

ЛИЧНОСТНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ ПРИ ВЫБОРЕ ПРОФЕССИИ

Практика

И.А. Савушкин

Самореализация невозможна без осознания человеком самого себя: своих способностей, возможностей, потребностей; своей ролевой и статусной принадлежности, своих психологических (интеллектуальных, эмоциональных, волевых) характеристик; без принятия себя, своего «Образа Я».

Самосознание как процесс осознания самого себя осуществляется на протяжении всей жизни человека; один из наиболее эффективных способов проникновения в сущность самосознания — его изучение в генетическом плане. «Образ Я», самооценку и поведенческую составляющую как отдельные компоненты «Я — концепции» личности при изучении вопросов генезиса самосознания нельзя рассматривать как отдельные линии формирования «Я — концепции» личности, так как в реальном процессе осознания человеком самого себя эти компоненты неразрывно связаны и их развитие взаимообусловлено.

Сегодня существует много работ, так или иначе затрагивающих вопросы генезиса самосознания. Прежде всего это работы Б.Г. Ананьева, Л.И. Божович, А.Н. Леонтьева, С.Л. Рубинштейна, в которых помимо условий развития личности рассматриваются и некоторые вопросы развития самосознания.

Б.Г. Ананьев считает, что самосознание возникает в период, когда ребёнок выделяет свои действия из всей структуры его предметной деятельности, причём это становится возможным лишь благодаря воспитательным воздействиям взрослого в виде показа, оценки, обучения. Следующей стадией становления самосознания, Б.Г. Ананьев считает отделение себя от своих действий в связи с употреблением собственного имени. Важное значение в формировании детского самосознания Б.Г. Ананьев придавал переходу младенца от случайных спонтанных действий к целенаправленным поступкам, так как они связаны с осознанием собственных желаний и выбором соответствующих средств их достижения, а также овладению ребёнком речью.

С.Л. Рубинштейн в качестве наиболее важных последовательных моментов становления самосознания в онтогенезе выделяет овладение ребёнком собственным телом, возникновение произвольных движений, самостоятельное передвижение и самообслуживание.

С наступлением подросткового возраста увеличиваются темпы развития самосознания, это связано, прежде всего, с появлением способности к рефлексии на себе и на других. Особое значение, как отмечают В.С. Мухина и И.С. Кон, в отрочестве имеет внешность. Идентификация с собой как с физическим телом у подростков обычно затруднена, ведь они начинают претерпевать очень быстрые метаморфозы в конструкции лица и тела. Идентификация с прежним образом нарушается, и подросток испытывает неуверенность в себе.

Человек впервые начинает стремиться познать себя как такового: «Кто Я?» — основной вопрос возраста. Подросток стремится осмыслить свои притязания на признание, оценить себя как будущего юношу или девушку, определить для себя своё прошлое, значение личного настоящего и заглянуть в личное будущее; определиться в социальном пространстве — осмыслить свои права и обязанности. Притязание на признание подростка направлено на самореализацию в сфере физического, умственного и личностного развития, в сфере общения со сверстниками, так как она становится наиболее значимой. Формирование чувства взрослости и в связи с этим специфической социальной активности, про-

являющейся в восприимчивости к усвоению норм, ценностей и способов поведения, которые существуют в мире взрослых. Помимо этого подросток овладевает также мужскими и женскими ролями в системе социальных отношений. Мир его понятий и представлений переполнен не оформленными до конца теориями о самом себе и о жизни, планами на своё будущее, которое уже не так абстрактно, и будущее общества. Недаром, именно подростковый и юношеский возраст издавна считали периодом возникновения сознательного «Я».

Ж.-Ж. Руссо называл юность эпохой «второго рождения». Практически все отечественные психологи (Л.И. Божович, Д.Б. Эльконин, И.С. Кон, В.С. Мухина и др.) считают юность критическим периодом формирования самосознания. Действительно, вступая в юность подростком, человек завершает этот период истинной взрослостью: когда он действительно сам определяет для себя свою судьбу, путь своего духовного развития и земного существования. Именно в юности человек стремится сформировать внутреннюю позицию по отношению к себе — «Кто Я?», «Каким я должен и хочу быть?»; по отношению к другим людям, а также к моральным ценностям. На основе

этих позиций молодые люди планируют найти своё место среди людей, свой образ жизни, выбирают будущую профессию.

