

Самосознание и  
самоидентичность. Место  
самосознания в структуре  
личности. Формирование  
индивидуального и группового  
самосознания.

Если на заре становления психологии как самостоятельной науки самосознание практически приравнивалось к сознанию, то уже в начале-середине прошлого столетия стали проводиться теоретические исследования понятия самосознания как особого психологического явления.

В современной науке существуют различные точки зрения на генезис самосознания. Традиционным является понимание **самосознания как исходной генетически первичной формы человеческого сознания**, основывающейся на самоощущениях, самовосприятие человека, когда еще в раннем детстве формируется у ребенка целостное представление о своем физическом теле, о различении себя и всего остального мира. Исходя из концепции «первичности» указывается, что способность к самопереживанию оказывается особой универсальной стороной самосознания, которая его порождает.

Существует и противоположная точка зрения (С.Л. Рубинштейн) согласно которой **самосознание - высший вид сознания**, возникший как результат развития сознания. Не сознание рождается из самопознания, из «Я», а самосознание возникает в ходе развития сознания личности.

«Знания о себе накапливаются уже в раннем детстве; в неосознанных чувственных формах они, по-видимому, существуют и у высших животных. Другое дело - самосознание, осознание своего «Я». Оно есть результат, продукт становления человека как личности» (А.Н. Леонтьев).

Третье направление психологической науки исходит из того, что **осознание внешнего мира и самосознание возникли и развивались одновременно, едино и взаимообусловленно**. По мере объединения «предметных» ощущений складывается представление человека о внешнем мире, а в результате синтеза самоощущений - о самом себе.

В психологии **самосознание** понимается как психический феномен, **сознание человеком себя в качестве субъекта деятельности**, в результате которого представления человека о самом себе складываются в мысленный **«образ Я»**.

"Ребёнок далеко не сразу осознает себя как Я; в течение первых лет он сам сплошь и рядом называет себя по имени — как называют его окружающие; он сначала существует для самого себя скорее как объект для других людей, чем как самостоятельный по отношению к ним субъект."

(Рубинштейн, 1946)

Для наилучшей ясности необходимости возникновения самосознания Рубинштейн приводит разграничение двух типов бытия:

1. Поглощенность жизнью, при которой человек не может выйти за ее пределы, не в состоянии мысленно покинуть ее границы;
2. Рефлексивный модус существования, при котором рефлексия как бы приостанавливает жизненный поток и выводит мыслящего человека за его пределы, «сознание выступает здесь как разрыв, как выход из полной поглощенности непосредственным процессом жизни для выработки соответствующего отношения к ней, занятия позиции над ней, вне ее для суждения о ней»

Понятие самосознания включает в себя рефлекссию собственного «я», осознание своего способа жизни, своих отношений с миром и людьми. Можно сказать, что самосознание есть познание себя как объективной данности, то есть не углубление в себя, а напротив выход за пределы своего сознания (объективное становится инструментом для познания субъективного и управления им).

«Самосознание не имеет самостоятельного пути развития, отдельного от развития личности», так как не существует самосознания как некой пустой и чистой формы, оно всегда отображает наполненность личности своего обладателя.

Практические действия - первоисточник зарождения сознания и самосознания.

# Этапы развития самосознания

## (Рубинштейн)

1. Развитие личности и самосознания начинается с появления **произвольных движений**. Данный этап знаменуется выделением себя из окружающей действительности. Движения становятся произвольными, то есть субъект уже сам управляет своим бытием (подчиняет своей воле), пусть пока что только на уровне тела, но это тот самый источник, из которого потом разовьется зрелое самосознание.

2. Следующим этапом является начало **самостоятельного передвижения и овладения предметом посредством хватательных движений**. Ребенок начинает реально становиться относительно самостоятельным субъектом различных действий, и с осознанием этого факта зарождается самосознание. Когда субъект ощущает, что может своими действиями внести изменения во внешний мир, и понимает что может их контролировать, подчиняя своим желанием, то начинает активно пользоваться этой возможностью. Окружение реагирует на изменившегося субъекта, меняя к нему отношение, а субъект начинает осознавать благодаря этому свою возникшую самостоятельность.

