

## ЛІТЕРАТУРА

1. Букина А.А. Динамика внутриличностных конфликтов студентов-психологов в процессе обучения в вузе : дисс. ... канд. психол. наук / А.А. Букина. – Ставрополь, 2005.
2. Василюк Ф.Е. Психология переживания / Ф.Е. Василюк. – М. : МГУ, 1984. – 200 с.
3. Герасимова Н.Є. Внутрішньоособистісні конфлікти в процесі соціальної адаптації студентів до умов вищих навчальних закладів : дис. ... канд. психол. наук / Н. Є. Герасимова. – К., 2004.
4. Жданов В.О. Внутриличностный конфликт госслужащего и акмеологический подход к его разрешению : дисс. ... канд. психол. наук / В.О. Жданов. – М., 2000.
5. Зейгарник Б.В. Очерки по психологии аномального развития личности / Б.В. Зейгарник, Б.С. Братусь. – М. : МГУ, 1980. – 159 с.
6. Лебеденко А.В. Влияние внутриличностных конфликтов на эффективность профессиональной деятельности машинистов локомотивов : дисс. ... канд. психол. наук / А.В. Лебеденко. – М., 1996.
7. Мясищев В.Н. Психология отношений: Избранные психологические труды / В.Н. Мясищев. – М. : Наука, 1995. – 250 с.
8. Фанталова Е.Б. Диагностика и психотерапия внутреннего конфликта / Е.Б. Фанталова. – Самара : ИД "Бахрах", 2001. – 62 с.
9. Юрлов Ю.Н. Внутриличностные конфликты курсантов высшего военного училища и их разрешение : дисс. ... канд. психол. наук / Ю.Н. Юрлов. – М., 1996.

УДК 159.9 (075.8)

### МОДЕРНІ ОНТОГЕНЕТИЧНІ ПІДХОДИ ДО РОЗУМІННЯ ДИНАМІЧНИХ АСПЕКТІВ РОЗВИТКУ "Я-КОНЦЕПЦІЇ"

*Католик Г.В.*

*У статті розглядаються різноманітні підходи до формування Я-концепції та пропонується авторська модель формування Я-концепції дитячого психотерапевта в контексті онтогенетичного підходу та навчального професійного простору.*

**Ключові слова:** Я-концепція, Я-образ, когнітивна складова, емоційно-оцінювальна складова, вчинково-креативна складова, ціннісно-орієнтована складова, пренатальна самість, постнатальна самість, ідентичність, онтогенез, часопросторовий вимір.

*В статье рассматриваются разные подходы к формированию Я-концепции и предлагается авторская модель формирования Я-концепции детского психотерапевта в контексте онтогенетического подхода и учебного профессионального пространства.*

**Ключевые слова:** Я-концепция, Я-образ, когнитивная составляющая, эмоционально-оценочная составляющая, поступков-креативная составляющая, ценностно-ориентированная составляющая, пренатальная самость, постнатальная самость, идентичность, онтогенез, часоплоскосторвых измерение.

*In this article were showed different ways of formation of I-concept and proposed is author's mode; of formation of I-concept of child psychotherapy in the context of onto-genetic approach and professional education space.*

**Keywords:** self-concept, self-image, cognitive component, emotional and evaluative component actional-creative component, value-oriented component, prenatal self, postnatal self, identity, ontogeny, time and spatial dimension.

Сучасні публікації, що так чи інакше висвітлюють проблематику професійної підготовки практичних психологів та психотерапевтів, базуються на декількох засадах, провідними темами в яких виступають дві рівною мірою взаємопов'язані та взаємозалежні проблеми: етична та "психотехнічна". Це ціла сукупність завдань, мотивів, смислів та цінностей, світоглядних, теоретичних й соціокультурних за своїм діапазоном, які охоплюють особистісні структури практичного психолога та психотерапевта в цілому, а не просто торкаються того чи іншого способу вирішення конкретних ускладнень або протиріч, із якими ми можемо зіткнутися у професійній діяльності. Значущість етичної проблематики визначається тим, що вона відіграє провідну роль у формуванні особливого – деонтологічного менталітету цілої професійної групи. Так само як "етичність" виступає смисловим осередком семантичного простору "Я", а духовність – умовою і атрибутом психологічних та психотерапевтичних впливів та особистісних змін, турбота про етику є не чим іншим, як своєрідним показником професійної придатності психолога-практика та психотерапевта до практичної роботи.

Як відзначає Дж. Вуді, "детермінантою психотерапевтичного процесу є те, що психотерапевт – не лише експерт, а й особистість. А саме особистість мислить і приймає рішення". В моменті перетинання "Я-функціонального" та "Я-екзистенційного" стикаються у неповторній взаємодії рівні й аспекти професійних та особистісних проявів психолога-практика та психотерапевта, утворюючи багатомірний та багатоманітний "життєвий світ" цих, особливого роду, професіоналів. В іншому випадку виникає роздвоєність, тривожність і, як наслідок, невпевненість

або авторитарність; тенденції не до інкорпорування нового досвіду, а навпаки – до загострення й напруження захисних механізмів, тобто, врешті-решт, виникає безліч проблем і перешкод на шляху особистісного зростання, якщо таке взагалі можливе [40; 42; 44].

