации С. Джурарду: «Самораскрытие — это сообщение другим личной информации о себе; сознательное и добровольное открытие другому своего «Я»; это акт представления себя, показа себя воспринимающим нас людям» [21, 235]. При этом самораскрытие и самопредъявление рассматриваются как разные сосуществующие реальности: поверхностное, неглубокое самораскрытие чаще сопряжено с выраженным самопредъявлением. Если самораскрытие — это сообщение личной информации о себе в виде открытого выражения своих чувств, взглядов, мыслей о политике, этике, религии, семейной жизни и т. д. в форме персонификации, готовности к диалогу, то самопредъявление — это определенные тактики манипулирования общеизвестными истинами, неперсонифицированные монологи в виде самоподачи. Самопредъявление нередко образует дистанцию, закрытость в межличностных контактах. И такому взаимовлиянию есть определенное объяснение, которое связано с содержательными характеристиками и функциями самораскрытия в общении.

Прежде всего, следует отметить, что самораскрытие — это новая позиция, например, учителя, учителя-фасилитатора, помогающего, способствующего обучению ученика. Это новая парадигма воспитания — переход от учения как «насыщения знаниями» к обучению как «учить учиться», в основе которого идеи гуманистического трансперсонального воспитания ученика, поощрения его активности, автономности, поддержка его индивидуальности, раскрытие присущего ему личностного потенциала.

Как коммуникатор (сообщающий о себе нечто человек) такой учитель может вызвать и позитивные, и негативные последствия для себя в ситуации самораскрытия. Наиболее частым из позитивных последствий самораскрытия можно назвать возникновение аттракции (привлекательности собственной личности) для тех, с кем взаимодействует, вступает в контакт человек. Аттракция здесь является необходимой предпосылкой самораскрытия и других в общении. Кроме того, самораскрытие свидетельствует о психическом здоровье человека, об эффективно функционирующей личности. Неспособность человека к самораскрытию может препятствовать личностному росту, блокировать потребность в самореализации. Вместе с тем чрезмерное самораскрытие, не учитывающее социальные стандарты, этические нормы, может привести к социальной дезадаптации личности. Поэтому, говоря о самораскрытии, важно принимать во внимание его содержательные и временные параметры, критерии своевременности [7; 8; 9].

Содержательные характеристики самораскрытия включают соответствие самораскрытия социальным, этическим, социокультурным, региональным и национальным нормам общественного бытия. Это в широком понимании самораскрытия, а в узком оно должно соответствовать прежде всего контексту и времени взаимодействия, ролевой и статусной ситуации общения, уровню интимности и доверительности общения и, конечно,

соотноситься с характером, возрастными и личностными особенностями реципиента, т. е. того, кто воспринимает самораскрытие, на кого оно направлено, кому предназначено [10].

В настоящее время можно говорить о предельных содержательных и временных параметрах самораскрытия, которые включают тематические сферы самораскрытия и обобщены в так называемые уровни и индексы последовательности самораскрытия [21]. Каждый из двух основных уровней тематических сфер включает по три индекса последовательности возможного самораскрытия. Таким образом, выделяется шесть основных индексов, а вернее говоря, возможных пределов самораскрытия с точки зрения этики, содержания и своевременности самораскрытия.

Первый уровень (отношение к внешним объектам и явлениям социальной жизни) включает такие индексы самораскрытия:

1) отношения, установки, мнения и ценности общественной и культурной жизни;

2) вкусы, интересы и предпочтения;

3) работа, профессия.

Второй уровень (отношение к морально-этическим и нравственным сторонам жизни):

1) бюджет, деньги;

2) личность, «мое Я»;

3) тело, здоровье.

В ряде исследований показано, что большинство людей открываются в выражении собственных отношений к внешним объектам и явлениям социальной жизни и значительно реже — к морально-этическим проблемам и нравственным сторонам жизни [1]. Еще реже многие склонны раскрываться в интимно-личностной сфере, где часто отмечается псевдораскрытие, «напускная скромность». Считается, что в доверительных отношениях, в ситуации общения-диалога, продуктивно развивающегося в течение длительного времени, самораскрытие коммуникатора возможно в пределах всех названных уровней и индексов.