Э. Эриксон выделял восемь стадий развития идентичности, на каждой из которых человек делает (должен сделать!) выбор между двумя альтернативными фазами решения возрастных и ситуативных задач развития. Характер выбора сказывается на всей последующей жизни в смысле её успешности и неуспешности¹.

В данном случае обратимся к пятой стадии (11–20 лет), по мнению автора ключевой для приобретения чувства идентичности. В это время подросток колеблется между положительным полюсом идентификации «я» и отрицательным полюсом путаницы ролей. Перед подростком стоит задача объединения всего, что он знает о самом себе как сыне/дочери, школьнике, спортсмене, друге и т.д.. Все это он должен объединить в единое целое, осмыслить, связать с прошлым и спроецировать на будущее. При удачном протекании кризиса подросткового возраста у юношей и девушек формируется чувство идентичности, при неблагоприятном — спутанная идентичность, сопряженная с мучительными сомнениями относительно себя, своего места в группе, в обществе, с неяс-

ностью жизненной перспективы. Здесь Эриксон вводит совершенно оригинальный термин — «психологический мораторий», которым обозначает кризисный период между юностью и взрослостью, в течение которого в личности происходят многомерные сложные процессы обретения взрослой идентичности и нового отношения к миру. Согласно Эриксону, психический мораторий может, при определённых условиях, принимать затяжной характер и длиться годами, что особенно характерно для наиболее одарённых людей. Непреодоленный кризис влечет состояние «диффузии личности», которое составляет основу специфической патологии юношеского возраста. В предельных случаях психический мораторий и «диффузия идентичности» сами по себе предполагают целесообразность применения соответствующих психотерапевтических мер.

Далее автор рассматривает понятие «кризиса идентичности». Исходя из клинического происхождения термина, он соотносит патологический и эволюционный аспекты, выясняя, чем отличается патологический «кризис идентичности» от возрастного. С точки зрения психологии «формирование идентичности предполагает процесс одновременного отражения и наблюдения, протека-

Практика

1

Эриксон Э.
Идентичность: юность и кризис: Пер. с англ./
Общ. ред. и предисл.
Толстых А.В. М.: Издательская группа
«Прогресс», 1996.

ющий на всех уровнях психической деятельности, посредством которого индивид оценивает себя с точки зрения того, как другие, по его мнению, оценивают его в сравнении с собой и в рамках значимой для них типологии; в то же время он оценивает их суждения о нем с точки зрения того, как он воспринимает себя в сравнении с ними и с типами, значимыми для него» (Э. Эриксон). Процесс этот находится в постоянном изменении и развитии. В благоприятном варианте это процесс постоянной дифференциации, который становится всё более содержательным по мере расширения значимого для подростка круга лиц, что происходит большей частью подсознательно — за исключением тех случаев, когда и внутренние условия и внешние обстоятельства усиливают болезненное или восторженное «сознание идентичности».

Запреты навязываются в детстве при критическом влиянии родителей, профессиональных воспитателей и множества людей, которые и составляют «окружение» и «общественное мнение». Истоки общественной жизни лежат на самом раннем этапе жизни каждого. Уже на этом этапе ребёнок включен в чётко определённую экономическую систему и имеет перед собой ряд ограничений и статичный на-

бор социальных стереотипов. Через ранние телесные ощущения ему передаются основные способы организации опыта, характерные для данной группы, идёт процесс формирования «эго» ребёнка. Это и называют групповой идентичностью.

Необходимо различать идентичность человека и идентичность группы. Идентичность человека основана на двух наблюдениях: на ощущении тождества самому себе и непрерывности своего существования во времени и пространстве и на осознании того факта, что твои тождество и непрерывность признаются окружающими.