Виражена орієнтація на цінність іншої людини у професійній діяльності психолога-практика та психотерапевта передбачає адекватне сприйняття ним своїх можливостей як міри впливу на іншу людину, власної Я-концепції, що базується на переживанні почуття професійного обов'язку і відповідальності за свої професійні дії. Це робить професії психолога-практика та психотерапевта однією з небагатьох видів соціальної активності, де узагальнені ідеї про цінність людини конкретизуються і персоніфікуються в його словах і діях, спрямованих на іншого. Психолог-практик, як і психотерапевт, як професіонали виконують важливе соціальне завдання – усвідомлення узагальненого персоніфікованого образу іншої людини. Ймовірно, що їх професійна діяльність – один з способів, створених у сучасній культурі для збереження психічної реальності як особливої характеристики життя.

Для розуміння формування певних професійних якостей психолога-практика та психотерапевта, об'єкт і предмет діяльності яких є однаковим, проаналізуємо (для розуміння "ядра особистості") різні поняття: "Я-концепція", "Я-образ", самість, еґо, ідентичність, самоідентичність, самосвідомість тощо. Деякі автори ототожнюють поняття "Я-образу" та "Я-концепції" (М. І. Лісіна, В. В. Столін, В. С. Агапов); інші ж вважають, що "Я-концепція" є найширшим поняттям у даній сфері, і що вона включає в себе "Я-образ" як позначення когнітивного аспекту "Я-концепції" [2; 3; 4; 14; 20]. Традиційно "Я-концепція" трактується як система уявлень людини про себе, про свої фізичні, інтелектуальні, характерологічні, соціальні та інші властивості. Це поняття виникло в 50-их роках ХХ ст. у руслі гуманістичної психології. Основну концептуальну парадигму проблеми "Я-концепції" сформували представники цього напрямку [2; 4; 22; 23; 31]. У. Джемс використовує таке поняття, як "чисте Я" та "емпіричне Я". Перше включає в себе те, що людина вважає собою, а друге – ще й те, що вона вважає своїм: власний будинок, друзів, рідних, свою роботу, репутацію тощо [14]. Індивід сприймає це як частини себе, відчуваючи у ставленні до цього такі ж почуття, що і у ставленні до себе. Для Р. Уайлі "Я-концепція" – це все, що індивід вважає самим собою чи своїм; все, що він про себе думає; усі властиві йому способи самоприйняття та самооцінювання. Т. Шибутані відмічає, що "Я-концепція" – це те, що людина значить для себе [35]. Вона забезпечує її постійність та визначеність поведінки. А. В. Петровський і М. Г. Ярошевський використовують термін "образ Я" як

відносно стійку, не завжди усвідомлювану, неповторну систему уявлень індивіда про себе, на основі якої він буде свої взаємовідносини з людьми [2; 11; 12; 13]. "Я-концепція" Р. Бернсом розглядається як сукупність установок, спрямованих на самого себе [2]. У більшості визначень установок підкреслюються три головних елементи:

1. Переконавання, які можуть бути як об'рунтованими, так і необ'рунтованими (когнітивна складова);

2. Емоційне ставлення до цього переконання (емоційно-оціночна складова установки);

3. Відповідна реакція, яка може виражатися в поведінці (поведінкова складова).

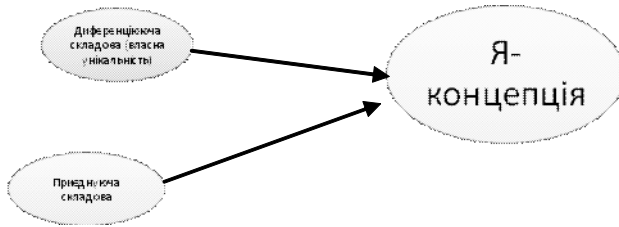
У сучасній психології Я-концепція розглядається як один з компонентів особистості, як ставлення людини до себе. Поняття "Я-концепція" виражає єдність та цілісність особистості з її суб'єктивною, внутрішньою стороною, тобто те, що відомо індивіду про самого себе, яким він себе бачить, відчуває та уявляє. Я-концепція – це сукупність установок людини щодо себе. У більшості визначень установки підкреслюються три головних її елементи, три психологічні складові:

1. Образ Я – уявлення індивіда про самого себе;

2. Самооцінка – афективна оцінка цього уявлення, яка може бути різної міри інтенсивності, оскільки конкретні риси образу "Я" можуть викликати більш або менш сильні емоції, пов'язані з їх прийняттям або засудженням;

3. Потенційна поведінкова реакція, тобто ті конкретні дії, які можуть бути викликані образом "Я" та самооцінкою.

