

Нагоицкая Алла
студентка 3 курса заочного отделения
ОНУ им.И.И.Мечникова

Психологические составляющие самооотношения

Тему самооотношения мы считаем очень интересной, важной и актуальной. Любое проявление человека, как социального субъекта происходит с включением в данный процесс его самооотношения.

Многие спорные представления и неясности в определении понятия «самоотношение» возникает из-за сложности этого личностного образования и неразработанности экспериментально-диагностического аппарата. Мы понимаем отношение к себе, как динамическую характеристику, которая отражает степень интериоризации личностью внешних воздействий.

Существует много точек зрения по поводу структуры «самоотношения». По мнению психолога Чесноковой И.И. структурные составляющие: когнитивная и эмоционально-ценностная действуют неразрывно. Иной точки зрения придерживается Кубышинка М.Л., понимая отношение к себе как сложный психологический феномен, в структуре которого выделяет оценочный и эмоциональный компоненты, а когитивный как основу понятия «познание себя». Мы придерживаемся мнения, что есть разные виды самооотношения: когнитивный и эмоционально-ценностный, которые существенно отличаются и соответственно отличаются их структурные составляющие. В основе когнитивного вида отношения к себе лежат знания субъекта о самом себе – положительные или отрицательные, устойчивые или неустойчивые. Эти знания могут быть на уровне разрозненных представлений о себе и на интегративном уровне. Эмоционально-ценностный вид самооотношения представляет меру удовлетворенности собой.

Мы придерживаемся мнения, что совокупность частных самооценок образует общую самооценку. Общая самооценка, рефлексия и уровень притязаний влияют на формирование феномена отношения к себе. Самоотношение можно представить системой основных показателей-антиподов: устойчивое – неустойчивое; позитивное – негативное; спокойное – тревожное;

адекватное – неадекватное; осознаваемое – неосознаваемое. Определив степень выраженности этих показателей можно определить уровень самоотношения. Есть и другой показатель, характеризующий особенности рассматриваемого феномена: расхождения между самооценкой и уровнем притязаний. Рассмотренные показатели постоянно взаимодействуют между собой и могут изменяться в процессе онтогенеза. Есть разные виды отношения к себе: самоуважение, самолюбие, гордость, совесть и т.д. Они могут быть ситуативными и устойчивыми. Например, личность, у которой самоотношение носит отрицательный характер, в какой-нибудь ситуации может проявить, к примеру, самолюбие. Это может произойти из-за конфликта между его внутренними ценностями и внешними нормами.

Большой интерес вызывает рассмотрение самоотношения с точки зрения временной перспективы, ведь время является особым измерением личности. С одной стороны все явления мира функционируют во времени и включены в него, с другой только человеку и его сознанию свойственно регулярно выходить за рамки настоящего, прорывая его пределы в направлении будущего и прошлого. Такие прорывы свойственны человеку не только по отношению к явлениям внешнего мира, но и по отношению к себе. Так как самоотношение личности структурировано во времени, можно выделить три вида «Я»: актуальное «Я» (я здесь и теперь), ретроспективное «Я» (я в прошлом) и проективное «Я» (я в будущем). При этом временной аспект структурированности «Я» далеко не изучен, так как традиционно исследуют актуальное «Я», тогда как о ретроспективном и проективном «Я» имеется мало сведений. Это можно объяснить тем, что исследования самоотношения не всегда строятся с учетом временного измерения. Можно предположить, что личность, не только строит образ того, каким он был в прошлом, какой он есть сейчас и каким представляет себя в будущем, но и занимает определенную временную позицию. Например, можно рассказывать о том, каким был в прошлом, опираясь на настоящее или исходя из планов на будущее, или погрузившись в прошлое. Исходя из этого, можно выделить два аспекта временной структурированности самоотношения: во первых, что является содержанием отношения к себе – актуальное,

ретроспективное или проспективное «Я»; во вторых, из какой временной позиции, или какой временной перспективы презентирован образ «Я». Мы считаем очень важным учитывать временную составляющую самоотношения личности во время психоконсультации или психотерапевтического сеанса. Проанализировав, на какой период направлено внимание личности, какие собственные поступки и личностные черты не ассимилированы, те которые совершаются сейчас или же те, которые относятся к прошлому, и с какой временной позиции личность осуществляет самооценку этих поступков и черт, можно получить очень ценную информацию для понимания внутреннего мира личности и коррекции ее неадекватных установок.

Исходя из вышесказанного, можем сделать вывод о важности процесса формирования самоотношения. Ведь от отношения к себе зависит, как человек сможет самовыразиться и самореализоваться в жизни.