Курсовая работа

по дисциплине «Общая психология»

на тему «Сознание и самосознание как предмет исследования психологии»

**Содержание**

Введение

. Понятие о сознании

.1 Сознание как высший уровень психического отражения

.2 Саморегуляция

.3 Активность и интенциональность сознания

.4 Ценностные ориентации и мотивация

.5 «Я - концепция»

. Культурно-историческая концепция развития психики

.1 Понятие о высших психических функциях

.2 Интериоризация

.3 Концепция А.Н. Леонтьева

. Самосознание: сущность и становление

.1 Самосознание и саморегуляция

.2 Самосознание и самооценка

.3 Саморефлексия

.4 Уровень притязаний личности

Заключение

Глоссарий

Список использованных источников

Приложения

# **Введение**

*Проблема.* Сегодняшний социальный стресс, который испытывает наше общество, принуждает изучать как историю в целом, так и психологию людей, и ее изменение на различных этапах развития. Сегодня многие психологи, пытаются говорить о сознании и самосознании нашего общества как единично, так и всеобще. К числу характеристик состояния относится и степень осознанности субъектом того или иного состояния. Регулирующая роль сознания и самосознания для психических состояний сомнению не подвергается, остаются малоразработанными многие общие и частные вопросы обусловленности состояний сознанием личности. Многие традиционные философско-психологические проблемы можно отнести, как сущность и происхождения человеческого сознания, природы высших форм человеческого мышления, влияние общества на личность и личности на общество, методологические проблемы психологии и ряд других. Формирование гражданского общества, объединяет самобытность сознания и правовой культуры российского общества с идеей общечеловеческих ценностей, которые изначально были заложены в национальном самосознании россиян. Именно данная проблема ценностей обращает внимание на все последующее развитие российской государственности, стремящейся к свободе и порядку.

*Актуальность исследования.* Определяющей актуальность данного исследования, является прикладной аспект данной проблемы, связанный с повышением роли социально-психологических факторов в жизни общества. Кроме этого актуальность доказывает и тот факт, что в современной российской психологии категория самосознания, трактуется по-разному. Также имеются различные взгляды на уровни и компонентное строение самосознания.

*Цель исследования.* Состоит в рассмотрении феноменов сознания и самосознания, чтобы разобраться и понять какая роль и место отводится сознанию и самосознанию в исследованиях современной психологии и жизни человека.

Намеченная цель исследование предполагает решение следующих *задач*:

1. Раскрыть понятие и сущность сознания;

2. Выявить закономерности и механизмы его мотивации и саморегуляции;

. Осуществить анализ методологических и теоретических подходов к исследованию сознания и самосознания;

. Рассмотреть в контексте данной проблемы высшие психических функции человека, интериоризация, самосознание, саморегуляция, самооценка, уровень притязаний личности;

. Представить сущность феномена самосознания, его объект, источники, движущие силы развития, компоненты и функции;

. Выявить специфику изменений самосознания личности под влиянием различных психологических факторов;

. Систематизировать представления о самосознании как интегративном, прижизненно формирующемся свойстве психической деятельности человека.

*Методология исследования.* Для решения поставленных задач в работе использовались теоретические и практические методы исследования: метод теоретического анализа, предполагающий изучение психологической литературы по изучаемой проблеме; сравнительная характеристика изучаемых источников по данной проблеме, анализ изученного. Также использовались общенаучные и часные методы исследования, анализ, синтез, сравнение и другие.

*Практическая значимость.* Материал исследования позволяет расширить представления о факторах изменения самосознания, доказывает единство общих условий и механизмов изменения самосознания с условиями и механизмами изменений, характерных для отдельных воздействующих факторов. Обосновывает, что совершенствование требует не только изучения личности человека и общества, проведения психологического анализа, психологического прогнозирования наперед, но и исследования основных психологических явлений, процессов, состояний, их особенностей в данной сфере, а также создания инновационной психотехнологии, научно обоснованного единого психологического подхода к изучению данного процесса.

## сознание самосознание личность психический

## **1. Понятие о сознании**

**.1 Сознание как высший уровень психического отражения**

Сознание - это высший уровень психического отражения объективной реальности, а также высший уровень саморегуляции, присущий только человеку как социальному существу. Наличие объективного и субъективного позволяет нам утверждать, что между миром и его отражением не существует отношения тождества, но существует диалектическая связь, на основе которой происходит их развитие.

С практической точки зрения сознание представляет как непрерывно модифицирующаяся совокупность чувственных и умственных образов, непосредственно возникающих перед личностью в его внутреннем мире. Однако, как мы уже отмечали ранее, можно предположить, что похожая или близкая к ней психическая деятельность по формированию психических образов происходит и у более развитых животных, таких как собаки, лошади, дельфины, обезьяны и др. Чем же психическое отражение объективного мира человеком отличается от аналогичных процессов у животных? Человека отличает от животных прежде всего не наличие процесса формирования психических образов на основе предметного восприятия объектов окружающей действительности, а специфические механизмы его протекания. Именно механизмы формирования психических образов и особенности оперирования ими обусловливают наличие у человека такого феномена, каким является сознание.

