

УДК 159.923.2

Теоретическая модель взаимосвязи особенностей самовосприятия и самоактуализации личности

Е. В. Столярская, старший преподаватель

В статье рассматриваются вопросы, касающиеся природы и механизмов взаимного влияния самовосприятия и самоактуализации личности. Предлагаются схемы, отражающие основные направления влияния самоактуализации на самовосприятие личности и самовосприятия на самоактуализацию личности. Предлагается теоретическая модель взаимосвязи особенностей самовосприятия и самоактуализации личности.

Theoretical model of the Interrelation between the Features of Self-Perception and Self-Actualization of a Person

E. Stolyarskaya, Senior Lecturer

The issues of the nature and mechanisms of interrelation between self-perception and self-actualization are analyzed in the article. The schemes of influence of self-perception on self-actualization and the influence of self-actualization on self-perception are given. A theoretical model of interrelation between the features of self-perception and self-actualization of a person is developed.

Одной из центральных задач, встающих перед психологией личности, является задача поиска условий раскрытия способностей и реализации потенциала личности, ее самоактуализации [1–6]. Самоактуализация все чаще начинает рассматриваться психологами (и педагогами) как одна из основных целей и ценностей и образовательного процесса, и жизни человека в целом [1; 3–6]. Поэтому вопрос о факторах, связанных с процессом самоактуализации является актуальным и требует своего рассмотрения.

Вдвойне актуальным данный вопрос становится применительно к личностному росту и развитию студенческой молодежи. Содержание процесса образования должно быть ориентировано на обеспечение возможностей самоопределения личности, создание условий для ее самореализации. Особенно важным становится формирование личности, нацеленной на построение и реализацию продуктивных сценариев своего жизненного и профессионального пути [1]. Необходимым условием формирования подобной личности становится выяснение факторов, влияющих на возможности раскрытия личностного потенциала и условий, этому способствующих.

Вышесказанное позволяет сделать вывод об актуальности изучения взаимосвязи особенностей самовосприятия и самоактуализации личности. Значимость исследования проблемы в данном аспекте заключается в том, что оно позволяет конкретизировать наши представления об условиях, способствующих личностному росту и факторах, влияющих на данный процесс.

Обращаясь к проблеме изучения взаимосвязи особенностей самовосприятия и самоактуализации личности, отметим, что хотя подобные исследования не так распространены, существует целый ряд работ, посвященных анализу образа Я в контексте развития личности. Исследования самовосприятия в связи с проблемой психологического здоровья и развития личности проводились К. Роджерсом и его последователями [6; 8]. В советской, российской и отечественной психологической традиции изучению данной проблематики посвящены многочисленные работы [1; 9–15]. В данных работах отмечалось наличие взаимного влияния процессов личностного роста и изменений в самовосприятии личности. В частности, показано, что самовосприятие, с одной стороны, отражает воспринятые субъектом результаты личностного роста [6; 9] и это выражается в усилении сходства, в первую очередь, между реальным и идеальным Я [6; 17]. Согласованность временных модусов самовосприятия (реальное Я, прошлое Я и возможное будущее Я) рассматривается как важнейший показатель психического здоровья человека [10; 13]. Как представляется, последнее положение можно проинтерпретировать, основываясь на положениях теории самоактуализации А. Маслоу. Данный исследователь утверждал, что самоактуализирующаяся личность более эффективно (точно и правильно) воспринимает реальность, делает более точные прогнозы на будущее и, в целом, лучше ориентируется во времени [4]. Ю. Е. Алешина, Л. Я. Гозман и Е. М. Дубовская также отмечают компетентность во времени как основную характеристику само-

актуализирующейся личности, описывая ее как способность жить «здесь и теперь», не «застревая» в прошлых переживаниях и не мечтая постоянно о будущей «настоящей жизни» [18].

