

СОЦІАЛЬНИЙ ФОРМАТ РОЗВИТКУ Я-КОНЦЕПЦІЇ

Оксана ГУМЕНЮК

Copyright © 2004

Постановка суспільної проблеми полягає у пізнанні персоніфікації, з'ясуванні значення символів, формуванні складної Я-концепції як важливих елементів соціального самостворення людини, завдяки яким вона стає внутрішньо цілісною у взаємодії зі світом, позитивно організованою у системному ставленні до довкілля, а також впорядковує своє життя та адекватно переборює складні перипетії буденності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій з даної проблеми. Проблема ефективною самоорганізації внутрішнього світу людини у форматі суспільних взаємостосунків займалося чимало відомих соціальних психологів. Це спричинено тим, що соціальна взаємодія – це той визначальний чинник, за допомогою якого кожен має змогу самовизначитися, статися, зайняти відповідне місце у суспільстві та отримати певний статус. Зокрема, цій проблемі присвячені роботи Е. Аронсона, Т. Вілсона, Р. Ейкєрта, Т. Шибутані, Д. Майєрса, Д. Мацумото, Дж. Кап-рари, Д. Сервона, Ш. Тейлор, Л. Піп-ло, Д. Сірса, Х. Маркус, С. Кітаяма. Крім того, нами обґрунтований процес самостворення Я-концепції людини та її складових (когнітивна, емоційно-оцінкова, вчинково-креативна, спонтанно-духовна) у сфері організаційного клімату, а також теоретично здійснений аналіз концепції самоефективності у соціальній взаємодії з іншими, впливу культури на становлен-

ня Я-структур особи, ролі колективізму та індивідуалізму у формуванні Я індивіда, соціальної й гендерної ідентичності.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Питання розвитку складної Я-концепції є стрижневим у проблематиці людського високоефективного самоформування. Останнє здійснюється під час прийняття образів самої себе через символіку в найрізноманітніших ситуаціях та поєднання їх у позитивну цілісність. Звідси очевидно, що ця важлива структурна складова психологічної самоорганізації визначає вчинкову якість життя в цілому, міжіндивідну взаємодію, процес проходження суспільно-економічних взаємин у соціумі.

Формування цілей статті (постановка завдання). Теоретично обґрунтувати й проаналізувати явище персоніфікації як спосіб соціальної поведінки індивіда у соціумі, значення символів у становленні Я-концепції, природу Я, а також змістово окреслити обсяг понять про робочу, складну, точну і стійку різновиди Я-концепції.

Ключові слова: самоусвідомлення, символіка, лінгвістичні символи, природа Я, цілісність образу Я, інтроспекція, теорія соціального порівняння, робота, складна Я-концепція.

Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів. Процес становлення Я-концепції індивіда – це розгорнутий усередині нього соціальний

цикл саморозвитку, у межах якого виникає образ Я і самооцінка. Останні спричинюють відповідні поведінкові акти і вчинкові дії. Щоб глибше пізнати цей процес становлення обґрунтуємо Я-концепцію індивіда через явище персоніфікації, з'ясуємо вплив символів на розвиток індивідуального Я людини, а також висвітливо його складність, точність окремими підпараграфами.

Я-концепція як персоніфікація і спосіб соціальної поведінки. Загалом перша не є організмом, а *системою тенденцій і дій*, спрямованих на самих себе. Це спосіб поведінки, такої, наприклад, як мова чи плавання, кашель чи мислення. Усі ці складні дії передбачають наявність живого організму, але не ототожнюються з ним. Коли мовиться про Я-концепцію, то очевидно, що людина є одночасно і суб'єктом, і об'єктом своєї власної життєдіяльності. Звідси персоніфікація особливого типу: будь-яка динаміка у схильності організму діяти викликає зміну в суб'єкті, котрий саме зараз сприймає себе як змінний об'єкт [4; 6].

Загалом люди налаштовані діяти стосовно самих себе так само, як вони ставляться і вчиняють щодо інших, або як оточуючі поведуться з ними. Тому Я-концепцію можна пізнати шляхом вивчення *стійкої орієнтації* людини до дій над собою. Як деякі особи агресивні і підозрілі у сутичці з іншими, так і людина може ставитися до себе також вороже і жорстоко. Остання, здебільшого, часто відчуває потребу в покуті гріхів, нерідко лякаючи цим близьких.