Сознание является формой психического отражения действительности, в том числе и права. Высшей ступенью в развитии отражательных способностей материи является социальное отражение, которое присуще обществу на любой стадии его развития. В.А. Чефранов определяет его как идеальное воспроизведение социальной или природной действительности в процессе воздействия на нее и преобразования ее человеком.

Социальное отражение располагает специфическими чертами, которые качественно отличают его от других видов отражения. 1. Оно осуществляется человеком целенаправленно, так как люди, обладая сознанием, ставят перед собой определенные цели и стараются к их достижению посредством всякой деятельности. 2. Социальному отражению присущ упорядоченно - системный нрав. Это обусловлено способностью отражающихся в сознании объектов в виде идеальных образов, складываться в определенном порядке, образуя тем самым системы, с целью решения назначенных перед обществом задач.

Исходя из этого, основой работы сознания является его уникальная способность отражать те или иные явления действительности.

**1.2 Саморегуляция**

Энергичность сама по себе является свойством всех живых существ. Активность сознания показывается в том, что психическое парирование объективного мира человеком вынашивает не пассивный характер, в результате которого все отбиваемые психикой предметы имеют не одинаковую важность, а наоборот, происходит объединение по степени значимости для субъекта психических образов. Вследствие этого сознание человека всегда направлено на какой-то объект, предмет или образ, т. е. оно обладает свойством направленности.

Присутствие данных свойств обусловливает наличие ряда других характеристик сознания, позволяющих рассматривать его в качестве высшего уровня саморегуляция. К группе данных свойств сознания следует отнести способность к самонаблюдению, а также мотивационно-ценностный характер сознания. Главный прорыв в развитии научного представления о человеке произошел тогда, когда пришло понимание того, что живой организм обладает таким свойством, как саморегуляция. Одни из авторов стали говорить о саморегуляции организма как важнейшем условии поддержания постоянства параметров внутренней среды, а следовательно, как об одном из основных условий жизни биологических объектов. Дальнейшая разработка данной проблемы привела к тому, что было доказано наличие взаимосвязи между психическими и физиологическими явлениями.

Формирование навыков произвольного сосредоточения внимания на чувственных образах начинают с того, что реальные предметы, используемые в первом упражнении, заменяют воображаемыми. От простых чувственных образов переходят к более сложным. Причем эти представления должны быть почерпнуты из реально пережитого жизненного опыта, а не абстрактных построений, в противном случае они будут лишены необходимой степени действенности. Это могут быть, например, зрительные образы сочетающиеся с соответствующими физическими ощущениями и внутренними переживаниями. Бесчисленные вариации таких представлений обуславливаются индивидуальными особенностями личности, имеющимся запасом представлений и задачей тренировок. Затем отрабатываются навыки реализации представлений тяжести и тепла, распространяющихся с отдельных участков на все тело.

Способность к рефлексии определяет возможность человека наблюдать за самим собой, за своим ощущением, за своим состоянием. Причем наблюдать критически, т. е. человек в состоянии оценить себя и свое состояние, поместив полученную информацию в определенную систему координат. Такой системой координат для человека являются его ценности и идеалы.

Намечая роль и принадлежность саморегулирования в сложившейся системе общественных связей, вполне справедливо полагают, что оно выступает больше как институт гражданского общества, форма самоорганизации граждан. При этом нередко подчеркивается: саморегулирование как альтернатива государственного регулирования возможна только в странах с устойчивой экономикой, развитыми демократическими институтами. Нужно, конечно, учитывать имеющиеся опасения непригодности использования данного института по типу англосаксонских моделей экономического развития для стран с переходной экономикой. Однако следует разрабатывать отечественный «сценарий» саморегулирования, адаптируя при этом необходимые и доступные иностранные наработки в данной сфере к российским условиям. Необходимость более подробной нормативно-правовой регламентации общественной жизни в силу ее усложнения вступает в противоречие с принципом минимизации участия государства в социальных процессах в пользу стимулирования их саморегуляции.

Выражения мысленных словесных внушений всегда строятся в виде утверждений, они должны быть предельно простыми и краткими. При вдохе произносится одно слово, при выдохе - другое, если фраза самовнушения состоит из двух слов, и только на выдохе - если фраза состоит из одного слова. Каждая фраза может быть повторена 2 - 3 раза и более. В дальнейшем словесные формулировки внушений строятся с учетом желаемых результатов. Организующее влияние словесных самовнушений эффективно используется и в процессе проведения аутогенных тренировок, когда образные представления подкрепляются произносимыми мысленно соответствующими словесными формулами, что ускоряет наступление желаемого физиологического эффекта.

