

Самосвідомість – це процес, за допомогою якого людина пізнає себе й оцінює себе. Самосвідомість у психічній діяльності особистості виступає як процес опосередкованого самопізнання, розгорнутий у часі, пов'язаний з рухом від одиничних ситуативних образів через інтеграцію подібних численних образів в цілісне утворення – в поняття свого власного «Я» як суб'єкта, відмінного від інших суб'єктів.

Модель професійної самосвідомості розглядається як взаємозв'язок функціональних і структурних компонентів. Під першими розуміються когнітивний, мотиваційний, емоційний і операційний елементи структури, що реалізуються відповідно через самопізнання, самоактуалізацію, саморозуміння і самореалізацію, під другими – образ «Я», самооцінка, поведінкові реакції. Між функціональними і структурними компонентами існують різноманітні зв'язки.

Ключові слова: самосвідомість, Я-концепція, Образ Я, професійна самосвідомість, структура професійної самосвідомості психолога

The problem of self-awareness is one of the key in psychology. Most researchers of the problem of self-consciousness believe that self-consciousness is a process by which a person recognizes himself and values himself. Self-consciousness in the psychic activity of the individual acts as an extremely complex process of mediated self-knowledge, expanded in time, associated with the movement of individual situational images through the integration of such numerous images into a holistic formation - in the concept of its own "I" as a subject different from the other subjects. Multistage and complexity of the process of self-knowledge is associated with a variety of experiences, which in the future are also summarized in the emotional and value attitude of the individual to himself.

A model of professional self-consciousness is considered as the interconnection of functional and structural components. The first refers to the cognitive, motivational, emotional and operational elements of the structure, which are realized accordingly through self-knowledge, self-actualization, self-understanding and self-realization, under others - the image of "I", self-esteem, behavioral reactions. Numerous connections are established between the functional and structural components.

Key words: self-consciousness, self-concept, image I, professional self-consciousness, structure of professional psychologist self-consciousness.

У сучасній педагогічній енциклопедії [2] самосвідомість визначається як усвідомлення людиною себе, своїх фізичних сил і розумових здібностей, вчинків і дій, мотивів і цілей, свого ставлення до зовнішнього світу, інших людей і до себе. Самосвідомості властива ієрархія проявів від нижчого самопочуття через самопізнання до вищого самоствавлення, об'єктивується в самоконтролі та саморегуляції своєї поведінки.

Більшість дослідників проблеми самосвідомості (Л. Божович, Б. Ананьєв, В. Каташов, В. Мерлін, В. Столін, І. Чеснокова, Л. Мітіна, Є. Ісаєв та ін.) розглядають самосвідомість як усвідомлення людиною себе як особистості.

Нам більше імponує точка зору Л. Мітіної [8], яка розглядає самосвідомість як процес, за допомогою якого людина пізнає себе й відноситься до себе, оскільки дане визначення найбільш чітко показує сутність самосвідомості.

В психології самосвідомість визначається як пізнання себе, спрямоване на створення уявлення про себе, що проявляється в самооцінці, самоставленні та саморегуляції.

Таким чином, самосвідомість – це процес, за допомогою якого людина пізнає себе, формує уявлення про себе і ставиться до себе.

Метою даної статті є з'ясування суті самосвідомості, професійної самосвідомості, розгляд структури професійної самосвідомості психолога.

Що ж являє собою поняття «професійна самосвідомість».

Розмірковуючи про співвідношення «особистісного» і «професійного», А.Маркова вважає, що «особистісний простір ширше професійного, особистісне лежить в основі професійного, особистісне визначає початок, хід і завершення професійного» [7]. Вона розглядає професійну самосвідомість як частину самосвідомості особистості.

На думку Т. Скрипкіної [11], людина ставиться упереджено і до навколишнього світу, і до себе, усвідомлюючи лише ті свої особливості, які мають для неї сенс і цінність в даний конкретний момент часу, в даній конкретній ситуації, абстрагуючись від другорядного. Якщо перед нею постає завдання осмислення уявлень щодо себе у зв'язку з професією, певна частина змісту її самосвідомості актуалізується і наразі складає професійну самосвідомість. Іншими словами, професія виступає детермінуючим чинником, у зв'язку з яким осмислюється зміст самосвідомості людини. Причому цей факт може бути заданий як об'єктивної ситуацією, так і внутрішньою потребою людини.

Таким чином, більш правильно буде розглядати професійну самосвідомість як частину самосвідомості особистості.

Існує декілька підходів щодо визначення поняття «професійна самосвідомість». Наприклад, Б. Паригін [9] вкладає в це поняття усвідомлення людиною своєї приналежності до певної професійної групи.

В. Брагіна [3] робить основний акцент на пізнанні та самооцінці професійних якостей і ставленні до них.

