

ВОЗМОЖНОСТИ ДИАГНОСТИКИ Я-КОНЦЕПЦИИ

DOI: 10.25629/НС.2021.05.07

Луцик М.Ю.

¹Санкт-Петербургский государственный университет

Аннотация. В данной работе представлено методологическое и эмпирическое изучение феномена Я-концепции, при подходе к нему не как к структурному новообразованию, а как к процессу, направленному на достижение самоактуализации. В соответствии с этим нами были представлены и описаны следующие способы символизации опыта: организмические ощущения, оценка других людей и концептуализация опыта. Данные способы проживания опыта служат для реализации более «собственного» и развивающего поведения. Были установлены психометрические показатели, проверена прогностическая, структурная и конвергентная валидность, эмпирически уточнены значения слоев психики. Так, организмический слой позволяет переживать опыт, опираясь на собственные критерии оценки, но при доминировании отчуждает от других людей; социальный слой связан со взаимодействием с другими людьми, усвоением норм и законов, но также отчуждает человека от своего реального Я; концептуальный слой способствует выбору опыта, который связан с комфортом, аутосимпатией. Но именно взаимодействии этих слоев позволяет переживать опыт и достигать самоактуализации. Результатом данной работы является разработанная методика, которая может использоваться как в научных, так и прикладных исследованиях.

Ключевые слова. Я-концепция, символизация опыта, Самоактуализация, образ Я, диагностика личности.

Введение в проблему

Почти любое психологическое направление соприкасается с изучением Я-концепции и работой с ней. Это связано с тем, что в Я-концепции выражены представления человека о самом себе, а значит, она дает возможность постижения его личности [6]. Помимо этого, Я-концепция организует поведение, определяя способ интерпретации опыта [18], следовательно, она влияет на его доступность и адекватность. Тем самым, ее изучение необходимо, ведь она является феноменом, тесно связанным с выбором определенного поведения и оценкой ситуации [31].

Как можно отметить, Я-концепция – это обширный феномен, связанный с внутренним миром человека. К его определению существует множество подходов на основе тех функций, которые он реализует: от понимания его в роли системы опыта, образа Я [1], интегративной системы [23] до внутренней сущности личности [6] и т.д. Подобное широкое понимание порождает простор для интерпретаций по поводу содержания Я-концепции и приводит к тому, что в настоящее время существует достаточный интерес к данной проблеме, но нет единой точки зрения для её решения [12]. Помимо этого, отсутствие единого понимания ведет к тому, что нет целостного способа диагностики этого феномена, авторы отмечают, что нужен большой комплекс методик для его изучения [5]. Например, используются методики, диагностирующие эмоциональные компоненты Я-концепции, её когнитивные структуры, самоотношение, поведенческие аспекты [32, 1], либо же привлекаются проективные методики, интерпретация которых является трудоемкой [19].

Обоснование проблемы

Исследователями отмечается значимость Я-концепции, ее изучения и привлечения в практическую деятельность [1, 5, 23]. Но несмотря на активное теоретическое осмысление этого феномена, нет целостного и согласованного способа его изучения, диагностируются лишь некоторые аспекты Я-концепции. В практической работе психологов также отсутствуют методики скрининговой диагностики Я-концепции как целостного объекта с соответствующими рекомендациями по дальнейшей работе и обуславливающих применение определенных техник в зависимости от типа Я-концепции [23, 12].

Тем самым, проблема исследования заключается в отсутствии единого понимания структуры Я-концепции, она осмысливается через многочисленные функции изучаемого феномена. Это ведет к появлению большого количества методик, диагностирующих единичные функции Я-концепции и отсутствию целостного способа объективной диагностики. Как показывает практика, одним из немногих способов изучения становится применение большого количества стандартизированных методик, что не дает целостного представления о Я-концепции, так как сумма характеристик не равна целостному феномену.

В данной работе решение поставленной проблемы происходило следующим путем:

1) Формирование понятия Я-концепции за счет её цели – достижения Самоактуализации. Это позволило уйти от структурного изучения Я-концепции, ведущего к избытию единичных функций, не описывающих её целостную характеристику.

2) Создание диагностирующей методики на основе цели Я-концепции, которая реализуется за счет взаимодействия трех оценочных слоев, формирующих действующую Я-концепцию. Процедура диагностики заключалась в том, что респонденты записывали определения, описывающие их Я, распределяя их по категориям, разработанным на основе теоретического анализа феномена Я-концепции. Тем самым, это позволило изучить наполненность каждого из слоев Я-концепции, соответствующих сформированной категории. При анализе данных подсчитывалось только количество высказываний без потребности в последующей их классификации в зависимости от содержания. Именно количество высказываний указывало на акцентуацию какого-либо из слоев Я-концепции.

Теоретическое основание. Краткий обзор исследований

Для разработки диагностики основным этапом является точное определение изучаемого феномена. Проводимая в этом исследовании концептуализация основывалась на той общей цели, которую выполняет Я-концепция, а именно – на достижении Самоактуализации. Ради достижения этой цели в Я-концепции символизируется происходящий опыт, а в дальнейшем на его основе происходит выбор действия. Это предположение согласуется и с представленными в литературе мнениями исследователей, за исключением отсутствия в них основного – цели, ради которой Я-концепция организует поведение. Так, Голубь [6] пишет, что Я-концепция структурирует деятельность человека, а по мнению Р. Бернса [2] Я-концепция организует психику и определяет интерпретацию опыта. Мы «видим» истории [26], воспринимаем себя и окружающий мир лишь в тех рамках, которыми обладает наша Я-концепция. Добавим, что Я-концепция является фильтром, изменяющим наше восприятие и организацию опыта [6]. Она является «порогом», при минимальной активизации пропускающим соответствующий уже известному опыт и исключающим, за счет действия защитных механизмов, несоответствующий, даже при его сильном воздействии, каким бы полезным, правильным и развивающим этот опыт ни казался со стороны [Хартман, 2002].