Развивая идеи К. Роджерса и А. Маслоу относительно взаимосвязи согласованности/рас- согласованности Я-концепции и самоактуализации личности, Т. И. Рыжко рассматривает самоактуализацию как особо значимый фактор, влияющий на формирование Я-концепции. Данный автор предполагает, что высокий уровень самоактуализации личности соответствует низкой рассогласованности, во-первых, Я реального и Я идеального, во-вторых, Я реального, Я возможного и Я прошлого, и, в-третьих, содержательных представлений личности о себе [13, с. 27].

Одновременно К. Роджерс и А. Маслоу в качестве особенностей самовосприятия самоактуализированной (полноценно функционирующей) личности отмечали: яркую индивидуальность, большую открытость переживаниям, объективность, отсутствие (или снижение активности действия) психологических защит, неэмоциональный характер восприятия, реальное (неискаженное) Я и т. д. [4–6]. Это может приводить к более критическому (не идеализированному) представлению о себе в прошлом и настоящем времени, отходу от традиционных идеалов [4; 6]. Также в ряду характеристик самоактуализирующейся личности А. Маслоу отмечал терпимое и, в целом, доброжелательное отношение к себе и окружающим людям, принятие себя и окружающих такими, какими они есть, не испытывая большой тревоги по поводу возможных недостатков [5, с. 112]. Данная особенность может приводить к формированию позитивного самоотношения, самопринятия у самоактуализирующейся личности, возможности восприятия своих позитивных качеств и свойств. Иными словами, можно сказать, что в процессе самоактуализации меняется содержание модусов самовосприятия.

С другой стороны, теоретики самоактуализации постулировали, что самоактуализирующаяся личность становится более гибкой в своем поведении, способна, не отступая от своих принципов, выбирать из большого репертуара поведенческих моделей [4–6]. Это придает ее поведению гибкость и увеличивает возможности успешной адаптации в различных ситуациях. Как представляется, на уровне самовосприятия это может отражаться в формировании менее жесткой системы представлений о себе, которая может включать отличающиеся друг от друга (в том числе, значительно) самопредставления.

Стоит отметить неоднозначный характер влияния самоактуализации на самовосприятие лично-

сти. Так, согласно приведенным данным, самоактуализация может приводить к усилению сходства между реальным и идеальным Я, общности позитивных модусов самовосприятия. Но в то же время такие качества самоактуализированной личности, как открытость переживаниям, объективность, отсутствие психологических защит, реальное (неискаженное) Я, могут привести ее к более критическим представлениям о себе (т. е. буквально, к увеличению воспринимаемых различий между Я идеальным и Я реальным). Следовательно, с одной стороны, самоактуализация связана с известной согласованностью представлений о себе. С другой стороны, самоактуализация может отражаться в формировании содержательно более разнообразной системы представлений о себе. Как представляется, данное противоречие можно разрешить, если предположить, что влияние самоактуализации на такие особенности самовосприятия личности, как сходство его неотрицательных модусов и его (самовосприятия) согласованность/интегрированность имеет нелинейный характер и изменяется в зависимости от уровня самоактуализации личности. Это позволяет предположить, что данная взаимосвязь носит сложный, возможно, нелинейный характер. В связи с вышесказанным в дальнейшем мы будем говорить о таких особенностях самовосприятия, как сходство/различие между его отдельными модусами (вместо «сходство») и интегрированность/диссоциированность (вместо «согласованность/интегрированность»).

Тогда основные направления влияния самоактуализации личности на особенности ее самовосприятия схематично могут быть изображены следующим образом: (см. рис. 1).

С другой стороны, исследователями отмечалось, что самовосприятие само может являться условием и предпосылкой личностного роста. Представления личности о себе влияют на ожидания и интерпретацию собственного поведения и его результатов [6; 11] и во многом определяют характер поведения. Следовательно, представления о себе как уверенном, успешном человеке, развивающемся по направлению к собственному идеалу и способном его достичь, вполне возможно рассматривать в качестве необходимого условия личностного роста. К. Роджерс указывал, что позитивное отношение к себе (самоуважение, самопринятие) и известное сходство идеального и реального Я является необходимым условием самоактуализации личности [6]. Сходной исследовательской позиции придерживаются многие российские и отечественные исследователи, которые утверждают, что позитивная Я-концепция (высокая самооценка, знание своих сильных сторон, самоуважение) является основой для самоактуализации личности [1; 13; 19].



