

Продан О. О.

## ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ВІТЧИЗНЯНИХ ТА ЗАРУБІЖНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ ПОНЯТТЯ "СТРУКТУРИ САМОПІЗНАННЯ ОСОБИСТОСТІ"

*У статті досліджені підходи вітчизняних та зарубіжних дослідників до проблеми структури самопізнання особистості. Розглянуті підходи у зарубіжній та вітчизняній психології до компонентів структури самопізнання: "самоствлення", "самоаналіз", "самооцінка", "самоусвідомлення".*

**Ключові слова:** особистість, самопізнання, самоспостереження, самоаналіз, самооцінка, самоусвідомлення.

*В статье исследованы подходы отечественных и зарубежных исследователей к проблеме структуры самопознания личности. Рассмотрены подходы в зарубежной и отечественной психологии к компонентам структуры самопознания: "самоотношение", "самоанализ", "самооценка", "самопознание".*

**Ключевые слова:** личность, самопознание, самонаблюдение, самоанализ, самооценка, самопознание.

*The paper characterizes national and foreign researchers' approaches to a problem of personality self-knowledge structure. Approaches in foreign and national psychology to self-knowledge structure components, such as "self-attitude", "introspection", "self-concept", "self-knowledge" are considered.*

**Keywords:** personality, self-knowledge, introspection, self-concept, self-observation, self-actualization.

У сучасній психології відсутній єдиний підхід до визначення такого феномену, як самопізнання особистості. Недостатньо вивчені: будова і функції процесу самоусвідомлення; можливості використання самоусвідомлення як засобу самопізнання і самовдосконалення особистості; застосування в психологічній практиці навчання молодого покоління вмінням самоусвідомлення.

Вирішення цієї проблеми і є завданням нашого дослідження.

Актуальність цієї проблеми полягає у тому, що в останні роки набуває значення проблема розвитку структури самопізнання та її компонентів – самоспостереження, самоаналіз, самооцінка, самоусвідомлення.

У статті автор спирається на основні праці з обраної проблематики, а саме дослідження З. Фрейда та К. Хорні із самоаналізу, О. О. Бодалева та В. Г. Маралова із самопізнання, вчених Б. Г. Ананьєва, Л. І. Божевич, З. Бернса, У. Джеймса, О. М. Колишко та інших вітчизняних та закордонних науковців.

Мета статті – проаналізувати та узагальнити підходи до поняття "структури самопізнання особистості" та її компонентів – самоспостереження, самоаналіз, самооцінка, самоусвідомлення.

Уперше проблема самопізнання виникла в релігійних концепціях Древнього Сходу, де була зроблена спроба не лише розкрити значення і суть самопізнання, але й розробити унікальну технологію самопізнання, елементи якої використовуються в сучасній психології.

З наукового погляду, значення самопізнання найбільш повно розкривається в психології. Тут висвітлюються найрізноманітніші грані сенсу самопізнання:

- самопізнання є умовою набуття психічного та психологічного здоров'я особистості;
- самопізнання – засіб здобуття внутрішньої гармонії та психологічної зрілості;
- самопізнання – єдиний шлях для саморозвитку особистості, її самореалізації.

Зрозуміло, всі ці сторони тісно взаємопов'язані і не виступають ізольовано. У тій чи іншій психологічній концепції лише акцентується яка-небудь одна сторона.

Особливе значення проблемі самопізнання надається в гуманістичній психології. Тут самопізнання розглядається як необхідна умова саморозвитку особистості, її самоактуалізації, тобто здатності стати тим, ким вона здатна стати, а не тим, ким їй нав'язують стати інші, соціальне оточення. Одним із представників гуманістичної психології є американський вчений К. Роджерс. Відповідно до його концепції, в людині виділяються дві складові: "Реальне Я" і "Ідеальне Я" і одна складова, що не належить людині, але чинить на неї великий вплив – це соціальне оточення. "Реальне Я" – це система уявлень про себе, свої почуття, думки, прагнення та ін. "Ідеальне Я" – те, чим людина хотіла б бути, її досвід і глибинні переживання. Соціальне оточення – це все те, що нав'язується людині з боку: норми, цінності, погляди, способи поведінки та ін. Невідповідність, що виникає між "Я" реальним та ідеальним, породжує відчуття тривоги, неадаптивні форми поведінки, різні психологічні проблеми, які призводять до спотворення досвіду або заперечення його.

