# Содержание

*Введение . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . 2*

*Цель . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . 2*

*Теоретическая часть . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . 3*

1. *Процесс самоутверждения и основные его характеристики . . . . . . 3*
2. *Типология самоутверждения . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . 6*
3. *История проблемы самоутверждения . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . 10*
4. *«Я - концепция» и основные положения . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . 15*
5. *Гипотеза . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . 18*

*Экспериментальная часть . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . 19*

1. *Методика, ее обоснование, испытуемые . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . 19*
2. *Результаты и их обсуждение . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . 22*

*Выводы . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . 28*

*Список литературы . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . . 30*

# Введение

В данной работе мы исследуем проблему самоутверждения, которая является важной, необходимой и даже популярной, как нам кажется, во все времена.

*Самоутверждение* – универсальная потребность человека (ее испытывает каждый). Являясь необходимой предпосылкой существования человеческой личности – оно пронизывает всю нашу жизнь – от ее высших проявлений до предельно низших. Эта мощная сила, она может действовать по-разному: может творить, вознося человека до высших высот, а может и разрушить его полностью, лишив человеческого облика, делая его зверем. Без самоутверждения как процесса и результата нет и не может быть человека. Поэтому так необходимо изучать данный процесс. Но, увы, основательных работ по данному вопросу очень мало, почти нет. И данной работой мы хотим внести небольшой вклад в исследовании феномена самоутверждения, рассмотрев «*Я - концепцию*» как одну из составляющих данного феномена.

### Цель

*Цель*: проследить взаимосвязь между стратегиями самоутверждения и аспектами «*Я - концепции*».

**Теоретическая часть**

**1. Процесс самоутверждения и основные его характеристики.**

Процесс самоутверждения можно сравнить с восхождением на некоторую ценностную лестницу, вершину, т.е. его можно сравнить с самовозвышением. Но иногда цель самоутверждения состоит только в удержании на некоторой определенной ступени. Т.е. можно сделать вывод, что самоутверждение можно включить, как одну из составляющих компонентов процесса самосовершенствования.

*Самоутверждение* – есть акция, благодаря которой человек утверждает себя сам и это утверждение в конечном счете переходит внутри его «*Я*».

*Смысл самоутверждения* – человек сам утверждает себя в себе.

Изначальным субъектом самоутверждения является единственный человек, но самоутверждаться могут и сообщества, группы людей, народы, но самоутверждение коллективного субъекта есть нечто производное от самоутверждения отдельных людей.

Противоположным процессу самоутверждения является самоотрицание. Они весьма похожи – делаются самим человеком и, в конечном итоге, происходят внутри его «Я», но результат является обратным по сравнению с настоящим самоутверждением.

Р де Чармс, Уайт [20] рассматривал феномен самоутверждения относительно теории мотивации. Р. де Чармс определял самоутверждение в качестве основного мотива. Он говорил, что давления внешней среды, поощрения, наказания могут снижать уровень переживания самоутверждения, вплоть до появления у человека ощущения полной зависимости и, чем больше и лучше человек противостоит этому, тем сильнее он утверждается, начинает получать радость от какой-либо деятельности и т.д. Уайт соединял самоутверждение с компетентностью.

Никитин Е. П. [11] выделяет следующие основные характеристики:

1. *Пространственная характеристика*. Она включает в себя область самоутверждения – каждый акт самоутверждения осуществляется в определенной сфере человеческой деятельности.
2. *Энергетическая или силовая характеристика*. Она включает:
	1. Импульс к самоутверждению – внутренняя потребность к самоутверждению:
		1. общий импульс или стабильный;
		2. ситуационный или переменный импульс;
	2. Потенциал самоутверждения – способность человека к действию, к удовлетворению того или иного импульса, к самоутверждению.
		1. общий потенциал – когда говорят о полной бездарности или о способном, всесторонне развитом человеке;
		2. специфический потенциал – способность удовлетворить ситуационный импульс к самоутверждению.

## Он же (Никитин Е. П.) отмечает проблемы, которые могут возникнуть у человека в процессе утверждения – *дефицит самоутверждения*:

* + - 1. *дефицит потенциала самоутверждения* (специфический потенциал ниже того, который требуется для удовлетворения ситуационного импульса);
			2. *дефицит импульса самоутверждения* (ситуационный импульс слабее того, который был способен инициировать полную реализацию специфического потенциала).

Исходя из всего вышеперечисленного, можно поставить вопрос: *«Каково же определение процесса самоутверждения?»* В словарях, справочниках дается следующее определение [15]: *«Самоутверждение – это стремление человека к высокой оценке и самооценке своей личности».* Данное определение, по нашему мнению, сужает рассматриваемое понятие – самоутверждение является результатом оценки, хотя самооценку необходимо рассматривать как заключительный этап самоутверждения.

Некоторые авторы [11, 21] считают самоутверждение процессом, рождающим в человеке чувство собственного достоинства. Но в таком случае возникает вопрос: или это процесс происходит не со всяким человеком, т.к. самоутверждение способно порождать такие чувства, как эгоцентризм, манию величия и т.п., или объявить чувство собственного достоинства качеством присущим каждому человеку и этим делая данное понятие очень широким и расплывчатым.

Нам кажется, что наиболее широким, точным понятием процесса самоутверждения является определение предложенное Р. Альберти [25], которое не имеет недостатков вышеперечисленных определений, и оно основано на том, что к деятельности по самоутверждению людей вынуждает чувство беспокойства за свое бытие (в пределе – страх смерти) и данное определение звучит следующим образом: *самоутверждение – это процесс удержания или обретения или расширения человеком объема его – собственно человеческого – бытия, приобретение смысла бытия.*

**2. Типология самоутверждения**

В данной главе будут рассматриваться различные классификации процесса самоутверждения предложенными различными авторами [11, 25, 20, 21].

