

УДК 159.923:614.25

Бегеза Л.Є.

Інститут підготовки кадрів Державної служби зайнятості України

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СВІДОМОСТІ ТА САМОСВІДОМОСТІ ОСОБИСТОСТІ

У статті розглянуто сутність і особливості поняття свідомості й самосвідомості з наукової точки зору.

Запропоновано теоретичне пояснення відмінностей між свідомістю і самосвідомістю. Зазначено, що свідомість є знанням про інших, в той час як самосвідомість – це здатність людини усвідомити саму себе, своє «Я», свої потреби, інтереси, цінності, своє буття і його сенс, власну поведінку й переживання. Відзначається головна особливість самосвідомості – осмислення та розуміння людиною своїх дій, почуттів, думок, мотивів поведінки, інтересів, свого стану в суспільстві.

Виділено наукові погляди І. І. Чеснокової, яка розглядає самосвідомість як єдність трьох компонентів: самопізнання, емоційно-ціннісного ставлення до себе і саморегуляції поведінки особистості. У процесі життєдіяльності людини єдність цих компонентів (самопізнання, самоствавлення, саморегуляція) дає змогу, залежно від ступеня особистісної рефлексивності, зрозуміти як розгортається становлення складових Я-концепції [9, с. 246]. Під останньою розуміється «динамічна система уявлення людини про себе, котра містить: а) усвідомлення своїх фізичних, інтелектуальних та інших властивостей; б) самооцінку; в) суб'єктивне сприйняття особистістю чинників, які впливають на неї» [4, с. 435]; г) «поведінкові дії, котрі характеризуються проявами перших двох компонентів» [4, с. 11].

Окреслено значення здатності особистості до рефлексії, що виявляється в осмисленні й переживанні людиною як окремої дії, вчинку, так і сенсу буття. Виникнення у людини здатності до рефлексії свідчить про високий рівень її самосвідомості, готовність до пізнання самого себе, корекції своєї поведінки, способу життя.

Досліджено, що самосвідомість пов'язана зі здатністю особистості до самоаналізу, самопізнання, рефлексії. Завдяки самосвідомості людина усвідомлює себе як індивідуальну неповторну субстанцію, відмінну від природи інших людей.

Ключові слова: свідомість, самосвідомість, Я-концепція, самопізнання, самоствавлення, саморегуляція, рефлексія

Постановка проблеми. У психологічній літературі поняття «свідомість» розглядається як спосіб/форма ставлення людини до об'єктивної дійсності, що являє собою таку функцію людської психіки, сутність якої полягає в адекватному, узагальненому, цілеспрямованому активному відображенні [3], що здійснюється в символічній формі, й творчому перетворенні зовнішньої реальності, у зв'язку вражень, що постійно надходять, із попереднім досвідом, у

виділенні людиною себе з навколишнього середовища і протиставленні йому як суб'єкт об'єкту.

У психофізіології (О. М. Кокун, О. Р. Малхазов) свідомість визначається як психофізіологічний механізм контролю і довільної регуляції поведінки й діяльності, що відображає зміни зовнішнього і внутрішнього середовища та забезпечує адаптацію до умов, що виникли. У свідомості є дві форми виявлення (С. А. Данилов, М. Ю. Макаруч, В. І. Кравченко, Т. В. Куценко): *ментальна* (від лат. *mentalis* — розумовий, духовний), яка має суб'єктивну й об'єктивну сторони, і *зовнішня*, що складається з ефекторних проявів. Такий погляд на природу свідомості передбачає рівнів свідомості: від елементарних її форм, що забезпечують виділення індивіда із середовища (*первинне самовідчуття*), до вищих, які дають можливість орієнтуватися не тільки у реальному оточенні, а й у абстрактних моделях світу.

Для пояснення своїх поглядів на природу свідомості І. П. Павлов вживає таке поняття як «зона оптимальної збудливості». Його погляди розвивають В. Маунткасл, Дж. Еделмен, які виникнення свідомості пов'язують з певною критичною масою головного мозку і складною взаємодією різноманітних «кіркових модулів».