**1.3 Активность и интенциональность сознания**

Обсуждая проблему интенциональности высказывания и ее выражения языковыми средствами, совершенно справедливо можно сказать, что многие языковые явления, которые характеризовались в терминах модуса, субъективной и объективной модальности, пресуппозиции, условий успешности речевого акта, исходного предположения, оценочной коннотации и ряда других по сути дела являются интенциональными состояниями сознания говорящего. Среди языковых средств выражения интенциональных состояний полнозначные и служебные слова, синтаксические и лексико-синтаксические конструкции, глаголы речи, местоимения, междометия, модальные слова и частицы, побудительные, вопросительные и оптативные предложения и сентенциальные структуры. Наравне с суперсегментными и невербальными средствами они выражают те дополнительные интенциональные компоненты высказывания, которые говорящий предназначил для распознавания. В интенциональной структуре побудительного речевого акта находит также отражение исходная установка говорящего на способ и манеру осуществления общения - как речевое однонаправленное воздействие на адресата или же, как попытка коммуникативного взаимодействия - учитывая личность, мотивы и установки собеседника и кооперируя свои усилия с ним.

Отправное речевое намерение говорящего-инициатора побудительного речевого акта связано с желанием предписать, регулировать определенным образом поведение адресата, заставить его выполнить требуемое действие. Эта интенция почти всегда выражается эксплицитно. Формирование побудительного речевого намерения может быть объективно или субъективно мотивировано, оно зависит от целенаправленности общения, от личностных мотивов и задач коммуникантов в конкретном акте общения, от презумпции их искренности, от их эмоционального настроя и т.д.

**1.4 Ценностные ориентации и мотивация**

В значение жизненных ориентациях, правовой культуре и правосознании людей произошли трансформации, которые породили снижение уважения к благородным целям жизни, критическое негативное отношение к «общепринятым» ценностям, к праву. Это не могло не отразиться на становлении ценностных систем и целей жизни молодежи и повлекло за собой максималистский подход, интенсивность бескомпромиссного отрицания всеобщих нравственных ценностей и акцентирование внимания на включение в потребностно-мотивационную подсистему личности собственных ценностных ориентаций, на свободе их выбора. Результатом отчуждения от политических, правовых и нравственных ценностей, становится все большее число молодых людей, которые обнаруживают изъяны в правовой культуре.

Принципиальность интенциональности, указывающий на то, что результат познавания ограничен направленностью правосознания как выражением исходной интеллектуальной заинтересованности субъекта в конкретном результате.

Существенность исследования особенностей правосознания при рассмотрении становления смысложизненных и ценностных ориентаций молодых людей обусловлена как необходимостью осознанного и ответственного принятия ими новых социальных реалий, так и необходимостью противостоять трудностям действительности. В настоящее время не отрегулированность правовой жизни, постоянное изменение законов, неконтролируемое производство подзаконных актов ведут к дестабилизации общества, росту преступности среди молодежи, деформируют отношение современного молодого человека к праву, общественным ценностям, что негативно влияет на развитие личности, на формирование его жизненных целей.

В смысложизненных ориентациях, правовой культуре и правосознании людей произошли трансформации, которые породили снижение уважения к благородным целям жизни, критическое негативное отношение к «общепринятым» ценностям, к праву. Это не могло не отразиться на становлении ценностных систем и целей жизни молодежи и повлекло за собой максималистский подход, интенсивность бескомпромиссного отрицания всеобщих нравственных ценностей и акцентирование внимания на включение в потребностно-мотивационную подсистему личности собственных ценностных ориентаций, на свободе их выбора.

Нынешний молодой человек в той ситуации развития и в том состоянии общества, которые мы имеем на сегодняшний день, постоянно пребывает в состоянии тревоги. Вопросы, какой выбрать путь личного, профессионального самоопределения, что более необходимо иметь - фундаментальную базу знаний или воспитывать в себе качества личности, игнорирующей традиции, закон, «изжившие» себя ценности, - заставляют юношу или девушку пребывать в состоянии беспокойства.

Не секрет, что человек не может жить с постоянным ощущением беспокойства, потому бессознательные механизмы психики будут вызывать психологическую защиту личности от факторов, способных усилить чувство тревоги. Таким образом, молодые люди дистанцируются от сложностей реальной жизни, что ведет к снятию с себя ответственности, в том числе и правовой, за собственные поступки.

**1.5 «Я - концепция»**

Должно подчеркнуть, что данные свойства сознания определяют возможность формирования в процессе онтогенеза человека индивидуальной «Я-концепции», которая является совокупностью представлений человека о самом себе и об окружающей действительности. Всю информацию об окружающем мире человек оценивает на основе системы представлений о себе и формирует поведение исходя из системы своих ценностей, идеалов и мотивационных установок. Поэтому не случайно «Я-концепцию» очень часто называют самосознанием.

