

СИЛА Я КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ФЕНОМЕН

D.A. Kasatkina

SELF-POTENCY AS A PSYCHOLOGICAL PHENOMENON

Понимание силы Я личности как психологического феномена происходит из определения функций Я как элемента личности. Я рассматривается нами как сознательная часть личности с определенным функционалом и сферой проявления. Следует подчеркнуть, что разделение Я и личности является условным и необходимо только для определения границ исследования силы Я личности.

Личность как конструкт описывает наиболее существенное в человеке, его суть, но одновременно личность постоянно развивается, меняется, является свободной [1; 6; 12; 16; 17].

Динамическое соотношение Я и личности, разработанное в русле логотерапии и экзистенциально-аналитической психологии, выражается в том, что вся личность проявляет себя в действии с помощью Я [12; 17]. В то же самое время, представления о Я личности и его границах могут быть определены самой же личностью в Я-концепции. Таким образом, можно говорить о функциях Я и о представлении о Я (Я-концепции).

При рассмотрении силы Я как психологического феномена значимыми для изучения являются **функции Я**. Рассмотрим их далее.

Я выступает в роли сознательного организующего центра личности, *функции которого заключаются в восприятии и обработке информации внутреннего и внешнего мира*. Функции Я также заключаются в принятии решений об этой информации и реализации этих решений. Содержания, которые рассматривает Я, системы критериев, на основании которых Я принимает решения, относятся к содержаниям личности. Так, Я является скорее функциональным, нежели содержательным компонентом [18].

Говоря о функциях Я, следует выделить **функцию рефлексии, самосознания**. Если лич-

ность содержит нечто, определяющее человека как особенного, то Я обеспечивает постоянство восприятия человеком себя. Способность к рефлексии разделяется нами на две функции: восприятие и осознание. Мы воспринимаем содержания, идущие от окружающей действительности и из нашей личности, в этом Я открывается и воспринимает то, что ему явлено. В осознании Я активно относится к воспринятым содержаниям. В качестве содержаний могут выступать как мысли, образы, воспоминания, так и чувства [2; 11].

В Я соединяются отношения (переживания) и когнитивные содержания. Результатом этого процесса является формирование феноменов самости. Здесь функции Я также можно как соотносить, так и разделить с функциями сознания: *Я воспринимает эмоции, но занимает позицию относительно того, какие чувства и какие осознанные сигналы принимать, а какие – нет* [5; 8].

Еще одна **функция Я – принятие решения**. Под решением понимается не только решение о действии во внешне предметном мире или решение как позиция, но и внутреннее решение относительно воспринятых нами содержаний. Если речь идет о некоторых мыслях, чувствах, воспоминаниях, плодах фантазии, то Я может их интегрировать, а может и отвергнуть. Главным отличием функций Я от функций сознания является то, что Я не просто воспринимает некоторые осознанные факты, но принимает решение относительно них [13].

Рассмотрим **критерии проявления силы Я**, разработанные в различных психологических школах.

Согласно У. Джемс, самоуважение является признаком позитивной картины Я, оно возникает при гармоничном соотношении притязаний личности и успеху [7]. Притязания приблизительно соответствуют способностям тогда, когда высок

¹ Выпускник факультета психологии НИУ ВШЭ.
© Касаткина Д.А., 2016.

уровень осознания себя. За последнее отвечает Я-сознающее. Таким образом, *чем больше Я способно видеть и сознавать некоторые свои аспекты и аспекты среды, тем оно сильнее*. Так, здесь в большей степени критериями силы Я являются рефлексивность и реалистичность.

В работах Ч. Кули и Дж. Мида сильным рассматривается такое Я личности, которое даже при плохом исходе своих действий способно сделать о себе не негативные выводы и найти конструктивные пути решения проблемы. Чем больше личность способна перенять конструктивных установок, тем она сильнее. Таким образом, критериями силы Я в работах этих авторов являются *позитивная направленность*, с одной стороны, а с другой – *гибкость восприятия, способность к принятию и ассимиляции чужих установок* [13].

В классическом психоанализе сила Я рассматривается в связи с рациональностью и полностью противопоставляется спонтанности. Человек с сильным Я (Эго) отличается объективностью своих оценок и действий, рассудительностью (как противоположностью импульсивности), последовательностью в реализации своих решений, решительностью, свободой в выборе своего пути. [7].

Согласно К.Г. Юнгу, сила Я (Эго) определяется способностью сознания интегрировать множество образов разного характера [20].

В работах А. Адлера, Э. Эриксона, Э. Фромма представлено схожее понимание Я как интегрирующего жизненные опыты, организующего центра личности. К критериям силы Я здесь относят способность к восприятию и интегрированию различных опытов во внутренне упорядоченную систему [3; 18; 19].

Сходные представления были сформулированы Г. Салливаном о Я-системе. Я-система регулирует поведение личности и процесс восприятия информации на основе социальных норм. Так, Я-система является внутренним системообразующим центром личности [7].