1. Если при классификации самоутверждений за основание деления принять степень их *целенаправленности*, то мы получим три типа, а именно:
	1. *Самоцельные самоутверждения*. Самоутверждение превращается в самоцель. Для самоутверждений этого типа характерно то, что цель имеет ярко выраженную и определенную форму, но крайне расплывчатое, абстрактное содержание. Она обычно возникает в ситуациях того рода, когда при наличии сильного общего импульса к самоутверждению у человека нет ни одного сколько-нибудь высокого специфического потенциала. Поэтому цель добиться самоутверждения, как правило, не связана со столь же ярко выраженной установкой на то, как реализовать эту цель, а если и связана, то весьма непрочными узами, которые способны легко разрываться и заменяться другими, столь же непрочными.
	2. *Целенаправленные самоутверждения*. В отличие от предыдущего в этом типе акции человек не только сознательно делает самоутверждение своей целью, но и решает, какими средствами, в какой области деятельности будет пытаться реализовать данную цель, причем, характерно, что такая реализация производится достижением другой – конкретной - цели деятельности.

Существует два подтипа целенаправленных самоутверждений – консервативный и прогрессивный:

1. *Консервативным* мы называем такое самоутверждение, посредством которого человек стремиться сохранить уже достигнутые позиции.
2. В *прогрессивном* самоутверждении предпринимается попытка подняться вверх по избранной ценностной лестнице или же перебраться на другую – более высокую – ценностную лестницу.
3. *Нецеленаправленные самоутверждения*. Здесь имеются ввиду случаи, когда человек вообще не ставит себе цель самоутвердиться. Просто он получает некий результат, который положительно оценивается им или другими людьми. Тем самым он обретает самоутверждение, которое в таких случаях оказывается дополнительным результатом.
4. Если при классификации самоутверждений за основание деления принять *средства*, с помощью которых они осуществляются, то мы получим два типа: внешние и внутренние.
	1. *Внешние самоутверждения*. Этим термином мы обозначаем самоутверждения, которые достигаются за счет обладания приобретенными (так сказать, пришедшими человеку извне) предметами. В роли таких предметов могут выступать практически любые вещи – от самых что ни на есть обычных до драгоценностей, роскошных одежд, жилищ, автомобилей и т.п. Подобную роль нередко играют и одушевленные существа – животные, члены семьи, знакомые и т.п.
	2. *Внутренние самоутверждения*. И в этих самоутверждениях средствами могут быть самые обычные вещи и одушевленные существа. Однако в данном случае они не приобретаются самоутверждающим субъектом, не «отнимаются» им у окружающего мира, а, напротив, создаются (формируются) им путем реализации его внутренних способностей.
5. Если при классификации самоутверждений за основание деления принять *результаты*, то получаются два типа: доличностные и личностные.
	1. В *доличностных самоутверждениях* человек в конечном итоге утверждает себя в качестве элемента, части некого целого (системы, совокупности).

Существует два подтипа доличностных самоутверждений – инклюзивный и состязательный.

1. В *инклюзивном самоутверждении* человек утверждает себя в качестве элемента, части некого целого, при этом никак не выделяя себя из массы других элементов, частей. Правда, само целое он непременно выделяет как лучшее среди подобных ему целостностей.
2. В *состязательном самоутверждении* человек стремится доказать, что он – лучший из данного ограниченного множества людей.
	1. *Личностные самоутверждения*. Личность представляет собой неповторимое – не только в рамках ограниченного множества людей, но и вообще, в принципе – человеческое образование, уникальный микрокосм. Задача личностных самоутверждений и состоит в создании такого микрокосма.
		1. Наконец, если при классификации самоутверждений за основание деления принять их *механизмы*, то получаются два типа: самоутверждение путем отрицания другого (других) *Я* и самоутверждение путем самоопределения.
			1. *Самоутверждения путем отрицания другого (других) Я* очень разнообразны по своим формам – от такой совершенно мягкой, при которой «отрицаемый» по той или иной причине вообще ни о чем не ведает, до таких крайне жестких и жестоких как физическое насилие и убийство.
			2. *Самоутверждение путем самоопределения*. При разговоре о них обычно в первую очередь подчеркивают их принципиальнейшее отличие от самоутверждений путем отрицания другого (других) Я, преимущество (прежде всего в нравственном отношении) первых над вторыми. Вместе с тем не следует забывать и о сходствах. К примеру, в механизме самоутверждений путем самоопределения тоже заложен акт отрицания. Правда, теперь он направлен не другие Я, а на свое собственное. Человек отрицает себя вчерашнего (сегодняшнего) ради утверждения себя сегодняшнего (завтрашнего), более высокого, ради подъема по ценностной лестнице или даже по супервертикали.

Тиллих делил самоутверждения на *онтические* («бытейственные»), *духовные* и *моральные*. Небытие, угрожающее человеку, рождает в нем особый вид тревоги, которой противопоставляется соответствующий вид самоутверждения и сама эта тревога превращается в элемент структуры самоутверждения. Р. А. Альберти и М. Л. Эмонси [25] видели следующие стратегии самоутверждения.