Переходя к определению, нельзя не отметить, что так или иначе, Я-концепция дана нам как «область представлений о себе» [23], являющаяся при этом сознательной не в любой момент времени, что побуждает к её изучению с помощью проективных средств. Так, ситуация проецирования высказываний в разрабатываемой диагностике была направлена на то, чтобы сделать сознательными необходимые для исследования блоки Я-концепции.

Следующий аспект заключается в том, что эти представления о себе являются развивающимся и самоочищающимся результатом процесса оценки опыта при выборе наиболее развивающего поведения [33]. Как писала Е. С. Шильштейн: «Она (Я-концепция) является развитием и овладением с помощью знака организмической функцией оценки опыта» [25]. Это положение подтверждается и допущением гуманистической психологии о врожденной тенденции к Самоактуализации, которая уже на ранних стадиях позволяет оценивать опыт [8]. Тем самым, Я-концепция **определяет** то, как индивид будет интерпретировать свой опыт, действуя как внутренний фильтр, который ведет человека к Самоактуализации. Соответственно, существует как минимум два вида опыта, среди которых и возможен этот выбор. Он дифференцируется на основе Я-концепции как положительный и отрицательный или, как называл его К.

Роджерс, – развивающий и не развивающий [18]. Способы дифференциации опыта включают в себя ощущения организма – они позволяют выбирать именно «собственное» поведение, а дифференцировать его как таковое можно лишь из переживания, испытываемого организмом [28]. Вторым способом выбора опыта является описание Другого [22], в этом случае при дифференциации опыта выбирается не тот, который ощущается «организмически правильным», а тот, который больше поддерживается другим человеком. Так, по утверждению К.Роджерса, человек испытывает потребность в положительном отношении и принятии, и зачастую, в угоду этому, он начинает жертвовать конгруэнтным опытом [33]. И, наконец, третьим способом символизации является концептуализация своих прошлых действий [17]. Этот способ связан с формированием Я-концепции как феномена в целом, он позволяет сложить устойчивую характеристику, обрести четкие представления о себе.

Таким образом, **Я-концепции** – это область представлений о себе, которая постепенно развивается и уточняется за счет взаимодействия организмического, социального и концептуального оценочных слоев для реализации более «собственного» и развивающего поведения. На изучение именно этого феномена и была направлена разрабатываемая методика.

Структура методики, особенности разработки

Непосредственно структура методики также вытекает из описанных аспектов и сформулированного определения Я-концепции. Кроме того, она основывается на предположении Г. Уиллера и К. Роджерса, что в символизации опыта основными аспектами являются: (1) собственные ощущения, через висцеральные переживания, указывающие на то, является опыт развивающим или же нет и (2) описания Другого, который может поддерживать этот опыт или отстранять от него [22, 18]. На основе взаимодействия этих двух аспектов формируется определенная структура Я-концепции, состоящая из четырех зон, отраженная в рисунке 1. Также, в дальнейшем в онтогенезе формируется еще один слой – концептуальный, направленный на менее энергозатратный выбор в ситуации неопределенности [7], но при доминировании не позволяющий находиться в ситуации «здесь и сейчас» [4].

Есть организмические ощущения			
Положительная внешняя оценка	Реальное Я	Вытесняемое Я	Отрицательная внешняя оценка
	Принятое Я	Не Я	
Организмических ощущений нет			

Рисунок 1 – Структура Я-концепции

На основе условий формирования слоев было сформулировано их теоретическое значение, а также предположительные связи с используемыми нами диагностиками, что позволило установить конвергентную валидность и изучить теоретические и эмпирические значения шкал.

Так предполагается, что организмический слой позволяет индивиду оценивать опыт из его собственных критериев и телесных откликов, что может вести к самоактуализации за счет реализации собственного Я, Самости [23]. Организмический слой позволяет переживать опыт на основе ощущений организма, а значит может наблюдаться высокая воплощенность в теле и низкая онтологическая уверенность [9].

При доминировании этого способа оценки не формируется Ложное Я, что должно проявляться в обратных взаимосвязях с этой шкалой, а также должны присутствовать обратные связи с механизмами защиты, ведь при подобном способе обращения с опытом нет необходимости в вытеснении содержания [18].

При актуализации социального слоя Я-концепции респонденту приходится отказываться от переживаемого опыта, реализовывать принятое содержания [22], а значит, при его доминировании должны наблюдаться склонности к формированию Ложного Я, зависимой Я-концепции [15]. Этот слой в меньшей мере ведет к самоактуализации и связан с соответствующими шкалам этой методики. В отличие от первого, он может быть тесно связан с защитными механизмами и, в целом, с большим уровнем психического напряжения, так как опыт не может усваиваться непосредственно из-за доминирования условия ценности, что ведёт к различным способам расщепления и вытеснения опыта, не соответствующего мнению Другого [4].