# Этапы развития самосознания (Рубинштейн)

3. Третий этап в становлении самосознания характеризуется **овладением речью**, при котором ребенок приобретает возможность направлять активность других субъектов на удовлетворение своих потребностей. И снова окружение реагирует на изменение субъекта, меняет отношение к нему, что отражается в сознании субъекта, и, как следствие, меняется собственное отношение субъекта к самому себе. И снова окружение реагирует на изменение субъекта, меняет отношение к нему, что отражается в сознании субъекта, и, как следствие, меняется собственное отношение субъекта к самому себе.

4. Данные этапы лишь закладывают грубую основу для дальнейшего формирования самосознания в подростковом возрасте, при котором субъект обретает способность **сознательно ставить перед собой цели**, определять направление своей деятельности. Человек становится способным полностью контролировать и нести ответственность за свои действия и мысли, за свою систему ценностей, за то, чем вообще наполнена его личность. Также субъект, начиная с данного этапа развития самосознания, становится способным активно преобразовывать мир вокруг себя. Самосознание подростка проходит ряд ступеней: от неустойчивой оценки своих качеств (преимущественно внешних) к устойчивой самооценке и движению самопознания вглубь собственной личности.

## Стадии (или этапы) развития самосознания (+ элементы, Мерлин)

1. Открытие «Я» происходит в возрасте 1 года.

*Сознание своей тождественности.*

2. К 2—3 годам человек начинает отделять результат своих действий от действий других и чётко сознаёт себя как деятеля.

*Сознание своего собственного «Я» как активного, деятельного начала.*

3. К 7 годам формируется способность оценивать себя (самооценка).

*Сознание своих психических свойств и качеств.*

4. Подростковый и юношеский возраст — этап активного самопознания, поиска себя, своего стиля. Завершается период формирования социально-нравственных оценок.

*Определенная система социально-нравственных самооценок.*

*Все эти элементы связаны друг с другом функционально и генетически, но формируются они не одновременно.*

# Критерии самосознания

- выделение себя из среды, сознание себя как субъекта, автономного от среды (физической среды, социальной среды);
- осознание своей активности - «Я, управляю собой»;
- осознание себя «через другого» («То, что я вижу в других, это может быть и мое качество»);
- моральная оценка себя, наличие рефлексии - осознание своего внутреннего опыта.

# Структура самосознания

- осознание близких и отдаленных целей, мотивов своего «Я» («Я как действующий субъект»);
- осознание своих реальных и желаемых качеств («Реальное Я» и «Идеальное Я»);
- познавательные, когнитивные представления о себе («Я как наблюдаемый объект»);
- эмоциональное, чувственное представление о себе.

Таким образом, самосознание включает в себя:

- самопознание (интеллектуальный аспект познания себя);
- самоотношение (эмоциональное отношение к самому себе).

# Механизмы

## самосознания

Информационное наполнение структур самосознания связано с двумя механизмами его деятельности: уподоблением, отождествлением себя с кем-то или чем-то («самоидентификация») и интеллектуальным анализом своего «Я» (рефлексия).

Идентификация (лат. *identificāre* — отождествлять) — частично осознаваемый психический процесс уподобления себя другому человеку или группе людей.

Рефлексия (от позднелат. *reflexio* «обращение назад») — это обращение внимания субъекта на самого себя и на своё сознание, в частности, на продукты собственной активности, а также какое-либо их переосмысление.

# Я-концепция

---

В зарубежной литературе самосознание понимается как «Я-концепция», т. е. совокупность всех представлений индивида о себе.

В наиболее полном виде представления о Я-концепции были обсуждены Р. Бернсом (1986), они же на данный момент признаются и наиболее устоявшимися.

Я-концепция определена Р. Бернсом как «совокупность установок, направленных на самого себя».