* + - * 1. *Самоподавление*. Для данных людей характерно скрывать негативные чувства за доброжелательностью; избегать ситуаций, где необходимо брать инициативу на себя. Имеется тенденция скрывать собственное мнение и адекватные эмоциональные реакции по предпочтению неопределенных и маловыразительных форм речевого общения.
				2. *Агрессивная стратегия* или стратегия доминирования. Здесь наиболее характерно отвечать, прежде чем собеседник успел закончить свою мысль; говорить вызывающим тоном, смотреть на других свысока, навязывать свое мнение.
				3. *Конструктивная стратегия.* Для людей, которым присуща эта стратегия характерно отвечать без запинки, говорить достаточно громко и естественным для себя тоном, охотно обсуждать предложенную тему, открыто высказывать свое мнение и выслушивать другое, не обязательно критикуя последнее.

Каждая из рассмотренных классификаций позволяет охарактеризовать акт самоутверждения лишь в одной плоскости. Т.к. данный акт является многогранным, сложным образованием, то для более адекватной его характеристики необходимо использовать различные варианты классификации, совмещая их.

**3. История проблемы самоутверждения**

Проблема самоутверждения как научного объекта исследования возникла относительно недавно лишь в XIX-XX вв. Это вполне объяснимо, т. к. само самоутверждение является очень сложным образованием.

На специально-научном уровне эта проблема была поставлена и изучена австрийским психиатром и психологом А. Адлером (1870-1937) (2.17), но предпосылки к изучению данной проблемы можно найти у И. Канта, А. Шопенгауэра, Д. Ницше и других философов. [7, 8, 11, 12]

И. Кант (1724-1804) в своем учении хотел показать, что человек одновременно свободен и подвластен господствующей причинности всего происходящего. Мы познаем мир с помощью изначально заданных схем – человек несвободен, но мы, познаем не свойства «вещей в себе», а только явления вещей для нашего сознания, то тогда свобода возможна. Все это имеет самое непосредственное отношение к нашей теме. Ведь можно сказать, что необходимым условием существования личности является феномен самоутверждения, то в свою очередь условие возможности последнего составляет свобода воли. Свободная воля, носителем которой является человек, в ходе функционирования стремится ограничить или подчинить себе воли других существ, т.е. она пытается уничтожить другие воли. И если волю представить как единый гигантский феномен. Воля, то можно сказать, что в итоге она стремится к самоуничтожению. «*Стоит только ближе присмотреться к помыслам и желаниям людей, то мы всюду наталкиваемся на дорогое им «Я»…именно на нем основываются все намеренья… в какие-то моменты можно сомневаться в том, что есть ли действительно в мире истинная добродетель*» [7, с. 11-12].

Но всего этого можно избежать, если воля будет подчинена разуму (в итоге он отождествляет волю и разум).

Таким образом, по Канту именно добрая, свободная, «разумная» воля – предпосылка истинного собственного человеческого самоутверждения. Причем он говорит, что самоутверждение, самосовершенствование не может быть долгом человека. Под долг не попадают физическое, социальное, личностное совершенствование. Необходимо самосовершенствоваться в исполнении долга, а именно развивать в себе нравственность.

А. Шопенгауэр (1788-1860) несколько отошел от кантовской концепции. Сущностью всего является мировая воля, которая иррациональна, бессознательна, бесцельна и действие ее практически не прекращается. Воля, по его мнению, свободна от контроля разума. Воля – есть свободное хотение, и не имеет ни причины, ни оснований. Она порождает все (путем процесса объективации) и управляет всем. Воля человека – есть не более чем одна из многочисленных форм объективации мировой воли и она является такой же иррациональной. Поэтому, как говорит Шопенгауэр, «*на всех ступенях объективации воли, неизбежно царит постоянная борьба между индивидами…поэтому каждый хочет всего для себя, хочет всем обладать, над всем господствовать…* » [11, с. 22]. Можно сказать, что на первом месте для человека является желание жить – воля к жизни и он готов уничтожить мир, лишь бы сохранить свое собственное «Я», т.е. человек по своей природе – эгоист и «*воля представляет такое самоутверждение собственного тела в бесчисленных рядах индивидуумов, что она из-за эгоизма легко переходит в индивидууме за пределы этого утверждения вплоть до отрицания той же самой воли, проявляющейся в другом индивидууме*» (с. 38, 9).

И лишь в искусстве, в бескорыстном созерцании чистых форм, в духовной действительности, в мышлении можно освободиться от господства мировой воли.

Ф. Ницше [ ] рассматривает в своей концепции человека, как уникального, единственного и неповторимого чуда природы, но обычно, как говорит Ницше, люди боятся своей уникальности, стремятся быть как все «*принадлежать к массе»* и становятся *«фабричным товаром, безразличными существами». Он говорит, что «в мире есть единственный путь, по которому никто не может идти кроме тебя; куда он ведет, не спрашивай – иди по нему!*»(с. 31, 11). Но позднее взгляды Ницше кардинально изменились. В своей последней книге «*Ecce Homo*» он пишет, что реальными людьми движет стремление самоутвердиться не путем самоопределения, а путем преодоления других. И руководит самоутверждением воля к власти.

Ницше вводит в свою концепцию термин «*сверхчеловек*», который является аналогом понятию «*человек - личность*», обозначив тем самым новую стадию в развитии человека. Конкретным средством создания такого человека и является самоутверждение, основанное на воли к власти. Здесь он предполагает два пути. Первый – путем самоопределения природы (опираясь и попирая других людей) и второй – собственно человеческое самоутверждение, т.е. человек должен бороться и преодолевать себя, а не других – это самоутверждение будущего. Мешают становлению человека – личности и субъективные свойства самих людей (леность, трусость и т.д.), и созданные социальными институтами духовные ценности (например, добродетель делает человека «ручным послушным зверем»).