Последний, концептуальный слой, является менее теоретически ясным, чем остальные. Предположительно, он связан с воспроизведением прошлых способов действий и отношений [17], а значит, также не должен иметь взаимосвязей с самоактуализацией. В то же время ожидаются обратные связи с креативностью и автономностью личности, которые снижаются при подобном типе оценки опыта. Ложное Я, при доминировании этого слоя, актуализируется меньше, ведь человек, хотя и пользуется неактуальной нынешней ситуации оценкой, но все же эта оценка является своей, а не принятой от Другого. Выраженность механизмов защиты должна быть достаточно большой, так как использование старых способов — это регрессия, которая защищает от переживания ситуации в «здесь и сейчас» [16].

Для проверки этих предположений и содержательного аспекта Я-концепции были составлены вопросы на основе их теоретического значения, которые применялись в разрабатываемой диагностике.

Реальное Я формируется при условии принятия ребёнка родителем, то есть, в том случае, если ребенок, переживающий конкретный опыт, может рассчитывать на помощь родителя в символизации этого опыта [22]. В таком случае у человека формируются устойчивые представления о мире и о себе как о носителе определенных характеристик и отношений. **Вопросы**, направленные на изучение этой зоны: Каким человеком Вы являетесь? Какие особенности характеризуют Вас больше всего?

Принятое Я, в основном, состоит из предписаний Другого, чаще всего родителя, либо общественного закона. В этом случае человек не испытывает опыт, не ощущает какую-либо характеристику, но Другой его убеждает, что этот опыт есть [15]. Например, авторитетные родители могут постоянно повторять какое-либо высказывание и заставлять ребенка поверить в него. Здесь происходит формирование саморепрезентации человека без подтверждения организмическим опытом. Поэтому, основными вопросами, направленными на мнение другого о человеке, являются: Как бы Вас охарактеризовал друг/знакомый/член семьи? Что в вас часто замечают другие?

Вытесняемое Я. Эта зона формируется из внешней отрицательной оценки действительного опыта ребенка, из негативных предписаний по поводу *происходящего* организмического опыта. Здесь организмический опыт не может символизироваться в сознательное содержание [18]. Он не исчезает полностью, но и не может быть сознательно воспринят человеком, поэтому человек может чувствовать себя уязвимым в этом аспекте и старается его скрывать. **Вопросы**: Что Вы не хотите показывать своим близким? С какими характеристиками Вам приходится «уживаться»?

И последняя зона – **Не-Я** – связана с потенциальным ограничением в символизации опыта. Так, в данный момент она не отчуждает человека от определенных характеристик, но ограничивает возможность самоактуализации в дальнейшем, в то же время, указывая на то, какой опыт является наиболее важным для развития человека. **Вопросы:** Каким человеком Вы точно не являетесь? Что Вам совсем не присуще?

Для более детального изучения формирования выделенных зон и проверки валидности методики, респондентам предлагалось распределить написанные ими определения на 3 группы.

Первая группа соответствовала **организмическому слою** и тому, может ли человек ощущать данные характеристики как свои. Описание строки - *Я чувствую эту характеристику своей, мне нравится быть таким, это именно то, кем я являюсь на самом деле.*

Вторая группа направлена на изучение **социального слоя** и на определение, являются ли эти характеристики интроектным содержанием или же нет. Ориентиры - *Другие часто утверждали, что я являюсь таким; эта характеристика помогает мне взаимодействовать с людьми; она нравится остальным.*

И третья группа была сформирована для изучения **концептуального слоя**, а именно - склонности символизировать опыт не из ситуации здесь и сейчас, а из шаблонных, сформированных ранее ориентиров. Описание - *Я привык к этому; я всегда был таким; я редко задумываюсь, я ли это.*

Таким образом, была разработана методика для диагностики Я-концепции, с которой можно ознакомиться в приложении 1. С ее помощью возможно изучение выраженности слоев оценки опыта, которые являются основными составляющими Я-концепции.

Процедура исследования, инструменты и выборка

Для проверки основных гипотез была набрана выборка, состоящая из 121 респондента. Было достигнуто равномерное распределение по полу $m = 59$, $f = 62$. Возраст $m = 21$, $SD 2,4$. Материалом для сбора данных у описанных респондентов, помимо разрабатываемого нами инструмента, были следующие методики: Методика диагностики онтологической уверенности Коптевой Н.В.; Опросник «Коллективной Я-концепции» Дорошева Е.А.; Диагностика самоактуализации личности А.В. Лазукина в адаптации Н.Ф. Калина (САМОАЛ); Методика диагностики индекса жизненного стиля Плутчика в адаптации Вассермана Л.И.

Методы математического анализа

Для изучения надежности разрабатываемой методики использовался критерий Альфа-Кронбаха. Множественный регрессионный анализ был использован для изучения эффекта, оказываемого количеством написанных слов в слоях Я-концепции, на выраженность психологического напряжения и, тем самым, был направлен на проверку прогностической валидности данной методики. Также был использован корреляционный анализ Спирмена для проверки конвергентной валидности данной методики. Факторный анализ с вращением был проведён для проверки структуры Я-концепции

Результаты исследования

Психометрические характеристики

Проверка психометрических характеристик началась с изучения согласованности пунктов методики, был получен Коэффициент Альфа Кронбаха = 0.84. Это является достаточно высоким показателем, учитывая небольшое количество элементов, равных 7. Соответственно, повышение надёжности не обосновывается лишь количеством заданий. Удаление любой из шкал приводило к снижению коэффициента, а значит, данные пункты согласованы, и лишние шкалы отсутствуют.