Самосознание человека как система его взглядов строго индивидуально. Люди по-разному оценивают происходящие события и свои поступки, по-разному оценивают одни и те же объекты реального мира. Причем оценки одних людей достаточно объективны, т. е. соответствуют реальности, а оценки других, наоборот, крайне субъективны. От чего зависит адекватность нашего сознания? Если мы постараемся найти ответ на этот вопрос, то будем вынуждены назвать множество причин, обусловливающих адекватность воспринимаемого человеком образа реального мира и его самооценок. Однако первопричиной большинства факторов, определяющих возможность построения адекватной «Я-концепции», является степень критичности человека.

Ранее подмечено в предыдущих главах, в упрощенном виде критичность это способность осознавать различие между «хорошо» и «плохо». Именно способность критически оценивать происходящее и сопоставлять полученную информацию со своими установками и идеалами, а также исходя из этого сопоставления формировать свое поведение, т. е. определять цели и программу действий, предпринимать шаги к достижению поставленной цели, отличает человека от животного. Таким образом, критичность выступает в качестве основного механизма контроля за своим поведением. Потребно отметить, что не вся получаемая информация об окружающей действительности и собственном состоянии осознается человеком. Значительная часть информации оказывается вне нашего сознания. Это происходит вследствие ее низкой значимости для человека или «автоматического» реагирования организма в ответ на привычный раздражитель. Проблема соотношения бессознательного и сознательного в поведении человека чрезвычайно сложна, и ей посвящена отдельная глава. Сейчас же мы должны ответить на вопрос, что обусловливает возникновение и развитие сознания у человека.

## **2. Культурно-историческая концепция развития психики**

**.1 Понятие о высших психических функциях**

Субъект обладает особым видом психических функций, которые полностью отсутствуют у животных. Эти функции, названные Л. С. Выготским высшими психическими функциями, составляют высший уровень психики человека, обобщенно называемый сознанием. Они формируются в ходе социальных взаимодействий. Иными словами, Выготский утверждал, что высшие психические функции человека, или сознание, имеют социальную природу. При этом под высшими психическими функциями подразумеваются: произвольная память, произвольное внимание, логическое мышление и др.

В концепции Выготского можно выделить три составные части. Первую часть можно назвать «Человек и природа». Ее основное содержание можно сформулировать в виде двух тезисов. Первый тезис о том, что при переходе от животных к человеку произошло кардинальное изменение отношений субъекта со средой. На протяжении всего существования животного мира среда действовала на животное, видоизменяя его и заставляя приспосабливаться к себе. С появлением человека наблюдается противоположный процесс: человек действует на природу и видоизменяет ее. Второй тезис объясняет существование механизмов изменения природы со стороны человека. Этот механизм заключается в создании орудий труда, в развитии материального производства.

Следующая часть концепции Выготского может быть названа «Человек и его собственная психика». Она содержит также два положения. Первое положение заключается в том, что овладение природой не прошло бесследно для человека, он научился овладевать собственной психикой, у него появились высшие психические функции, выражающиеся в формах произвольной деятельности.

Под высшими психическими функциями Выготский Л.С. понимал способность человека заставить себя запомнить некоторый материал, обратить внимание на какой-либо предмет, организовать свою умственную деятельность.

Второе положение заключается в том, что человек овладел своим поведением, как и природой, с помощью орудий, но орудий специальных психологических. Эти психологические орудия он называл знаками. Знаками Выготский называл искусственные средства, с помощью которых первобытный человек смог овладеть своим поведением, памятью и другими психическими процессами.

Третью часть концепции Выготского можно назвать «Генетические аспекты». Эта часть концепции отвечает на вопрос: Откуда берутся средства-знаки? В процессе совместного труда происходило общение между его участниками с помощью специальных знаков, определяющих, что надо делать каждому из участников трудового процесса.

Итог этой концепции заключается в следующем: человек принципиально отличается от животного тем, что он овладел природой с помощью орудий. Это наложило отпечаток на его психику, он научился овладевать собственными высшими психическими функциями. Для этого он также использует орудия, но орудия психологические. В качестве таких орудий выступают знаки, или знаковые средства. Они имеют культурное происхождение, причем универсальной и наиболее типичной системой знаков является речь.

По формулированию одного из самых глубоких исследователей примитивного мышления, мысль, что высшие психические функции не могут быть поняты без социологического изучения, т. е. что они являются продуктом не биологического, а социального развития поведения, не нова. Но только в последние десятилетия она получила прочное фактическое обоснование в исследованиях по этнической психологии и ныне может считаться бесспорным положением нашей науки. В интересующей нас связи это означает, что развитие высших психических функций составляет одну из важнейших сторон культурного развития поведения.