Рис. 1. Влияние самоактуализации на самовосприятие

Что касается отдельных модусов самовосприятия, то позитивные и негативные возможные *Я* личности могут мотивировать активность, направленную на достижение или избегание определенных (соответственно, привлекательных или непривлекательных) личностных характеристик (личностных качеств, статусов и т.д.) [15; 20]. Возможные *Я* могут мотивировать поведение личности и регулировать его, выступая как модели для ориентации в ситуации, развития и самоизменения [14–16; 20]. Прошрое *Я* может также рассматриваться как источник моделей успешного поведения [10; 14–16; 20]. Представители психоаналитического направления (Э. Берн, З. Фрейд, К. Г. Салливан, К. Хорни) отмечали, что идеальное *Я* выступает в качестве «источника целей», к достижению которых стремится личность в своем развитии. Все эти утверждения имеют в основе одно общее положение: для того, чтобы данные модусы могли выступать в качестве источников мотивации, моделей для ориентации и успешного поведения и т. д., они должны в той или иной степени отличаться от воспринимаемого реального *Я* личности. В противном случае, если данные модусы не отличаются от воспринимаемого реального *Я* личности, они не могут выступать как модели саморазвития и самоизменения (возможное *Я*) (буквально вследствие отсутствия пространства самоизменения), «источник целей» (идеальное *Я*) (поскольку цель – идеальное *Я* – уже достигнута). Представляется, что определенные различия между неотрицательными модусами самовосприятия необходимы для личностного роста, так как именно через данные различия, несовпадение того, каким человек себя видит и того, каким он хочет быть (или каким, как он считает, должен быть; или

каким, как он считает, будет) человек формирует перспективы своего развития [12; 21]; эти несовпадения могут являться силой, мотивирующей личность в направлении самоизменений, [3; 15; 19–20] они могут выступать как основания для приспособления личности к проблемной ситуации [10; 22]. Некоторыми учеными различия в восприятии личностью модусов самовосприятия рассматриваются как признак зрелости, высокого уровня интеллектуального развития [11]. С другой стороны, достижение определенной критической степени рассогласования образов прошлого *Я*, реального *Я* и будущего *Я* оценивается либо как основной фактор социально-психологической дезадаптации [17], либо как первопричина личностных нарушений [6], либо как источник конкретных психических расстройств – депрессии и тревожности [16].

В целом, интегрированность/диссоциированность самовосприятия также может рассматриваться как важное условие личностного роста. С другой стороны, Т. Шибутани утверждает, что высокая интегрированность *Я*-концепции, самовосприятия придает поступкам человека последовательность, упорядоченность, целеустремленность, но снижает способность гибко адаптироваться к ситуации. Напротив, низкая интегрированность, диссоциированность самовосприятия лишает человека личностной определенности, однако позволяет изменяться, подстраиваясь под требования ситуации [22, с. 196]. Интегрированность и устойчивость как характеристики *Я*-концепции социально-адаптированной личности рассматривала также С. В. Талайко [19]. Основные направления влияния самовосприятия на самоактуализацию схематично представлены на рис. 2.