Также для изучения надежности методики использовался метод половинного расщепления диагностики и изучения взаимосвязи между двумя половинами тестов, этот коэффициент оказался равен 0,67 что не является достаточно большим значением, поэтому в дальнейшем планируется лонгитюдный способ проверки надежности методики.

Таблица 2 – Проверка надежности диагностики по методу половинного расщепления

Коэффициент половинного расщепления Гуттмана	,677
--	------

Прогностическая валидность

Первый этап проверки валидности был направлен на анализ получаемых в диагностике слоев Я-концепции: организмического, социального, концептуального. Основная задача состояла в проверке их прогностической валидности, то есть способности предсказывать выраженность психологического напряжения с помощью множественного регрессионного анализа.

Таблица 3 – Множественный регрессионный анализ эффекта слоев Я-концепции на выраженность психологического напряжения

Шкалы	β	SE	VIF
Организмический слой	-,165	,034	,142
Концептуальный слой	-,132	,043	,28
Социальный слой	,343	,037	,005*
R ²	0,28		
F	31,93		
Зависимая переменная: Психологическое напряжение			
Примечание. *** $p < 0,001$, ** $p < 0,01$, * $p < 0,05$			

Как можно отметить, из трех слоев статистически значимым предиктором является социальный слой ($p < 0.05$). А значит, в зависимости от количества определений, написанных в этой зоне, можно предсказать выраженность механизмов защиты и отчужденность от опыта. Это подтверждается и теоретическими представлениями об этом слое оценки. При его доминировании человек не может воспринимать опыт из своих собственных категорий [11] и, тем самым, почти отказывается от индивидуальной эмоциональной жизни. Так, Я-концепция не может расширяться, самоактуализироваться [14] из-за того, что индивид не подпускает новый опыт к переоценке и ассимиляции. Он не может удовлетворить свои потребности по причине невозможности их осознания, что ощущается как психологическое напряжение.

Остальные два слоя, хотя и не оказались статистически значимыми, но так или иначе, имеют тенденцию оказывать негативный эффект на выраженность механизмов защиты, а значит, наполненность организмического слоя позволяет находиться в более близком контакте с переживаемым опытом. Концептуальный слой, вероятно, связан с переживанием ситуации комфорта и уюта, что снимает напряжение, но все же не позволяет адекватно усваивать новый опыт.

Внутренняя конвергентная валидность

На основе проведенного анализа можно увидеть, что слои Я-концепции оказывают эффект на выраженность психологического напряжения. Однако, совершают они это со своей спецификой, на изучение которой и был направлен следующий – корреляционный анализ Спирмена, с целью установить особенности каждого слоя. Также корреляция шкал разрабатываемой методики с похожими методиками позволяет установить ее конвергентную валидность.

Таблица 4 – Корреляционный анализ Спирмена между шкалами объективных диагностик и слоями разрабатываемой диагностики Я-концепции

Шкалы	Реальное Я	Принятое Я	Вытесняемое Я	Не Я	Организмический слой	Социальный слой	Концептуальный слой
Диагностика самоактуализации							
Ориентация во времени						-0,26	
Ценности		-0,33					
Взгляд на природу человека		-0,32	-0,34			-0,52	-0,32
Потребность в познании						-0,51	
Креативность						-0,25	
Автономность	0,44	0,63		-0,22		0,49	0,51
Спонтанность	0,61					0,68	
Само- понимание				-0,41			
Аутосимпатия	0,54					0,49	
Самоактуализация						0,48	
Диагностика онтологической уверенности							
Витальные контакты с миром							
Автономия		0,32					
Ложное Я	-0,55	0,41				0,4	
Онтологическая уверенность	0,39						-0,49
Диагностика коллективной Я-концепции							
Зависимая Я-концепция		0,36		0,41			
Диагностика защитных механизмов							
Вытеснение	-0,63						
Регрессия							
Замещение							-0,43
Проекция						-0,39	-0,54
Гиперкомпенсация							-0,55
Рационализация						-0,35	
Общее напряжение						0,36	

Этот анализ направлен на изучение последних трех шкал, обозначающих слои личности. Как можно будет увидеть в факторном анализе, именно они являются основными шкалами методики, остальные содержательные зоны позволяют уточнить их значения, так как они являются составляющими этих слоёв.

Первый, организмический слой, характеризует людей, как умеющих находится в ситуации «здесь и сейчас» и способных символизировать свои собственные ощущения [18, 13]. Это про-

является во взаимосвязях со спонтанностью (0.68), аутоэмпатией (0.49) и, в целом, с самоактуализацией (0.48). У них не формируется ложное Я (-0.55), так как они не нуждаются в заимствовании общих, культурных способов оценки [9], они имеют доступ к своим собственным ощущениям, а значит, могут оставаться собой, как и предполагалось в теоретическом анализе. У таких людей достаточно мало взаимосвязей с защитными механизмами и их выраженностью, присутствует взаимосвязь лишь с проекцией (-0.39), что подтверждает гипотезу о том, что такие люди умеют символизировать свои переживания и не имеют необходимости приписывать их внешнему объекту, чтобы встретиться с ними [15]. Но, хотя у данного слоя и прослеживается выраженная взаимосвязь со всеми аспектами самоактуализации, а значит, при его доминировании люди должны иметь возможность актуализировать свою Самость и в этом процессе продвигаться дальше остальных, это не совсем так. Данный слой опосредует лишь отношения человека с самим собой, с его возможностью соприкасаться с эмоциями, ощущениями. Но тогда вырабатывается индивидуальный норматив, и человек меньше соотносит себя с Другим, и, соответственно, меньше вступает с ним в контакт [8]. Тем самым, он не обладает зависимой Я-концепцией, которая позволяла бы вступать в подлинный контакт с другим человеком, что проявляется и в отрицательной взаимосвязи со взглядом на природу человека (-0.52). А без подлинного контакта невозможна Самоактуализация [21].