Разбор этих психологических форм раскрывает нам, чем прежде были высшие психические функции, включенные с ними в одну систему поведения, чем была сама эта система, в которой сосуществуют рудиментарные и деятельные функции. Анализ дает нам исходную точку их генезиса и вместе с тем исходную точку всего метода. Разумеется, только исходную точку. Ни на йоту больше. Мы ни на секунду не должны забывать различия между ними и деятельными функциями. Знание структуры рудиментарных функций никогда не может раскрыть нам ни структуры и характера деятельности высших живых функций, ни всего пути их развития. Эти функции являются уликой, но не связной картиной всего процесса. Они дают в наши руки кончик нити для дальнейшего исследования, но сами не могут ни заменить его, ни сделать его излишним. Они даже не в состоянии помочь нам развернуть полностью всю нить, концом которой являются.

Все высшие психические функции суть интериоризованные отношения социального порядка, основа социальной структуры личности. Их состав, генетическая структура, способ действия, одним словом, вся их природа социальна; даже превращаясь в психические процессы, она остается квазисоциальной. Человек и наедине с собой сохраняет функции общения. В связи с высказанными здесь мыслями, которые в суммарной форме передают основную закономерность, наблюдаемую нами в истории культурного развития и непосредственно связанную с проблемой детского коллектива, мы видели: высшие психические функции, например, функция слова, раньше были разделены и распределены между людьми, потом стали функциями самой личности.

Про все примеры можно говорить отдельно. Однако после всего сказанного мы можем принять, что основными стадиями формирования памяти, воли, арифметических знаний, речи являются те же стадии, о которых мы говорили и которые проходят все высшие психические функции ребенка в их развитии.

Среди постановкой, что высшие психические функции, неотъемлемой частью которых является употребление знаков, возникают в процессе сотрудничества и социального общения, и другим утверждением, что эти функции развиваются из примитивных корней на основе низших, или элементарных, функций, т. е. между социогенезисом высших функций и их естественной историей, существует генетическое, а не логическое противоречие. Поэтому высшие психические функции образуют систему, единую по генетическому характеру, хотя и разнородную по составляющим ее структурам.

Изучения афазии показывают с исключительной убедительностью, что высшие психические функции не существуют просто рядом с низшими или над ними; в действительности высшие функции настолько проникают в низшие и настолько реформируют все, даже наиболее глубокие слои поведения, что их распад, связанный с отслоением низших процессов в их элементарных формах, в корне меняет всю структуру поведения, откидывая его к наиболее примитивному, «палеопсихологическому» типу деятельности.

**Вывод.** Цивилизация создает особые формы поведения, она видоизменяет деятельность психических функций, она надстраивает новые этажи в развивающейся системе поведения человека. Это основной факт, в котором убеждает нас каждая страница психологии примитивного человека, изучающей культурно-психологическое развитие в чистом, изолированном виде. В процессе исторического развития общественный человек изменяет способы и приемы своего поведения, трансформирует природные задатки и функции, вырабатывает и создает новые формы поведения - специфически культурные.

**2.2 Интериоризация**

*Интериоризация* - введение внутрь социальной среды: диспозиционная структура личности. Интериоризация - постепенное превращение какого-либо процесса или явления из внешнего для организма во внутреннее, например, из практически осуществляемого индивидуального или коллективного действия во внутренне психологическое свойство или способность человека.

Интериоризация ценностей как осознанный процесс происходит лишь при условии наличия способности выделить из множества явлений те, которые представляют для него некоторую ценность, а затем превратить их в определенную структуру в зависимости от условий, близких и далеких целей всей своей жизнедеятельности, возможности их реализации и тому подобное.

Раньше всего, положение о единстве сознания и деятельности, которое подразумевает, что психические деятельности индивида порождаются практической деятельностью, исторически сложившейся в обществе, что сознание возникает как рефлексия субъектом действительности своей деятельности, самого себя, процесс интериоризации внешней деятельности - процесс формирования внутреннего «плана сознания». Интериоризация личностью общественного сознания представляет собой процесс формирования личности. Особенности восприятия общественного сознания на индивидуальном уровне зачастую определяются самим сопереживанием сознания и не объективной значимостью его, а его опытом, культурным уровнем, образованием, психологическими особенностями, степенью восприимчивости к психологическому «заражению» на подсознательном уровне. Отрицательное воздействие зачастую семьи переходит в специфическое негативное внутреннее свойство личности, присваивается ею.

Действие внешней среды не зеркально отражается во внутреннем мире личности, а преобразуется: приемлется или отвергается в зависимости от складывающихся или сложившихся систем ценностных ориентаций, правосознания, потребностей, интериоризированных общественных требований, силы воли и т.д.