Дослідник І. І. Чеснокова пропонує розрізняти два рівні самосвідомості за критерієм тих рамок, у яких відбувається співвідношення знань про себе. На першому рівні таке співвіднесення відбувається в рамках зіставлення "Я – інша людина". Спочатку деякі якості сприймаються й розуміються в іншій людині, а потім переносяться на себе. Внутрішніми прийомами самопізнання на цьому рівні є самоспостереження та самосприйняття. На другому рівні співвідношення знань про себе відбувається виключно в процесі автокомунікації, тобто в рамках "Я і Я" [34, с. 52-75]. Людина оперує вже готовими й сформованими знаннями про себе. У якості специфічного внутрішнього прийому самопізнання використовуються самоаналіз і самоосмислення. Вищого розвитку самоусвідомлення на другому рівні досягає при формуванні своїх цілей та планів на майбутнє, життєвої філософії, власної гідності тощо. Нами ця парадигма уявляється наступним чином:



*Рис. 1. Складові Я-концепції*

У змісті "Я-концепції" виділяють дві важливі складові:

1) знання про ті загальні риси, які об'єднують суб'єкта з іншими людьми, – приєднуюча складова "Я-концепції";

2) знання, що виділяють "Я" суб'єкта у порівнянні з іншими людьми, – диференціююча складова "Я-концепції". Ця складова надає людині відчуття власної унікальності та неповторності.

І. С. Кон відмічає, що "Я-образ" (ототожнюючи його з Я-концепцією) як уявлення про себе, є внутрішнім ядром особистості й розуміється як єдина, не позбавлена суперечностей, установка в ставленні до себе. Важливими психологічними механізмами самопізнання вважаються також: засвоєння суб'єктом оцінки його іншими людьми; соціальне порівняння; самоатрибуція (спостереження й оцінка своєї поведінки в різних ситуаціях) [19; 20].

За уявленнями Р. Бернса, вона являє собою ієрархічну структуру, вершиною якої є глобальна "Я-концепція", що конкретизується в сукупності установок особистості на себе. "Фізичне-Я" є складовою "Я-концепції". Розглядаючи "Я-концепцію" людини, як сукупність установок людини, спрямованих на саму себе, Бернс виділяє три основні елементи цих установок: когнітивна складова (наявні переконання про себе); емоційно-оцінювальна складова (як я ставлюсь/оцінюю дане переконання); поведінкова складова (реакція на дані переконання, що може виражатись у поведінці). Отже, як і кожна складова Я-концепції, так і фізичне-Я зокрема містить ці три складові: на когнітивному рівні тілесний образ розглядається як уявлення про власне тіло (образ тіла, статеву приналежність, зовнішність); емоційному – самооцінка (зовнішності, тілесних проявів); поведінковому – поведінка людини у зв'язку з уявленнями про своє тіло і її самооцінку. Кожна із цих складових може розглядатись як Я-реальне (як людина бачить, оцінює своє Тілесне-Я і як у зв'язку з цим діє), як Я-ідеальне (яким би людина хотіла бачити своє тіло і зовнішність) і як Я-дзеркальне (як, на її думку, тіло і зовнішність оцінюються оточуючими, і як ці уявлення впливають на

поведінку людини). Ступінь тотожності цих показників, на думку Бернса, може свідчити як про гармонійність особистості, високий рівень задоволеності собою, низьку тривожність, так і про нерозвинутість самосвідомості, завищену самооцінку чи витіснення тривоги. Такі дослідники, як У. Джемс, К. Роджерс, М. Різенберг виділяють різні форми уявлень про себе, диференційовані або за сферою проявів людини ("соціальне Я", "духовне Я", "фізичне Я", "особисте Я", "моральне Я", "сімейне Я" тощо), або як реальність та ідеал ("ідеальне Я", "реальне Я", "дзеркальне Я"), або за часовим континуумом ("Я в минулому", "Я в теперішньому", "Я в майбутньому"), або за іншою ознакою [4; 14; 30; 31].

Виходячи з означених досліджень ми спробували побудувати інтегративну модель Я-концепції у статичному аспекті (див. рис. 2), а також представити проєктивну методику дослідження Я-концепції, діагностичним скелетом якої є пропонована нами схема.



*Рис. 2. Модель сумарних уявлень у структурі Я-концепції (статичний аспект). (Елемент авторської проєктивної методики дослідження Я-концепції (див. СЕДНОР +)*

Формуючи власне бачення "Я-концепції", ми звернулись до теорії особистості, створеної академіком С.Д. Максименком. Зокрема, у праці "Генеза існування особистості" він зазначає: "Нове бачення проблеми особистості як дійсного предмета наукового дослідження потребує серйозної наукової рефлексії, нам належить виявити та сформулювати нові підходи до організації психологічного дослідження, визначити правдиві критерії евристичності та практичної ефективності психологічних знань про природу, джерела та рушійні сили розвитку особистості. Розробити способи і методи верифікації емпіричних даних та окреслити методологічні парадигми, таким чином, отримати можливість "звести кінці з кінцями" знань про існування особистості в онтогенезі". Далі у дослідженні зазначається, що нас принципово цікавить той шлях, яким повинно йти подібне дослідження. "Це у свою чергу, передбачає низку способів аналізу і засобів експериментування, які дадуть можливість вийти на нові горизонти розуміння того, як зароджується і саме життя, визначивши, де, чому і як виникає психічне – та реальність, що визначає існування і є основою в житті кожної людини" [21, с. 8].