Часть молодёжи сегодня демонстрирует бессознательный конфликт идентичности, например, расстройство сексуальной идентичности (иногда невозможно отличить юношу от девушки) или негативную идентичность (стремление во всем быть не такими, какими их хочет видеть общество), экстравагантное поведение, психопатоподобные состояния, правонарушения, разного рода фанатские движения, сумасбродные общественные взгляды. В юности структура среды в идеологическом плане становится для «эго» человека важной, так как без идеологического упрощения мира «эго» девушки или юноши не способно

организовать опыт в соответствии со своими возможностями, со все большей вовлеченностью в события. В этот период взросления молодые люди очень болезненно и «странно» воспринимают ситуацию, когда их собственное мнение о себе не совпадает с мнением окружающих, а также тем, что их собственные идеалы не являются общепринятыми. Поиск возможностей свободного выбора путей исполнения своих обязанностей и долга и, одновременно, смертельная боязнь оказаться слабым, объектом насмешек может привести к вызывающему поведению в глазах старших.

Формирование идентичности, хотя и имеет в юности «кризисный характер», который во многом определяется предшествующими событиями и влияет на многие из последующих, в действительности является проблемой смены поколений. Сила идентичности безусловно связана со многими экономическими, религиозными, политическими, региональными и национальными проблемами.

Поэтому важным вопросом в изучении генезиса самосознания является вопрос о факторах, влияющих на развитие самосознания человека. В.С. Мухина выделяет несколько таких факторов.

Во-первых, это отношения, складывающиеся между роди-

телями и ребёнком с первых дней его жизни. Особое влияние этого фактора на самосознание ребёнка отмечают также в своих работах В.В. Столин, Р. Бернс, И. С. Кон.

Ещё одним важным фактором, влияющим на развитие самосознания, считается место, где протекает жизнь человека: страна, в которой человек живёт; природно-климатические особенности региона; в городе или в сельской местности живёт человек — от всего этого будет зависеть степень и характер социального контроля, который испытывает человек; открытость и близость общения между людьми; реальные возможности самореализации человека.

Непосредственно связан с этим фактором и следующий — стиль и содержание культуры, к которой принадлежит человек. К этому фактору относятся этническая принадлежность человека, его отношение к религии; субкультуры, с которыми сталкивается человек в жизни; общество сверстников, которое с определённого возраста даёт ребёнку новые роли и критерии самооценок, усложняя его «образ Я» как представителя различных социальных общностей.

Для исследования особенностей самосознания и «Образа Я» подростков в процессе их личностного самоопределения

Практика

при выборе профессии могут быть использованы следующие методики.

«Кто Я?».

Методика «Кто Я?» разработана американскими психологами Кун и Мак-Портленд. Её цель — выяснить сознательное представление о себе у опрашиваемых².

Качественный анализ полученных самоопределений позволили выявить в «Образе Я» объективные, функциональные и эмоциональные составляющие. Под объективной составляющей «Образа Я» подразумеваются статусные и ролевые самохарактеристики; к функциональной составляющей отнесены самоописания себя как субъекта какой-либо деятельности; эмоциональной составляющей являются самоопределения, связанные с эмоциональным отношением к себе, с самооценкой.

Инструкция: В течение 15 минут вы должны ответить на вопрос: «КТО Я?», используя для этой цели 20 предложений. Не старайтесь выбрать правильные или неправильные, важные или неважные ответы. Пишите их так, как они приходят вам в голову.

Ещё раз просмотрите свои ответы. Поставьте около каждого из них «+», если это вам в себе нравится, «-», если не

нравится, «0», если вам все равно, и «?», если вы не можете решить, нравится вам это в себе или нет. Посчитайте количество знаков.

При интерпретации рассматривается уровень самопрезентации:

1. Не более 8 ответов — не хочет предъявлять себя даже самому себе, просто не думает о себе. В повседневной жизни пользуется наиболее простыми и очевидными характеристиками.