Здесь снова стоит обратить внимание на неоднозначный характер влияния, которое оказывает

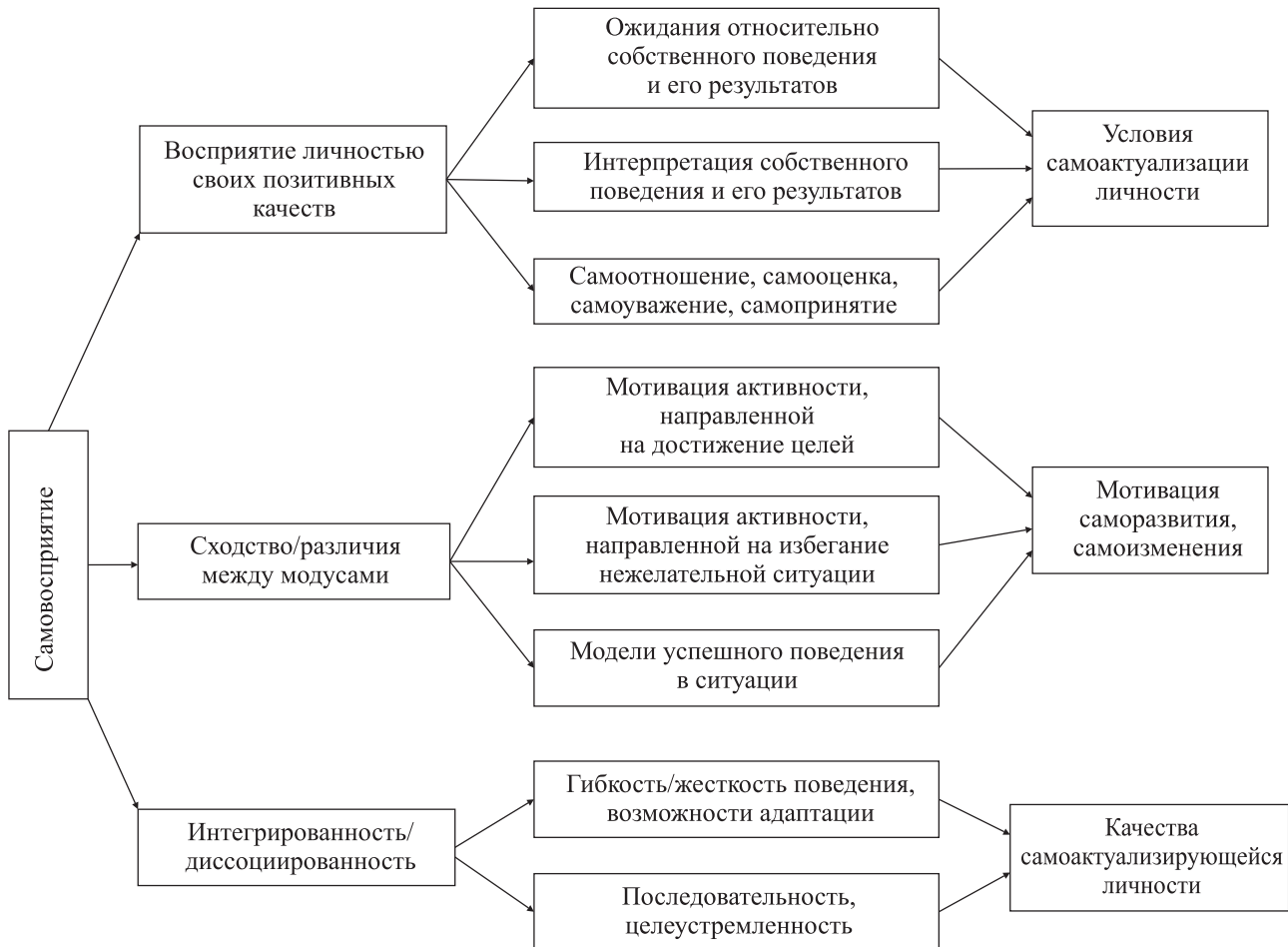


Рис. 2. Влияние самовосприятия на самоактуализацию личности

самовосприятие на самоактуализацию. С одной стороны, высокая интегрированность, согласованность системы представлений о себе является важным условием личностного роста и самоактуализации. С другой стороны, данная высокая интегрированность самовосприятия снижает способность гибко адаптироваться к ситуации, что является, как говорилось выше, важной характеристикой самоактуализированной личности. С одной стороны, для личностного роста важна согласованность неотрицательных модусов самовосприятия. С другой стороны, именно через различия между данными модусами могут формироваться перспективы личностного развития; данные различия могут мотивировать личность в направлении самоизменений, выступать как основания для приспособления личности к проблемной ситуации. Здесь мы опять сталкиваемся с видимым противоречием в характере влияния, на этот раз – влияния особенностей самовосприятия на самоактуализацию личности. Как представляется, данное противоречие можно разрешить, если предположить, что влияние вышеописанных особенностей самовосприятия на самоактуализацию имеет нелинейный характер и изменяется в зависимости от степени выраженности данных особенностей.