Виходячи із даної парадигми, ми спробували змоделювати динаміку формування Я-концепції в онтогенетичному ключі, де всі процеси запускаються із зачаттям, пренатальним перебігом та народженням дитини і розвиваються постадієво квантовими стрибками (де кожна попередня стадія є під ґрунтям для формування подальшої), включаючи формування пренатальної та постнатальної самостей, далі Я-ідентичності і на завершення Я-концепції як найбільш зрілої багатосферної структури, яка включає інтеріоризовану соціальну сферу, інформаційно-процесійну сферу, мотиваційну сферу та сфери самосвідомості й установок (див. рис. 3).

Динамічне підґрунтя Я-концепції як зразок безперервного зв'язку людських стосунків

Для трактування моделі нами були проаналізовані різноманітні наукові підходи до розуміння передумов формування Я-концепції задля розуміння організації процесів на кожній стадії особистісного розвитку особистості. Барбарою Якель описано наступні позиції становлення особистості, які зрештою приводять до формування Я-концепції. Це:

- Процеси становлення особистості неможливі без суспільних зв'язків;

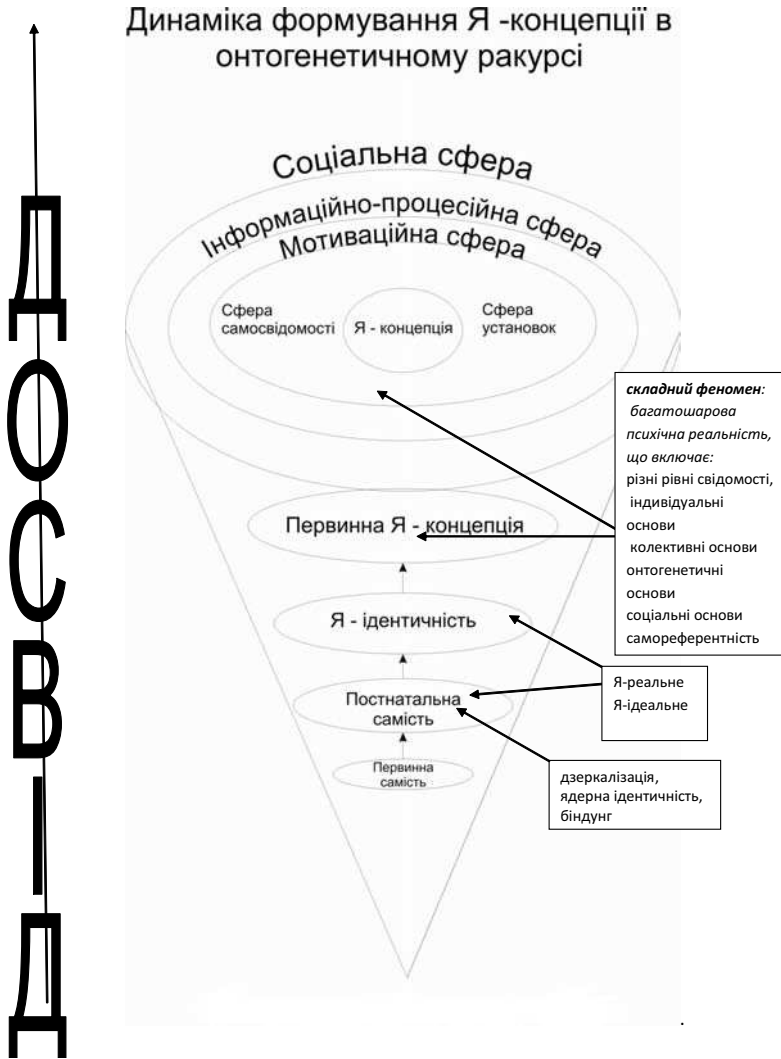
- Становлення особистості означає вдалу самореалізацію;

- Самореалізація відбувається у зв'язках із суспільством;

- Самість – це ядро нашої ідентичності. Вона розкривається біполярно через суспільні зв'язки.

- Людська самість має пренатальне коріння: есенціальний та інтерперсональний зв'язки.

- Есенціальний та інтерперсональний зв'язки становлять дві сфери розвитку нашої особистості.