В работах Х. Кохута феномен Я в чем-то приравнивается к личности: он считается источником действия и активности, в том числе творческой. В рамках данной теории также сложно выделить критерии силы Я, так как в Я объединяется и субъект действия, и наблюдатель [7].

Диспозиционное направление делает акцент на своеобразии личности, ее общие и индивидуальные черты. В некоторых исследованиях рассматривалось Сверх-Я как совокупность социальных норм и ориентаций личности и аналогичная Я-концепции личности.

Г. Олпорт пишет о проприуме как некоем

целостном образе себя. К его функциям он относит: обеспечение непрерывности и тождественности себя, самосознание и планирование будущих действий. Сила Я заключается в степени рефлексивности, способности интегрировать события внутренней и внешней жизни в единую внутреннюю картину, способности планировать свои будущие действия [14].

Г. Айзенк пишет об основных свойствах (типах) личности, которые связаны с определенными типами поведения и конкретными поведенческими реакциями. К одному из таких свойств Г. Айзенк относит психотизм и противопоставляет ему силу Сверх-Я. Если психотизм проявляется во внешней холодности, ригидности мышления, эгоцентризме и склонности к антисоциальному поведению, то сила Сверх-Я, наоборот, проявляется в хорошей способности сопереживать, ориентироваться в социальных взаимодействиях, заботиться о других. Итак, если соотносить силу Сверх-Я с силой Я, тогда общим моментом будет открытость Я личности к другим людям, принятие общественных норм, способность ориентироваться в социальном взаимодействии [4].

Гуманистическая психология приравнивает Я к личности в целом. Однако в некоторых работах описываются функции, свойственные Я, и из этих функций можно выделить критерии силы Я.

У К. Роджерса сила Я связана с непротиворечивостью, структурированностью внутренних элементов. Это отражено и в основном понятии К. Роджерса «конгруэнтность» [15].

В экзистенциальном анализе к силе Я можно также отнести способность воспринимать и интегрировать информацию, а также способность принимать решения и действовать в соответствии с этой информацией [12].

В акмеологических работах термин «сила Я» часто не используется, но исследуются такие родственные феномены, как сила личности, самоконтроль, рефлексивность, способность принимать решения. Согласно данным Ф.А. Клиневича, проявления силы Я заключаются в высоком самоконтроле и способности следовать моральным нормам [9]. Д.Г. Козин также относит к силе Я способность регулировать свои эмоциональные проявления [10].

Отечественная психология к силе Я относит способность к рефлексии (В.М. Бехтерев, Н. Ланге, А.Н. Леонтьев; С.Л. Рубинштейн) и субъектность (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Г.Г. Кравцов). В частности, С.Л. Рубинштейн вместо рефлексии использовал термин «созерцание». Л.С. Выготский, а вслед за ним Г.Г. Крав-

цов подчеркивают способность к саморазвитию и активность как основные характеристики субъекта. Кроме того, многие авторы пишут о Я, находящемся в отношениях с самим собой, миром и другими, и о внутренней интегрированности многих систем личности (С.Л. Франк). Следовательно, к критериям силы Я можно отнести степень открытости Я к отношениям с миром, собой и другими и способность к интеграции.

Так как в большей степени в отечественной психологии исследовались личность и субъект, то термин «Я» использовался крайне мало, а если и использовался, то чаще под ним понималась сама личность, или субъект (деятельности, отношений и т.д.).

Таким образом, в большинстве научных работ выделяются следующие аспекты проявления силы Я: *рефлексивность, реалистичность, интегративность и системность*. Кроме того, во многих работах к силе Я относят способность не интегрировать, а, наоборот, отфильтровывать информацию и только непротиворечивую информацию допускать в сознание. Также Я понимается как *источник действий и центр принятия решений*.

Выделим *содержательные аспекты силы Я*, определив его функции (см. табл. 1). Установлено, что Я является в первую очередь рацио-

нальным началом, живет в соответствии с принципом реальности (внешней и внутренней) и, в какой-то степени, является фильтром. Однако нужно отметить, что, в зависимости от личности, Я может быть в разном контакте с реальностью. К функциям Я относится рефлексия, осознание и проработка информации, поступающей извне и изнутри. Я является субъектом деятельности (не энергетическим источником), то есть тем, кто принимает решения и осуществляет действие.

На основе выделенных функций Я определим **критерии его силы**:

- осознанность/реалистичность (насколько Я способно осмыслять разные события внешней и внутренней жизни);
- открытость (миру внешнему и внутреннему);
- аутентичность (чувствительность к собственным смыслам и ценностям);
- гибкость (насколько свободно осуществляется выбор, гибко используются новые методы реализации цели, насколько корректируется цель).

На основе анализа научных работ выделим **функции силы Я личности специалиста** и характеристики их проявления (табл. 1). Проявления функций силы Я личности являются индивидуальными для разных людей.