Социальный слой описывает людей как имеющих слабый контакт со своими ощущениями, что проявляется в отрицательных взаимосвязях с креативностью (-0.25), ориентацией во времени (-0.26). Потребность в познании (-0.51) у них также снижена, а значит, отсутствует стремление к осмыслению нового опыта. Функцию оценки за человека выполняют общественные нормативы [7], он отчуждается от самого себя, что проявляется во взаимосвязи с Ложным Я (0.4). Также в данном слое интересны взаимосвязи с механизмами защиты. Обратная взаимосвязь с рационализацией (-0.35) может быть понятна в том аспекте, что люди не «переживают» свой опыт и не осмысливают, а скорее просто проглатывают его так, как им предлагали делать с детства [22]. Данный способ обращения с переживаниями повышает общий уровень напряжения (0.36), так как многие потребности организма оказываются неудовлетворенными, фрустрированными [16]. Все это совпадает с нашими теоретическими представлениями об этом слое, но, помимо этого, эмпирический анализ показывает нам, что подобное усвоение общественных норм позволяет быть в контакте с другими людьми и успешнее адаптироваться (0.51) в социуме, ведь большая часть установок и характеристик индивида подчиняется их правилам и целям [10] тем самым у этого слоя есть и позитивное значение.

Последний, концептуальный слой, сложнее поддается интерпретации. Он также имеет отрицательные взаимосвязи с аспектами самоактуализации, но в данном случае основным является отсутствие самопонимания (-0.41). Также значимой является его взаимосвязь с онтологической уверенностью (-0.49), а значит, он может быть попыткой ответить на базовую неуверенность за счет единожды сформированного решения – паттерна поведения [9]. В целом, он похож на предыдущий слой в том смысле, что отрывает человека от разрешения ситуации здесь и сейчас на основе потребностей своего организма. Только в предыдущем описанном слое решение «как символизировать опыт» идет из общества, от оценки другого, здесь же человек формирует критерии сам (обычно в детстве), а затем он их не пересматривает, создает способ оценки раз и навсегда. Что интересно он имеет множество обратных взаимосвязей с механизмами защиты: замещение (-0,43), проекция (-0,54), гиперкомпенсация (-0,55). Это не согласуется с теоретическими представлениями об этом слое, но подобные взаимосвязи можно проинтерпретировать следующим образом – человек пользуется не просто прошлыми способами оценки, а пытается «концептуализировать» остановить изменения из-за этого он почти не пользуется механизмами защиты, связанными с активным отводом катексиса, обретения нового объекта [10], ведущие к иной активности.

Таким образом, основная гипотеза подтвердилась. Количество определений, которые индивид продуцирует в ответ на вопросы, связано с возможностью использования слоев Я-концепции. Каждый из этих слоев взаимосвязан со способностью достигать самоактуализации, а

точнее, они являются пространством, в котором человек оценивает опыт и если в системе доминирует какое-то одно пространство, то опыт начинает оцениваться неадекватно, так как Я-концепция – это система, которая позволяет классифицировать опыт для выбора, наиболее развивающего из возможных. И если какие-то ее зоны более акцентированы, то опыт оценивается не *per se*, а исходя из усвоенных категорий [3].

Внутренняя конструктивная валидность

Следующим шагом являлась проверка структуры данной диагностики, а также предположения о том, что способствовать самоактуализации может лишь взаимодействие всех трех слоев. Для этого был проведен факторный анализ и получены следующие результаты.

Таблица 5 – Результаты факторного анализа на общей выборке

Шкалы	Факторы		
	1	2	3
Организмический слой	-,322	,828	
Концептуальный			,393
Социальный	,401		
Самоактуализация	-,780	0,35	-,351
ложное Я	,819		
Общая напряженность	,753		-,317
доминирование Я-концепции			,696
Доли общей дисперсии	27,2	23,74	18,5
Метод выделения: Анализ методом главных компонент. Метод вращения: Квартимакс с нормализацией Кайзера			

Прим. выделены факторные нагрузки, превышающие 0,3 по модулю.

На основе проведения факторного анализа было выделено 3 фактора включающих в себя различные оценочные слои, описанные выше. Представленные в теоретическом анализе способы оценки равномерно распределились по каждому из выявленных факторов с близким уровнем процента дисперсии, а значит они могут характеризовать различные способы оценки опыта.

В первый фактор, который может быть назван – *отчуждение от Я*, из всех слоев с наибольшей значимостью вошел социальный слой (0,4), а также организмический (-0,32), что показывает нам различные функции этих слоев. Из шкал остальных диагностик сюда так же вошел интегральный показатель самоактуализации с отрицательным вкладом (-0,78), Ложное Я (0,81), на основе которого было вынесено название этого фактора и общая напряженность (0,75) с прямой связью. Подобные показатели могут быть проинтерпретированы в том аспекте, что при доминировании социального слоя респондент склонен к оперированию оценками опыта, предоставленными ему Другим, а значит не ведущим к актуализации именно его Самости (самоактуализации) и тем самым формирующим Ложное Я. Общая напряженность же является естественным следствием, подобного стиля жизни [24].