Звідси самопізнання – це засіб оволодіння власним досвідом, глибинними переживаннями, в кін-

цевому підсумку – засіб бути самим собою. Для цього необхідно усвідомити, як особистість сприймає себе, як її сприймають інші, причини, які спонукають спотворювати свій досвід, діяти на догоду оточенню. В результаті самопізнання людина знаходить здатність до особистісного зростання, самовдосконалення і самоактуалізації, при яких тільки і можлива повнота життя, відчуття радості життя, усвідомлення сенсу життя [1, с. 108-112].

У дослідженнях О. О. Бодалева із соціальної перцепції розглядається зв'язок пізнання інших людей і самопізнання. Проблему самопізнання розглядали М. Й. Боришевський, В. Г. Маралов, Ю. М. Орлов та інші.

В. Г. Маралов розглядає самопізнання як процес пізнання себе, своїх потенційних і актуальних властивостей, особистісних, інтелектуальних особливостей, рис вдачі, своїх стосунків з іншими людьми та ін. [2, с. 80].

Структура самопізнання включає в себе такі поняття, як: “самоспостереження”, “самоаналіз”, “самооцінка”, “самоусвідомлення”.

Усі ці поняття тісно пов'язані між собою та у різних авторів немає єдиного, чіткого визначення цих понять.

У психологічному словнику самоспостереження (метод самоспостереження) – це стратегія отримання емпіричних психологічних даних при спостереженні людини за самою собою; спостереження за внутрішнім планом власного психічного життя, яке дозволяє фіксувати його прояви – переживання, думки, почуття тощо. Виникає в ході спілкування з іншими, засвоєння соціального досвіду і засобів його осмислення. Відіграє важливу роль у формуванні апарату самосвідомості та самоконтролю особистості. Елементи цього методу лежать в основі будь-якого наукового дослідження [3, с. 150].

За рахунок зіставлення результатів самоспостереження, представлених у більш-менш вербалізованому протоколі про поточне індивідуальне життя, з аналогічним відображенням самоспостереження інших людей, відбувається постулювання їх принципової спорідненості й узгодження із зовнішніми проявами.

Самоспостереження треба відрізнити від інтроспекції, хоча воно – майже буквальний переклад цього слова. У експериментах інтроспекціоністів пред'являвся звичайний об'єкт у звичайних умовах, а від досліджуваного був потрібний витончений аналіз “внутрішнього досвіду”, аналітична настанова, уникнення помилки стимулу та ін. В сучасних дослідженнях – все навпаки: головне навантаження лягає на експериментатора, якому необхідно проявити винахідливість, від досліджуваного ж потрібно звичайна відповідь словами.

Результатом самоспостереження іноді є самозвіт – опис самого себе у відносній цілісності психічних та особистісних проявів. Самозвітові бувають властиві систематичні помилки, найважливіша з яких – в тому, що значна частина досліджуваних схильна представляти себе в можливо вигіднішому світлі [4, с. 75-80].

Згідно з психологічним словником самоспостереження буває малоусвідомленим та цілеспрямованим [3, с. 151].

В ході нецілеспрямованого самоспостереження здійснюється процес накопичення фактів, деякі з них, з огляду на значущість або повторюваність стають об'єктом нашої свідомості, тобто виявляються, фіксуються, піддаються аналізу.

Цілеспрямоване самоспостереження має місце тоді, коли ми ставимо мету виявити і зафіксувати в собі прояв тієї або іншої якості, властивості особистості, поведінкової характеристики. Для цього нерідко людина навмисно ставить себе у відповідні ситуації або навіть сама створює їх, проводячи над собою своєрідний експеримент [4, с. 91-92].

Таким чином, самоспостереження допомагає особистості краще пізнати себе, проаналізувати свої вчинки та звички. Під час самоспостереження особистість усвідомлює раніше не усвідомлювані мотиви своїх вчинків та власної поведінки, що дає змогу у майбутньому корегувати свою поведінку.