Таблица 1

Функции проявления силы Я личности

Функция	Психологическая характеристика проявления
Осознанное восприятие контекстов жизни личности	Я воспринимает и осознает собственные потребности, волевые интенции, связанные с ценностями и смыслами. Воспринимает внешние условия мира, связанные с возникновением собственных волевых интенций
Соотнесение внешних и внутренних условий	Я соотносит внешние условия и собственные волевые интенции, определяет соответствие волевых интенций реальности, выделяет во внешних условиях возможности и препятствия
Принятие решений	Я принимает осознанные решения, которые отвечают как ценностям и смыслам личности, так и внешним условиям мира, жизни личности
Контроль осуществления решений	В процессе реализации волевых интенций Я сверяет способы и условия принятия решения с внешними условиями и внутренней картиной. Также Я может переоценить значимость волевых интенций в процессе их реализации, переформулировать волевые интенции, отложить их реализацию или вовсе от нее отказаться
Рефлексия	При возникновении волевых интенций, принятии решения относительно них, при реализации волевых интенций и получении результата Я осмысляет место и роль волевых интенций в ценностно-смысловой сфере личности. Я обнаруживает, с проживанием какой ценности или смысла связана данная волевая интенция, и предвосхищает возникновение новых волевых интенций

Обобщая, подчеркнем, что сила Я личности проявляется в деятельности. Функции силы Я особенно ярко проявляются в значимых для личности ситуациях, при необходимости личностного выбора. Сила Я может проявиться как в поступках, так и в отказе от них. Поэтому для выявления и диагностики силы Я необходимо рассматривать Я личности, ее волевые интенции в рамках конкретных ситуаций. Так, можно выявить не только выборы личности, но и мотивы, ценности и смыслы, стоящие за этими выборами.

На основании указанных функций Я нами выделены критерии силы Я личности специалиста, а именно: осознанность, аутентичность, гибкость, открытость. Проявление силы Я является индивидуальным для каждой личности и каждой ситуации. Проявления силы Я отражают связь личности со своими смыслами и ценностями, потребностной, мотивационной, ценностно-смысловой и волевой сферами.

Литература

1. Абульханова К.А. Проблема соотношения личности, индивидуальности, субъекта // Современная личность: Психологические исследования / К.А. Абульханова. – М. : ИП РАН. – 2012. – С. 17–35.
2. Агапов В.С. Становление Я-концепции в управленческой деятельности руководителей : монография / В.С. Агапов. – М. : Альтекс, 2012. – 488 с.
3. Адлер А. Очерки по индивидуальной психологии / Альфред Адлер. – М. : Когито-центр, 2002. – 220 с.
4. Айзенк Г., Айзенк М. Исследования человеческой психики / Ганс Айзенк, Майкл Айзенк. – М. : ЭКСМО-пресс, 2001. – 480 с.
5. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания / Б.Г. Ананьев. – СПб. : Питер, 2001. – 288 с.
6. Выготский Л.С. Собрание сочинений : в 6 т. – Т. 3; 5 / Л.С. Выготский. – М., 1983.
7. Джанерьян С.Т. Профессиональная Я-концепция: системный подход : дис ... д-ра психол. наук : 19.00.01 / Джанерьян Светлана Тиграновна. – Ростов н/Д., 2005. – 442 с.
8. Захарова А.В. Генезис самооценки : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.01 / Захарова Аида Васильевна. – М., 1989. – 44 с.
9. Клинецвич Ф.А. Личностно-психологические особенности россиян с низким и высоким уровнями дохода : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.13 / Клинецвич Франц Адамович. – М., 2001. – 168 с.
10. Козин Д.Г. Психологические особенности школьных отличников и троечников: от детства до взрослости : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.13 / Козин Дмитрий Григорьевич. – М., 2000. – 196 с.
11. Кон И.С. В поисках себя: личность и ее самосознание / И.С. Кон. – М. : Политиздат, 1984. – 335 с.
12. Лэнгле А. Person: Экзистенциально-аналитическая теория личности : сборник статей / А. Лэнгле. – М. : Генезис, 2009. – 159 с.
13. Мид Дж. Разум. Я и общество / Дж. Мид // Избранное : сб. переводов РАН ИНИОН Центр социал. научн. информ. исследований Отд. социологии и социальной психологии. – М., 2009. – С. 170–171.
14. Олпорт Г. Становление личности / Г. Олпорт. – М. : Смысл, 2002. – 462 с.
15. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / Карл Роджерс. – М. : Прогресс, 1994. – 478 с.
16. Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание. Человек и мир / С.Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2003. – 512 с.
17. Франкл В. Доктор и душа / Виктор Франкл; пер. с англ. – СПб. : Ювента, 1997. – 110 с.
18. Фромм Э. Бегство от свободы / Э. Фромм. – М. : Прогресс, 1995. – 256 с.
19. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эриксон. – М. : Прогресс, 1996. – 344 с.
20. Юнг К.Г. Психологические типы / К.Г. Юнг. – М. : АСТ, 2006. – 768 с.