Я-концепция возникает у человека в процессе социального взаимодействия как неизбежный и всегда уникальный результат психического развития.

Структурно Я-концепция человека представляет собой неразрывное **единство когнитивной, оценочной и поведенческой составляющих**, обозначаемых, соответственно, «образ Я», самооценка и поведенческие ожидания к себе и от других по отношению к себе.

# Я-КОНЦЕПЦИЯ

## Когнитивный компонент (образ Я)

*Представления  
индивида о самом  
себе*

*Я – реальное  
Я – идеальное  
Я – фантастическое  
Я – зеркальное*

## Оценочный компонент (самооценка)

*Эмоциональная  
оценка образа Я*

*Адекватная  
Неадекватная  
Заниженная  
Завышенная*

## Поведенческий компонент (поведенческие ожидания)

*Поведенческие реакции  
или действия, вызванные  
знаниями о себе и  
отношением к себе*

*Ожидания в отношении  
себя  
Ожидания к другим по  
отношению к себе*

# Когнитивная составляющая Я- концепции

---

Когнитивная составляющая, или образ «Я», включает *представления* индивида о самом себе.

Выделяются прежде всего **«Я»-реальное** т. е. представления индивида о себе в настоящем, текущем времени, и **«Я»-идеальное** – представления о том, каким бы хотел бы быть индивид в данных конкретных условиях.

Иногда в «Я»-концепции выделяют **«Я»-фантастическое** – то, каким субъект пожелал бы стать если бы это оказалось возможным.

В Я-концепцию включается также **«Я»-зеркальное** – собственные представления человека о том, каким он воспринимается окружающими его людьми.

# Оценочная составляющая Я- концепции

---

Оценочная составляющая, или самооценка, включает *аффективную оценку* представления о себе.

**Самооценка** – это личностно окрашенное суждение человека о собственной ценности, которое выражается в его установках (Доценко).

Основу самооценки составляет система личностных смыслов индивида, принятая им система ценностей.

«Самооценка отражает степень развития у индивида чувства самоуважения, ощущения собственной ценности и позитивного отношения ко всему тому, что входит в сферу его Я. Поэтому низкая самооценка предполагает неприятие себя, самоотрицание, негативное отношение к своей личности» (Бернс).

Самооценка выполняет *регуляторную и защитную функции*, влияя на поведение, деятельность и развитие личности, ее взаимоотношения с другими людьми.

# Оценочная составляющая Я- концепции

---

Источником оценочных представлений индивида о себе является его социокультурное окружение, в том числе социальные реакции на какие-то проявления его личности, а также результаты самонаблюдения.

Присутствует сильный личностный, оценочный момент, определяемый общепризнанными нормами, критериями и целями, представлениями об уровнях достижений, моральными принципами, правилами поведения и т.д.

Источниками самооценки (а равно и механизмами ее функционирования) являются:

1. мнения значимых окружающих людей, которые столько принимаются в расчет, сколько принимаются за основание своих представлений о себе, отношения к себе;
2. сравнение себя с другими людьми, а также с эталоном, общим для всех, в основе которого лежат некие критерии – переменные, в соответствии с которыми ведется сравнение;
3. рефлексия своих качеств в сопоставлении с самим собой: сравнение Я-реального и Я-идеального;
4. в результате сопоставления человеком успешности/неуспешности своих действий и проявлений через призму своей идентичности.

# Самооценка

---

Адекватная самооценка отражает реальный взгляд личности на саму себя, ее достаточно объективную оценку собственных способностей, свойств и качеств.

Неадекватная самооценка свойственна личности, чье представление о себе далеко от реального. Такой человек оценивает себя необъективно, его мнение о себе резко расходится с тем, каким его считают другие.

Неадекватная может быть как завышенной, так и заниженной, адекватная – высокой и низкой.

# Поведенческая составляющая Я- концепции

---

Поведенческая составляющая включает в себя потенциальные поведенческие реакции либо конкретные действия, которые могут быть вызваны знаниями о себе и отношением к себе.