В XX в. феномен самоутверждения практически перешел из области философии в область, прежде всего психологии. И, прежде всего, этот процесс наиболее широко представлен в теории А. Адлера. Одним из центральных положений в ней было то, что физически не здоровый человек формирует комплекс неполноценности и он пытается преодолеть его путем возвышения личностного чувства, стремлением к превосходству.

Данное стремление является врожденным, но его нужно воспитывать, развивать, чтобы реализовать свой человеческий потенциал. Будучи, неясной и в основном неосознанной в начале своего формирования, в детские годы, эта жизненная цель со временем становится источником мотивации, силой, организующей нашу жизнь и придающей ей смысл. Это фундаментальный мотив, который присущ для всех. Само превосходство, как цель, может принимать позитивное, конструктивное, так и негативное, деконструктивное направление. Негативное направление существует у людей со слабой способностью к адаптации у тех, которые борются за свое превосходство за счет других. Хорошо приспосабливающиеся наоборот, проявляют свое стремление к превосходству в позитиве так, что оно соотносится с благополучием других. Стремление к превосходству также сопряжено с большими энергетическими затратами, но в результате реализации этого стремления уровень напряжения у человека скорее растет, чем снижается. Стремление к превосходству касается не только человека как отдельного индивидуума, но и человека, как члена общества.

В своей книге «*О нервичном характере*»(2) он описывает процесс стремления к превосходству, самоутверждения у нормального и здорового человека. Итак, невротик в ходе самоутверждения сконцентрирован на своем «Я», на проблеме самоуважения, стремится к силе, к самовозвеличиванию, к реализации сугубо эгоистических целей и единственный выход видит в достигнутом превосходстве над другими «Я», в подавлении их. Нормальный человек на первое место ставит преодоление внешних трудностей, решение реальных, жизненных задач, что в конечном счете способствует его совершенствованию.

В ходе последующего развития психологии анализ самоутверждения становится все более научным. Именно, сюда можно отнести Курта Левина (1890-1947). [8, 11]. Новизна состояла в том, что составляющие феномена самоутверждения были подвергнуты измерению. «*Полевая идея*» Левина существенна для понимания теории самоутверждения. «*Полем*» он назвал ту внешнюю психологическую среду, в которой существует личность. Взаимоотношение между личностью и психологической средой образует «*жизненное пространство*». Выход за его пределы создает напряжение (что-то подобное адлеровскому чувству неполноценности). Главными побудителями человеческого поведения являются потребности. Он делит потребности на конкретные, «*квазипотребности*» (каждая из которых может быть полностью удовлетворена) и «*истинные*» (профессиональная потребность, нужда в самоутверждении и т.п.). Аналогичным образом разделялись и цели – «*реальные*» и «*идеальные*». К. Левин говорил, что в проблемной ситуации у человека могут возникнуть несколько различных целей и задача его будет состоять в выборе первой из них. На этот выбор существенно влияет «уровень притязаний личности», который может меняться в зависимости от ситуационных, культурных, индивидуальных и т.п. факторов. Причем К. Левин и его ученики проводили, как выше было указано, исследование описанных феноменов. Именно таким образом было сформулировано одно из главных противоречий самоутверждения: «*Основная проблема уровня притязаний может быть раскрыта, как явное несоответствие между тенденцией устанавливать все более высокие цели и обычным представлением о том, что жизнь регулируется тенденцией избегать излишних усилий*» [9, с. 5-9]. Личность предпочитает ставить все более высокие цели, трудные, получая удовольствие от их реализации в большей степени, чем от легких целей. Причем в зависимости от успешности претворения целей в жизнь один человек ставит наиболее адекватные цели, другой ставит более низкую цель или цель намного превышающую его возможности. Т.е. здесь мы видим опять же описание различных способов самоутверждения. У нормальной личности оно идет благодаря постепенному повышению уровня притязаний, игнорирование этого ведет к тому, что человек самоутверждаясь или завышает свою самооценку, или занижая их оценивая себя как незначительное, неспособное существо.

**4. «Я – концепция» и основные положения**

Феномен самоутверждения зависит от следующих факторов таких, как характер притязаний личности, ее возможности. Но мы предположим, что самоутверждение в своем формировании будет на представлении индивида о себе, на «Я - концепцию». Поэтому в данной главе мы и рассмотрим основные положения касающиеся «Я - концепции».

«*Я - концепция*» - это совокупность всех представлений индивида о себе, сопряженная с их оценками [4, с.3].

Первые представления о «Я - концепции» принадлежат Джемсу, Кули, Миду.

Джемс [4] говорит об интегральном Я, в котором выделяется

* Я - сознательное (рефлексивно-процессуальный аспект);
* Я - как объект, содержание сознания в котором в свою очередь можно следующие моменты: Я духовное, Я материальное, Я социальное, Я физическое.

Кул и Мид [4] подчеркивают ведущую роль социального взаимодействия, как источник «Я - концепции».

Э. Эриксон [24] рассматривает проблематику «Я - концепции»сквозь призму эгоидентичности, понимаемой им как возникающий на биологической основе продукт определенной культуры, характер которого определяется особенностями данной культуры и возможностями индивида.

Рассматривал «Я - концепцию» и К. Роджерс [4, 22] в рамках феноменологического подхода и говорит, что «Я - концепция» - это одновременно и представления и внутренняя сущность индивида, имеющая относительную стабильность и регулирующую поведение.