Второй фактор, названный *переживание Я*, почти полностью описывается организмическим слоем (0,82), но вклад самоактуализации в этот фактор не такой большой и значимый, как предполагалось в теоретическом анализе (0,35). Это может говорить, о том, что одного этого слоя оказывается недостаточно для самоактуализации, индивид должен владеть большим репертуаром средств для оценки опыта, также отсутствие связей с другими шкалами показывает его неоднозначность.

Третий фактор – *удержание Я* описывает индивида, как пытающегося удержать действующую ситуацию и с самым большим вкладом в этот фактор вошла шкала доминирования Я-концепции (0,69). Концептуальный слой вошел этот фактор с весом (0,39), что говорит о том, что при его использовании человек склонен «удерживать» наличное Я, не менять ни его, ни, скорее всего, действующую ситуацию, что отражается в отрицательном вкладе в этот фактор самоактуализации (-0,35) и общей напряженности (-0,31). При этом факторе человек реагирует лишь на неприятный, наиболее эмоциональный опыт, всё остальное он оставляет без внимания и принимает как должное без осмысления [27]. Тем самым, вынуждено он не отчужден от себя, поэтому здесь нет вклада Ложного-Я.

Обсуждение результатов

На основе применения множественного регрессионного анализа и корреляционного анализа Спирмена были установлены значения каждого из слоев Я-концепции, а также доказана их способность оказывать эффект на выраженность психологического напряжения, выступающего в качестве внешнего прогностического критерия, тем самым, была доказана основная гипотеза о характеристике слоев Я-концепции.

В соответствии с результатами этих анализов теоретические и эмпирические значения слоев были сопоставлены, и было подтверждено, что по своей сути они соответствуют друг другу, но все же были выявлены отличия на основе значимых взаимосвязей. Помимо изучения конвергентной валидности, сопоставление теоретических и эмпирических значений помогло в более детальном описании слоев Я-концепции. Организмический слой позволяет оценивать опыт на основе ощущений, сенсорных реакций, он наделяет взаимоотношения с миром чувственным смыслом, личным значением. В то же время подобная сосредоточенность на ощущениях не позволяет вступить в полный контакт с остальными людьми. Социальный слой способствует усвоению законов и правил человеком, на его основе Эго может контролировать свои потребности и желания для того, чтобы соответствовать принятым в обществе нормативам. Он позволяет быть более адаптивным, но в то же время отчуждает человека от самого себя. Концептуальный слой направлен на то, чтобы человек мог осуществлять выбор в ситуации неопределенности наименее энергозатратно на основе того, что раньше этот опыт встречался в его жизни, но подобный тип обхождения с опытом не учитывает изменения ситуаций и потребностей.

Для каждой из шкал, на основе изучения профилей личности респондентов, набравших баллов выше одного стандартного отклонения и установленных эмпирических значений, были сформированы более точные описания:

У людей, которые относят большее количество определений в организмический слой, можно отметить доминирование оценки ситуации из собственных критериев. Они имеют возможность спонтанно реагировать на среду, быть более креативными и независимыми от чужих оценок, но это мешает им выстраивать отношения с другими людьми, выполнять социальные предписания, находить приемлемые роли.

Респонденты с доминирующим социальным слоем, в большей мере ориентируются на социальные нормы, они способны выстраивать наиболее адаптивные и комфортные отношения и вступать в контакт с остальными людьми. Но в то же время у таких индивидов есть проблемы с определением их собственного отношения к ситуации, своих потребностей и желаний, что в пороговых значениях может быть связано с формированием Ложного Я.

При концептуальном слое оценки человек в меньшей мере испытывает психологическое напряжение, он не пытается изменить действующую ситуацию, не выходит за ее пределы и пытается сохранить действующее Я. Он отдает предпочтения своим прошлым решениям как ориентиру для дальнейшей жизни редко их пересматривая, а значит, не находясь в контакте как с самим собой, так и со средой. Развитие Я-концепции может останавливаться из-за подобного желания находиться в комфорте.

Предположение, что здоровая Я-концепция, способствующая актуализации Самости, может свободно использоваться все три слоя, подтвердилось. Это было обосновано с помощью

применения факторного анализа. На его основе можно отметить, что лишь организмического слоя не хватает для достижения самоактуализации. Также была установлена согласованность и надежность шкал методики, исключение любого из подвопросов не сказывается позитивно на коэффициенте Альфа Кронбаха, но надежность методом расщепления находится в средних значениях и необходимо лонгитюдное изучение особенностей Я-концепции, предложенный вариант модели является лишь первым этапом проверки психометрических характеристик.

Выводы

Описать суть Я-концепции на основе ее содержания является достаточно сложной задачей, поэтому, процесс концептуализации данного понятия в исследовании основывался на цели, которую выполняет феномен. Так, основная цель Я-концепции – достижение самоактуализации, выбор наиболее развивающего опыта [18]. Сама же она является организующей поведением системой [1], направленной на символизацию опыта и его оценку, с целью выбора наиболее соответствующего потребностям и тенденции к самоактуализации – именно к такому определению удалось прийти в процессе данного исследования.