В этой составляющей, в свою очередь, обнаруживаются два вектора: *готовность самому действовать* (ожидания в отношении себя) и *ожидания к другим по отношению к себе*.

Проявляется данная составляющая, например, в высказываниях типа «Я всегда готов...» (далее следует указание на некое действие), «В таких случаях я предпочитаю...», «Со мной всегда так происходит» (Доценко)

# Функции самосознания

---

Самопознание — получение информации о себе.

Эмоционально-ценностное отношение к себе.

Саморегуляция поведения.

Самосознание личности направлено на то основное, что составляет ее психологическую сущность – на ее собственно личностный способ интеграции деятельностей, интеграции и иерархизации мотивов.

Основная функция самосознания личности – сделать для личности доступным ее собственную сущность и либо принять и узаконить ее, либо взяться за активную перестройку, либо частично или полярно отвергнуть ее.

Самосознание - один из основных структурных компонентов личности. Оно способствует достижению внутренней согласованности личности, определяет интерпретацию ее опыта и является источником ожиданий.

# Функции Я-концепции (Бернс, 1986)

---

1. *Предварительная настройка восприятия, оценки и поведения.* Я-концепция выступает как совокупность ожиданий, позволяющих спрогнозировать вероятное развитие событий, следовательно, помочь подготовиться к участию в них.

Данная функция Я-концепции заключается в том, что она определяет ожидания индивида, т. е. представления о том, что должно произойти.

2. *Интерпретация актуальных событий и полученного опыта.* Я-концепция выступает средством категориальной оценки текущих или произошедших событий.

Я-концепция действует как своего рода внутренний фильтр, который определяет характер восприятия человеком любой ситуации. Проходя сквозь этот фильтр, ситуация осмысливается, получает значение, соответствующее представлениям человека о себе.

# Функции Я-концепции (Бернс, 1986)

---

3. *Обеспечение внутренней согласованности Эго-идентичности.* Обеспечение внутренней согласованности личности, относительной устойчивости ее поведения.

Если новый опыт, полученный индивидом, согласуется с существующими представлениями о себе, он легко ассимилируется, входит в Я-концепцию.

Если же новый опыт не вписывается в существующие представления о себе, противоречит уже имеющейся Я-концепции, то срабатывают механизмы психологической защиты, которые помогают личности тенденциозно интерпретировать травмирующий опыт либо отрицать его.

Это позволяет удерживать Я-концепцию в уравновешенном состоянии, даже если реальные факты ставят ее под угрозу.

Стремление защитить Я-концепцию, оградить ее от разрушающих воздействий является, по мнению Бернса, одним из основополагающих мотивов всякого нормального поведения.

# Самоидентичность

1. Способность понимать свою индивидуальность, жить сообразуясь с ней, способность принимать себя таковым, каков есть, а не таким, каким должен быть, способность рационально относиться к своим недостаткам.

2. Единство и преемственность жизнедеятельности, целей, мотивов и смысложизненных установок личности, осознающей себя субъектом деятельности. (Кон)

Эго-идентичность (по Эриксону) — целостность личности; тождественность и непрерывность нашего Я, несмотря на те изменения, которые происходят с нами в процессе роста и развития (Я — тот же самый).

В исследованиях личности идентичность - существенное, постоянное Я человека, внутреннее, субъективное понятие о себе об индивидууме. Когда термин употребляется в этом значении, он часто уточняется; например, поло-ролевая идентичность, расовая или групповая идентичность и т.д

Самосознание свойственно не только индивиду, но и обществу, классу, социальной группе, нации, когда они поднимаются до понимания своего положения в системе общественных отношений, своих общих интересов и идеалов.

# Групповая идентификация (эффект принадлежности к группе)

---

Английские психологи Г. Тежфел и Дж. Тернер в конце 70-х годов изучали процесс осознания индивидом принадлежности к группе, обозначив его термином «групповая идентификация». Они создали теорию социальной идентичности, основные положения которой заключаются в следующем: человек, отождествляя себя с какой-либо группой, стремится оценить ее положительно, поднимая таким образом статус группы и собственную самооценку.