Самоспостереження особистості нерозривно пов'язано з самоаналізом.

Згідно з В. Лебіном, самоаналіз – вивчення людиною самої себе, прагнення пізнати свій внутрішній світ, спроба проникнути в глибини власної психіки [5, с. 20].

Самоаналіз був одним з джерел виникнення психоаналізу. В середині 90-х років XIX століття З. Фрейд приділив значну увагу самоаналізу.

З. Фрейд вважав, що самоаналіз, що включає інтерпретацію власних сновидінь, може виявитися корисним і необхідним для людини з нормальною психікою [6, с. 50].

На відміну від З. Фрейда, який вважав, що справжній самоаналіз неможливий, деякі психоаналітики дотримувалися іншої думки. К. Хорні вважала, що ні з теоретичного, а ні з практичного поглядів немає ніяких достатніх причин, які роблять самоаналіз неможливим. Пацієнти можуть здійснювати самоаналіз під час тривалих перерв лікування, пов'язаних з канікулами, відрядженнями та іншими обставинами життя. Вони можуть продовжувати його і у разі передчасного завершення психоаналітичного лікування [6, с. 52].

Як і З. Фрейд [6], К. Хорні [7] усвідомлювала труднощі самоаналізу, пов'язані, зокрема, з емоційними чинниками, які роблять людину сліпою щодо несвідомих сил. Вона не виключала можливості того, що самоаналіз здатний посилити нездорову схильність до "самокопання". Крім того, К. Хорні визнавала негативні моменти самоаналізу, якщо його розуміти як самоціль, – тоді він підміняється самозвинуваченнями і роздумами про кінець життя. Але в той же час вона підкреслювала, що самоаналіз може бути плідним, якщо він допомагає людині розкрити свої творчі дарування і сили, стати кращою в моральному відношенні і збагатити її духовно. К. Хорні висунула ідею конструктивного самоаналізу, який варто здійснювати як епізодично, так і систематично [6, с. 52-53].

При самоаналізі слід дотримуватися таких правил. По-перше, людина має прагнути виразити те, що вона справді відчуває, а не те, що зобов'язана відчувати, з огляду на власні стандарти або наявні традиції. По-друге, необхідно надавати своїм почуттям свободу. Головне в самоаналізі – це внутрішнє значення, тобто усвідомлення усієї інтенсивності почуття.

У цілому К. Хорні виходила з того, що самоаналіз може дати людині можливість повнішої самореалізації, розкриття її внутрішнього потенціалу. Проте, попри те, що багато людей можуть з користю аналізувати себе, процес самоаналізу ніколи не можна вважати завершеним, оскільки не можна вважати завершеним процес розвитку людини в якийсь момент її життя, – людина постійно змінюється під впливом різних обставин. Що стосується специфічних умов, при яких людина може аналізувати себе, то про них можна зазначити таке: якщо людина піддавалася деякому аналітичному лікуванню і якщо умови сприятливі, то вона може, з погляду К. Хорні, продовжити роботу самостійно з надією на досягнення значних результатів [7, с. 64].

Таким чином, самоаналіз допомагає особистості пізнати свій внутрішній світ, проникнути в глибини власної психіки.

У результаті самоаналізу в особистості формується уявлення про себе, власна самооцінка своїх психологічних якостей.

Розглянемо таке поняття в структурі особистості, як "самооцінка", представлене у психологічній літературі.

У психологічному словнику самооцінка визначається як цінність, значущість, якою індивід наділяє себе в цілому і окремі сторони своєї особистості, діяльності та поведінки. Основу самооцінки становить система особистісних сенсів індивіда, прийнята ним система цінностей [8, с. 30].

Розглянемо таке поняття в структурі особистості, як "самооцінка". Це поняття вивчали такі зарубіжні дослідники: Р. Бернс, У. Джеймс та ін. та вітчизняні дослідники: Б. Г. Ананьєв, А. М. Колишко, І. С. Кон, О. О. Конопкін та ін.