Я-концепція – це завжди *цілісність* стосовно того, що сама особа вкладає у її зміст (реальність, ідеальність, образність та ін.). Вона не може бути обґрунтована через окрему реакцію, що першочергово залежна від вимог конкретної ситуації. Її значеннєві показники виявляються лише в шаблоні реакцій (системі дій), і хоча кожна з них несхожа на іншу, засадою для них є стійкі властивості об'єкта – самого себе. Кожного моменту ча-

су людина формує дещо відмінний Я-образ і реагує на нього відповідно до вимог реальних обставин. Проте стійкість і постійність у поведінці зберігаються тому, зазначає Т. Шибутані, що всі реакції ґрунтуються на одних передумовах відносно того, до якого психотипу людина належить [6, с. 194, 195]. Особа діє на підґрунті передумов, що пов'язані з її фізичними якостями та соціальним статусом. Якщо вона думає, що слабка, але витончена у поведінці, то уникає ситуацій, де, можливо, потрібно прийняти виклик, і прагне до бесіди у тісному колі, де здатна проявити благодатне враження. Інша, яка наділена фізичною силою, може уникати взаємостосунків першого типу, оскільки боїться приниження. Отож *єдина персоніфікація Я* – основний засіб організації відповідних реакцій, який, завдяки дії постійного поведінкового шаблону, інтегрує різні *схильності* у довшену систему – Я-концепцію. При цьому цілісне поєднання переживань особи, виникнення у неї *відчуття самовизначення* виникає не за наявності будь-якої субстанції, а завдяки внутрішньо скоординованій структурі життєдіяльності.

Закріплення Я-концепції у формовигляді звички викликає тенденцію до *самопідкріплення*. Якщо, крім того, якщо людина вважає себе дуже сильною, то вона приймає такі виклики, котрі залюбки уникають інші, і з кожним разом персоніфікація посилюється. Навпаки, особистість, яка переконана в своїй слабкості чи хворобливості, підвищено чутлива до втоми. Але, потрапивши у скрутну ситуацію, що потребує великих психофізичних зусиль, остання буде дуже здивована тим приємним фактом, що має неймовірно багато сил і волі. Звідси логічний висновок: персоніфікація не є прямою копією реальності, їй властиве *самоспричинення*.

Люди істотно відрізняються за тим, наскільки їхня поведінка організована у стійкі системи. Прикладом може бути людина, котра на службі відрізняється

авторитарним стилем, але послужна вдома, чи спортсменка, яка відома своєю жорстокістю на спортивному полі, проте дуже м'ягка і поступлива у взаємостосунках зі своїм чоловіком. Такі люди у кожній ситуації формують різні Я-образи і, як не парадоксально, не відчують утруднень на шляху інтеграції своїх відмінних переживань у єдину персоніфікаційну структуру.

Ще одним критерієм, за яким розрізняють сформованість Я-концепції є рівень *самоусвідомлення*. Кожна пересічна особа певним чином усвідомлює свої реакції щодо самої себе. Водночас мають місце великі відмінності у легкості і швидкості усвідомлення життєвих значень і поведінкових сигналів оточуючих, хоча багато чого приймається на віру, як само собою зрозуміле. Здебільшого дії інших усвідомлюються з великими труднощами. Зокрема, юнак, котрий проводить час з дівчиною, не дуже йому симпатичною, можливо тайком побоюється, що ніяка інша не відповість взаємністю на його почуття. Відтак внутрішні тенденції концептуального Я послідовні, але не усвідомлюються належним чином і, подібно багатьом іншим схильностям, пригнічуються, витісняються чи заміщуються.

