

Худякова В.І.

*кандидат психологічних наук, доцент,
Миколаївський національний університет імені В.О. Сухомлинського*

СТАВЛЕННЯ ДО СЕБЕ ЯК ЧИННИК РОЗВИТКУ ІНДИВІДУАЛЬНОЇ СВІДОМОСТІ

Явища несвідомого відіграють провідну роль в поведінці індивіда: свідомі вчинки виникають з субстрату несвідомого, що створюється впливом спадковості; цей субстрат і складає «душу» раси (народу). На думку Г.Лебона, елементи несвідомого, які утворюють ментальність раси, і є причиною подібності індивідів цієї раси [3]. За Ч.К. Тойчом, можна зазначити, що індивідуальна свідомість знаходиться в такій залежності: національна свідомість > групова свідомість > сімейні типи свідомості > індивідуальні типи свідомості [6]. Рівень розвитку свідомості та умови життя – це ті складові, завдяки яким людина знаходиться саме в такому психічному стані. На сьогодні нагальним є питання соціальної та індивідуальної терапії. Очевидно суспільству та окремому індивіду необхідно набути нового розуміння ситуації та законів, які суттєво впливають на їх психічні стани.

Особистість – це складна система диференційованих та інтегрованих психічних властивостей, яких набуває індивід в процесі діяльності та спілкування [5]. В особистісному становленні велику роль відіграє його активність (Г. Саллівен, З. Фрейд, А. Адлер, Г. Лебон, Дж. Кеттел, Б.Г. Ананьєв, У. Джемс, І.С. Кон, С.Л. Рубінштейн, Ч.К. Тойч, Н.О. Євдокимова, Х. Харт, І.Д. Бех), що проявляється в самостійному ставленні до навколишнього середовища, людей, до самого себе. Ця наукова проблема є досить актуальною, адже є предметом дослідження практично всіх наукових концепцій: вчені досліджують самоставлення як базову категорію психології (В.М. Мясищев); фактори розвитку особистості (В.А. Ядов, Б.Г. Ананьєв, Є.П. Ільїн); механізми уявлень щодо власних здібностей та можливостей, динаміку самооцінки та чинники формування ставлення до себе (В.М. Мясищев, Л.В. Тищенко, Р. Бернс, І.Ю. Хамітова, Є.П. Ільїн, Ю.А. Приходько) тощо. С.Л. Рубінштейн вважає, що ставлення до себе є елементом свідомості, яка є первинним утворенням суб'єкта життєдіяльності і формується в середовищі завдяки його активності [4]. «Я»

розуміється як відокремлене, самостійне, цілісне, пізнане (непізнане), усвідомлене (неусвідомлене), властивості, індивідуальні особливості, неповторність. Самоставлення (термін за Н.І. Сарджвеладзе) пов'язують з поняттям «Я-концепції», яка включає в себе когнітивний, порівняльно-оцінний та поведінковий компоненти. Тищенко Л.В. вказує, що провідною детермінантою саморозвитку та самотворення особистості виступає самоставлення. Прийняття себе та позитивне ставлення і прихильність до себе забезпечують гармонійне існування та високий рівень самоідентифікації особистості [5, с. 231]. Існують різноманітні категорії, які розкривають дане явище, зокрема, «соціально-психологічна самоперцепція» (Я.Л. Коломінський); самоставлення (Н.І. Сарджвеладзе, В.М. Мясіщев); самооцінка та самосприймання (К. Роджерс); соціальна установка (Д.М. Узнадзе). Вчені – персоналісти переважно схиляються думки, що всі компоненти взаємопов'язані і самоставлення виконує функцію прийняття себе, це – «образ Я». І хоча самооцінка часто є інтегрованим комплексом оцінок інших, самотворенням, насамкінець, займається сама особистість, тому їй треба знайти в собі волю, щоб змінити свідомість для досягнення якісно нових результатів самостановлення.

В основі механізмів формування самооцінки, на думку І.С. Кона [2], є процеси засвоєння індивідом зовнішніх оцінок, соціального порівняння та самоатрибуції. Це переживання і відчуття власного Я, відчуття задоволеності чи незадоволеності собою. Л.С. Виготський вказував на важливість самореалізації в значущій для особи діяльності.

У Джемс вважає, що саме мала група суттєво впливає на формування (розвиток) індивідуальної свідомості [1]. В кожній окремій сім'ї існує певна система законів, що обумовлює поведінку всіх її членів: сімейний код визначається як індивідуальною свідомістю кожного, так і зовнішніми впливами. Свідомість дитини – продовження свідомості батьківської свідомості, вона часто приречена повторювати цю ментальність і без свідомих зусиль запрограмована іти дорогою батьків. Особистість на ранніх етапах формується під впливом спадкових факторів, власна свідомість проявляється в підлітковому віці (приблизно в 13 років). Вивчаючи себе, порівнюючи з іншими, особа робить висновки часто не на свою користь, тоді виникає комплекс неповноцінності. Усвідомити себе – це не лише побачити свої недоліки, а швидше, переваги, можливості,

здатність до самостійності і розвитку. «Обережний оптимізм» полягає в тому, що себе та інших треба підтримувати і підбадьорювати, хвалити – соціальна терапія буде позитивно впливати на всі соціальні стосунки. Мета особистості – зрозуміти, чому вона знаходиться на такому рівні і що необхідно зробити, щоб досягти мети. Масова свідомість прагне навіювати неспроможність окремого індивіда до успіху, однак, на думку І.Д. Бега, психічний феномен самоствавлення є ключовим в процесі становлення особистості: коли у людини є базове прагнення, бажання, вона може суттєво змінити своє життя на краще.