Ці визначення терміну «професійна самосвідомість» не суперечать одне одному, а взаємодоповнюють, відбиваючи різні аспекти цього широкого поняття – усвідомлення професійної складової, пізнання й оцінки професійних якостей, пізнання себе як суб'єкта професійної діяльності, ставлення до себе як фахівця.

В. Каташов [5] розуміє професійну самосвідомість як частину самосвідомості особистості й розглядає її як усвідомлення особистістю власної фізіології, психіки, розумового та фізичного розвитку, розуміння вимог різних професій до людини й адекватного співвіднесення себе з конкретними професійними вимогами.

В. Якунін [16], розглядаючи професійну самосвідомість як частину самосвідомості особистості в цілому, визначає самосвідомість як усвідомлення й самооцінку свого Я (актуального, ретроспективного, ідеального й рефлексивного).

Таким чином, професійна самосвідомість – це процес пізнання себе, формування уявлень щодо себе, вироблення ставлення до себе і саморегуляції в системі професійної діяльності, спілкування в системі власної особистості.

Професійна самосвідомість безпосередньо пов'язана з усвідомленням людиною себе в професійній діяльності, тобто зміст професійної самосвідомості співвідноситься з професійною діяльністю і власне з собою, як суб'єктом цієї діяльності. Якщо самосвідомість формується в життєдіяльності та спілкуванні з оточуючими людьми і є результатом пізнання себе, своїх дій, психічних якостей тощо, то професійна самосвідомість – це проекція всіх структурних компонентів самосвідомості на професійну діяльність.

З метою практичного вивчення професійної самосвідомості, враховуючи функцію професійної самосвідомості як засобу саморегуляції професійної діяльності, структурну будову професійної самосвідомості можна подати як сукупність таких компонентів: усвідомлення професійної моралі, професійної моральності, усвідомлення себе як суб'єкта професійної діяльності; усвідомлення й оцінка відносин, власного розвитку в певний час.

На думку Т. Маркової [7] , професійна самосвідомість включає:

– усвідомлення людиною норм, правил, моделей своєї професії як еталонів для усвідомлення своїх якостей. Тут закладаються основи професійного світогляду, власного професійного кредо, концепції професійної праці, з якої буде виходити фахівець у своїй діяльності;

– усвідомлення цих якостей в інших людей, порівняння себе з певним абстрактним або конкретним колегою;

– врахування оцінки себе як фахівця з боку, колег;

– самооцінювання людиною своїх окремих сторін, розуміння себе, своєї професійної поведінки, а також емоційне ставлення й оцінювання себе. Професійна самосвідомість спирається тут на професійну самооцінку – ретроспективну (Я як фахівець учора), актуальну (Я як фахівець сьогодні), потенційну (Я як фахівець завтра), ідеальну (Я як фахівець у віддаленому майбутньому);

– позитивне оцінювання себе в цілому, визначення своїх позитивних якостей, перспектив, що сприяє утворенню позитивної Я–концепції. У фахівця, що володіє таким рівнем самосвідомості, підвищується впевненість у собі, задоволеність своєю професією, зростає ефективність роботи, прагнення до самореалізації.

На відміну від Т. Маркової, І. Вачков [4] пропонує дещо іншу структуру професійної свідомості, яка може бути застосована відносно самосвідомості психолога. Професійна самосвідомість спирається тут на усвідомлення себе в системі:

– професійної діяльності;

– професійного спілкування;

– власної особистості.

І. Вачков [4] пропонує розглядати наступну структуру професійної самосвідомості, де кожен компонент необхідно розглядати з двох сторін: з точки зору динаміки і з точки зору результату.

Когнітивний (пізнавальний) компонент.

У цьому компоненті професійної самосвідомості необхідно розрізнити процес самопізнання і результат – систему знань про себе, що індукується в «образ Я» як фахівця. «Образ Я» є узагальненою системою уявлень суб'єкта щодо себе, який утворюється в результаті процесів усвідомлення себе в трьох взаємодоповнювальних системах: у професійній діяльності, в професійному спілкуванні і в особистісному розвитку. «Образ Я» містить переважно когнітивну складову і є відносно стійким утворенням, хоча, зрозуміло, схильним до періодичних коливань під впливом внутрішніх і зовнішніх факторів. Не можна говорити про високий рівень самосвідомості в разі неглибокого або неправильного розуміння себе хоча б в одній із зазначених вище систем. Когнітивний компонент подається в структурі самосвідомості як провідний.

Афективний (емоційний) компонент.

Цей компонент професійної самосвідомості характеризується сукупністю трьох видів відносин:

- 1) до системи своїх професійних дій, до своїх цілей і завдань, до засобів і способів досягнення цих цілей, до результатів своєї роботи;
- 2) до системи міжособистісних відносин з клієнтами (учнями); до реалізації основних функцій професійного спілкування – інформаційної, соціально-перцептивної, презентативної, інтерактивної й афективної;
- 3) до своїх професійно значущих якостей і в цілому до себе як фахівця.