З погляду Б. Г. Ананьєва, самооцінка – досить складне утворення людської психіки. Вона виникає на основі узагальнювальної роботи процесів самосвідомості, яка проходить різні етапи, і знаходиться на різних рівнях розвитку в ході становлення самої особистості. Самооцінка постійно змінюється, удосконалюється. Процес становлення самооцінки не може бути кінцевим, оскільки сама особистість постійно розвивається, а отже, змінюється і її уявлення про себе на ставлення до себе. Джерелом оцінних уявлень індивіда про себе є його соціокультурне оточення, у тому числі соціальні реакції на якісь прояви його особистості, а також результати самоспостереження [9, с. 18].

На думку Р. Бернса, є три моменти, істотних для розуміння самооцінки:

– важливу роль в її формуванні відіграє зіставлення образу реального "Я" з образом ідеального "Я": чим менше розрив між реальним уявленням людини про себе та її "ідеальним-Я", тим вище самооцінка особистості;

– важливий чинник для формування самооцінки пов'язаний з тим, як, на думку людини, її оцінюють інші;

– на формування самооцінки істотний вплив роблять реальні досягнення особистості в найрізноманітніших видах діяльності: чим значніші успіхи в тому або іншому вигляді діяльності, тим вища її самооцінка.

Самооцінка Р. Бернсом характеризується за такими параметрами:

– рівень (висока, середня та низька);

– співвідношення з реальною успішністю (адекватна та неадекватна або завищена та занижена);

– особливості будови (конфліктна та безконфліктна).

Знижена самооцінка проявляється в постійному прагненні недооцінювати власні можливості, здібності і досягнення, в тривожності, побоюванні негативної думки про себе, що спонукає людину скорочувати контакти з іншими людьми.

Адекватна самооцінка відбиває реальний погляд особистості на саму себе, її досить об'єктивну оцінку власних здібностей, властивостей та якостей. Якщо думка людини про себе збігається з тим, що вона є в дійсності, то говорять, що у неї адекватна самооцінка. Неадекватна самооцінка властива особистості, чие уявлення про себе далеке від реального. Така людина не оцінює себе об'єктивно, її думка про

себе різко розходиться з тим, якою її вважають інші.

Неадекватна самооцінка, своєю чергою, може бути як завищеною, так і заниженою, якщо людина переоцінює свої можливості, результати діяльності, особистісні якості, то її самооцінка є завищеною. Якщо людина недооцінює себе в порівнянні з тим, що вона є насправді, то її самооцінка занижена [10, с. 338].

З погляду О. О. Конопкіна, самооцінка виконує регуляторну та захисну функції, впливаючи на поведінку, діяльність та розвиток особистості, її взаємини з іншими людьми. Основна функція самооцінки в психічному житті особистості полягає в тому, що вона є необхідною внутрішньою умовою регуляції поведінки і діяльності.

Вища форма саморегулювання на основі самооцінки полягає у своєрідному творчому ставленні до власної особистості – в прагненні змінити, поліпшити себе і в реалізації цього прагнення. Захисна функція самооцінки, забезпечуючи відносну стабільність і автономність особистості, може вести до спотворення досвіду.

Самооцінка особистості пов'язана з таким показником, як самоствавлення. Для розвитку особистості ефективним є такий характер самоствавлення, коли досить висока загальна самооцінка поєднується з адекватними, диференційованими парціальними самооцінками різного рівня. Стійка і водночас досить гнучка самооцінка (яка при необхідності може змінюватися під впливом нової інформації, набуття досвіду, оцінок оточення) є оптимальною як для розвитку, так і для продуктивності діяльності. Негативний вплив робить надмірно стійка, ригідна самооцінка та нестійка [11, с. 5-7].

Розглянемо поняття “загальна самооцінка”. Слово “самооцінка” походить від латинського “aestimare”, що означає оцінювання, яке людина робить щодо чиеї-небудь значущості.

Загальна самооцінка стала предметом психологічного аналізу завдяки виданим у кінці XIX століття роботам У. Джеймса. У низці джерел цей термін принципово відокремлюється від терміна “самопізнання”. Так, зарубіжні психологи в самопізнанні традиційно виявляють причину і сенс власної поведінки людини, її стосунки з іншими людьми, тоді як самооцінка підкреслює позитивний або негативний настрій сприйняття себе, своїх можливостей, якостей, місця серед інших людей [12, с. 15].