Оттого целенаправленный или спонтанный контроль общества, проявляющийся в виде контроля различных малых групп, может проявляться двояко: 1) идти только от внешнего окружения, которое содержится в традициях, обычаях; 2) воплощаться в интериоризированных, имеющих онтологическую основу соответствующих нормах, правилах общежития, которым лицо следует не раздумывая, автоматически. Структуры и процессы человеческой психики складываются на основе интерпсихологических, межличностных процессов. Индивид формирует свой внутренний мир путем освоения, интериоризации исторически сложившихся форм и видов социальной деятельности и в свою очередь выражает, экстериоризирует свои психические процессы.

**2.3 Концепция А.Н. Леонтьева**

В нашей психологии этот вопрос, как правило, рассматривают, основываясь на сформулированной Леонтьевым А.Н. гипотезе о происхождении сознания человека. Для того чтобы ответить на вопрос о происхождении сознания, необходимо остановиться на принципиальных отличиях человека от других представителей животного мира.

Отличие человека от животного заключается в его отношениях с природой. Если животное является элементом живой природы и строит свои отношения с ней с позиции приспособления к условиям окружающего мира, то человек не просто приспосабливается к природной среде, а стремится в определенной степени подчинить ее себе, создавая для этого орудия труда. С созданием орудий труда изменяется образ жизни человека. Способность создавать орудия для преобразования окружающей природы свидетельствует о способности сознательно трудиться. Труд это специфический, присущий только человеку вид деятельности, заключающейся в осуществлении воздействий на природу с целью обеспечения условий своего существования.

Важнейшая особенность труда заключается в том, что трудовая деятельность, как правило, осуществляется только совместно с другими людьми. Это справедливо даже для простейших трудовых операций или деятельности, имеющей индивидуальный характер, поскольку в процессе их выполнения человек вступает в определенные отношения с окружающими его людьми. Например, труд писателя может быть охарактеризован как индивидуальный. Однако, для того чтобы стать писателем, человек должен был научиться читать и писать, получить необходимое образование, т. е. его трудовая деятельность стала возможна только вследствие включенности в систему отношений с другими людьми. Таким образом, любой труд, даже кажущийся на первый взгляд сугубо индивидуальным, требует сотрудничества с другими людьми.

Таким образом, труд способствовал образованию определенных человеческих сообществ, которые принципиально отличались от сообществ животных. Эти отличия заключались в том, что, во-первых, объединение первобытных людей было вызвано стремлением не просто выжить, что характерно в определенной мере и для стадных животных, а выжить путем преобразования природных условий существования, т. е. с помощью коллективного труда.

Во-вторых, существенным условием существования человеческих сообществ и успешного выполнения трудовых операций является уровень развития коммуникации между членами сообщества. Чем выше уровень развития коммуникации между членами сообщества, тем выше не только организация, но и уровень развития психики человека. Так, высший уровень человеческой коммуникации речь обусловила принципиально иной уровень регуляции психических состояний и поведения регуляции с помощью слова. Человеку, способному общаться с помощью слов, для формирования своего поведения или представления о реальном мире нет необходимости вступать в физический контакт с окружающими его объектами. Для этого ему достаточно иметь информацию, которую он приобретает в процессе общения с другими людьми. Следует отметить, что именно особенности человеческих сообществ, заключающиеся в необходимости коллективного труда, обусловили возникновение и развитие речи. В свою очередь, речь предопределила возможность существования сознания, поскольку мысль человека всегда имеет словесную форму. Например, человек, по определенному стечению обстоятельств попавший в детские годы к животным и выросший среди них, не умеет говорить, а уровень его мышления, хотя и выше, чем у животных, совершенно не соответствует уровню мышления современного человека.

В-третьих, для незаурядного существования и развития человеческих сообществ законы животного мира, основанные на принципах естественного отбора, непригодны. Коллективный характер труда, развитие коммуникации не только повлекли вслед за собой развитие мышления, но также обусловили формирование специфических законов существования и развития человеческого сообщества. Эти законы известны нам как принципы нравственности и морали.

Из этого значит, существует определенная последовательность явлений, обусловивших возможность появления сознания у человека: труд привел к изменению принципов построения взаимоотношений между людьми. Это изменение выразилось в переходе от естественного отбора к принципам организации социального общежития, а также способствовало развитию речи как средства коммуникации.

## **3. Самосознание: сущность и становление**

**.1 Самосознание и саморегуляция**

Сознание не только органически включается в деятельные и поведенческие процессы, является необходимым их условием, но и выступает внутренней составной частью самого процесса. Можно согласиться с мнением о том, что «мотивация поведения личности выступает как система внутренней саморегуляции, интегрирующими компонентами которой являются сознание и самосознание индивида».Общественное мнение формирует самосознание, ведет к принятию социально одобряемой роли и к соответствующему такой роли поведению.