Природно, що психокультурний зміст персоніфікованого Я для самої особистості – *об'єкт сталої значущої цінності*, де збереження і підвищення вартісності її власного Я утверджується як одна з головних життєвих потреб. Відтак самооцінка істотно різниться за модальністю і точно визначає той чи інший *рівень власної гідності* конкретної особи. Так, скажімо, є люди, яких постійно тривожить відчуття власної неповноцінності, інколи настільки сильно, що демобілізує їхню поведінку. Той, хто недостойний у своїх очах, здебільшого не прикладатиме будь-яких зусиль, щоб чогось досягнути, а швидше займатиметься *самовиправданням*. На іншому полюсі знаходяться ті персоналії, котрі повністю задоволені собою. Їхня самовпевненість немає меж:

щоб вони не робили – все прекрасно. Такі люди не виявляють сумніву у своїй високій цінності і переконані, що інші згодні навіть з їх самооцінкою і самоаналізом.

Отже, окремі уявлення людини стосовно самої себе приймаються нею (усвідомлено і неусвідомлено) як щось само собою повноцінне, що спричинює їх системну організацію. *Цілісність образу власного Я* робить поведінку особистості послідовною. У результаті знайомі люди без особливих зусиль передбачають її реакції, і завдяки цьому відкривається можливість координації міжсуб'єктних дій. Концепція людини стосовно самої себе – це *шаблон поведінки*, котрому належить провідна роль у побудові багатьох інших складних психоформ (поведінка, діяльність, спілкування, вчиняння). Відтак внутрішня здатність особи щодо поєднання себе у цілісність через власні характеристики, властивості, уявлення називається *персоніфікацією*.

Значення символів у становленні Я-концепції та природа Я. Остання, як і інші самісні значення, знаходить відображення в символах. Найважливіший із них – *ім'я людини*. Саме цей символ, за допомогою якого вона себе визначає, безпосередньо асоціюється з її Я-концепцією. Наслідком цього є два моменти: з одного боку, ім'я завжди так чи інакше поєднується з носієм концептуального Я, з іншого – на конкретне ім'я спільність реагує так, немов на саму живу людину. Коли чиєсь ім'я неправильно вимовляється, забувається чи плутається з іншими, то його володар відчуває себе ображеним. Експериментально доведено, що навіть ті, хто ховається від міліції, зазвичай не виголошують повністю свого справжнього імені. Здебільшого зберігається або основа прізвища чи самі ініціали, або те й інше. Очевидно, тут зустрічаємося з конфліктом між бажанням уникнути того, щоб її впізнали, і боязню втратити відчуття власної визначеності [6].

Що ж таке символ? Це деякий об'єкт, образ дії чи слово. Наприклад, прапор –

це символ нації, і люди, – зазначає Т. Шибутані, – ведуть себе стосовно тканини так, немов би це сама нація, з якою вони ідентифікувалися. Відчуття також мають символи. Це може бути поцілунок як вияв кохання. Але важливе значення у формуванні Я-концепції відіграють лінгвістичні символи: артикулярні звуки, письмові знаки, виголошені слова. Останні можуть заставити людей воювати, піти у монастир тощо [Там само, с. 107–112].

Вчений припускає, що пам'ять ґрунтується частково на лінгвістичних механізмах. Числа та календарі організують розподіл подій і часу, і кожний із нас розуміє, як важко було б без таких символів розібратися у минулих подіях. Також людина, наприклад, не могла б пригадати та розповісти про колір свого будинку, в якому жила у дитинстві, якщо б не було слів, що позначають колір.

Особливо показовими є переживання людини, яка страждає фізичними вадами. *Елен Келлер, про котру описує Т. Шибутані, з дитинства була сліпа та глуха, але написала кілька книг, у яких описуються яскраві кольори й прекрасна музика. Коли її попросили це пояснити, міс Келлер відповіла, що розуміє значення останніх через передану їй багатоаспектну символіку.* Отож погляд дівчини на світ пов'язаний не стільки з чуттєвістю, скільки із символічним оточенням. Відомо, що інші люди постійно розмовляють про речі, яких ніколи не бачили. Історичні події також не можуть сприйматися безпосередньою, а лише переживатися через уяву. Відтак і картина світу є швидше продуктом символічної комунікації, ніж досвіду. До того ж існує багато символічних дій (потискання руки, куріння тощо), які є елементами збереження впорядкованого життя.