Тогда, обобщая вышеизложенное, общая схема взаимосвязи самовосприятия и самоактуализации личности может быть представлена следующим образом: самовосприятие, с одной стороны, отражает присущие субъекту качества и свойства и, следовательно, отражает результаты самоактуализации (движение в направлении Я-идеала, самопринятие и самоуважение, уверенность в себе и т. д.). Самоактуализация также расширяет репертуар поведенческих моделей личности, делает ее поведение более гибким, что может приводить к изменению воспринимаемых различий между модусами самовосприятия, а также изменять такую характеристику самовосприятия, как его интегрированность/диссоциированность. С другой стороны, самовосприятие может рассматриваться как основа для самоактуализации (отражает наличные свойства и качества субъекта, а также содержит необходимый для данного процесса образ себя как сильного (способного, положительного и т. д.).

Самовосприятие может выступать как источник мотивации в направлении личностного роста, источник моделей для ориентации в ситуации, развития и самоизменения. Помимо этого, такая характеристика самовосприятия, как его интегри-

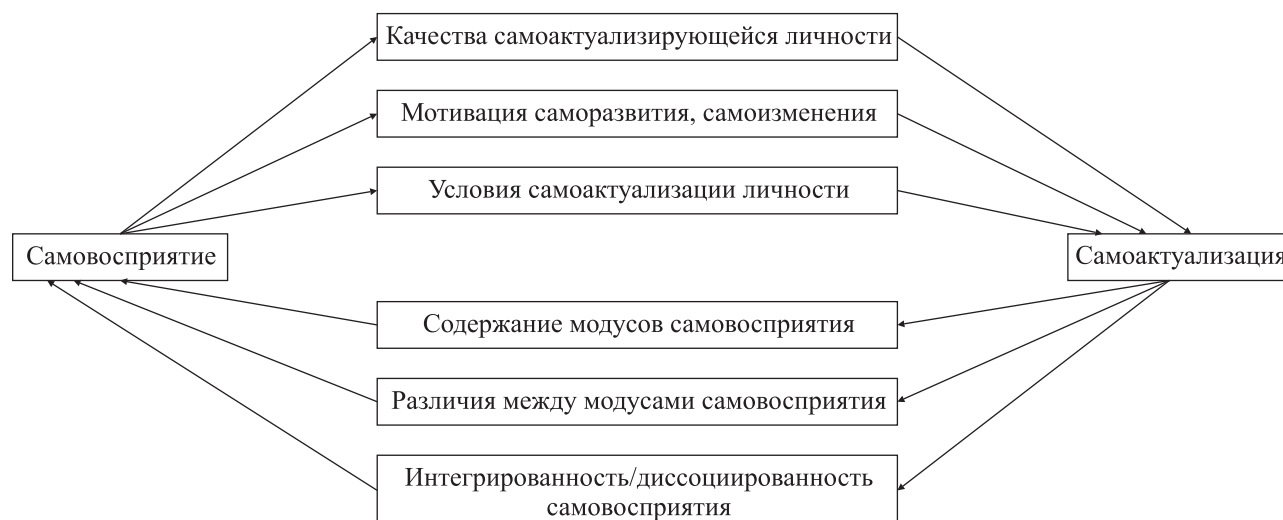


Рис. 3. Взаимосвязь особенностей самовосприятия и самоактуализации личности

рованность/диссоциированность оказывает влияние на формирование качеств, которые считаются присущими самоактуализирующейся личности: последовательность, целеустремленность, гибкость поведения. Тогда взаимосвязь особенностей самовосприятия и самоактуализации личности представлена следующим образом (рис. 3).