Групповая идентичность является установкой на принадлежность к определенной группе. Как и любая установка, она состоит из трех компонентов — когнитивного, эмоционального и поведенческого — и регулирует поведение человека в группе.

*Когнитивный* компонент заключается в *осознании человеком принадлежности* к группе и достигается путем сравнения своей группы с другими группами по ряду значимых признаков. Таким образом, в основе групповой идентичности лежат когнитивные процессы познания (категоризации) окружающего социального мира.

*Эмоциональный* компонент неразрывно связан с когнитивным компонентом. Эмоциональная сторона идентичности заключается в *переживании своей принадлежности* к группе в форме различных чувств — любви или ненависти, гордости или стыда.

*Поведенческий* компонент проявляется тогда, когда человек начинает *реагировать на других людей с позиций своего группового членства*, а не с позиций отдельной личности, с того момента, когда различия между своей и чужими группами становятся заметными и значимыми для него.  
(Андреева)

Понятие референтности группы (способность оказывать определяющее влияние на формирование мнений, суждений, оценок отдельного человека, а также его поведения).

# Самосознание малой группы

Образование и развитие малой группы обычно включает несколько стадий.

На 1 стадии осуществляется процесс знакомства ее членов. Они изучают друг друга, в том числе индивидуально- и социально-психологические качества каждого, в результате чего формируются начальные представления людей друг о друге. Общение протекает на основе взаимных пристрастий, в ходе него осуществляется первичная адаптация людей друг к другу. В это же время проходит ознакомление с целями и задачами совместной деятельности, перспективами совместного сотрудничества.

2 стадия обычно является периодом первичного взаимного сближения членов группы, образования основы системы межличностных отношений, формирования групповых норм, возникновения группового самосознания. В процессе более интенсивных и продуманных контактов люди начинают вырабатывать общие правила поведения, ценностные ориентации. В это же время группе присуща лишь формальная (внешняя) целостность, а это значит, что могут обостряться межличностные отношения, а также появляться эмоционально-психологический дискомфорт, возникать на различной почве конфликты. Однако в процессе развития группы появляются зачатки неформальной структуры, определяются взаимные пристрастия и антипатии.

На 3 стадии отношения между членами малой группы постепенно нормализуются, начинает формироваться ее актив. Общение между людьми становится более открытым и конструктивным, начинает проявляться групповая солидарность и сплоченность, формируется подструктура добросовестных исполнителей, которые твердо осознают свои обязанности и необходимость совместной деятельности. Начинает оформляться групповое мнение, появляются действительно общие настроения и совместные переживания людей.

На 4 стадии группа полностью консолидируется, становится общностью с ярко выраженным чувством "мы", определяются поддерживаемые всеми единые групповые цели и интересы. В группе в это время появляются условия для проявления самых различных взаимоотношений и разрешения любых проблем и конфликтов. При этом может присутствовать расхождение во взглядах, но только до тех пор, пока не выработана общая точка зрения на проблему, не достигнут социально-психологический и эмоциональный консенсус. Групповое мнение должно быть адекватно индивидуальным суждениям. Социально-психологический климат и атмосфера взаимоотношений в группе в этот период полностью способствуют совместной деятельности, наблюдается полное единство воли, установок и интересов всех ее членов.

В итоге на высшем этапе своего развития малая группа превращается в коллектив, для которого присущи строгая организация и регламентация жизни и деятельности, наличие пользующегося уважением руководителя, отсутствие конфликтов, высокий моральный и нравственный климат, добропорядочные отношения и сплоченность между его членами.

# Этническое самосознание

---

Этническое самосознание в узком смысле – самоотнесение себя к тому или иному этносу, т. е. этническая идентичность = этническому самосознанию; в широком – не только самоотнесение, но и осознание всего комплекса этнической культуры, т.е. осмысление человеком культурного окружения.