Чимало людських дивацтв стануть зрозумілі, – як пише Т. Шибутані, – якщо врахувати, що *обличчя людини* і деякі із її фізичних особливостей також є символами її Я-концепції. Високоіндивідуалізовані риси обличчя особи легкі

для впізнавання. Щоразу, коли людина здійснює щось особливе і хоче запам'ятати цей випадок, то робить фотографію, на котрій добре подана її фізіономія. Навіть коли молода жінка перемагає на конкурсі краси завдяки формі її ніг, вона буде стурбована, якщо у кадр, що з'явиться на наступний день у газеті, не потрапить її обличчя. Затриманий злочинець старається відвернутися, коли на нього спрямована кінокамера. Звідси зрозуміло, що навіть окремі частини тіла (насамперед обличчя) відіграють важливу роль у формуванні Я-концепції, виконуючи в подальшому житті *функцію значущих символів*.

Зазначимо, що Дж. Мід переконаний в тому, що люди можуть формувати відповідні уявлення про себе перш за все завдяки *символічній комунікації*. Усі відчуття переплітаються та інтегруються, й особа спроможна біполяризувати своє поле сприймання лише тоді, коли зусиллями розуму і волі роз'єднує свої переживання на окремі складові. Маніпулювання такими складовими в уяві значно полегшується шляхом підстановки лінгвістичних символів, що обмежує розгортання персоніфікації, хоча саме символи дають змогу описувати і впорядковувати людський досвід. Труднощі в інтерпретації персоніфікованих Я-концепцій виникають через те, що окремі нюанси людських переживань не можна зафіксувати і схарактеризувати адекватним чином. Тому Я-концепції науково обґрунтовуються шляхом *реконструкції ментального досвіду засобами лінгвістичного категорійного аналізу*, який з різним успіхом проводить соціальна група та її різні представники.

Це припущення частково може бути підтвержене вивченням осіб, котрі не здатні адекватно користуватися символами. Дослідження довели, що люди, які страждають афазією, переважно керуються інстинктивними потребами. Ретроспективні дані пацієнтів, котрі одужували після шизофренії підтверджують,

що при втраті здатності користуватися символами межі між людиною та оточенням зникають. *Дорослі особи, яким гіпнотизер нав'язав, що вони ще маленькі діти, сприймають своє тіло дуже невеликим на зріст. Коли одному з них, хто перебував у цьому стані, наказали штовхнути свого батька, то він прийнявши таке завдання, змінює власну схему тіла і уявлення про свою фізичну силу, тоді й тіло сприймається як таке, котре збільшується.* Тому пізнання себе як людини не лише організується засобом лінгвістичних символів, а й здатне змінюватися завдяки їм. Отож символічне середовище й ідентифікації справляють формотворчий вплив на Я-концепцію соціальної особи.

Розвиток Я-концепції депроблематизується і значно полегшується у тих соціальних системах, де чітко визначена *номенклатура статусів*: тут кожний знає, яких шаблонів поведінки та особистісних рис потребує те чи інше його положення в соціумі. Лікарю чи священику слід залишатися у місті, де панує епідемія, а солдату не пристойно зникати з поля бою. Честь людини – *самісна модель*, котрої вона дотримується, оскільки займає відповідне становище у суспільстві. Вимоги і норми, які особа ставить до себе і які сповідує, підкріплюються думками інших людей. Ч. Коутс і Р. Пеллегрін (з допомогою анкети) з'ясували, як зазначає Т. Шибутані [6, с. 205, 206], що більше сотні адміністраторів різних бюрократичних організацій уявляють самих себе так, як найкраще характеризує цю категорію службовців громадянський загал, тобто як людей зацікавлених у досягненнях підприємства, рішучих, організаторськи здібних і реалістично орієнтованих.

Взаємовідносини між Я-концепцією і соціальним статусом інколи виявляються в загостреній чутливості окремих людей до *статусної символіки*. Наприклад, молодий лікар намагається, щоб стетоскоп виглядав із його кишені, підкреслю-

ючи в такий спосіб свою зверхність над лаборантом. Відмінність між тими, хто набув відповідного статусу, і тими, хто цього не досягнув, висвітлена у дослідженні З. Блау [6, с. 208]. Кожній із 468 осіб, які старші шістдесяті років, було запропоновано охарактеризувати саму себе. Із вибірки 60% відповіли, що вони “люди середнього віку”, і лише 38% заявили, що “літні”, або “старі”. Аналіз показав, що молодими вважають себе ті, хто постійно контактує з людьми свого віку. Навпаки, прийняття статусу “відставника” обмежує соціальний контекст поведінки і тоді людина персоніфікує себе як таку, котра вступає у завершальний період життя.