2. От 9 до 17 ответов — средний, умеренный уровень самопрезентации. Трудно сказать что-то определённое. Такой человек знает себя, но не очень хорошо и старается думать о себе не очень много.

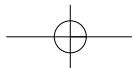
3. От 18 до 22 — высокий уровень самопрезентации. Такой уровень свидетельствует, что человек смотрит на себя с разных сторон, думает о себе и не стесняется себя.

4. Более 22 — ответы могут указывать на то, что такой человек либо прячется от себя, либо старается угадать, что надо сделать, стремится показать себя в наилучшем свете.

В ответах сочетается прошлое, настоящее и будущее, причём настоящего всё-таки больше — свидетельство полноценного ощущения времени своей жизни.

Преобладание знаков:

«-» свидетельство об отвержении, неприятии себя;



«+» принятие себя, любовь к себе;
 «0» безразличие к себе и своей жизни;
 «?» не знает, как к себе относится.

Методика «Личностный дифференциал»

Методика личностного дифференциала (ЛД) разработана на базе современного русского языка и отражает сформировавшиеся в нашей культуре представления о структуре личности. Методика ЛД адаптирована сотрудниками психоневрологического института им. В.М. Бехтерева³. Цель её разработки – создание ком-

пактного и валидного инструмента изучения определённых свойств личности, её самосознания, межличностных отношений, изучение субъективных, эмоционально-смысловых представлений о себе, как о представителе определённого пола, о человеке, и выяснение вопроса о том, дифференцируются ли эти образы в самосознании и в чем различия этих «образов Я», если они есть.

Применяется в клинико-психологической и психодиагностической работе, а также в социально-психологической практике.

Инструкция: просим вас оценить себя по следующим чертам личности.

Практика

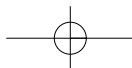
————— 3 —————

Прихожан А.М.
 Психология неудачника: тренинг уверенности в себе. М.: ТЦ «Сфера», 1997.

Фамилия И. О. _____ пол _____ возраст _____

Личностный дифференциал

+ 1	Обаятельный	3 2 1 0 1 2 3	- Непривлекательный
- 2	Слабый	3 2 1 0 1 2 3	+ Сильный
+ 3	Разговорчивый	3 2 1 0 1 2 3	- Молчаливый
- 4	Безответственный	3 2 1 0 1 2 3	+ Добросовестный
+ 5	Упрямый	3 2 1 0 1 2 3	- Уступчивый
- 6	Замкнутый	3 2 1 0 1 2 3	+ Открытый
+ 7	Добрый	3 2 1 0 1 2 3	- Эгоистичный
- 8	Зависимый	3 2 1 0 1 2 3	+ Независимый
+ 9	Деятельный	3 2 1 0 1 2 3	- Пассивный
- 10	Черствый	3 2 1 0 1 2 3	+ Отзывчивый
+ 11	Решительный	3 2 1 0 1 2 3	- Нерешительный
- 12	Вялый	3 2 1 0 1 2 3	+ Энергичный
+ 13	Справедливый	3 2 1 0 1 2 3	- Несправедливый
- 14	Расслабленный	3 2 1 0 1 2 3	+ Напряженный
+ 15	Суебливый	3 2 1 0 1 2 3	- Спокойный



ПЕД диагностика
ПЕД диагностика

- 16	Враждебный	3 2 1 0 1 2 3	+ Дружелюбный
+ 17	Уверенный	3 2 1 0 1 2 3	- Неуверенный
- 18	Нелюдимый	3 2 1 0 1 2 3	+ Общительный
+ 19	Честный	3 2 1 0 1 2 3	- Неискренний
- 20	Несамостоятельный	3 2 1 0 1 2 3	+ Самостоятельный
+ 21	Раздражительный	3 2 1 0 1 2 3	- Невозмутимый

Личностный дифференциал (ключ)