Р. Бернс [4] выделяет в «Я - концепции» три элемента:

1. *Когнитивная составляющая* (представления индивида о самом себе, которые могут быть обоснованы или не обоснованными).
2. *Эмоционально-оценочная составляющая* (самооценка) – аффективная оценка представления о себе.
3. *Поведенческая составляющая* – это поведение, определяемое вышеперечисленными составляющими.

Рассматривают три основных вида «Я - концепции»:

1. *Реальное Я* – то какой я есть на самом деле.
2. *Зеркальное Я* – как меня видят другие (его также называют *социальное Я*)
3. *Идеальное Я* – то каким мы хотели бы быть.

Определяют следующие функции «Я - концепции»:

1. «Я - концепция» определяет ориентацию опыта, т.е. у человека существует тенденция строить на основе своих образов не только поведение, но и интерпретацию индивидуального опыта, т.е. «Я - концепция» действует как внутренний фильтр.
2. Она способствует внутренней согласованности личности и является источником того, как к человеку будут относиться.

Г. Олпорт [22] считает «Я - концепцию»центральным образованием личности, рассматривая ее как пространственно- временную структуру. Это миг между прошлым и будущим и эта центральная точка в пространстве, вокруг которой все организовано.

У. Спиркина [19] категория Я занимает центральное место. Это высшее, сложнейшее интегрированное и динамическое образование в духовном мире человека, регулирующая психическую жизнь. Соотношение себя и объективной реальности у него осуществляется посредством Я. При этом подчеркивает, что «Я - концепция» это всегда сознательная структура. Он дает следующие характеристики Я:

1. Я – устойчиво, оно может меняться вместе с изменениями условий жизни.
2. Я обладает пластичностью.
3. Я обладает цельностью, внутренней собранностью.

Кон [9] подчеркивает, что «Я - концепция» входит в структуру личности в качестве установки и называет два свойства Я: дифференцированность и обобщенность. И предлагает четыре закона, по которым конструктируется образ Я.

1. Интеграция или система отраженного, зеркального Я, т.е. образ Я формируется на основе других людей и этими людьми в разное время выступают разные люди
2. Система социального сравнения, т.е. идет сравнение Я наличного с прошлым и будущим, свои достижения сравниваются с притязаниями. Также идет сравнение себя с другими людьми, формируется самооценка.
3. Система самоатрибуции , т.е. приписывание себе определенных свойств.
4. Система так называемой смысловой интеграции жизненных переживаний, т.е. все предыдущие системы взаимосвязываются с помощью интегрирования.

Р. Бернс подчеркивает, что «Я - концепция» формируется под влиянием внешних воздействий, очень важны среди них конфликты со значимыми другими. «Я - концепция» развивается под влиянием множественных сенсорных импульсов, воспринимаемых нашей нервной системой.

Проведенные в 1973 году исследования показывают, что по мере взросления уменьшается значение следующих категорий: внешность, общие сведенья и идентичность (половая, расовая), друзья, семья и родственники, вещи, принадлежащие ребенку и т.п. Увеличивается относительная доля таких категорий, как: обобщенные личностные качества, устойчивые особенности поведения, направленность, интересы, увлечения, убеждения и ценностные установки, отношение к себе, отношение к лицам противоположного пола, сопоставление себя с другими людьми и т.п.

Исследования Монтемайора и Эйзена [4] устанавливают, что самооценка с возрастом становиться все более дифференцированной. Этот факт объясняют тем, что «Я - концепция» с возрастом делится на ряд независимых друг от друга «Я - концепций», относящихся к разным сферам жизни, действительно, даже Э. Эриксон утверждает, что его эго на данной стадии обладает достаточной силой, чтобы интегрировать график роста и работы организма со структурами социальных правил.

В заключении можно сказать, что «Я - концепция» является важной единицей развития личности и формируется под влиянием жизни.

**5. Гипотеза**

Исходя из всего вышенаписанного, мы выдвинули следующую гипотезу. *Гипотеза*: в основе различий между людьми в способах собственного самоутверждения могут лежать разные варианты саморепрезентации.

**Экспериментальная часть**

**1. Методика и ее обоснование, испытуемые**

Когнитивный, эмоциональный компонент «Я - концепции» может быть исследован с помощью вопросов различного рода и различных оценочных шкал. Сюда можно отнести опростник Лоуренса, опростник Вольпе-Лазаруса и др. Однако как таковые опоросники, хотя и дают возможность оценить особенности образа Я, но здесь есть вероятность того, что испытуемые будут руководствоваться неосознанной или сознательной корректировкой «Я - концепции» с целью создать наиболее благоприятное восприятие о себе. Поэтому в данной работе был использован тематический апперцепционный тест (ТАТ), который при всех его недостатках (трудность, неоднозначность интерпретации, необходимость большого количества времени для его проведения и т.д.) позволяет раскрыть внутренний мир человека во всем его многообразии. К тому же у опрашиваемого человека создается впечатление, в соответствии с инструкцией, что исследуется лишь особенности его воображения или фантазии, при описании им качеств другого человека (людей, изображенных на картинках), а не его собственные качества и свойства, конкретные отношения, его мотивы и тенденции, конфликты и способы их разрешения. Применяемый стимульный материал, неопределенный по содержанию, дает возможность определить, что человек увидел в персонажах, те характеристики, которые свойственны ему самому.