*Рис. 3. Динамічна модель формування Я-концепції в онтогенетичному ракурсі*

Без вдалого симбіозу неможливими є як сепарація, так і відхід від діади мама-дитина; а далі – дитина-сім'я, а далі сім'я-суспільні зв'яз-



ки-професійна самореалізація. Якщо ми спроекуємо цю концепцію первинно на пренатальне, тоді виникає питання, яким має бути пренатальний зв'язок у спілкуванні між матір'ю та плодом. Саме звідси повинна виходити пренатальна основа зв'язків людини із суспільством, бо вона віддзеркалює афективний зв'язок у інтраутеринній сфері. Аналіз пренатальної залежності визначає впливи матерів, як сукупності інтерналізованих моделей досвіду, які в майбутньому будуть перенесені на трансцендентні моделі досвіду. На пренатальний період розвитку впливає не лише досвід зв'язків, що знаходяться на інтерперсональній вісі. Первинна матриця людської свідомості формує не лише інтерперсональну прив'язаність, як вираження здатності мами будувати стосунки, а як есенціальний зв'язок. Нам знайомі ознаки цього стану з глибоких психотерапевтично спровокованих регресивних станів наших клієнтів, які називають ще поверненням у трансперсональні переживання, реверсію та самотрансцендентністю.

Наша ідентичність, наше "Я", тобто есенціальне відображення людської ідіоми є можливим лише через самооб'єкт, який потребує розвитку завдяки емпатично резонуючій матері. Коли мати не здатна прийняти плід чи сприйняти його як окрему від себе істоту, тоді репрезентація матері досягає ідіоми, гальмуючи розвиток. Через брак відображення ембріональної екзистенції розвивається відповідна інтерналізація, яка поширює репрезентацію, що може сприяти виникненню екзистенційної порожнечі. В результаті відсутності зв'язку з об'єктом виникає референційне роз'єднання (розщеплення). На рівні протидії згідно з Р. Д. Ляйндсом затверджується хибна "Я-система". У Д. Віннікота це невідображене або хибно відображене "Я". У цій системі людська ідіома не дістає шансів на розвиток [7; 8].

Якщо пошук зв'язку та стосунку є очевидними вже в пренатальному просторі, чим тоді є вимір пренатальної екзистенції розвитку ідентифікації плоду? Пренатальний простір характеризується інтерперсональним і есенціальним зв'язками. Якщо пренатальна дитина є добре закоріненою референцією і функціонує її комунікація з мамою, тоді розвивається пренатальний зв'язок. Якщо бракує позитивної внутрішньоматкової репрезентації матері, тоді інтерперсональний зв'язок не формується, і "Я" повертається до есенціального зв'язку і регулюється завдяки інтрапсихічному досвіду особливого типу або через трансперсональний досвід. Як зазначає Якель, обидва полюси людського зв'язку – трансперсональний і персональний досвіди – впливають на розвиток первинного зв'язку, який є під'рунтям для формування подальших прижиттєвих особистісних утворень, в тому числі і Я-концепції.

Таким чином, суспільні зв'язки забезпечують особистісну цілісність. Як духовна, так і материнська інтеріорізована частки утворюють ресурсний потенціал, що уможлиблює розвиток особистості й відчуття захищеності. Завдяки попередньому досвіду людини у створенні зв'язків формується наступний досвід. Нестача есенціального відображення, яка може спричинити комунікативні дефіцити, може бути трансформована через есенціальну комунікацію спілкування. Це є досвід формування самозв'язків (зв'язку із самим собою), коли ще на пренатальній стадії розвитку дитя звертається до вроджених потенційних структур інстинкту самозбереження.

Інтерперсональний та есенціальний зв'язки можна розглядати як пренатальні коріння зв'язків людини з суспільством та під'рунтям для подальшого формування ідентифікаційних структур. Таким чином, вже в лоні матері дитина вступає в простір, що наповнений одним з наступних можливих зв'язків: світ психічної єдності з мамою та світ психічної ізоляції від неї.

Екзистенційна самотність "пренатальної людини" є відносною завдяки духовній, особливо позитивній присутності мами. І перше і друге приводить до емоційної урегульованості первинних зв'язків. Духовний вектор ідіоми формується завдяки фетальному досвіду та прадосвіду. У векторі стосунків ідіоми утворюється інтерперсональний зв'язок на основі інтраутерної присутності мами. Отже, наша ідентичність уможлиблюється через досвід інших.

Далі згадаємо про дихотомію людського самоусвідомлення, що відбувається через емоційну трансценденцію і трансформацію. Це два вектори індивідуації. У інтерособистісній сфері людина розвиває свою самоконгруентність і автономію, проте в спіритуальному просторі помітно, інтенсивно і креативно виявляється її центральна (ядрова) ідентичність. Автономія – це лише один фактор в процесі індивідуації. Індивідуація в процесі тривалого прижиттєвого досвіду досягає вершини в розкритті власної креативності, яка є вираженням ідіоматичного потенціалу. Вона активує самопризначення і прискорює інстинкт визначення, що оформлюється словом, а далі уявленням людини про себе. Прагнення пізнання суті приводить індивідуума до пошуку самооб'єкта [38; 41; 45; 46].