Такое самораскрытие способствует самопознанию личности, проявлению ее личностного потенциала и самореализации в общении, вызывает ответное самораскрытие у реципиентов, удовлетворяет потребность в интимности, помогает преодолеть чувство одиночества. Особенно уместно и своевременно такое самораскрытие, когда речь идет о взаимоотношениях учителя со старшими учащимися, где рефлексивность, открытость учителя, его готовность к диалогу-общению помогают старшеклассникам расширить круг общения, способствуют преодолению застенчивости, дают ощущение позитивной оценки себя, ощущение социальной награды в признании и принятии своей личности.

Можно сделать вывод, что достижение эмоционального контакта в межличностных отношениях через самораскрытие связано скорее не с количеством сфер самораскрытия, а с качественными его особенностями, с глубиной внутреннего диалога, степенью проявления индивидуальности в диалогическом общении, открытостью и принятием Другого. Такое обще-

ние отличается проявлением ряда особых качеств индивидуальности, среди которых выделяются эмпатийность, развитые коммуникативные умения, компетентность в общении [12].

Важно отметить тенденцию влияния временных параметров самораскрытия на эмоциональный фон общения, позитивность ожиданий в межличностных отношениях. Так, самораскрытие человека по всем шести индексам в начальном, непродолжительном по времени периоде только еще складывающихся взаимоотношений может вызвать у партнера повышенно защитный, «закрытый» характер реакции в общении и привести к социальной дезадаптации, вызвать эмоциональное отторжение, непринятие такого внезапного самораскрытия. Несвоевременность самораскрытия в подобной ситуации не будет способствовать развитию дальнейших эмоциональных взаимодействий, тем более не способна будет вызвать ответное самораскрытие. И наоборот, догматичность позиции в общении, ригидность в связи с проблемами эмоциональных отношений и самораскрытием значимо коррелирует у большинства людей с их возрастом, со стажем профессиональной деятельности. Так, по результатам специально проведенного исследования [1; 9], чем дольше работает учитель в школе, тем отчетливее проявляется ведущий тип личностной представленности педагогов в общении, соответствующий скорее понятию «самопредъявление», а не «самораскрытие». Молодые учителя отличаются большей готовностью к самораскрытию, созданию позитивных отношений с учениками, хотя они не всегда представляют пути, закономерности и возможные последствия самораскрытия. Однако интуитивно тенденция к самораскрытию связывается с возможностью аттракции, возникновения привлекательности, близости к другому во взаимодействии. Самораскрытие другого для реципиента выступает как «социальная награда», как особый тип отношений, свойственный только данному субъекту и весьма неординарно проявляется в его индивидуальности. Такое общение вызывает чувства доверия, располагает к собственному самораскрытию, снижает напряжение, барьеры в ситуации социальных взаимодействий. Ряд исследователей указывает также на психотерапевтический эффект самораскрытия как для коммуникатора, так и для реципиента, поскольку удовлетворяется потребность в интимном общении, преодолевается чувство одиночества, возникает эффект психологической безопасности [15; 16].

Вместе с тем самораскрытие, как проявление индивидуальности в межличностных отношениях, таит в себе ряд ограничений и связанных с ними негативных последствий. Как было отмечено, самораскрытие возможно в разных жизненных сферах и на разных уровнях, но при этом оптимальное самораскрытие должно соответствовать социальным нормам общества, соотноситься с уровнем интимности и ощущением предела взаимности, соответствовать контексту и времени общения, не нарушать границ внутреннего Я, личностного пространства, учитывать ролевые и статусные отношения. Несоблюдение этих ограничений, как следствие, может вызвать социальную дезадаптацию, нарушение этических норм социальной регуляции межличностных отношений [26].