Исходя из вышесказанного, мы можем так сформулировать основные положения модели взаимосвязи особенностей самовосприятия и самоактуализации личности:

1. Взаимосвязь особенностей самовосприятия и самоактуализации личности вытекает из природы и функций самовосприятия: самовосприятие, с одной стороны, отражает присущие субъекту качества и свойства и, следовательно, отражает результаты самоактуализации (движение в направлении Я-идеала, достижение личностью большей автономности, уверенности в себе и т. д.). С другой стороны, оно может рассматриваться как основа для самоактуализации (отражает наличные свойства и качества субъекта, а также содержит необходимый для данного процесса образ себя как сильного (положительного и т. д.) и способного на положительные изменения);

2. Взаимосвязь особенностей самовосприятия и самоактуализации личности может быть рассмотрена на уровне содержания модусов самовосприятия, в частности, как взаимосвязь уровня самоактуализации и оценок субъектом модусов своего Я. Как указывалось выше, позитивные оценки субъектом себя в настоящем, прошлом и возможном будущем, а также своего идеального Я можно рассматривать как результат самоактуализации, с одной стороны, и как условие данного процесса, с другой стороны.

3. Взаимосвязь особенностей самовосприятия и самоактуализации личности может быть рас-

смотрена на уровне структуры самовосприятия. И здесь следует выделить несколько аспектов. Во-первых, в плане интегрированности/диссоциированности самовосприятия. Данную характеристику самовосприятия упоминают в своих работах Р. Бернс, Е. Т. Белинская, К. Роджерс, Т. Хиггинс, К. Хорни [6; 10; 11; 14; 17]. Авторы, впрочем, никак не конкретизируют содержание, которое они вкладывают в данное понятие. Как представляется, интегрированность/диссоциированность самовосприятия может быть рассмотрена как мера сходства/различия его модусов. Применительно к структуре самовосприятия, сходство всех неотрицательных модусов может быть представлено как нахождение их (модусов) в одной подструктуре (= минимальное количество подструктур в структуре самовосприятия). Как указывалось выше, мы предполагаем, что данная взаимосвязь носит нелинейный характер и зависит как от уровня самоактуализации личности, так и от согласованности модусов самовосприятия.

Во-вторых, взаимосвязь особенностей самовосприятия и самоактуализации личности на уровне структуры самовосприятия может быть рассмотрена в плане различий между отдельными модусами самовосприятия. Как представляется, различия между ними находят свое отражение в расстояниях между данными модусами в семантическом пространстве самовосприятия личности. Тогда, что касается неотрицательных модусов самовосприятия, то, как указывалось выше, мы предполагаем, что данная взаимосвязь носит нелинейный характер и зависит как от уровня самоактуализации личности, так и от сходства/различия между модусами самовосприятия.

Можно также предположить, что различия между модусами Я реальное, Я идеальное и Я возможное, с одной стороны, и модусом Я избегае-

мое – с другой, отражают воспринятые субъектом результаты личностного роста и необходимые для личностного развития представления о себе как о положительной (не-отрицательной) личности. Таким образом они будут связаны с уровнем самоактуализации личности.

Итак, в статье предлагается теоретическая модель взаимосвязи особенностей самовосприятия и самоактуализации личности. Данная модель включает в себя: обоснование взаимосвязи, во-первых, самовосприятия и самоактуализации как вытекающей из природы и функций самовосприятия; во-вторых, самовосприятия и самоактуализации на уровне содержания самовосприятия; в-третьих, самовосприятия и самоактуализации на уровне структуры самовосприятия: в плане его интегрированности/диссоциированности и в плане различий между его модусами. Выдвигается предположение о нелинейной природе взаимосвязи самоактуализации, с одной стороны, и различий между модусами самовосприятия и интегрированности/диссоциированности самовосприятия, с другой стороны.