У вітчизняній психології під загальною самооцінкою переважно розуміється особливе афективне утворення особистості, яке є результатом інтеграції самопізнання і емоційно-ціннісного самоствавлення, або загальне почуття “за” чи “проти” себе як сукупності позитивних і негативних моментів самоствавлення. Необхідно зауважити, що у вітчизняній психології поняття єдиної, цілісної самооцінки не отримало свого розвитку: більшість досліджень присвячена особистісним самооцінкам, які є чинниками саморегуляції особистості і через це не дозволяють судити про суть ставлення людини до себе як такої.

У процесі формування загальної самооцінки виявляють такі механізми: проекція усвідомлюваних якостей на внутрішній еталон; судження індивіда про самого себе, що належить до міри, в якій він або які-небудь аспекти його “Я” відповідають бажаним властивостям; порівняння “Я-реального” з “Я-ідеальним”; відображення суб'єктом інформації про себе з погляду певної системи цінностей; особистісне судження про власну цінність, що відбиває суб'єктивну значущість “Я”; оцінка своїх характеристик як таких, що сприяють або перешкоджають самореалізації; оцінка особистістю реалізації свого “Я”, своєї успішності [13, с. 226].

Аналіз психологічних механізмів формування загальної самооцінки дозволяє, услід за І. С. Коном, стверджувати, що в її основі виявляються такі процеси, як засвоєння суб'єктом зовнішніх оцінок, соціальне порівняння за ознаками “краще-гірше” або “схожий-несхожий” і самоатрибуція, коли індивід робить висновок про себе і про свої внутрішні стани, спостерігаючи і оцінюючи свою поведінку в різних ситуаціях [14, с. 41].

Згідно з О. М. Колишко, традиційно загальна самооцінка особистості розглядається як похідна від її приватних самооцінок. Виділяють три підходи в описі механізмів формування глобальної самооцінки з особистісних самооцінок:

1. Поєднання особистісних самооцінок, які пов'язані з різними аспектами “Я-концепції”.
2. Інтегральна самооцінка особистісних аспектів, зважених за їх суб'єктивною значимістю.
3. Ієрархічна структура, яка включає особистісні самооцінки, інтегровані за сферами особистісних проявів, в комплексі зі складовими узагальненого “Я”, яке знаходиться нагорі ієрархії.

Розуміння загальної самооцінки як простої суми особистісних самооцінок піддається критиці. Найбільш популярним серед дослідників є інший підхід, коли вплив особистісної самооцінки на загальну самооцінку варіюється залежно від рівня її значущості: високий рівень значимої парціальної самооцінки виражено підвищує загальну самооцінку, тоді як низький рівень істотно знижує. Внесок менш значущих самооцінок у загальну самооцінку відповідно опиняється меншим. Як перший, так і другий підходи не отримали в сучасній психології емпіричного підтвердження, їх концептуальні підстави піддаються критиці.



Незважаючи на істотні відмінності в розумінні змісту загальної самооцінки, вона відбиває такий бік ставлення людини до себе, як її почуття "за" або "проти" себе. Це почуття характеризується відносною стійкістю, амодальністю, недиференційованістю і мало залежить від актуального самосприйняття. При цьому почуття "за" або "проти" себе традиційно розглядається як стійка особистісна риса (властивість), яка складається поступово і набуває звичного характеру.

Людина з високою самоповагою вірить в себе, вважає, що може здолати свої недоліки. Розвинене позитивне почуття на адресу "Я" як стійка особистісна риса є центральною ланкою внутрішнього психічного світу людини, воно лежить в основі єдності та цілісності її особистості, погоджує і упорядковує внутрішні цінності, завершує структуру характеру.

Загальна самооцінка є тим психологічним поняттям, в якому найдетальніше відображений такий бік ставлення людини до себе, як її почуття на адресу "Я". Це почуття є стійким психічним утворенням і виявляє себе як особистісна риса (властивість, смислова диспозиція) [15, с. 40].

Механізми психологічних захистів найкращим чином були досліджені в межах психодинамічного підходу до розуміння особистості такими дослідниками, як А. Адлер, З. Фрейд [6], К. Хорні [7]. У ситуації, коли самооцінка адекватна і достатньо автономна від конкретної ситуації, узгодження реальних і належних переживань не призводить до актуалізації захистів і стає джерелом саморозвитку особистості.