На стадії постнатального розвитку у процесі індивідуації пренатальний, зародковокогнітивний зв'язок (*bindung*) шукає втілення в новій референційній постнатальній конфігурації, де есенціальний симбіоз, а також вдала сепарація може бути успішно завершена та дасть новий поштовх у розвитку більш зрілих структур, що складатимуть передумови формування Я-концепції. Як бачимо, люди зустрічають один од-

ного в їх життєвому процесі не лише, щоб відтворити досвід зв'язку в сфері захисту і в потребі відтворення. Вони зустрічаються перш за все, щоб розвинути свою ідентичність, яка формується в стосунках. Їхні проєкції – це вид сполучення, з допомогою якого вони турбуються про те, щоб подолати свій есенціальний дефіцит зв'язку. Дихотомія людського уособлення виражається в досвіді біполярної самості – це континований процес зв'язку, в якому індивідуація досягає досконалості. Власне, це і є під'рунтям для подальшого формування ідентифікаційних новоутворень та більш зрілих структур "Я-концепції".

Наступна фаза розвитку передбачає постанальний контекст стосунків та формування постнатальної самості. Варто також наголосити на постнатальному періоді формування Я-образу. Звернемось до теорії Ж. Лакана про первинну локалізацію Я-образу в тілі немовляти та подивимось з цієї позиції на деякі аспекти формування сьогоденної статеворольової ідентичності [36]. Після народження немовля потрапляє в новий, зовсім інший світ, до стресів якого змушене призвичаюватись. Воно перебуває в найпотужнішому потоці зовнішніх і внутрішніх змін. Тіло щомиті росте і сигналізує про нові та нові потреби, можливості і способи активності. Динаміка подій настільки сильна, що дитина з необхідністю прив'язується до сталої опори, якою є мама. З перших днів життя немовля перебуває у стані ідентичності з материнським об'єктом, воно повністю поділяє мамине психічне життя, починає назбирувати власний психічний матеріал [18]. У дослідженнях зазначається, що процес прив'язаності двосторонній [16]. Після пологів мама перебуває у специфічному регресивному стані, який дає їй можливість інтуїтивно налаштуватися на дитину, бути чутливою до неї і задовольняти її очікування. Від якості ранньої прив'язаності між мамою та немовлям залежить задоволення базових дитячих его-потреб у дзеркалізації, ідеалізації та альтер-его. Отже, базову ідентичність можна розглядати як ядерне відчуття іншої людини і самовідчуття, яке формує матір у процесі тілесного довербального контакту. Вона має строго визначену індивідуальну конфігурацію, задану поведінкою мами щодо дитини, і пов'язана з переживанням базової довіри, сенсу існування, самоцінності та з відчуттям себе носієм власних цінностей [36].

Подальша сепарація дає дитині можливість стати автономною і окреслити довкола себе власну особистісну територію, однак, разом із тим, вона спричиняє виникнення потужної ностальгії за втраченим симбіотичним "раєм". На піку подолання кризи сепарації, що приблизно припадає на другий рік життя, закладається статєва ідентичність, яка інтегрує у собі всі попередні здобутки, "Я" стає основою для функціонування особистісних рис. Її попередниками також є "тілесне Я",

рання схема тіла та діадне відчуття "Я-не-Я". Подальший розвиток ідентичності пов'язаний з проходженням дитиною психосоціальних та психосексуальних стадій розвитку і характеризується набуттям на кожній із них певної нової якості. Із входженням дитини в латент її ідентичність можна вважати сформованою довкола ядерних особистісних рис [1].

Натомість для пубертату властивий новий спалах проблем, що завжди сигналізує про кризу ідентичності [37]. Підліток демонструє своє "Я" через ідентифікацію з певною соціальною групою, її декларованими цінностями, самоназвами, естетикою, дискурсом, іміджем, трактуванням соціального простору, ставленням до інших. Манера стверджувати і наповнювати власне "Я" через ідентифікації зі соціальними групами може диктувати необхідність підтримування мінливої самооцінки підлітка, адже нарцистичній динаміці притаманне зовнішнє функціонування системи самовартості [15]. Юнацька ж закоханість чи дружба надає можливість спроекувати власний образ "Я" на іншу особу і чіткіше розгледівши його у дзеркальному відображенні, знову увнутрішнити [15].