Помимо этого, в ходе реализации данного исследования были сформулированы следующие выводы:

1) Подтверждена структура Я-концепции, которая состоит из трех оценочных слоев. Выделенные зоны (Реальное-Я, Принятое-Я, Не-Я, Вытесняемое-Я) являются составляющими этих слоев.

2) При проверке конвергентной и прогностической валидности разработанной методики, слои подтвердили свое теоретическое значение. Организмический слой позволяет испытывать собственные телесные ощущения, быть в контакте с собой, но также было установлено, что он отчуждает человека от взаимодействия с другими людьми и, хотя и позволяет чувственно переживать опыт, при его акцентуации снижается возможность этот опыт символизировать и понимать. Социальный слой, как и предполагалось в его теоретическом описании, ведет к Ложному Я, он связан с регрессией из-за подчинения условиям ценности, а также с психологическим напряжением, но в то же время он помогает быть человеку более эмпатичным и автономным за счет понимания Другого. Концептуальный слой связан со стагнацией и нежеланием какого-либо изменения и развития, как и ожидалось, но также было установлено, что этот слой связан с высоким уровнем аутосимпатии, а значит, он может доминировать, если человек нравится сложившаяся ситуация, а не в попытке защититься от травмирующих переживаний, как предполагалось ранее.

Был проведен первый этап изучения методики для диагностики Я-концепции, частично установлены ее психометрические показатели. Дальнейшее развитие и изучение этой модели предполагается через расширение состава выборки и при эмпирическом исследовании было отмечено, что важную роль имеет эмоциональный посыл определений, а не только их количество. Это значит, что если человек напишет 6 нейтральных/положительных определений в организмическом слое, то это не может иметь такой же удельный вес как 6 негативных определений в этой же зоне у другого респондента. Поэтому, необходимо предлагать респондентам оценивать, какими по эмоциональной валентности для них являются определения, где: + положительные; - отрицательные; = нейтральные. Такая процедура позволит уравнивать данные и сделать результаты более валидными. Проверка этого предположения, а также подобной структуры является перспективами исследования диагностики Я-концепции, что в дальнейшем позволит получить представление об интериоризированном жизненном поле личности с отдельными регионами, имеющими разную валентность.

Библиография

1. Архиреева Т.В. Системный подход к пониманию структуры Я-концепции и закономерностей ее развития в детском возрасте // Культурно-историческая психология. 2008. № 4. С. 48–55.
2. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. – Москва: Прогресс, 1986. – 420 с.

3. Брунер Дж. Психология познания. За пределами непосредственной информации. Пер. с англ. К. И. Бабицкого. М.: Директмедиа Паблишинг, 2008. - 782 стр.
4. Брэzier Д. Карл Роджерс и его последователи: психотерапия на пороге XXI века. М.: Когито центр. 2005. 315 с.
5. Будницкий А.А., Левкова Е.А. Теоретические и методологические проблемы исследования Я-концепции. Одесса: Куприенко, 2014. 254 с.
6. Голубь О.В. Я-концепция как экзистенциально ядро личности. Вестник ВолГУ серия 11, 2012 №1 с 17-28.
7. Каннеман Д. Внимание и усилие. М: Смысл; 2006 – 288 с.
8. Келвин С. Гарднер Х. Теории личности. Пер. И.Б. Гриншпун М.: "КСП+", 2005. 672 с.
9. Коптева Н.В. Понятие онтологической уверенности в феноменологической концепции Р. Лэйнга. // Вестник Южно-уральского университета. Сер. Психология, 2011. № 3, с 20-26.
10. Лакан Ж. Изнанка психоанализа. Книга 17. М.: Логос; 2008 -301 с.
11. Лакан Ж. Инстанция буквы, или судьба разума после Фрейда. М.: Логос; 1997 -184 с.
12. Липка М.Я-концепция как феномен и проблемная тема современной психологии. // Актуальные научные исследования. 2017. №32. С. 119-122.
13. Луцик. М.Ю. Бергфельд А. Ю. Карточный тест-мари: валидизация и модификация // СПЖ. 2019. № 71. С. 107–121. DOI: 10.17223/17267080/71/6
14. Маслоу А. Новые рубежи человеческой природы. М.: Смысл, 1999. — 425 с.
15. Нойманн Э. Глубинная психология и новая этика. М.: Академический проект. 1999. 612 с.
16. Перлз Ф. Гештальтподход и свидетель терапии. М: Академический проект; 2019 – 207 с.
17. Плетников В.В. Механизмы прерывания цикла контакта в теории Гештальта: пересмотр традиционных представлений. // Журнал практической психологии и психоанализа. 2019. № 1. С 71-82.
18. Роджерс К. Клиентоцентрированная терапия. М.: Ваклер, 1997. 320 с
19. Румянцева Т.В. Тест Куна. Тест «Кто Я?» (М. Кун, Т. Макпартленд; модификация Т.В. Румянцевой) /. Психологическое консультирование: диагностика отношений в паре – СПб., 2006. С.82-103.
20. Смирнов А. Н. О понятиях Я-концепция и концепция жизненного стиля / вестник саратовского государственного университета. 2006. №2 С 140-146.
21. Тиллих П. Мужество быть. М.: Модерн, 2011. — 240 с.
22. Уиллер Г. Гештальт-терапия постмодерна. М: Смысл; 2015 – 281 с.
23. Фролов А.А Исследование Я-концепции в различных теоретических подходах. Вестник краснодарского университета МВД России. 2015. № 4. С 287-292.
24. Хартманн Х. Эго-психология и проблема адаптации / Под ред. М. В. Ромашкевича. М.: Институт общегуманитарных исследований, 2002.
25. Шильштейн Е.С. Я в системе личностных конструктов Кандидатская диссертация. - М., 2000. - 188 с.
26. Heider F. & Simmel M. (1944). An Experimental Study of Apparent Behavior, The American Journal of Psychology, 57 (2) 243. DOI: 10.2307/1416950
27. Holland G. Fundamentals of psychology. - New York: Holt, Rinehart and Winston, 1997.
28. Holder B., Carkhoff R. & Berenson B. (1987). The differential effects of the manipulation of therapeutic conditions upon high- and low-functioning clients. // Journal of counseling psychology, 14, 63-66.