Одним з найважливіших понять, пов'язаних з афективною підструктурою професійної самосвідомості, є самооцінка. Взагалі кажучи, самооцінка у радянській та вітчизняній психології розглядається в двох аспектах: в її зв'язку з особистістю і в її зв'язку з самосвідомістю. Зрозуміло, такий поділ є умовним, і ці два підходи не суперечать один одному, а скоріше взаємодоповнюють.

Поведінковий компонент.

Зовнішні прояви характеризують поведінковий компонент професійної самосвідомості. Основним психологічним механізмом цієї підструктури є задоволеність собою і своєю професійною діяльністю.

«Я-концепція» – це уявлення людини про себе, про світ і про їхні взаємостосунки.

Психологічної передумовою розвитку професійної самосвідомості і її кінцевого продукту – Я-концепції є конструктивне подолання труднощів, що перешкоджають тим чи іншим видам діяльності, поведінкових актів, способам самореалізації.

А якщо він не може подолати всі ці труднощі? Або долає їх, як «Нарцис», «Самодур» або, скажімо, «Штампувальник», тобто неконструктивно? Основну причину невдач слід шукати знову-таки в професійній самосвідомості – точніше, в її невисокому рівневі розвитку. А це вказує на неадекватну самооцінку, негативне самоставлення, слабку саморегуляцію, що проєктуються на учнів (клієнтів) у професійному спілкуванні.

Невміння усвідомити труднощі, з якими неминуче стикається фахівець, ще більше погіршує ситуацію. І навпаки – чим вищий рівень професійної самосвідомості, обумовлений почуттям задоволеності собою, тим більш зрозумілим стає розуміння труднощів і перешкод, що зустрічаються в його діяльності. При цьому, володіючи адекватною самооцінкою, позитивним самоставленням і впевненістю в собі, фахівець здатний знаходити конструктивні способи подолання труднощів і тим самим ще більше розширювати сферу професійної самосвідомості.

Рефлексія.

Цей процес розгортається завдяки наявності такого важливого феномену особистісного розвитку, як рефлексія. У традиційному розумінні цей термін означає процес самопізнання суб'єктом внутрішніх психічних актів і станів.

У той же час в соціальній психології рефлексія виступає у формі усвідомлення суб'єктом того, як інші розуміють «рефлексуючого», його особистісні особливості, емоційні реакції і когнітивні уявлення. Вивчення рефлексії в іншому її значенні здійснюється під час комунікацій і в спільній діяльності: в імітаційних та організаційно–діяльнісних іграх, при проведенні психологічних тренінгів, при колективному вирішенні завдань, при взаємовідносинах в організаційних системах.

Особливу роль рефлексивні дії відіграють у розвитку самосвідомості під час спілкування та взаємодії з іншими людьми.

Рефлексію можна розглядати як механізм самосвідомості. Рефлексія доповнюється і збагачується в процесі зворотного зв'язку, що дозволяє індивіду коригувати свою діяльність і спілкування, довільно управляти своєю поведінкою. Два психологічних механізми – рефлексія і зворотний зв'язок – є, мабуть, комплементарними.

Розширення професійної самосвідомості виражається у зростанні числа ознак професійної діяльності, що відображаються в свідомості фахівця, у подоланні стереотипів образу фахівця, в цілісному баченні себе в контексті усієї професійної діяльності. Професійна самосвідомість може змінюватися в напрямку від роздробленості до цілісності, що сприяє формуванню професійної ідентичності.

Психологічна невідрефлексованість особистості самого психолога, на думку Є. Сапогової, здатна призвести до своєрідної деформації, що позначається на відсутності професійної ментальності, несформованості особистісних смислів професії, втрати внутрішньої мотивації до здійснення професійної діяльності, в нездатності вирішити власні внутрішні проблеми.

Важливим в цьому контексті виступає положення про те, що компетентний психолог повинен, перш за все, бути вільним від внутрішніх протиріч, тобто здатним до вирішення власних психологічних проблем. При цьому ця суб'єктна позиція не може бути сформована ззовні, оскільки «головним інструментом її створення» є сам психолог через усвідомлення власної індивідуальності.

Вітчизняні психологи в наведених визначеннях самосвідомості на перше місце ставлять усвідомлення людиною себе, обговорюють питання зв'язку свідомості і самосвідомості, їх відображальну та соціальну природу, суспільний характер виникнення і розвитку. Самосвідомість і свідомість в психології виступають в єдності, але не тотожні поняття. Сутність самосвідомості, на наш погляд, – в інтегративному усвідомленні себе як суб'єкта діяльності, в усвідомленні сукупності своїх думок, почуттів, переживань, дій і вчинків.