Загалом ступінь гармонійності Я-концепції людини першочергово залежить від *інтеграції соціальної системи*, у котрій вона діяльно функціонує. У незрілому (економічно, демократично, соціально) суспільстві, де групові норми взаємно не узгоджені, окремому громадянину важко інтегрувати свої різноманітні Я-образи у єдине ціле. Коли зазначені відмінності надзвичайно великі, то людина страждає від внутрішніх конфліктів, що іноді призводить до розпаду її особистості і деградації. У психології за аксіому прийняте твердження, що кожній особі властивий свій соціокультурний досвід, притаманне своє сприйняття світу та унікальна траєкторія розвитку. Але її почуття не можуть бути ні тонко диференційовані, ні стійко задані без *лінгвістичних символів*, котрими вона оволодіває як персоніфікована одиниця соціуму. Завдяки усталеним реакціям та зрозумілому стилю поведінки інших людей особистість *самоутверджує відчуття своєї визначеності*, а її Я-концепція підтримується і підкріплюється постійністю й очікуваністю зворотного тиску соціалізованого оточення.

Цікавою також, на наш погляд, є гіпотеза щодо того, чи лише людям властиве відчуття Я? Захоплюючи роботи у цьому аспекті проводив Г. Геллап. Він довів,

що не тільки людство унікальне у цьому відношенні. Дослідник помістив дзеркало у клітку мавпи і чекав доки тварина привикне до цієї речі. Потім на короткий час їй присипляли і на брову чи вухо наносили червону фарбу без запаху. Що виникало, коли мавпа прокидалася і побачила себе у дзеркалі? Шимпанзе та орангутанги миттєво доторкалися до того місця, де знаходилася червона фарба. А ось горили та інші види мавп рідко, або взагалі не звертали увагу на наявність останньої. Вказане дослідження дає змогу констатувати такий факт: “у шимпанзе й орангутангів існує елементарна Я-концепція. Вони усвідомлюють, що їхній образ у дзеркалі – це вони самі, а не інша мавпа, і розуміють, що мають інший вигляд, ніж раніше” [1, с. 148].

Інші дослідження, що проводилися за аналогією з експериментом Г. Геллапа, виявили, що самовпізнання у людини виникає у віці близько двох років. 75% дітей 21–25-ти місяців доторкалися до своїх носів, пофарбованих ученим червоним кольором, і 25% – 9–12-ти місячних немовлят вчиняли також так само. Загалом діти спочатку називають себе так, як до них звертається оточення (“Юля”, “Олекса” тощо). Відтак “дитина існує для себе, оскільки є об’єктом для інших. Вона усвідомлює саму себе через відношення до неї останніх” [2, с. 351]. Пріоритет інших перед собою підтверджується таким спостереженням Ж. Піаже: рахуючи присутніх, щоб покласти настільні прибори до обіду, дитина не враховує саму себе. Очевидно, що вона усвідомлює оточуючих людей раніше, ніж саму себе.

Отож, відповідно до того, як ми дорослішаємо, наша Я-концепція поступово ускладнюється. Психологи вивчали процес зміни Я у людей з дитинства і до становлення дорослості. Осіб раннього віку, – пишуть Е. Аронсон, Т. Вілсон, Р. Ейкерт, – просили відповісти на запитання: “Хто Я такий?”. Здебільшого діти

вказували на чіткі, однозначно зрозумілі, характеристики: вік, стать, ім’я, місце проживання та ін. Коли індивід дорослішає, то, зрозуміло, починає надавати менше значення фізичним даним і більше зосереджується на психологічних станах (наприклад, на думках), або на професійному зростанні.