Список цитированных источников

1. Дутчина, О. Б. Психологические условия и средства развития позитивной Я-концепции личности студента: дис. ... канд. псих. наук: 19.00.07 / О. Б. Дутчина. – Хабаровск, 2004.
2. Коростылева, Л. А. Психология самореализации личности: затруднения в профессиональной сфере / Л. А. Коростылева. – СПб., 2005.
3. Леонтьев, Д. А. Самореализация и сущностные силы человека / Д. А. Леонтьев // Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии: сб. ст. / редкол.: Д. А. Леонтьев [и др.]. – М., 1997.
4. Маслоу, А. Психология бытия / А. Маслоу. – М., 1997.
5. Маслоу, А. Самоактуализация / А. Маслоу // Психология личности. Тексты: сб. под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер [и др.]. – М., 1982.
6. Роджерс, К. Становление личности: взгляд на психотерапию / К. Р. Роджерс. – М., 2001.
7. Франселла, Ф. Новый метод исследования личности: руководство по репертуарным личностным методикам / Ф. Франселла, Д. Баннистер. – М., 1987.
8. Хьелл, Л. Теории личности (основные положения, исследование и применение) / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб., 1997.
9. Авдеевская, Е. П. Принадлежность к группе как фактор самовосприятия личности: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05 / Е. П. Авдеевская. – М., 1988.
10. Белинская, Е. П. Временные аспекты Я-концепции и идентичности / Е. П. Белинская // Мир психологии. – № 3. – 1999.
11. Бернс, Р. Развитие Я-концепции и воспитание / Р. Бернс. – М., 1986.
12. Налчаджян, А. А. Социально-психологическая адаптация личности: формы, механизмы и стратегии / А. А. Налчаджян. – Ереван, 1988.
13. Рыжко, Т. И. Динамика Я-концепции личности в критические периоды средней взрослости / Т. И. Рыжко // Современные психологические технологии влияния на личность: сб. науч. ст. / Витеб. гос. ун-т; под ред. С. Л. Богомаза. – Витебск, 2005.
14. Higgins, E. T. Self-discrepancy: a theory relating self and affect / E. T. Higgins // Psychological Review. – 1987. – Vol. 94. – № 1.
15. Markus, H. Possible Selves: personalized representation of goals / H. Markus, A. Ruvolo // Goal concepts in personality and social psychology / ed. L. A. Pervin. – N. Y., 1989.
16. Schlenker, B. R. Goals and self-identification process: Construing desired identities / B. R. Schlenker, M. F. Weigold // Goal concepts in personality and social psychology / ed. L. A. Pervin. – N. Y., 1989.
17. Хорни, К. Невроз и развитие личности / К. Хорни // Собрание сочинений: в 3 т. / К. Хорни. – М., 1997. – Т. 3.
18. Алешина, Ю. Е. Социально-психологические методы исследования супружеских отношений: спецпрактикум по соц. психологии / Ю. Е. Алешина, Л. Я. Гозман, Е. М. Дубовская. – М., 1987.
19. Талайко, С. В. Регулятивные механизмы Я-концепции / С. В. Талайко // Психосоциальная адаптация в трансформирующемся обществе: проблемы и перспективы: материалы междунар. науч. конф., Минск, 16 окт. 2003 г. / Белорус. гос. ун-т; редкол.: И. А. Фурманов [и др.]. – Минск, 2003.
20. Markus, H. Possible Selves / H. Markus, P. Nurius // American Psychologist. – 1986. – Vol. 41, № 9.
21. Сарджвеладзе, Н. И. Личность и ее взаимодействие с социальной средой / Н. И. Сарджвеладзе. – Тбилиси, 1989.
22. Шибутани, Т. Социальная психология / Т. Шибутани. – Ростов н/Д., 1998.

Дата поступления статьи в редакцию: 27.09.2008 г.