Таким чином, самооцінка є складним утворенням людської психіки. Самооцінка особистості пов'язана з таким показником, як самоставлення.

Проблемі самосвідомості присвячено чимало досліджень у вітчизняній психології. Ці дослідження сконцентровані в основному навколо двох груп питань. У роботах Б. Г. Ананьєва, Л. І. Божович, Л. С. Виготського, О. М. Леонтьєва, Г. С. Нікіфорова, С. Л. Рубінштейна, І. І. Чеснокової у загальнотеоретичному і методологічному аспектах проаналізовано питання про становлення самосвідомості в контексті загальнішої проблеми розвитку особистості. У іншій групі досліджень розглядаються більш спеціальні питання, передусім, пов'язані з особливостями самооцінок, їх взаємозв'язком з оцінками оточення.

Зв'язки розвитку особистості і сформованості її самосвідомості досліджувалися В. В. Століним [16, с. 15].

Розглянемо механізми самоусвідомлення особистості. Самоусвідомлення є актом свідомості, предметом якого є сама її діяльність. Самоусвідомлення – це фокусування свідомості на психічних процесах, на тих чуттєвих образах дійсності, які особистість завдяки ним отримує. В основі усвідомлення полягає узагальнення власних психічних процесів, яке зумовлює оволодіння ними.

Найбільш загальна характеристика усвідомлення психічних процесів (психічних образів) ґрунтується на таких засадах:

– по-перше, людина може усвідомити те, що сприймає, те, що вона згадує, про що мислить, до чого уважна, яку емоцію переживає;

– по-друге, людина може усвідомити, що це саме вона сприймає, згадує, мислить, відчуває.

Однак усвідомлення психічних процесів не означає ні те, що людина завжди усвідомлює зміст свого сприйняття, мислення, уваги, ні те, що вона усвідомлює себе в цьому процесі.

У всіх випадках у свідомості людина ніби виходить за межі самої себе, займає позицію над ситуацією (спостерігача, експерта, діяча, радника, аналітика тощо) [11, с. 8].

Характерними структурними компонентами свідомості є:

– знання про навколишній світ, природу, суспільство. Рівень свідомості перебуває в прямій залежності від рівня опанування знань і досвіду особистості. У процесі суспільно-історичного розвитку в людини виникла потреба в знаннях, яка є головною її рушійною силою, мотивом пізнавальної діяльності;

– виокремлення людиною себе в предметному світі як суб'єкта пізнання, розрізнення суб'єкта – "Я" та об'єкта – "не Я", протиставлення себе як особистості об'єктивному світу. Характерним є самопізнання, що стало підґрунтям для самосвідомості, тобто усвідомлення власних фізичних і морально-психологічних якостей;

– цілеспрямованість, планування власної діяльності та поведінки, передбачення її результатів. Цей бік свідомості виявляється в самоконтролі та коригуванні власних дій, перебудові змісту їх стратегії і тактики, якщо цього вимагають обставини;

– ставлення до об'єктивної дійсності, до інших людей, до самої себе [11, с. 8-9].

Уявлення про себе – це психічна система, за допомогою якої ми організуємо своє життя. Джерело розвитку уявлень про себе – сприйняття людиною реакції на неї значимих інших. Індивід сприймає себе опосередковано – посередництвом окремих поглядів у інших людей з близького йому соціального оточення чи за допомогою узагальненого погляду своєї соціальної групи як цілого. Уявлення про себе утворюють "образ Я", який містить наші судження про себе в минулому і теперішньому, а також – припущення про те, якими ми можемо стати в майбутньому.

Важливим є виділення та усвідомлення особистістю своїх внутрішніх індивідуальних властивостей, тоді людина здатна сформулювати стійку та адекватну ідентичність. Достатній рівень розвитку самосвідомості

мости дозволяє на основі самопізнання та самоспостереження сформуванати “образ Я”, виділити критерії його оцінки [17, с. 46].