Далі кристалізація ідентичності відбувається в особистісних та соціально-культурних формах, однак має персональніший, індивідуалізований характер. Доросла людина сприймає свою групову приналежність крізь внутрішню систему самовартості. Ідентичність продовжує розвиватись довкола таких феноменів, як інтимність, генеративність та інтеграція досвіду, однак її фундамент і каркас можна вважати закладеними [1]. Серйозні прогалини можливі лише як наслідок важких травматичних життєвих обставин, які ставлять під сумнів звичний усталений плин життя дорослої людини. Ознаками міцної ідентичності є певність у ставленні до інших і послідовність поведінки, здатність робити вибір і усвідомлювати відповідальність за нього, добрий самоконтроль, вміння бачити своє життя в перспективі, знання про власні цінності і погляди, а також суб'єктивне відчуття психологічного благополуччя. Ідентичність виконує есенціальну функцію у психіці, вона є початком, скелетом, стержнем, довкола якого структурується особистість та її Я-концепція. Її можна розглядати як динамічну конфігурацію найрізноманітніших внутрішніх феноменів: конституційних якостей, актуальних мотивацій, здібностей, значущих ідентифікацій, звичних захисних механізмів, соціальних ролей.

Однак сучасна наука переосмислює співвідношення різних сфер Я-концепції. Когнітивні персонологи шукають відповідь на питання про співвідношення цих сфер через реконструкцію організації системи самопізнання людини, а також репрезентації в її свідомості інформації про саму себе.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Абрамова Г. С. Возрастная психология : учеб. пособие для студ. вузов / Г. С. Абрамова. – М. : ИЦ "Академия", 1999. – 672 с.
2. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание / Р. Бернс ; пер. с англ. – М. : Прогресс, 1986. – 421 с.
3. Бернс Р. Что такое Я-концепция / Р. Бернс // Психология самосознания. Хрестоматия. – Самара : ИД "БАХРАХ-М", 2003. – 672 с.
4. Бернс Р. Я-концепция и Я-образы / Р. Бернс // Самосознание и защитные механизмы личности. Хрестоматия. – Самара: ИД "БАХРАХ-М", 2006. – С. 133-211.
5. Бороздина Л. В. Что такое самооценка? / Л. В. Бороздина // Психологический журнал. – 1992. – №4. – С. 99-101.
6. Бороздина Л. В. Самооценка и возраст / Л. В. Бороздина, Е. В. Рудова, Л. В. Соломина // Категории, принципы и методы психологии. Психологические процессы : тезисы науч. сообщ. совет. психологов. – М., 1983. – С. 60-68.
7. Винникотт Д. В. Маленькие дети и их матери / Д. В. Винникотт. – М. : Класс, 1998. – 80 с.
8. Винникотт Д. В. Теория родительско-младенческих отношений / Д. В. Винникотт // Журнал практической психологии и психоанализа. – 2005. – № 2 [Электронный ресурс]. – Режим доступа к журн. : <http://psyjournal.ru/j3p/all.php>.
9. Выготский Л. С. Педагогическая психология / Л. С. Выготский. – М. : Педагогика, 1991. – 480 с.
10. Высоцкий В. С. Избранное / В. С. Высоцкий. – М., 1997. – 337 с.
11. Гуменюк О. Є. Я-концепція у пліні соціального довкілля / О. Є. Гуменюк // Психологія і суспільство. – 2004. – №2. – С. 125-143.
12. Гуменюк О. Є. Психологія Я-концепції : навч. посіб. / О. Є. Гуменюк – Тернопіль : Економічна думка, 2004. – 310 с.
13. Гуменюк О. Є. Структурно-функціональне взаємодоповнення складових Я-концепції людини / О. Є. Гуменюк // Соціальна психологія. – 2005. – № 5. – С. 66-75.
14. Джемс У. Личность / У. Джемс // Психология самосознания. Хрестоматия. – Самара : ИД "БАХРАХ-М", 2003. – 672 с.
15. Ігри для дітей – забави дорослих: психотерапія життєвих сценаріїв : м-ли науково-практичної конференції. – Львів, 2009. – 97 с.
16. Католик Г. В. Дитяча та юнацька психотерапія: теорія та практика / Г. В. Католик. – Львів : Астролябіям, 2009. – С. 7-41.
17. Католик Г. В. Практикум з психології: психологія агресії, конфлікту і любові / Г. В. Католик, Г. Є. Михальчишин. – Львів, 2009. – 185 с.