Свідомість полягає в емоційній оцінці дійсності, побудові/контролі/керуванні дій та передбаченні їхніх наслідків. Також «свідомість трактується як ідеальна форма відображення, відтворення та породження дійсності» [5]. Вона (свідомість) як своєрідна модель віддзеркалення «буття за допомогою об'єктивованого у слові, суспільно виробленого знання, є і способом регулювання поведінки, діяльності, вчинків людей, який виявляється у цілеспрямованому характері дій – у можливості передбачити результат своєї дії як усвідомлену мету та спланувати самі дії відповідно до неї» [8, с. 40].

На думку О. М. Іваницького самосвідомість виникає в мозку як результат актуалізації довготривалої пам'яті при порівнянні двох чи кількох інформаційних потоків. Виникнення *відчуття власного «Я»* — це зіставлення зовнішньої інформації і пам'ятного сліду, а *мислення* - це зіставлення оперативної і довготривалої пам'яті.

Психофізіологічні погляди О. М. Іваницького є основою для розвитку психологічних поглядів на самосвідомість: «...самосвідомість, тобто оцінка власного «Я» – це результат порівняння того, що кожний спостерігає у собі, з тим, що він бачить в інших людях, і з тим, що (як йому видається) інші люди бачать у ньому». Ще самосвідомість розглядається як система, яка визначає

ставлення особи до власних потреб, схильностей, мотивів, переживань тощо.

Предметом наукового аналізу стали особливості свідомості та самосвідомості особистості, їх схожість і відмінності з психологічної точки зору. Відомо, що на відміну від свідомості, самосвідомість орієнтована на осмислення людиною своїх дій, почуттів, думок, мотивів поведінки, інтересів, своєї позиції в суспільстві. Якщо свідомість є знанням про іншого, то самосвідомість – знанням людини про саму себе. Якщо свідомість орієнтована на весь об'єктивний світ, то об'єктом самосвідомості є сама особистість. У самосвідомості вона постає і як суб'єкт, і як об'єкт пізнання [1, с. 341].

Мета статті: теоретично дослідити й обґрунтувати сутність понять «свідомість» і «самосвідомість»; проаналізувати основні підходи до вивчення актуальних феноменів, опираючись на здобутки напрямів психології.

Виклад основного матеріалу дослідження.

Аналізуючи психологічну літературу, визначено, що науковцями досить часто ототожнюються поняття «самосвідомість» та «Я-концепція» особистості. Особливістю самосвідомості є осмислення та розуміння людиною своїх дій, почуттів, думок, мотивів поведінки, інтересів, свого стану в суспільстві.

Самосвідомість науковцями у психологічній літературі розглядається як складне утворення у структурі психіки особистості, а образ «Я» – як видове її утворення. Образ «Я» – продукт самосвідомості, тобто вияву усвідомлення та оцінки індивідом себе як суб'єкта практичної і теоретичної діяльності, ідеалів, переконань, які мотивують його активність. [1, с. 342- 243].

На відміну від самосвідомості, образ «Я», крім усвідомлених компонентів, містить невідоме «Я» на рівні самопочуття, уявлень. Головна функція образу «Я» – забезпечити інтегрованість, цілісність, індивіда, його особистісну сутність досягти суб'єктивної гармонійності. «Я» – концепцію вивчають науки про людину і суспільство» [1, с. 243].

Характеризуючи самосвідомість, варто відзначити позицію П. В. Руднева, який розглядає шість типів модальностей (типів відношення до реальності) самосвідомості :

1) просторова та темпоральна, перша з них описується в поняттях фізичне Я, теперішнє (актуальне) Я, динамічне Я, переживане Я, діюче, екзистенціальне Я;

2) алетична та деонтична, друга – можливе (майбутнє) Я, Я-реальне Я- ідеальне, фантастичне Я, нормативно-моральне Я, нормативно-рефлексивне Я;

3) епістемічна, третя – самопізнання, категоріальне Я, «Я у власних очах» (езотеричне Я), «гіпотетичне власне Я в очах іншого» (екзотеричне, імерсивне Я);

4) аксіологічна, четверта – самооцінка, ставлення до себе, сенс життя, духовне Я, трансцедентальне Я, «вище Я» [1].