О	+1	Обаятельный	7	6	5	4	3	2	1	- Непривлекательный
С	-2	Слабый	1	2	3	4	5	6	7	+ Сильный
А	+3	Разговорчивый	7	6	5	4	3	2	1	- Молчаливый
О	-4	Безответственный	1	2	3	4	5	6	7	+ Добросовестный
С	+5	Упрямый	7	6	5	4	3	2	1	- Уступчивый
А	-6	Замкнутый	1	2	3	4	5	6	7	+ Открытый
О	+7	Добрый	7	6	5	4	3	2	1	- Эгоистичный
С	-8	Зависимый	1	2	3	4	5	6	7	+ Независимый
А	+9	Деятельный	7	6	5	4	3	2	1	- Пассивный
О	-10	Черствый	1	2	3	4	5	6	7	+ Отзывчивый
С	+11	Решительный	7	6	5	4	3	2	1	- Нерешительный
А	-12	Вялый	1	2	3	4	5	6	7	+ Энергичный
О	+13	Справедливый	7	6	5	4	3	2	1	- Несправедливый
С	-14	Расслабленный	1	2	3	4	5	6	7	+ Напряженный
А	+15	Суебливый	7	6	5	4	3	2	1	- Спокойный
О	-16	Враждебный	1	2	3	4	5	6	7	+ Дружелюбный
С	+17	Уверенный	7	6	5	4	3	2	1	- Неуверенный
А	-18	Нелюдимый	1	2	3	4	5	6	7	+ Общительный
О	+19	Честный	7	6	5	4	3	2	1	- Неискренний
С	-20	Несамостоятельный	1	2	3	4	5	6	7	+ Самостоятельный
А	+21	Раздражительный	7	6	5	4	3	2	1	- Невозмутимый

Баллы суммируются в соответствии с ключом отдельно по шкалам: ОЦЕНКИ, СИЛЫ, АКТИВНОСТИ.

Интерпретация факторов ЛД

При применении ЛД для исследования самооценок зна-

чения фактора ОЦЕНКИ (О) результаты свидетельствуют об уровне самоуважения. Высокие значения этого фактора говорят о том, что испытуемый принимает себя как личность, склонен осознавать себя как носителя позитивных, социально желательных характеристик, в опреде-

лённом смысле удовлетворен собой.

Низкие значения фактора (О) указывают на критическое отношение человека к самому себе, его неудовлетворенность собственным поведением, уровнем достижений, особенностями личности, на недостаточный уровень принятия самого себя. Особо низкие значения этого фактора в самооценках свидетельствуют о возможных невротических или иных проблемах, связанных с ощущением малой ценности своей личности.

При использовании ЛД для измерения взаимных оценок фактор (О) интерпретируется как свидетельство уровня привлекательности, симпатии, которым обладает один человек в восприятии другого. При этом положительные (+) значения этого фактора соответствуют предпочтению, оказываемому объекту оценки, отрицательные — его отвержению.

Фактор СИЛЫ (С) в самооценках свидетельствует о развитии волевых сторон личности, как они осознаются самим испытуемым. Его высокие значения говорят об уверенности в себе, независимости, склонности рассчитывать на собственные силы в трудных ситуациях.

Низкие значения свидетельствуют о недостаточном самоконтроле, неспособности держаться принятой линии поведения, зависимости от внешних обстоятельств и оценок. Особо низкие оценки свидетельствуют и указывают на астенизацию и тревожность. Во взаимных оценках фактор (С) выявляет отношения доминирования — подчинения, как они воспринимаются субъектом оценки.

Фактор АКТИВНОСТИ (А) в самооценках интерпретируется как свидетельство экстравертированности личности. Положительные (+) значения указывают на высокую активность, общительность, импульсивность; отрицательные (–) на интровертированность, определённую пассивность, спокойные эмоциональные реакции.

Во взаимных оценках отражается восприятие людьми личных особенностей других.

При интерпретации данных, полученных с помощью ЛД, всегда следует помнить о том, что в них отражаются субъективные, эмоционально-смысловые представления человека о самом себе и других людях, его отношения, которые могут лишь частично соответствовать реальному положению дел, но часто сами по себе имеют первостепенное значение.

Практика