У соціальних взаєминах існує поширена практика, що одна людина бере на себе відповідальність за інших. Часто це відбувається в сім'ї, коли комфорт інших поставлено вище власного благополуччя і відбувається перевантаження відповідальністю. Треба не лише самому бути самодостатнім, але й бачити, що і інші теж можуть функціонувати і справлятися самостійно – нехай всі члени родини повірять в себе. Це стосується і первинних груп та організацій: проаналізувавши ситуацію, слід знайти позитивний досвід і подальші шляхи розвитку.

На основі тез можна зробити такі висновки:

1. Свідомість кожної особистості є свідомістю певної групи, яка підкоряється перманентним законам. На якому б рівні свідомості не була людина, вона здатна прагнути до любові, віри і гармонії, які в своїй основі мають оптимізм і впевненість. Це та мета, яка притаманна кожній людині.

2. Людина потребує переосмислення ситуації і розвитку свідомості, уміння зрозуміти фактори, які впливають на життя, щоб бути спроможним налаштувати або перебудувати його. Кожен сам має «опрацювати» свою ситуацію і визначити подальшу динаміку власного поступу.

3. Кожна людина може бути самодостатньою, але для цього мають, все-таки, бути визначені суспільством справжні соціальні цінності, створені соціальні умови, які б враховували можливості кожного – соціальна рівність, справедливість, ситуація успіху, спроможність задовольнити нагальні потреби. Віра в те, що інший має такий же потенціал, як і ти, може змінити підхід в інтерпретації не лише соціального, але й власного життя.

4. Для подальшого розвитку слід:

– чітко визначити і визнати проблему;

– прийняти ситуацію і прагнути знайти рішення.

Загальні питання:

- Яка мета того, що я є саме на цьому рівні життя?
- Яка проблема, ситуація в моєму житті є основною?
- Які мої провідні установки? (Який я? Яка моя справжня мета?

Я себе поважаю? А інших? Як на все подивитись з глобальної перспективи? Чи завжди мої вчинки добрі? Я – толерантний? Чемний? Я вже навчився сміятись над собою? Які мої шкідливі звички? Чи готовий я сказати: «Моє життя – це цікава подорож. Я відчуваю задоволення від того, що я живу!»? Що я для цього зробив?), тощо.

5. Не слід звинувачувати когось, слід сміливо визначити напрямок успіху, зосередитись на ньому і відразу ж прикласти зусилля. «В моєму житті порядок і гармонія»!

6. Цілісність і послідовність, прагнення до самоактуалізації. Особа сама має стати режисером власного життя. Слід самому бути впевненим в собі, бути людиною слова, виконувати обіцянки щодо себе та інших, бути чесним і мати цілісний характер. Власна ефективність полягає у виконанні власних планів, в звичці виконувати обов'язки.

7. Досягти успіху можна лише тоді, коли перед людиною поставлена одна чітко визначена мета. Віра в успіх стане запорукою успіху. «Віра – це колосальний резервуар енергії, який дає нам ЖИТТЯ» (Ч.К. Тойч).

8. В свідомості кожного, а згодом і суспільства в цілому, мають ствердитися такі поняття: Кожна людина – цінність. Сам факт життя – цінність, яку людина може побачити і оцінити. Мета і обов'язок кожного – прагнути бути більш здоровим, більш задоволеним, більш успішним і щасливим! Чим раніше ми це усвідомимо, тим краще: кожен день життя має мати свій сенс і цінність. Іншого життя просто не буде.

Список використаних джерел:

1. Джемс У. Личность / У.Джемс // Психология самосознания: хрестоматия. – Самара:Изд. Дом «БАХРАР-М», 2003. – С. 8-42.
2. Кон И.С. Открытие «Я» / И.С. Кон. – М.: Политиздат, 1978. – 367 с.
3. Лебон Г. Душа толпы / Соціальна психологія груп. Хрестоматія: навчальний посібник / укл.: Ю.О.Бабаян, Г.В. Васильєва, Н.О. Євдокимова та ін.; за заг. ред. Н.О. Євдокимової. – Миколаїв: Іліон, 2013. – С. 42-53.

4. Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание. О месте психического во всеобщей взаимосвязи явлений материального мира / С.Л. Рубинштейн. – М.: АН СССР, 1957. – 327 с.

5. Тищенко Л.В. Феноменологія самоставлення в психологічній науці / Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В.О. Сухомлинського: збірник наукових праць / заю ред. С.Д. Максименка, Н.О. Євдокимової. – Т. 2. – Вип. 9. – Миколаїв: МНУ імені В.О. Сухомлинського, 2012. – 286 с. – (Серія «Психологічні науки»).

6. Тойч Ч.К. Духовность и самосознание личности. Роль наследственных предрасположенностей и влияние факторов социальной среды. Материалы авторского семинара. Москва 22-25 мая 1997 года. <http://www.myword.ru>

7. Хамитова И.Ю. Межпоколенные связи. Влияние семейной истории на личную историю ребёнка / Соціальна психологія груп. Хрестоматія: навчальний посібник / укл.: Ю.О. Бабаян, Г.В. Васильєва, Н.О. Євдокимова та ін.; за заг. ред. Н.О. Євдокимової. – Миколаїв: Іліон, 2013. – С. 393-442.