Самораскритие должно осуществляться также с учетом определенных временных ограничений. Преждевременное, особенно в ситуации взаимодействия малознакомых партнеров, самораскритие тормозит общение, снижает его продуктивность. Поэтому важно учитывать уместность и своевременность представления личной информации о себе, соблюдать принцип пошагового продвижения в самораскритии, по мере углубления содержания, развития взаимности и доверительности отношений.

В ситуации самораскрития важно учитывать этические нормы и правила. Так, считается, что самораскритие по первым трем индексам (суждения, интересы, работа) уместно при формальном общении, официальных отношениях. Что же касается таких индексов самораскрития, как деньги, личность, здоровье, то это уместно в ситуациях неформального общения, на уровне интимно-личностного взаимодействия, хорошо продвинутых и длительных эмоционально-позитивных отношений. В других случаях самораскритие по данным индексам может привести к дезадаптации, вызвать состояние фрустрации. В психологических исследованиях обнаруживается значимая позитивная связь между умением вызвать самораскритие, выраженностью позитивных ожиданий от самораскрития и конструктивностью поведения в ситуации фрустрации, нарушения психологического комфорта общения [7; 6].

Для понимания сущности самораскрития важен не только анализ глубины, широты содержания, своевременности и гибкости в продвижении по уровням самораскрития, но и анализ с точки зрения отнесенности к предметам и явлениям нашей действительности или внутриличностным проблемам собеседников; отнесенности к содержанию конкретной ситуации общения, объединяющей участников взаимодействия. Здесь существенна диалогичность, проблемность содержания самораскрития, Истинное самораскритие рассматривается как проявление диалога-общения, как его условие.

Самораскритие в групповых межличностных отношениях также связано с позитивными моментами: оно формирует положительные контакты между членами группы, чувство «мы», повышает самооценку каждого члена группы, создает позитивные установки, способствует разрешению конфликтных ситуаций. Наличие уровней и индексов самораскрития позволяет регулировать границы Я, хотя и остается достаточный процент риска возникновения контроля со стороны общества за чужим Я, что иногда может вызвать фрустрацию или депрессию. Трудно воспринимается в ситуации самораскрития и риск получить критику или отказ со стороны другого как ответную негативную реакцию на самораскритие в группе [20]. И все же те положительные моменты, которые несет самораскритие для личности, возможности проявления ее личностного потенциала и самореализации в социуме весьма и весьма позитивны как для самой личности, так и для других участников общения. Постигание человеком чувства открытости в контактах, достижения психологической близости, интимности между людьми, намного важнее тех издержек, негативных последствий, которые могут возникнуть на пути самораскрития, движения к другому (А. К. Болотова, Ю. М. Жуков, Л. А. Петровская, 2008).

Самораскриття в общении рассматривается в тесной связи с целой системой новых психологических ориентиров, важной чертой которых является деформализация межличностных отношений в направлении совместной развивающей деятельности и самореализации личности, ее творческого потенциала.

Таким образом, самораскриття представляет собой оптимальный психологический фон самореализации личности и её личностного потенциала в межличностных взаимодействиях, который создает возможности для преодоления резких социальных изменений и нестабильности. Такое содержание самораскриття означает готовность личности принимать и самостоятельно инициировать изменения в своей собственной жизни и наилучшим образом адаптироваться к трансформационным изменениям в обществе.