Крім того, експерименти з людиноподібними мавпами показали, що й соціальний контакт також має велике значення для розвитку Я-концепції. Г. Геллап порівняв поведінку шимпанзе, яка виросла у нормальній сімейній групі та ізольованій від свого племені. Обом мавпам дослідники нанесли червону фарбу на брову, потім їх помістили в різні кімнати без дзеркала. Психологи відмітили, наскільки часто шимпанзе доторкалися до помічених ділянок на голові. Пізніше дзеркало принесли в кімнату. Мавпа, яка жила у племені, миттєво дивилася у нього і розглядала червону пляму в себе на голові. А соціально ізольована не реагувала на відображення взагалі, тобто не впізнавала себе у дзеркалі. Відтак соціальна взаємодія має вирішальне значення для становлення і розвитку природи індивідуального Я.

Загалом саморозуміння повністю виникає тоді, коли порівнюємо себе з іншими. Адже відомо таке: коли людина прагне визначити свої відчуття, риси своєї особистості й здібності, то важливим джерелом можуть бути відчуття і якості інших. Припустимо, – зазначають Е. Аронсон, Т. Вілсон, Р. Ейкерт, – Вам дали тест, щоб перевірити Вашу чуйність, водночас вирішили з’ясувати, наскільки добре Ви вникаєте у проблеми оточуючих. У завдання входить читання відривків із автобіографій, виголосивши які, Вам треба зробити висновки про особисті проблеми автора, якщо вони у нього є. Після того, як Ви заповнили тест, повідомляють, що Ваша оцінка 35 балів. Що людина дізнається? Нічого, оскільки не знає, що означає 35 балів: погано це чи добре? Припустимо, Вам сказали, що

вся тестова шкала містить від 0 до 50 балів. А тепер, що Вам відомо? Дещо більше, ніж у попередньому випадку, оскільки хоча й не набрана максимальна сума, все ж досягнуто результат, що дорівнює двом третім названої шкали. Отож, щоб отримати об'єктивну інформацію, потрібно знати кількісні здобутки інших осіб. Коли сказано, що сусід у групі отримав від 0 до 20, то Ви, мабуть, відповісте: "Чудово! Я, справді, дуже чуйна людина!" З іншого боку, якщо піде розголос про те, що хтось набрав більше 45 балів, то виникне суто протилежне відчуття – почуття невпевненості.

Зазначений приклад ілюструє теорію соціального порівняння природи Я. Л. Фестінгера. Згідно з нею людина дізнається про свої здібності та установки тільки тоді, коли порівнює себе з іншими. Ця теорія відповідає на два важливих запитання: а) коли Ви себе порівнюєте з такими як Ви? і б) з ким Ви прагнете себе порівняти? Насправді ж, якщо особа невпевнена в тому, наскільки добре щось виконує (наприклад, навчається), або щось відчуває, то починає спостерігати за іншими людьми і природно порівнювати себе з ними [1].

Щодо другого запитання, то дослідження Д. Гілберта дає відповідь на нього. На думку вченого, спочатку в людини виникає первинний імпульс порівняти себе з усіма, кого вона бачить поряд. Цей процес проходить швидко й автоматично. Оцінивши свою діяльність і дії інших, розгортається аналіз, котрий підтверджує, що не всі порівняння будуть однаково достовірними. Наприклад, припустимо, що в людини виникло бажання дізнатися, наскільки вона обдарована як психолог, і взагалі, чи є у неї професійні здібності у виконанні цієї роботи. Що буде для Вас найбільш прийнятним: порівнювати себе із З. Фройдом, С.Л. Рубінштейном, А.В. Фурманом чи із колегою, котра практикує у школі з учителями та учнями? Недивно, що Ви оберете останню ситуацію, оскільки, спостерігаю-

чи за здібностями друзів, є можливість оцінити, наскільки Ви самі обдаровані у психології як професіонал. Адже порівнювати себе з З. Фройдом не принесе втіхи, оскільки у своїх відкриттях цей геній знаходиться занадто високо над Вами, майже ареально.

Інколи люди формують *висхідне соціальне порівняння* [1], коли порівнюють себе з тими, хто тією чи іншою мірою кращий, аніж вони самі. Але з погляду самопізнання корисніше оцінювати себе з тими, хто схожий на нас самих. Якщо Ви порівнюєте свій психологічний талант із Вашим братом, то це – *нисхідне соціальне порівняння* [Там само]. Застосування у житті останнього – стратегія захисту й навмисне розширення свого Я. І це зрозуміло, тільки порівнюючи себе із особами менш обдарованими, можна уміти захопитися собою, бодай ситуативно набути самоповаги й самовпевненості.