18. Католик Г. В. Пренатально-орієнтована психотерапія: перспективи розвитку / Г. В. Католик // Тези звітної наукової конференції філософського факультету. – Львів : ВЦ ЛНУ імені Івана Франка, 2009. – С. 145-150.
19. Кон И. С. В поисках себя: Личность и ее самоопределение / И. С. Кон. – М. : Политиздат, 1984. – 235 с.
20. Кон И. С. Открытие "Я" / И. С. Кон – М., 1978. – 367 с.
21. Максименко С.Д. Генезис существования личности / С.Д. Максименко. – К. : Издательство ООО "КММ", 2006. – 240 с.
22. Маслоу А. Мотивация и личность / А. Маслоу. – М., 1998. – 543 с.
23. Мей Р. Искусство психологического консультирования / Р. Мей. – М. : Класс, 1994. – 144 с.
24. Мольц М. Я – это Я, или Как стать счастливым / М. Мольц. – СПб. : Лениздат, 1992. – 194 с.
25. Пантелеева И. И. О роли интроекции в ситуациях доминирования проекции и/или проективной идентификации / И. И. Пантелеева // Психоаналитический вестник. – 2006. – №15. – С. 130-145.
26. Попова Л. В. Идентификация как механизм общения и развития личности: Методические рекомендации / Л. В. Попова, Г. В. Дьяконов. – М. : МГПИ им. В. И. Ленина, 1988. – 231 с.
27. Раджабова С. Ш. Феномен ідентифікації та його вплив на розвиток особистості в контексті вітчизняної психології / С. Ш. Раджабова // Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / за ред. С. Д. Максименка. – К. : Главник, 2008. – Т. 10. – Вип. 4. – С. 149-155.
28. Раджабова С. Ш. Категорія ідентифікації та її зв'язок з іншими поняттями / С. Ш. Раджабова // Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / за ред. С.Д. Максименка. – К. : Логос, 2007. – Т. 7. – Вип. 12. – С. 209-214.
30. Ризенберг Р. Творчество Мелани Кляйн / Р. Ризенберг // Энциклопедия глубинной психологии : Т. 3 / под ред. А. М. Боровикова. – М. : MGM – Interna, 2002. – С. 84-124.
31. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Роджерс. – М., 1994. – 368 с.
32. Франкл В. Человек в поисках смысла / В. Франкл. – М. : Прогресс, 1990. – 368 с.
33. Хьелл Л. Теории личности / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб. : Питер, 1997. – 606 с.
34. Чеснокова И. И. Проблема самосознания в психологии / И. И. Чеснокова. – М. : Наука, 1977. – С. 52-75.
35. Шибутани Т. Я-концепция / Т. Шибутани // Психология самосознания. Хрестоматия. – Самара : ИД "БАХРАХ-М", 2003. – 672 с.

36. Шишак О. І. Патології ідентичності та застосування техніки портретування у підлітковій психотерапії / О. І. Шишак // Матеріали обласної науково-практичної конференції "Деадаптована дитина: напрямки психотерапевтичної та психокорекційної допомоги". – Львів, 2004. – С. 34-37.

37. Эриксон Э. Идентичность: Юность и кризисы / Э. Эриксон. – М., 1996. – 345 с.

38. Crowell, J. Manual For The Current Relationship Interview And Scoring System. Version 4.0 [Електронний ресурс] / J. Crowell, G. Owens. – State University of New York at Stony Brook. – 1998. – Режим доступу: [http://www.psychology.sunysb.edu/attachment/measures/content/cri\\_manual.pdf](http://www.psychology.sunysb.edu/attachment/measures/content/cri_manual.pdf)

40. Grawe, K. Psychotherapieforschung zu Beginn der neunziger Jahre / K. Grawe // Psychologische Rundschau. – 1992. – № 43. – P. 44-56.

41. Jakel, B. Bipolar Self: body psychotherapy, spirituality and bonding – searching for identity / B. Jakel // International Journal of Psychotherapy. – 2001. – Vol. 6, Number 2. – Carfax Publishing, London, UK. – 543 p.

42. Kierein M, Pritz A, Sonneck G. Psychologengesetz, Psychotherapie-Gesetz, Kurzkomentar / M. Kierein, A. Pritz, G. Sonneck. – Orac, Wien, 1991. – P. 342.

43. Lacan, J. The Poetics of Psychoanalysis / J. Lakan : In the Wake of Klein (Oxford, 2005). – P. 250.

44. Olds, D. Identification: Psychoanalytic and Biological Perspectives / D. Olds // JAPA. – 2006. – Vol. 54:1. – P. 17-46.

45. Zimprich, V. Integration von intrapsychischer und interpersoneller Arbeit in der Kinder und Jugendlichen – psychotherapie / V. Zimprich. – Wien, 2000. – P. 432.

46. Zimprich, V. Die heutige lebenswelt der kinder und jugendlichen // Kinder und Jugendlichen – psychotherapie / V. Zimprich. – Wien, 2004. – P. 3-12.

47. Zimprich, V. Aspekte der Entwicklung von Kindertherapien // Kinder und Jugendlichen – psychotherapie / V. Zimprich. – Wien, 2004. – P. 27-29.

**УДК 159.922**

## **ОСОБЛИВОСТІ ВОЛЬОВОГО КОМПОНЕНТА Я-КОНЦЕПЦІЇ ЖІНОК, ЯКІ ЦІЛЕСПРЯМОВАНО ФІЗИЧНО САМОВДОСКОНАЛЮЮТЬСЯ**

*Кацера А.О., Скрипка Д.В.,*

*Стаття присвячена актуальній проблемі цілеспрямованого фізичного самовдосконалення молодих жінок засобами спортивної та художньої діяльності. Одним із чинників такої діяльності є вольовий компо-*