Список литературы

1. Амяга Н. В. Самораскриття педагога в общении со старшеклассниками / Н. В. Амяга : автореф. канд. дис. — М., 1989.
2. Амяга Н. В. Методика изучения личностной представленности в общении / Н. В. Амяга // Журнал практического психолога. — № 4. — 1998. — С. 8–17.
3. Ананьев Б. Г. О проблемах современного человекознания / Б. Г. Ананьев. — М., 1972.
4. Андреева Г. М. Психология социального познания / Г. М. Андреева. — М., 2006.
5. Аронсон Э. Социальная психология / Э. Аронсон. — М., 2002.
6. Белинская Е. П. Социальная психология личности / Е. П. Белинская, О. А. Тихомандрицкая. — М., 2002.
7. Болотова А. К. Психология времени в межличностных отношениях / А. К. Болотова. — М., 1997.
8. Болотова А. К. Психология организации времени / А. К. Болотова. — М., 2004.
9. Болотова А. К. Человек и время в познании, деятельности, общении / А. К. Болотова. — М., 2007.
10. Куницина В. И. Межличностное общение / В. И. Куницина, Н. В. Казаринова, В. М. Погольша. — СПб., 2002.
11. Маслоу А. Мотивация и личность / А. Маслоу. — М., 1998.
12. Петровская Л. А. Компетентность в общении / Л. А. Петровская. — М., 1989.
13. Роджерс К. Взгляд на психотерапию / К. Роджерс. Становление человека. — М., 1993.
14. Харащ А. У. Личность, сознание и общение / А. У. Харащ // Психолого-педагогические проблемы общения. — М., 1979.
15. Altman S., Taylor D. Social penetration of Interpersonal relationships. — New York, 1979.
16. Archer R. Role of personality and social situation // International relation. — San Francisco, 1979.
17. Derlega W., Chaikin A. Sharing intimacy. — New York, 1975.
18. Gilbert S. The Communication of Self-Disclosure // Humanity Communication. Res. — 1975. — Vol.1.
19. Gouldner A. The Norm of Resiprociti // Journal of Personal Social Psychology. — 1983. — Vol. 25.
20. Hiebsch H. Kommunikation und sociale interaktion. — Berlin. 1991.
21. Jourard S. M. The transparentself. — New York, 1971.
22. Jourard S. M. Healthy personality. — New York, 1974.
23. Maslow A. Toward a psychology of being. — New York, 1969.
24. Morton T. Intimacy and reciprocity at exchange // Journal of Social Psychology. — 1978. — Vol. 36.
25. Rubin L. Liking and Loving // An Invitation to social psychology. — Vol. 62.
26. Wohlfahrt A. Psychosociale Teamberatung. — Tubingen, 1990.

А. К. Болотова

доктор психологічних наук,
професор кафедри загальної і експериментальної психології
Національного дослідницького університету
«Вища школа економіки»

**ГОТОВНІСТЬ ДО САМОРОЗКРИТТЯ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ
ПОТЕНЦІАЛ ОСОБИСТОСТІ**

Резюме

Феномен саморозкриття може розглядатися на різних рівнях: від соціально-психологічного до індивідуально-особового, де суб'єктом відвертості виступатиме як окрема людина і її потенційні можливості у сфері соціальних комунікацій, так і групи або корпорації. На рівні міжособових взаємодій саморозкриття є проявом потенційних можливостей людини і її готовності до відкритої і довірчої взаємодії в соціумі. У практичному плані вирішення цих проблем може виступати як соціальне замовлення представників тих професій, де комфортні соціальні комунікації є значимим чинником подолання трансформаційних змін в суспільстві.

Ключові слова: саморозкриття, самореалізація, особовий потенціал, довірчість, атракція саморозкриття.

A. K. Bolotova

Doctor of Psychology,
Professor of the Department of General and Experimental Psychology
of the National Research University
«Higher School of Economics»

**PREPARE TO SELF-REVELATION AS THE PSYCHOLOGICAL
POTENTIAL OF THE PERSON**

Summary

Personality presentation problem has not been defined in terms of interpersonal relations IN Russian psychology. Self presentation varies in differing levels beginning from the social-psychological up to the individual level, taking into account either the image of the individual with his personal traits or the image of the social group. At the level of the interpersonal relationship reveal oneself comprises emotional stability, agreeableness, self-consciousness, openness to self-dialogue. In practice self-presentation is a key piece of a person's social experience, which is very important for his professional activity.

Key words: self-openness, self-realization, personality potential, confidentiality, attraction of self-openness.