Відтак висновок очевидний: з ким ми себе порівнюємо залежить від того, яку мету ставимо перед собою. Коли хочемо точно оцінити власні здібності й думку, – вказують Е. Аронсон, Т. Вілсон, Р. Ейкерт, – то порівнюємо себе з людьми, схожими на нас. Якщо ж нам потрібна інформація про те, до чого насправді прагнемо, то при цьому задіюємо висхідну тактику соціального порівняння. І, насамкінець, коли метою є збагатити чи розширити свій образ Я, то оцінюємо себе з менш щасливими особами й у такий спосіб досягаємо внутрішнього комфорту.

Отже, у житті людей, на нашу думку, існують такі способи розуміння природи; власного Я як: а) *символіка*, що організовує і впорядковує буття кожного; б) *"інтроспекція"* (процес, за допомогою якого особа спостерігає за собою, роздумуючи про свої думки, відчуття й мотиви) [1]; в) *соціальна взаємодія*, через котру кожен має змогу самовизначатися, а відтак зайняти адекватну роль у суспільстві та отримати відповідний статус.

Поняття про робочу, складну, точну і стійку різновиди Я-концепції. Аспект

Я-концепції, що асоціюється з відповідною ситуацією, – як зазначають Ш. Тейлор, Л. Піпло, Д. Сірс, – називається **робочою Я-концепцією**. Наприклад, у класній кімнаті основною детермінантою наших думок і відчуттів буде академічне Я, тоді як під час вечірки – соціальне Я. Наша робоча Я-концепція визначається тим, що вона ґрунтується на загальній, концептуальній картині Я, спрямовує поведінку в певній ситуації і змінюється під її впливом.

Інколи робоча Я-концепція може суттєво відрізнитися від базової. Пригадайте про те, коли Ви посуперечили із співробітником і різко відповіли йому. В результаті плачете погані відчуття до себе, а він, можливо, про це й не згадує. До цього часу Ви, ймовірно, із впевненістю сприймали себе як приємну людину, з котрою легко працювати. Після суперечки думаєте про себе погано декілька годин чи навіть днів. Але з часом стійка Я-концепція перемагає і знову думка про себе змінюється із негативної на позитивну, не дивлячись на той факт, що перед цим виник конфлікт у процесі міжсуб'єктної взаємодії.

Зміни у робочій Я-концепції спричинюють динамічні зрушення й у постійній. Це відбувається лише тоді, коли перша є стійкою протягом певного часу. Наприклад, поки Ви навчаєтеся у коледжі, то можете думати про себе як про владну людину. Але якщо після закінчення потрапляєте на роботу, де керуєте кількома особами і робите це щодня, то теж маєте уявлення про себе як владника за стилем поведінки. Це стає важливою частиною Вашої стійкої Я-концепції. Отож ця зміна виникає внаслідок того, що Ви постійно знаходитесь у ситуації, котра потребує владної манери соціальної дії. У цьому разі робоча Я-концепція стає частиною стійкої.

Ще одним аспектом власного Я, що має значення для саморегуляції, – вказують далі вчені, – є **складність Я-концепції**. Це стосується того, що окремі

люди думають про себе й самовизначаються за одним чи двома напрямками, у той час як інші роздумують про власне Я з погляду багатьох якостей. Наприклад, один студент університету думає про себе виключно як про студента, зосереджуючи увагу й переконання на тому, наскільки добре він справляється із навчанням. Інший здатний уявляти себе не лише студентом, а й сином, чоловіком, батьком, другом, членом футбольної команди тощо.

Аналіз відмінностей між людьми, котрі утримують *просту і складну Я-концепції*, дослідила П. Лінвілл. Вона довела, що осіб із першою надихає тільки успіх у значущій діяльності, а невдача сприймається болісно. А ось люди, котрі мають складну Я-концепцію також радіють перемогам, але у разі поразки захищають власне Я іншими потребами, які знаходяться у їхньому внутрішньому світі. Прикладом тут знову може бути студент із складною Я-концепцією, у котрого виникли труднощі із навчанням. Така людина здатна вирішити їх, причому не завдаючи шкоди своєму Я, оскільки переключає увагу й на інші види діяльності: спорт, дружбу тощо. Відтак “позитивна комплексність власного Я може діяти як буфер проти стресових ситуацій” [5, с. 179]. Тоді особа спроможна ще й справитися із пригніченим психоемоційним станом, депресією чи внутрішніми конфліктами.