Для исследования был выбран следующий вариант анализа ТАТ. Данный анализ состоял в следующем: каждый рассказ рассматривался как целое, из которого выбирались главные и неглавные темы, без традиционной оценки отдельных элементов рассказа. Отбирались вопросы, конфликты, составляющие из себя предмет заботы героя. Т.е. выбирались общие темы. Также дополнительно для оценки аспектов «Я - концепции», нами были выбраны следующие показатели, которые назывались испытуемыми при описании главного героя:

* + - Наличие половой идентификации (например, «это чисто женская работа», «откровенный мужской разговор»);
		- Наличие возрастной идентификации (например, «девочку зовут Оля, ей 11-12 лет»);
		- Наличие идентификации с социальными ролями (например, «сельская учительница», «гувернантка»);
		- Описание особенностей внешности (физическое Я) (например, «красивая женщина», «лысый мужчина»);
		- Упоминание о личностных качествах, мотивах, интересах, т.е. психологических свойств («психическое Я») (например, «хитрая, расчетливая, злобная старуха», «романтическая душа»).

(Данные показателя были выбраны в соответствии с положением Р. Бернса, описанным выше).

Для уточнения поведенческого аспекта и эмоционального аспекта (т.к. исходя из отношения к персонажу, к его успехам или неудачам, его возможностям и т.д. можно судит о самооценке, эмоциональном компоненте) были выбраны следующие показатели:

* Изоляция от других (например, «человек смотрит в окно и видит, идущих куда-то людей, но это совершенно иная жизнь … Он живет своей жизнью отличной от других … Люди его не зажигают, он же не зажигает людей …»);
* Зависимость, самоотдача (например, «девушка живет вместе с родителями, которые говорят ей что делать, заботятся о ней … и в будущем она будет заботиться о маме и папе, т.к. она считает себя им обязанной … »);
* Лидерство, руководство, т.е. подчинение себе других (например, «здесь изображен начальник, очень властный человек … Он кричит на свою подчиненную и она не возражает, т.к. он ее начальник, а она подчиненная …»);
* Равное партнерство (например, «Они идут вдвоем по горной дороге, взявшись за руки, придерживая друг друга … никто из них не забегает вперед…);

В нашей работе также было использовано еще две методики. Одна из них тест-опростник на самоотношение В.В. Столина, С.Р. Пантелеева. Это процесс рассматривался А.А. Бодалевым в качестве первой из составляющих, необходимой для анализа «Я - концепции». Данный опросник в отличие от других имеет много шкал, изучающих и дополняющих результаты, полученные с помощью ТАТ, об аспектах «Я - концепции». Он позволяет выявить глобальное, самоотношение, уровень конкретных действий в отношении к своему Я и т.д. В нем представлены следующие шкалы – *шкала S* – измеряет интегральное чувство «за» ил «против» собственного «Я» испытуемого; *самоуважение* (шкала, направленная на отражение аспектов самоотношения к своим особенностям, возможность контролировать свою жизнь, степень веры в свои силы и т.д.); *аутосимпатия* (шкала эта на позитивном полюсе объединяет доверие к себе, интерес к собственным мыслям, чувствам, уверенность в собственном интересе для других). Также опростник содержит семь шкал, направленных на измерение выраженности установки на те или иные внутренние действия в адрес «Я» испытуемого, а именно шкалы: *самоуверенность*; *отношение других* (ожидание положительного или отрицательного отношения от других); самопринятие; саморуководство; самопоследовательность; самообвинение, самоинтерес, самопонимание.

Третья методика – опростник «*Стратегии самоутверждения личности*» Е.П. Никитина, Н.Е. Харламенковой, данный опростник является по-нашему мнению единственным в своем роде опростником, изучающим особенности самоутверждения человека (других опростников, изучающих именно самоутверждение нами не было найдено).

В исследовании принимало участие 21 человек (из них 14 женщин и 7 мужчин, 4 человека – средний возраст равен 39,7; 4 человека – средний возраст 17,3; 2 человека – средний возраст 14 лет; 2 человека – средний возраст 24,5 и 9 человек – 20,6 лет ).

**2. Полученные результаты и их обсуждение**

Мы разделили испытуемых на три группы:

* люди, обладающие стратегией самоподавления;
* люди, обладающие конструктивной стратегией;
* люди, обладающие доминирующей стратегией.

Применяя тест-опростник на самоотношения В.В. Столина и С.Р. Пантелеева, были получены следующие результаты, которые можно представить в виде следующей таблицы (см. табл.1).

**Таблица 1**

***Различия между людьми, имеющими стратегию самоподавления, доминирующую и конструктивную стратегию***

|  |  |
| --- | --- |
| Название шкалы и фактора | Средние значения по стратегиям |
| Самоподавление | Конструктивная | Доминирующая |
| *I. Шкала S* | 59,11 | 74,3 | 72,8 |
| *II. Самоуважение* | 65,50 | 80,3 | 68,1 |
| *III. Аутосимпатия* | 53,20 | 65,4 | 78,9 |
| *IV. Самоинтерес* | 52,80 | 66,7 | 60,1 |
| *1. Самоуверенность* | 61,20 | 79,6 | 63,4 |
| *2. отношение других* | 60,30 | 62,3 | 61,7 |
| *3. Самопринятие* | 56,90 | 70,7 | 68,3 |
| *4. Саморуководство* | 52,70 | 53,3 | 52,1 |
| *5. Самообновление* | 60,67 | 50,3 | 61,7 |
| *6. Самоинтерес* | 54,70 | 64,5 | 54,7 |
| *7. Самопонимание* | 53,50 | 63,8 | 65,2 |

Эти данные показывают, что по сравнению с другими, люди, у которых преобладает стратегия самоподавления, отличаются низкой уверенностью в себе, низкой самооценкой, низким самопринятием, низкими значениями по шкале саморуководства, т.е. вера в подвластность своего Я внешним обстоятельствам, низким самопониманием. Это можно объяснить тем, что данные люди предпочитают быть зависимыми от кого-либо, они не принимают и не понимают себя, подавляют себя из-за своей неуверенности в себе, в своих силах, что, по мнению Альберти, может выражаться в том, что они создают впечатление более спокойных и менее эмоциональных людей.