29. Mahrer, A. R. (1991). Review of Client-centered and experiential psychotherapy in the nineties [Review of the book *Client-Centered and experiential psychotherapy in the nineties*, by G. Lietaer, 30] J. Rombauts & R. Van Balen, Eds.]. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 28(3), 520–521. <https://doi.org/10.1037/h0092223>

30. Marsh, H. W., Pekrun, R., Parker, P. D., Murayama, K., Guo, J., Dicke, T., & Arens, A. K. (2019). The murky distinction between self-concept and self-efficacy: Beware of lurking jingle-jangle fallacies. *Journal of Educational Psychology*, 111(2), 331–353. <https://doi.org/10.1037/edu0000281>

31. Parker, P. D., Trautwein, U., Marsh, H. W., Basarkod, G., & Dicke, T. (2020). Development in relationship self-concept from high school to university predicts adjustment. *Developmental Psychology*, 56(8), 1547–1555. <https://doi.org/10.1037/dev0000992>

32. Rogers, C. R. A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships, as developed in the client-centered framework. In: Koch, S. (Ed.) // *Psychology. A study of a science*. 1959. Vol. III: P. 184–256.

33. Strupp H. Psychotherapy research and practice: an overview. // S. Garfield & A. Bergin (Eds.), *Handbook of psychotherapy and behavioral change*, 2011. -New York: John Wiley and Sons.

Приложение

Разработанная диагностика Я-концепции

Попробуйте по заданным вопросам описать то, каким Вы являетесь человеком. Вы обладаете определенными личностными особенностями, склонностями, характеристиками, как и все, Вы можете быть добрыми, злыми, угрюмыми и т.д. Желательно писать первое, что приходит в голову. Перечислите столько характеристик, сколько считаете нужным.

- 1) Каким человеком Вы являетесь? Какие особенности характеризуют Вас больше всего?
- 2) Как бы Вас охарактеризовал друг\знакомый\член семьи? Что в вас часто замечают другие?
- 3) Что Вы не хотите показывать своим близким? С какими характеристиками Вам приходится «уживаться»?
- 4) Каким человеком Вы точно не являетесь? Что Вам совсем не присуще?

У вас получился достаточно большой список определений, теперь, не повторяясь, распределите написанные вами слова по группам (одно определение относится лишь к одной группе):

Организмический слой 1. Я чувствую эту характеристику своей, мне нравится быть таким, это именно то, чем я являюсь на самом деле.

Социальный слой 2. Другие часто утверждали, что я являюсь таким; эта характеристика помогает мне взаимодействовать с людьми; она нравится остальным.

Концептуальный слой 3. Я привык думать о себе так; я всегда был таким; я редко задумываюсь, я ли это.

POSSIBILITIES OF SELF-CONCEPT DIAGNOSTICS

DOI: 10.25629/HC.2021.05.07

Lutsik M.Y.

¹Saint Petersburg State University

Abstract. The Self-concept is one of the main ways to get in touch with a person's life in the form of an operationalized concept. But, upon closer examination, it turns out that the definition of the Self-concept is rather ambiguous. The authors distinguish various aspects of it and approach its understanding depending on its leading function [Arkhireeva, 2008]. This leads to a structural definition of this phenomenon, and therefore to fragmentary diagnostics, which does not allow obtaining a holistic way of studying the Self-concept.

Based on this problem, a different approach to the operationalization of the self-concept was presented. Proceeding not from many of its functions, but following the goal that it fulfills - Self-actualization. In accordance with this, methods of symbolizing experience have been described: organismic sensations, evaluating other people and conceptualizing experience, which serve to realize more «own» and developing behavior. Based on these methods of symbolizing, was developed a technique for diagnosing the Self-concept as a holistic phenomenon that serves to symbolize experience and contribute to the achievement of Self-actualization.

The methodological foundations for the creation of diagnostics were identified. The main assumption was proven - depending on the number of definitions in the self-concept zones, one can speak of the severity of the evaluative layer. The convergent validity of the scales was confirmed: the organismic layer allows one to sense experience from its own assessments, but when dominated, it alienates from other people; the social layer is associated with interaction with other people, the assimilation of norms and laws, but alienates a person from his real-Self; the conceptual layer promotes the choice of experience that is associated with comfort. The rest of the psychometric indicators were established, test norms were determined. Thus, this technique can be used in the practical work of a psychologist in the role of screening diagnostics, or as a reference stimulus material that allows you to move from discussing the problem to studying the self.

Key words. Self-concept, symbolization of experience, Self-actualization, Self-image, Personality diagnostics.