Виходячи з теоретичної точки зору, модель професійної самосвідомості розглядається як взаємозв'язок функціональних і структурних компонентів. Під першими розуміються когнітивний, мотиваційний, емоційний і операційний

елементи структури, що реалізуються відповідно через самопізнання, самоактуалізацію, саморозуміння і самореалізацію, під другими – образ «Я», самооцінка, поведінкові реакції. Між функціональними і структурними компонентами встановлені різноманітні зв'язки.

Підвищений інтерес до проблеми професійної самосвідомості психолога виявляють різні автори, як з позиції психологів-практиків, так і дослідників. Необхідно відзначити, що компетентний фахівець психологічного профілю повинен володіти вродженою здатністю проникати в підсвідомі рівні власної душі (З. Фрейд) та набутою – до самопізнання (Р. Кочюнас) адекватною самооцінкою (В. Захаров, Н. Хряцова), і позитивною Я-концепцією (І.Дубровіна), здатністю до рефлексії, прийняття себе, самоповаги та готовності до самозміни (К. Роджерс) при прагненні до усвідомлення та позбавлення від власних комплексів (Р. Мей), а також бути відвертим, терпимим і щирим по відношенню до себе.

Висновки. Таким чином, розвинена професійна самосвідомість психолога характеризується:

- сформованим «образом Я» і «образом Я – як психолог»;
- високим рівнем розвитку рефлексії;
- стійким позитивним ставленням до процесу та результатів власної діяльності;
- усвідомленням системи професійних відносин (з колегами і клієнтами);
- стійкою позитивною «Я – концепцією»;
- автономністю в професійній діяльності;
- наявністю індивідуального стилю професійної діяльності.

Література:

1. Бернс Р. Развитие Я–концепции и воспитание [Текст] // Р. Бернс. – М.: Прогресс, 2002. – 421 с.
2. Большая современная педагогическая энциклопедия / Под ред Б.С. Рапацевич. – Мн.: Современное слово, 2005. – 720 с.

3. Брагина В.Д. Представление о профессии и самооценке и профессионально значимых качеств у учащейся молодежи // Вопросы психологии. – 2006. – № 2. – С. 94–99.
4. Вачков И.В. Некоторые проблемы подготовки практических психологов // Национальный психологический журнал. – 2007. – №1(2) – С.102–106.
5. Каташев В.Г. Формирование профессионального самосознания школьников [Текст]: Учебное пособие по спецкурсу «Профессиональная ориентация школьников» // В.Г.Каташев. – Казань: Издательство Казанского университета, 2003. – 147 с.
6. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. М.: Издательство «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «МО–ДЭК», 1996. – 400 с.
7. Маркова Т.Л. Структура и развитие профессионального самосознания: Автореф. дис. докт. психол. наук. – Улан-Удэ, 1999. – 40 с.
8. Митина Л.М. Психология труда и профессионального развития учителя. – М.: Флинта: Московский психолого-социальный институт, 1998. – 204 с.
9. Парыгин Б.Д. Основы социально–психологической теории. – М., 2001. – 332 с.
10. Психология самосознания: Хрестоматия // Под ред. Райгородского. Д.Я.– Самара: БАХРАХ – М, 2000. – 672 с.
11. Скрипкина Т.П. Психология доверия. – Ростов–н/Д.: Издательство педагогического университета, 1997. – 250 с.
12. Чеснокова И.И. Проблема самосознания в психологии. – М.: Педагогика, 1997. – 144 с.
13. Шахов В. В. Особливості становлення професійної самосвідомості в студентському віці // Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: Педагогіка і психологія: Зб. наук. праць. – Випуск 51 / Редкол.: В.І. Шахов (голова) та ін. – Вінниця: ТОВ «Нілан ЛТД», 2017. –С.134–139.
14. Шахов В.І. Особливості розвитку моральної свідомості майбутніх психологів // Наукові записки Вінницького державного педагогічного

університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: Педагогіка і психологія: Зб. наук. праць. – Випуск 48 / Редкол.: В.І. Шахов (голова) та ін. – Вінниця: ТОВ «Нілан ЛТД», 2017. – С.192–198.

15. Шахов В.І., Шахов В.В. Професійна ідентичність психолога як складова його професійної самосвідомості // Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: Педагогіка і психологія: Зб. наук. праць. – Випуск 53 / Редкол.: В.І. Шахов (голова) та ін. – Вінниця: ТОВ «Нілан ЛТД», 2018. – С.238–243.

16. Якунин В.А. Педагогическая психология [Текст]: Учеб. пособие // В.А. Якунин // Европейский институт экспертов. – Спб.: Издательство Михайлова В.А.: Издательство «Полиус», 2008. – 639 с.