Профессиональное самосознание личности полагается многими авторами как важнейшая психологическая подструктура личности специалиста и ведущее условие его профессионального развития. Понятие «профессиональное самосознание» является подчиненным по отношению к понятию «самосознание личности», определяемому часто как динамическая система представлений человека о самом себе, осознании им своих физических, интеллектуальных и других качеств, самооценка этих качеств, а также субъективное восприятие влияющих на данную личность внешних факторов. Поэтому имеет смысл, изучая профессиональное самосознание представителя какой-либо специальности, опираться на уже изученные свойства и характеристики самосознания личности, учитывая специфику их проявлений в конкретной профессии.

Самонаблюдение дает нам фактически всегда данные самосознания, которые могут искажать и неизбежно искажают данные сознания. Эти же последние, в свою очередь, никогда полностью и прямо не обнаруживают свойств и тенденций всего целостного процесса, часть которого они составляют. Отношения между данными самосознания и сознания, между данными сознания и процессом совершенно тождественны с отношениями между явлением и бытием. Новая психология со всей решительностью утверждает, что и в мире психики явление и бытие не совпадают. Нам может казаться, что мы что-нибудь делаем по известной причине, а на самом деле причина будет другой. Мы можем со всей очевидностью непосредственного переживания полагать, что мы наделены свободной волей, и жестоко в этом обманываться. Мы приходим здесь к другой центральной проблеме психологии. Старая психология отождествляла психику и сознание. Все психическое тем самым было уже и сознательным.

Некоторые вещи, находящиеся почти на самой границе сознания и то входящие, то выходящие из его поля, есть смутно сознаваемые вещи, есть переживания, более или менее тесно связанные с реальной системой переживаний, к примеру сновидение. Отсюда следует, что явление не становится менее психичным от того, что оно становится менее сознательным, значит можно допустить и бессознательные психические явления.

Профессиональное самосознание можно определить как сложное личностное образование, формирующееся под влиянием профессиональной среды и активного преобразования себя как субъекта профессиональной деятельности. Вопросам становления профессионального самосознания в целом посвящены работы Парыгина Б.Д., Брагина В.Д., Шавир П.А.

Климов Е.А. исследовал структуру профессионального самосознания, выделяя следующие компоненты: 1) сознание своей принадлежности к определенной профессии; 2) представление о степени своего соответствия профессиональным эталонам, о своем месте в системе профессиональных ролей, статуса; 3) знание своих сильных и слабых сторон, путей совершенствования, стилей в работе и проблемных зон и т.п.

Результат подбора большинства методов саморегуляции - «внутреннее - внешнее - внутреннее». Выделяется какой-либо параметр поведения, отражающий внутреннее состояние человека, но поддающийся волевому контролю. После чего волевым образом этот параметр меняют в ту сторону, в какую желательно изменить состояние.

Существенными формами саморегуляции являются: движение, дыхание, медитация, вербализация, визуализация, внешние воздействия. Кроме того, негативное психическое состояние можно отрегулировать за счет изменения контекста, за счет переноса внимания и т.д. Помимо этого можно использовать так называемые якоря - знаки, связанные в сознании с желаемыми состояниями (Приложение А).

**3.2 Самосознание и самооценка**

Так, самооценка рассматривается большинством авторов как ядро личности или одно из ее центральных образований, связанных с основными отношениями личности. На исключительную важность самооценки указывала в своих работах и В. Сатир. Самооценка представляет собой особую ступень в развитии самосознания, когда человек способен наряду с осознанием своих возможностей, поступков, качеств оценивать себя в соответствии со своими убеждениями и требованиями к себе, соотнеся их с требования окружающих. То есть необходимо говорить об адекватной самооценке личности сотрудников научно-педагогических подразделений, как одной из достаточно важных характеристик самоактуализации, являющейся внутренним регулятором поведения личности в процессе профессионального самоопределения. Роджерс К. в ряде своих работ подчеркивает необходимость высокой самооценки для роста личности, что подтверждается многими исследованиями и в отечественной психологии. При этом выдвигается требование опережения уровня самооценки сравнительно с имеющейся объективной ситуацией, иначе говоря, человек должен оценить себя, имея в виду прежде всего потенциальные, а не реальные возможности, т.е. последние могут не соответствовать высоким требованиям на данный момент. Самооценка, по его мнению, должна как бы «забегать вперед» реальных возможностей личности. Только в таком случае она становится реальной силой, способствующей росту личности. Идеи Роджерса К. принципиальным образом близки к идеям выдающихся отечественных ученых - В.А. Сухомлинского и Выготского Л.С., которые неоднократно подчеркивали необходимость успеха как предвосхищения реального результата работы.

Во-первых, большинство ученых придерживаются мнения о том, что честь представляет собой, с одной стороны, оценку личности, ее качеств и поступков обществом, а с другой стороны, самосознание, самооценку личности с точки зрения ее восприятия обществом, т.е. адекватное восприятие человеком того мнения, которое выражает о нем общество. Встречается, однако, и более широкий подход, согласно которому к категории чести относятся и моральные, духовные, социально значимые качества личности, а также совершаемые ею поступки, мотивы, цели, которыми она руководствуется.