З огляду на досвід сучасної психології, зрозуміло, що самосвідомість розвивається, змінюється, збагачується впродовж усього життя людини. У кожного є природна схильність до самовдосконалення, яка на певному етапі розвитку особистості та впливу суспільства постає як усвідомлення прагнення до творчого саморозвитку, самореалізації. Самовдосконалення і самовияв людини є процес постійного розвитку, сходження (С.Л.Рубінштейн)». На основі чого виникає зацікавленість підхід І. І. Чеснокової [9] щодо тлумачення самосвідомості у психології, а саме стосовно виокремлення її процесуальності, що у свою чергу відкриває ширші можливості аналізу: «По-перше, підкреслюється той факт, що самосвідомість у цілому – динамічне утворення психіки, котре перебуває у постійному русі не тільки в онтогенезі, а й у своєму повсякденному функціонуванні. Процесуальність самосвідомості виявляється як у динаміці її змістовної, значеннєвої сторони, так і в динамічних проявах способів її реалізації і, насамперед, у процесі саморегулювання поведінки [9].

По-друге, розгляд самосвідомості як процесу в системі психічної діяльності уможливорює розуміння реально діючих результатів пізнання себе, емоційно-ціннісного ставлення до себе і рівня саморегулювання, дає змогу виявити причини того чи іншого їх формовияву [9].

По-третє, за такого підходу враховується внутрішня динаміка процесу самосвідомості, різне співвідношення його внутрішніх складових, котре теж впливає на спричинення поведінки. І, по-четверте, процесуальність у витлумаченні самосвідомості дозволяє здолати розуміння самосвідомості як суто статичного явища психіки» [9, с. 90]. Водночас «самопізнання – це дослідження самого себе»; завдяки йому людина «приходить до певного знання про себе» [8, с. 71], що є першою і вихідною засадою існування та прояву самосвідомості. Основними прийомами тут стають самоаналіз, самоосмислення, котрі ґрунтуються на самосприйнятті і самоспостереженні [9, с. 98].

Самосвідомість є складним структурним утворенням, що має складові: самооцінка, цінності, соціально-психологічні очікування та образ Я як інтегральна форма, що виникає лише на більш пізньому й вищому етапі культурного розвитку особистості (за М. Й. Боришевським).

На початку ХХ ст. П. Лігше розглядав «Я» як об'єднуючий компонент свідомості. Він вважав «Я» діяльним, реальним субстратом індивідуальної свідомості. У той же час, У. Джемс виокремлював емпіричне пізнавальне «Я» і чисте «Я» як елементи свідомості. Між ними існує єдність і боротьба протилежностей [1, с. 243].

Один із найвідоміших психоаналітиків З. Фройд вважав внутрішнім джерелом розвитку «Я» особистості суперечність між його реальним та ідеальним компонентами (боротьба «Его» та «Супер-Его») [1, с. 243].

А. Маслоу вбачає внутрішню суперечність у невідповідності реального рівня самоактуалізації індивіда, його можливому рівню. У результаті суб'єкт шукає нові способи поведінки, які дозволяють йому більш самоактуалізуватися.

У своїх концепціях самоактуалізації особистості як прагнення до самовияву А. Маслоу дає опис вимог, яким повинен відповідати індивід. К Роджерс підкреслює здатність людини до особистісного самовдосконалення. Центральним поняттям його теорії є поняття «Я», оскільки кожна людина розв'язує питання: Хто я? Що я можу зробити, щоб стати тим, ким я хочу бути? Образ «Я», складається в умовах особистісного життєвого досвіду. [1, с. 243].

Варто відзначити вагому роль рефлексії у життєдіяльності особистості, адже саме її виникнення свідчить про високий рівень самосвідомості людини, готовність не лише до пізнання самого себе, корекції своєї поведінки, способу життя. Рефлексія виявляється тоді, коли особистість подумки виокремлює себе зі сфери буття, життєвої ситуації та оцінює в співвідношенні з моральними еталонами – чи так «Я» живу? [1, с. 344-345].