Также можно видеть на данной таблице, что между группами самоподавляющих и доминирующих не получено существенных различий по некоторым шкалам, а именно по шкалам отношение других, самообвинение, саморуководство, самоинтерес, т.е. опять же люди, у которых преобладает стратегия доминирования, верят в подвластность Я внешним обстоятельствам, недовольство к себе, у них сочетается с демонстративной уверенностью, что может совмещаться с агрессивной тенденцией в поведении. Представление данных людей о себе можно сравнить с маятником, т.к. имеется, например, существенное противоречие между оценками по шкалам самоуверенность и самоуважение, т.е. для них характерна некоторая неустойчивость «Я - концепции» и эта изменчивость может вести к компенсации этого при помощи агрессивной линии поведения.

Для конструктивной стратегии характерны высокие значения по шкалам самоуважение, самоуверенность и т.д. И, исходя из шкал, можно видеть, что данные люди более склоны к положительной оценке, к вере в свои силы, к уверенности в собственном интересе для других, что объясняется тем, что данные люди более открыты, верят в себя, принимают себя такими, какие они есть. У конструктивной личности отсутствует противоречие между самоуважением и самоуверенностью, которое наблюдается у доминирующей личности. Уверенность в себе и самоуважение отрицательно связаны с самообвинением и положительно с аутосимпатией.

Обсуждение результатов в основном касается проблемы эмоционального отношения личности к себе. О когнитивной составляющей (представления о самом себе) мы можем говорить, частично опираясь и на результаты, полученные с помощью ТАТ.

**Таблица 2**

***Различия между людьми, имеющими стратегии самоподавления, доминирования, конструктивную по показателям половой, возрастной идентификации; идентификации с социальными ролями; особенностями внешности, внутренними качествами в образе «Я»***

|  |  |
| --- | --- |
| Аспект образа Я | Средние значения по стратегиям |
| самоподавление | конструктивная | доминирование |
| *Половая идентификация* | 4 | 5 | 5 |
| *Возрастная идентификация* | 2 | 2 | 1 |
| *Идентификация с социальными ролями* | 5 | 8 | 8 |
| *Внешность* | 12 | 6 | 10 |
| *Внутренние качества* | 7 | 11 | 8 |

Не обнаружено различий между тремя группами испытуемых по параметрам половой и возрастной идентификации. Три других параметра оказались значимыми факторами, определяющими особенности «Я - концепции» у людей, ориентированных на исследуемые способы самоутверждения. Это можно объяснить тем, что указанные два параметра, наиболее часто встречаются в книгах, рассказах, кино, они у всех «на виду и слуху», к тому же пол является фактором, на который обращают внимание в первую очередь при взаимодействии, поэтому и не было по ним получено значимых различий.

Иерархия представлений личности о себе специфична для каждой группы. Для группы людей, у которых преобладает стратегия самоподавления, последовательность представлений о себе строится таким образом: преобладающим фактором является внешность или «физическое Я», т.е. об особенностях внутреннего мира других данные люди судят по их внешним показателям. Это соотношение часто встречается и в их рассказах: «Что она думает, сказать трудно, т.к. лица ее не видно»; «он ее наверно убил и изнасиловал, судя по его и ее позе» и т.п. Иногда опираясь на объекты внешнего мира они описывают человека, его состояние, стиль поведения: «если на женщине был бы платок, то это была бы крестьянка, а если нет, то другая профессия… а у нее книги в руках, значит она учительница»; «этот букет цветов лишь подтвердил его опасения». В результате всего вышеперечисленного можно сказать, что все это делает таких людей рабами действительности. Также можно сказать, что в силу подобной организации «Я - концепции», человек утверждает себя, взаимодействует с другими, преимущественно значимыми для него людьми.

У доминирующей личности имеется следующая выраженность разных аспектов «Я - концепции»: на первое место «физическое Я», т.е. наиболее весомое место в образе Я выступают особенности внешности, далее следуют социальные роли, психические свойства. В преобладании «физического Я» данная стратегия схожа с саомподавляющей стратегией, т.е. для них важна внешность в силу своей неуверенности в себе. Утверждение себя, доказательство своей ценности, происходит счет идентификаций человека (себя) с более выдающимися людьми, с людьми более значащих профессий: «талантливый скрипач», «в 1-м королевстве жил знаменитый король», «выдающийся враг». За счет выбора более слабого партнера по общению, из-за чего происходит увеличение значимости своего Я посредством снижения качеств другого: «женщина образована, молода, у нее красивый, молодой муж … другая будет несчастной, ей будет чего-то не хватать, а у той будет все – работа, муж, дети …». Анализируя этот рассказ, мы видим, что усиление положения главного персонажа («молодой женщины») идет за счет обладания профессии, мужа, детей и это все еще более усиливается на фоне неудавшейся жизни другой женщины.

«Я – концепция» у людей, имеющих конструктивную стратегию, является хорошо организованной структурой: на первое место выступают внутренние, психические свойства, затем социальные роли, внешность, что соответствует положению Р. Берна об оптимально развивающейся личности. Утверждение у них идет в результате успешного решения трудных, важных для личности проблем. Благодаря чему, данные люди ощущают ценность своего Я и утверждают себя в обществе: «Здесь люди идут на вершину огромной горы. Очень трудно, иногда думаешь, что это невозможно но ты знаешь, что когда-нибудь войдешь на вершину и это будет …».

