

## Теоретико-методологічний аналіз формування та розвитку я-концепції особистості

**Олена Резнікова**

*магістрантка кафедри психології,  
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,  
e-mail: ReznikovaOS@krok.edu.ua*

**Ольга Васильченко**

*доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри психології,  
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,  
e-mail: OlgaVM@krok.edu.ua,  
ORCID: 0000-0002-2502-80722*

"Я" концепція - одна з найважливіших тем у сучасній психології, яка привертає увагу багатьох дослідників та практиків. Кожна людина має своє власне уявлення про себе та свої можливості, яке може істотно впливати на її поведінку, емоції та стосунки з оточуючими людьми. Тому вивчення "Я" концепції має велике значення для розвитку психологічних наук та практичної роботи з людьми.

Наукове пізнання природи людського я і свідомості зокрема має давню історію, оскільки завжди цікавило філософську думку і знаходило конкретизацію в одвічному запитанні кожної психічно здорової особи: "Хто Я?".

Самосвідомість - визначальний конструктор утворення внутрішнього світу людини, котре сутністю полягає у сприйнятті нею численних образів самої себе у потоці найрізноманітніших ситуацій соціальної взаємодії та поєднання цих образів у цілісне узагальнення уявлення бачення себе у форматі Всесвіту [1].

"Я" - це поняття, яке використовується для опису особистості людини та її свідомості. Концепція "Я" широко обговорюється в психології та філософії. Згідно з теорією Зигмунда Фрейда, "Я" складається з триади: "Его", "Суперего" та "Ід". "Его" є свідомою частиною особистості, яка намагається задовольнити потреби "Іда" з урахуванням обмежень, накладених "Суперего". "Суперего" - це частина особистості, яка відповідає за моральні стандарти та норми, а "Ід" - це несвідома частина особистості, яка відповідає за наші інстинкти та бажання [2].

Існує безліч теорій, які описують концепцію "Я". Наприклад, Карл Роджерс описував "Я" як організуючий принцип, який допомагає людям розуміти себе та свої відносини з іншими. Також існує концепція "Я" в контексті соціальної ідентичності, де "Я" представляє собою особистість, яка формується в результаті соціальних взаємодій та соціального середовища. Загалом, концепція "Я" має безліч різних інтерпретацій та теорій, і її розуміння залежить від контексту, в якому вона використовується.

Формування концепції "Я" відбувається протягом усього життя людини, починаючи з раннього дитинства і закінчуючи похилого віку. Концепція "Я" формується під впливом багатьох факторів, таких як соціальне середовище, генетичні особливості, особистісні риси, досвід, освіта, культурні та релігійні

фактори та інші.

Приклади позитивної самоконцепції: вірити в те, що ви можете змінити ситуацію на краще відчувати себе рівним з іншими людьми приймати компліменти без сорому розуміти, що кожна людина має свої власні почуття або поведінкові реакції, які можуть не повністю відповідати соціальним нормам бути готовим та готовим до праці над собою і вирішення невідповідних поведінкових реакцій.

Приклади негативної самоконцепції:

1. Бути чутливим до критики, занадто реагувати на похвалу.
2. Відчувати себе нелюбимим іншими людьми, передбачати, що кожен бачить себе в негативному світлі.
3. Мати тенденцію бути лицемірним, висловлювати надзвичайно негативну критику щодо інших людей.
4. Відчувати труднощі та бар'єри у соціальній взаємодії, бути неохочим до взаємодії з іншими [3].

5. З моменту виникнення Я-концепція стає активною внутрішньою засадою культурного розвитку людини, важливим чинником інтерпретації її ментального досвіду. Ось чому вона накладає відповідний – позитивний, нейтральний чи негативний – відбиток на всі поведінкові дії особистості. Крім того, Я-концепція розширює, або обмежує вчинкове поле самореалізації людини, а у своєму розвитковому підсумку знаменує вчинок самопізнання та саморефлексії, який свідчить про здійснення акту утвердження і становлення власного Я, набування нею нових індивідуальних властивостей.

6. В психології Я-концепцію обґрунтовують, посилаючись на Р. Бернса, як систему уявлень людини про себе, яка містить усвідомлення своїх:

а) когнітивних (інтелектуальних) властивостей, котрі організуються в Я-образі;

б) емоційно-ціннісних самоствавлень, що виявляються у самооцінці (Я-ставлення);

в) поведінкових дій (Я-поведінка), які характеризуються проявами перших двох компонентів; або як розгорнутий всередині індивіда соціальний процес, у межах якого виникають самооцінка й образ Я, котрі спричинюють цикл поведінкових актів і вчинкових дій [4].

### Список використаних джерел

1. Гуменюк О. Є. Психологія Я-концепції: навчальний посібник. Тернопіль. Економічна думка. 2004. С 125-126.
2. Вахромов Є. Є. Проблема людини: Самість і Я в психології. Світ психології. 2002. № 2. С. 30-44.
3. Газнюк Л. Філософія наративу в персональному бутті людини. Філософська думка. 2004. № 4. С. 3-15.
4. Фурман (Гуменюк) О. Є. Я-концепція як предмет багатоаспектного теоретизування. Психологія і суспільство. 2018. № 1-2. С. 49. <https://doi.org/10.35774/pis2018.01.038>