Під час розвитку людини, так звана, рефлексивна свідомість, присутня на різних рівнях і в різних формах. Як властивість індивіда, рефлексивність - це здатність відображати не лише свій образ «Я», а й усвідомлювати сутність своєї взаємодії з іншими людьми. У сфері саме міжособистісних взаємин рефлексія є важливим компонентом моральності поведінки індивіда. На думку В. А. Роменця, це явище післядії, в ньому прояснюється сутність діяння [1, с. 344-345].

ВИСНОВКИ. Отже, свідомість – складне утворення у структурі психіки особистості, є способом відображення дійсності у символічній формі.

Самосвідомість – це здатність людини усвідомлювати саму себе, своє «Я», своє буття і його сенс, власну поведінку, та прогнозування її перспектив і наслідків; орієнтована на осмислення

людиною своїх потреб, мотивів, думок, почуттів, цінностей, інтересів, своєї позиції/статусу/ролі в суспільстві.

Досліджено, що центральними і найбільш дослідженими структурними компонентами самосвідомості є феномени саморегуляції, самооцінки, самоаналізу.

Самосвідомість є динамічною, розвивається, змінюється протягом життя людини. Розвиток самосвідомості людини виявляється у самоспостереженні, саморефлексії, самовладанні й самоаналізі своєї поведінки.

Перспективою подальших досліджень стане вивчення Я-концепції особистості.

Список літератури:

1. Варій М. Й. (2008). *Психологія особистості*. Київ: Центр учбової літератури. 592 с.
2. Варій М. Й. (2009). *Загальна психологія*. Київ: Центр учбової літератури. 1007 с.
3. Выготский Л. С. (2002). *Педология подростка*. Москва: ЭКСМО-Пресс. 1008 с.
4. Гуменюк О.Є, Фурман А.В. (2006). *Психологія Я-концепції*. Львів: Новий світ-2000, 360 с.
5. Кучеренко С. (2009). Методологічні підходи до вивчення самосвідомості особистості підлітків та юнаків. *Психологія і суспільство*. 134 с.
6. Леонтьев А.Н. (1974). *Деятельность. Сознание. Личность*. Москва: Политиздат. 304 с.
7. Психология самосознания: хрестоматія, за ред.-сост. Д. Я. Райгородский (2000). Самара: Изд. Дом «Бахрар–М». 672 с.
8. Терлецька Л.Г. (2003). *Психічне здоров'я особистості. Технологія самоаналізу*. Київ: ВПЦ «Київський університет». 77 с.
9. Чеснокова И.И. (1977). *Проблема самосознания в психологии*. Москва: МГУ. 246 с.

References:

1. Varii M. Y. (2008). *Psykhologhiia osobystosti*. Kyiv: Tsentri uchbovoi literatury. 592 s [in Ukrainian].
2. Varii M. Y. (2009). *Zahalna psykhologhiia*. Kyiv: Tsentri uchbovoi literatury. 1007 s [in Ukrainian].
3. Vygotskii L. S. (2002). *Pedologhiia podrostka*. Moskva: EKSMO-Press. 1008 s [in Russian].
4. Humeniuk O.Ie, Furman A.V. (2006). *Psykhologhiia Ya-kontseptsii*. Lviv: Novyi svit-2000, 360 s [in Ukrainian].
5. Kucherenko S. (2009). Metodolohichni pidkhody do vyvchennia samosvidomosti osobystosti pidlitkiv ta yunakiv. *Psykhologhiia i suspilstvo*. 134 s [in Ukrainian].
6. Leontev A.N. (1974). *Deiatelnost. Soznanie. Lichnost*. Moskva: Politizdat. 304 s [in Russian].
7. Psikhologhiia samosoznaniia: khrestomatiiia, za red.-sost. D. Ia. Raigorodskii (2000). Samara: Izd. Dom «Bakhrar–M». 672 s [in Russian].

8. Terletska L.H. (2003). *Psykhichne zdorovia osobystosti. Tekhnolohiia samoanalizu*. Kyiv: VPTs «Kyivskiy universytet». 77 s [in Ukrainian].