З погляду В. В. Ягупова, самоусвідомлення – це усвідомлення себе як особистості, свого місця та життєвих орієнтирів у суспільній діяльності. Самоусвідомлення є вищим рівнем розвитку свідомості. Самоусвідомлення складається з трьох взаємопов’язаних процесів – самопізнання, самоактуалізації та саморегуляції, – які мають діяти узгоджено. Провідною серед них є вольова сфера, яка регулює поведінку та діяльність особистості. Воля активізує діяльність особистості згідно з її настановами, мотивами поведінки, професійними завданнями [18, с. 48].

Таким чином, на основі проведеного теоретичного аналізу можна дійти висновку, що самоусвідомлення є актом свідомості, предметом якого є сама її діяльність. Самоусвідомлення – це фокусування свідомості на психічних процесах, на тих чуттєвих образах дійсності, які особистість завдяки ним отримує.

Перспективами нашого подальшого дослідження є емпіричне дослідження особливостей самопізнання особистості.

### Література:

1. Роджерс К. Р. Становление личности. Взгляд на психотерапию / К. Р. Роджерс. – М. : ЭКСМО-Пресс, 2001. – 416 с.
2. Маралов В. Г. Основы самопознания и саморазвития: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений. – 2-е изд., стер. / В. Г. Маралов. – М. : Издательский центр “Академия”, 2004. – 256 с.
3. Психология личности: Словник-довідник / [за редакцією П. П. Горностая, Т. М. Титаренко]. – К. : Рута, 2001. – 320 с.
4. Первин Л., Джон О. Психология личности: Теория и исследования / Л. Первин, О. Джон. – М. : Аспект Пресс, 2000. – 607 с.
5. Лейбин В. Словарь-справочник по психоанализу / В. Лейбин. – М., 2010. – 280 с.
6. Фрейд З. Введение в психоанализ: Лекции / З. Фрейд. – СПб. : Питер, 2001. – 256 с.
7. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. Самоанализ / К. Хорни. – М. : Айриш-Пресс, 2004. – 463 с.
8. Петровский В. А. Личность в психологии: парадигма субъектности / В. А. Петровский. – Ростов-на-Дону : Феникс, 1996. – 509 с.
9. Ананьев Б. Г. Проблемы современного человекознания / Б. Г. Ананьев. – СПб., 2000. – 432 с.
10. Бернс Р. Что такое Я-концепция // Психология самосознания / Р. Бернс. Хрестоматия. – Самара: Бахрах – М., 2003. – С. 333-393.
11. Конопкин О. А. Психическая саморегуляция произвольной активности человека (структурно-функциональный аспект) // Вопросы психологии. – 1995. – № 1. – С. 5-13.
12. Джемс У. Психология / У. Джемс; [под ред. Л. А. Петровской]. – М. : Педагогика, 1991. – 241 с.
13. Сидоров К. Р. Самооценка в психологии // Мир психологии. – 2006. – № 2 (46). – С. 224-234.
14. Кон И. С. В поисках себя. Личность и ее самосознание. / И. С. Кон. – М., 1990. – 367 с.
15. Кольшко А. М. Психология самоотношения / А. М. Кольшко. – Гродно, 2004. – 102 с.
16. Столин В. В. Самосознание личности / В. В. Столин – М., 1983. – 284 с.
17. Мерлин В. С. Психология индивидуальности : избр. психол. тр. – [2-е изд.] / В. С. Мерлин, Е. А. Климов. – М. : МПСИ, 2009. – 544 с. (Серия: “Психологи России”).
18. Ягупов В. В. Педагогіка: Навч. посібник / В. В. Ягупов. – К. : Либідь, 2002. – 560 с.



# МУКАЧІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

89600, м. Мукачево, вул. Ужгородська, 26

тел./факс +380-3131-21109

Веб-сайт університету: [www.msu.edu.ua](http://www.msu.edu.ua)

E-mail: [info@msu.edu.ua](mailto:info@msu.edu.ua), [pr@mail.msu.edu.ua](mailto:pr@mail.msu.edu.ua)

Веб-сайт Інституційного репозитарію Наукової бібліотеки МДУ: <http://dspace.msu.edu.ua:8080>

Веб-сайт Наукової бібліотеки МДУ: <http://msu.edu.ua/library/>