Очевидно, щоб зробити майбутні результати власних дій передбаченими і підконтрольними, треба мати достатньо *точну інформацію* про свої здібності. Роботи Я. Троупа підтверджують, що точна самооцінка дає змогу контролювати заплановане виконання будь-якої діяльності. Потреба точності загалом пов'язана із бажанням мати “**стійку Я-концепцію**” [Там само, с. 183], адже кожен прагне думати про себе як людину, котра не змінюється від ситуації до ситуації. Тому особи схильні шукати й інтерпретувати останні як такі, що відповідають

існуючим Я-концепціям, і намагаються уникати тих ситуацій, що не відповідають їхнім Я. Цей цикл називається процесом “підтвердження власного Я”. Взаємодіючи із довкіллям, люди використовують поведінкові стратегії, які підтверджують їхні Я-концепції. Це означає, що вони обдуманно вибирають образ дії, який підтверджує уявлення про себе.

Потреба у стійкій Я-концепції може бути настільки сильною, що здатна впливати на здоров'я людини. Якщо у житті особи виникає багато негативних подій, то вона може захворіти, оскільки негативні переживання несумісні з позитивним самоуявленням. Браун і Мак-Гіл висловили припущення, що люди, котрі утримують негативні думки про себе, здатні захворіти у відповідь на позитивні життєві події. Останні викликають у них стрес і спричиняють депресію. Це пояснюється тим, що щасливі події несумісні з їхніми судженнями про власне Я.

Отже, кожний із нас, проживаючи в суспільстві, переважно шукає ситуації та використовує мислесхеми поведінки, котрі відповідають актуально сформованій Я-концепції. Загалом стійке відчуття Я є важливою складовою взаємодії людини із тим оточенням, з яким вона найбільше контактує, передусім спілкується. Це стосується відносин із членами сім'ї, співробітниками на роботі, друзями. Але для справжнього професійного зростання потрібно плекати й складну Я-концепцію, котра чи не найкраще допоможе адекватно і безболісно перебороти складні життєві перипетії, що зустрічаються в кожного на шляху проблемного перебігу повсякдення.

ВИСНОВКИ І ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ РОЗВІДОК

1. Кожна людина, привласнюючи той чи інший шаблон колективного життя, інтегрує різні свої схильності у єдину персоніфікацію Я, через котру і завдяки якій отримує відповідний статус у групі.

2. Становлення Я-концепції особи залежить, з одного боку, від реального чи природного оточення, в якому вона процесно самовизначається, а з другого – від символічного середовища, через котре пізнає світ і себе його засобами (слово, дія, об'єкти).

3. Формування у людини складної Я-концепції є підґрунтям для справжнього професійного зростання, оскільки у неї з'являється змога адекватно сприймати різні життєві ситуації та досягати сенсових цілей.

4. Для досконалішого соціального пізнання Я-концепції як надскладного феномена внутрішнього світу людини варто в перспективі проаналізувати його становлення та розвиток, починаючи від дитинства та закінчуючи зрілістю, де настає мудрість прожитих років.

1. Аронсон Э., Уилсон Т., Эйкерт Р. Социальная психология. Психологические законы поведения человека в социуме. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2002. – 560 с.

2. Бытие и сознание. Человек и мир / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2003. – 512 с.

3. Гуменюк О.С. Психология Я-концепції: Монографія. – Тернопіль: Економічна думка, 2002. – 186 с.

4. Психология самосознания. Хрестоматия. – Самара: Бахрах-М, 2000. – С. 245–269.

5. Социальная психология / Ш. Тейлор, Л. Пипло, Д. Сирс. – 10-е изд. – СПб.: Питер, 2004. – 767 с.

6. Шибутани Т. Социальная психология. – Ростов н/Д.: Феникс, 1999. – 544 с.

Надійшла до редакції 10.03.2004.