Также анализировались различие стратегии взаимодействия человека с социальным окружением. (результаты представлены в таблице 3)

**Таблица 3**

***Различия между людьми, имеющими стратегии самоподавления, доминирования, конструктивную по выраженности стратегий изоляции, зависимости, лидерства и равного партнерства.***

|  |  |
| --- | --- |
| Стратегии взаимодействия | Средние значения по стратегиям |
| Самоподавление | Конструктивная | Доминирования |
| *Изоляция* | 5 | 1 | 2 |
| *Подчинение, зависимость* | 7 | 2 | 1 |
| *Лидерство, руководство* | 3 | 3 | 7 |
| *Равное партнерство* | 3 | 9 | 2 |

Данные показывают, что у самоподавляющей личности, чаще присутствуют стратегия изоляции (одиночество, стремление к уединению). Здесь чаще других прослеживается идея самоубийства: «Человек поставил ногу на окно, он хочет броситься вниз, наверно у него большое горе». Что можно, объяснит тем, по-моему мнению, они осознают свою слабость, зависимость, но ничего сделать не могут или не хотят.

Доминирующая стратегия предполагает наличие лидерства, доминирования над другими. Также имеется преобладание агрессивной мотивации над остальными формами взаимодействия с другими: «женщина находится под влиянием старухи, которая наблюдает за ней, контролирует ее жизнь», «дракон терроризировал город, уничтожал людей», т.е. они предпочитают подавлять других, властвовать.

У людей, обладающих конструктивной стратегией, преобладает путь равного партнерства: «это муж и жена, они обсуждают вместе проблему …они прислушиваются друг к другу … не подавляют друг друга …» и лишь изредка прибегают к стратегии подчинения, зависимости от людей или доминирования над ними. Т.е. можно сказать, что эта стратегия некая форма самопреодоления и одновременно с этим достижение новой идентичности, что осуществляется без эксплуатации слабого человека (как у доминирующей стратегии) и принятие позиции зависимого субъекта (как у подавляющей стратегии). Они просто живут, живут своей жизнью, не подчиняясь и не попирая других. Из всего вышесказанного может создаться впечатление, что конструктивная стратегия является наиболее лучшей стратегией (и это действительно так, по моему мнению), но как таковое конструктивное самоутверждение не является самоцелью, инструментом поднимающим человека. Она предлагает наличие работы над собой, «потеря и обретение новой идентичности». Надо всегда помнить, что самоутверждение – это трудный подъем по некоторой лестнице ценностей и данный подъем нужен и необходим каждой личности, каждому человеку.**Выводы**

1. Наша гипотеза подтвердилась, т.е. в основе различий между людьми в способах собственного самоутверждения лежат разные варианты самопрезентации.
2. Значительное место в организации «Я - концепции» у людей, использующих стратегию самоподавления, занимает физическое Я и она характеризуется инфантильностью и неструктуированностью.
3. «Я - концепция» у доминирующей стратегии характеризуется неустойчивостью и изменчивостью.
4. «Я - концепция» у конструктивной стратегии отличается относительно более хорошо организованной структурой.

**Список литературы**

1. Абульханова-Славская К.А. «Стратегия жизни».- М.:«Мысль», 1991 г. 301 с.
2. А. Адлер «Понять природу человека».- С.Пб: «Академический проект» , 2000г. 256 с.
3. Б.Г. Ананьев «Человек, как предмет познания» - Л. 1968г.
4. Р. Бернс «Развитие Я - концепции и воспитание»
5. А.В. Брушлинский «Проблемы психологии субъекта» - М.: «Институт психологии» РАН , 1994г. 109 с.
6. Л.Ф. Бурначук, С.М. Морозов «Словарь-справочник по психодиагностике»
7. А.А. Гусейнов, Р.Г. Эпресян «Этика» - М.: 1998г. 461 с.
8. А.Н. Ждан «История психологии» - М.: «Российское педагогическое агенство», 1997г. 442 с.
9. И.С. Кон «Открытие Я» - М.: Политиздат, 1978г. 307 с.
10. Д. Майерс «Социальная психология» - С.Пб.: «Питер» 1999г. 688 с.
11. Е.П. Никитин, Н.Е. Харнашенкова «Феномен человеческого самоутверждения» - С.Пб.: «Аистеня», 2000г. 224 с.
12. Дж. Пассмор «Сто лет философии» - М.: «Прогресс-Традиция», 1998г. 496с.
13. Петровская Л. «Самоутверждение: пути истинные и ложные: беседа психолога» - М.: «Знание», 1987 г. 64 с.
14. «Практикум по психодиагностике» Под ред. А.А. Бодалева, И.М. Карлинская «Московский университет», 1998г. стр.123-130.
15. «Психология» / словарь Под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского М.: «политиздат», 1990г.
16. Д. Рейнустер «Это в ваших силах» М.: «Прогресс», 1992г. 244 стр.
17. Солсо Р.Л. «Когнитивная психология» - М.: «Тривола», 1996г. 600 с.
18. Е.Г. Соколова «Проективные методы исследования личности» М.:«Московский университет», 1980г. 176 с.
19. Хекхаузен, Хайу «Мотивация и деятельность» - М.: «Педагогика», 1986г. 407 с., 1 том.
20. Хекхаузен, Хайу «Мотивация и деятельность» - М.: «Педагогика», 1986г. 392 с., 2 том.