9. Chesnokova I.I. (1977). *Problema samosoznaniia v psikhologii*. Moskva: MGU. 246 s [in Russian].

Бегеза Л. Е. Психологические особенности сознания и самосознания личности

В статье рассмотрены сущность и особенности понятия сознания и самосознания с научной точки зрения.

Предложено теоретическое объяснение различий между сознанием и самосознанием. Отмечено, что сознание - это знание о других, в то время как самосознание - это способность человека осознать самого себя, свое «Я», свои потребности, интересы, ценности, свое бытие и его смысл, собственное поведение и переживания и тому подобное.

Отмечено главную особенность самосознания - осмысление и понимание человеком своих действий, чувств, мыслей, мотивов поведения, интересов, своего положения в обществе.

Выделены научные взгляды И. И. Чесноковой, которая рассматривает самосознание как единство трех компонентов: самопознание, эмоционально-ценностного отношения к себе и саморегуляции поведения личности. В процессе жизнедеятельности человека единство этих компонентов (самопознание, самоотношение, саморегуляция) позволяет, в зависимости от степени личностной рефлексивности, понять как разворачивается становления составляющих Я-концепции. Под последней понимаем «динамическую систему представления человека о себе, которая содержит : а) осознание своих физических, интеллектуальных и других свойств; б) самооценку; в) субъективное восприятие личностью факторов, влияющих на нее»; г) «поведенческие действия, которые характеризуются проявлениями первых двух компонентов».

Определены значения способности личности к рефлексии, что проявляется в осмыслении и переживании человеком как отдельного действия, поступка, так и смысла бытия в целом. Возникновение у человека способности к рефлексии свидетельствует о высоком уровне его самосознания, готовность к познанию самого себя, коррекции своего поведения, образа жизни. Рефлексия проявляется тогда, когда личность мысленно выделяет себя из сферы бытия, жизненной ситуации и оценивает в соотношении с моральными стандартами - так ли «Я» живу?

Доказано, что собственно самосознание связано со способностью к рефлексии, к взгляду на себя как бы «со стороны». Благодаря самосознанию человек осознает себя как индивидуальную реальность, отдельную от природы и других людей.

Ключевые слова: сознание, самосознание, Я-концепция, самопознание, самоотношение, саморегуляция, рефлексия

Beheza L. E. Psychological features of consciousness and i-consciousness of a personality

The article examines the essence and features of the concept of consciousness and I-awareness from a scientific point of view.

A theoretical explanation of the differences between consciousness and I-awareness is proposed. It is noted that consciousness is knowledge about others, while I-awareness is a person's ability to realize himself, his «I», his needs, interests, values, his being and its meaning, his own behavior and experiences, and the like.

The main feature of I-awareness is noted - the comprehension and understanding by a person of his actions, feelings, thoughts, motives of behavior, interests, his position in society.

The scientific views of I. I. Chesnokova are highlighted, which considers I-consciousness as a unity of three components: I-knowledge, emotional-value attitude towards oneself and self-regulation of personality behavior. In the process of human life, the unity of these components (I-knowledge, I-attitude, I-regulation) allows, depending on the degree of personal reflexivity, to understand how the formation of the components of the self-concept unfolds. By the latter we mean "a dynamic system of a person's I-representation, which contains a) awareness of his physical, intellectual and other properties; b) I-esteem; c) the subjective perception of the personality of the factors influencing it; d) «behavioral actions that are characterized by the manifestations of the first two components».

The values of the personality's ability to reflect are determined, it turns out to be in the comprehension and experience of a person as a separate action, deed, and the meaning of being. The emergence of a person's ability to reflect indicates a high level of self-awareness, readiness not only for knowing oneself, correcting one's behavior and lifestyle. Reflection manifests itself when a person mentally separates himself from the sphere of being, a life situation and evaluates in relation to moral standards - is this how «I» live?

It has been proven that I-awareness itself is associated with the ability to reflect, to look at oneself as if «from the outside». Thanks to I-awareness, a person realizes himself as an individual reality, separate from nature and other people.

Key words: consciousness, I-awareness, I-concept, I-knowledge, I-attitude, I-regulation, reflection.