Это относительно устойчивая система осознанных представлений и оценок реально существующих особенностей этнокультурной среды. Оно тесным образом переплетается с категорией национального самосознания, которая рассматривается в научной литературе как более широкое социокультурное понятие, включающее не только знания этноса о себе, но и знания, воспринятые от других родственных народов.

Этническое самосознание изучается как явление, функционирующее на двух уровнях: индивидуальном и групповом.

Оно соотносится с такими категориями, как: этническая идентичность, этнические ценности, этнические стереотипы, этнические чувства, межэтнические отношения и пр.

Формирование этнического самосознания - это длительный процесс, берущий начало в раннем возрасте и продолжающийся на протяжении всей жизни личности. В целом, в своем развитии оно проходит ряд этапов или стадий.

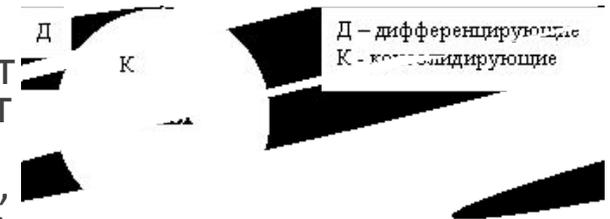
# Этническое самосознание

В процессе социализации и через СМИ люди получают определённое представление о символах и знаковых системах своего народа, о национальных героях и исторических событиях, т.е. о том, что единство интересов общности и групповую солидарность.

Этническая группа только потому обладает самоидентификацией, а значит самосознанием, что существуют другие этнические группы, по ряду признаков отличающихся от неё. Таким образом, только «разделенность» – т. е. дифференциация и способствует групповому самовыделению, при этом граница между «нами» (образ «Мы») и «не-нами» определяется, прежде всего, путем сравнения по таким отличительным признакам как внешность, язык или обычаи. Фиксирование при этом сходства и различия, обобщение результатов этой простейшей операции укрепляет национальное самосознание, способствует этнической консолидации.

В результате межличностного общения со «своими» человек постепенно привыкает к восприятию определенного типа внешности, к фонетике (звучанию) родного языка и т. п. Привыкание переходит в одобрение, на основе которого формируется чувство сопринадлежности.

Сравнение неосознанно приводит к оцениванию, и непохожесть вызывает внешне немотивированное отвержение.



# Профессиональное самосознание

---

Профессиональное самосознание выступает как подуровень общего самосознания и проявляется в осознании себя как субъекта профессиональной деятельности и самоопределении в социально-профессиональной среде.

Профессиональное самосознание, имея много общего с самосознанием личности (структура, функции, механизмы развития и функционирования), обладает и своей спецификой:

- а) регулирует профессиональное поведение и отношения субъекта профессиональной деятельности;
- б) имеет профессионально-деятельностное содержание Я-образов;
- в) состав и структура Я-образов определяется спецификой профессиональной деятельности;
- г) профессиональная самооценка опирается на более формализованные и операционализированные критерии оценки профессионального поведения.

# Профессиональное самосознание

---

4 стадии формирования профессионального самосознания в вузе:

- стадия формальной профессиональной идентификации (поступление в вуз и обучение на 1 курсе), когда студент на основе формальных показателей отождествляет себя с профессиональной ролью;
- стадия первичного кризиса профессионального самосознания (2-й курс), когда происходит формирование основных представлений о профессиональной деятельности и переживание несогласования представлений о себе и профессиональных требований;
- стадия выравнивания (3 и 4-й курс), когда происходит коррекция профессиональных представлений и самооценки;
- стадия вторичного кризиса профессионального самосознания (5-й курс), когда происходит смена учебно-профессиональной на профессионально-практическую деятельность и осознаются новые требования к личности.

(Ефремов, 2000).

# Список литературы

1. Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание. - М.: Пед. академия наук СССР, 1957.-328 с.
2. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. - СПб: "Питер", 2000.