Во-вторых, большинство исследователей отстаивают точку зрения, согласно которой самооценка своего положения в обществе не тождественна понятию достоинства. При этом высказывается и противоположное мнение о тождественности данных категорий. Существует также и промежуточная позиция, которая включает достоинство в состав внутренней составляющей чести, не отождествляя данные категории.

В-третьих, в науке высказываются противоположные мнения относительно взаимосвязи внутренней и внешней составляющей чести.

Рассмотрение сущности изложенных теорий позволяет сделать выбор в пользу теории «объективно-субъективной оценки», поскольку вряд ли человек мог бы добиться положительной оценки общества в том случае, если бы он не осознавал, каким образом общество его воспринимает. Очевидно, что положительная оценка общества имеет для личности стимулирующий характер. Руководители с высоким эмоциональным самосознанием прислушиваются к своим внутренним ощущениям и осознают воздействие своих чувств на собственное состояние и рабочие показатели. Они часто способны интуитивно выбрать лучший способ поведения в сложной ситуации, воспринимая благодаря своей интуиции картину в целом. Руководители, наделенные развитым эмоциональным самосознанием, часто бывают справедливыми, искренними, способными открыто говорить о своих чувствах и верящими в свой идеал.

**3.3 Саморефлексия**

Самосознание - саморефлексия, самоопределение индивида, может быть истинным и ошибочным, порождающим возвышенные устремления и роковые жизненные заблуждения, увлекающим индивида в мир эфемерных мечтаний или затягивающим его в омут бездуховности. Источником обновления, самообновления обучающейся организации является постоянная критическая рефлексия собственного поведения, норм, правил - саморефлексия.

Присутствие социальной компетентности, трактуемой как общая ориентированность на социум, проявляющейся не просто в установлении и поддержании контакта с окружающими, но в знании механизмов, способов и технологий освоения окружающей социальной среды, в умении предъявлять себя и результаты своей деятельности в ней - здесь речь идет, главным образом, о навыках самопозиционирования, умении продать себя. Развитые навыки маркетинговой деятельности порой сопоставимы с профессиональным мастерством высокого уровня. Преобразование потенциальной ценности индивидуального личностного ресурса в актуальную представляет собой, по сути, процесс объективации личностного потенциала, определяя необходимость демонстрации ценности своих внутренних возможностей «для всех». Он основывается на саморефлексии и признании своих слабых сторон, ограничений и выявление своих конкурентных возможностей, а также на определении наиболее адекватной области их применения наряду со способами их декларирования. Это связано с особенностями продвижения своего конкурентного преимущества на рынке труда, что предполагает их декларирование в целях демонстрации готовности к удовлетворению потребности.

Новейшая экономическая система, создавая новую систему ценностей, где на первый план выходит множественность возможностей индивидов как членов общества, которые, актуализируясь в их способностях, превращаются в социальное богатство, создавая все новые и новые ценности, требует от общества развития готовности и способности выявить, развить и использовать личностные ресурсы человека. С другой стороны, каждая личность обладает присущим только ей потенциалом ресурсов. Чтобы действительно претендовать на преимущество в процессе предложения своих возможностей, само их наличие не является достаточным условием - данный ресурс должен быть адекватен той деятельности, на которую претендует человек и актуализирован в ней. Следовательно, от человека требуется принять новые критерии оценки его деятельности и соответствовать им. В решении этой проблемы человеку могут помочь привычка к саморефлексии и набор простых методов саморегуляции, техника которых доступна в самом помраченном состоянии.

**3.4 Уровень притязаний личности**

В мерах особенно значимой сферы деятельности на чувствительности человека к той или иной оценке сказывается еще и уровень притязаний личности. Характер же и уровень притязаний человека обычно находятся в зависимости от уровня достижений его в данной области. С повышением уровня достижений личности, как правило, повышается и уровень ее притязаний. Таким образом, результаты деятельности изменяют условия этой деятельности: создается своеобразная «циркулярная реакция», которая особенно ярко проявляется во влиянии эмоциональных факторов на протекание действий. Успешный или неуспешный ход деятельности всегда, так или иначе, изменяет психологические условия ее протекания.

С действием успеха и неуспеха на деятельность связано влияние посильно и непосильно трудных задач. Трудные, но посильные задачи и соответствующие требования стимулируют, выявляя, по мере того как человек с ними справляется, повышающийся уровень доступных ему достижений, и повышают тем самым и уровень его притязаний, готовность и охоту браться за дальнейшие, все более трудные задачи.

В общности, экспериментально показал, что переживание успеха и неуспеха зависит не только от результата деятельности самого по себе, но и от Разных моментов, в частности от отношения данного результата к установившемуся на данный момент уровню притязаний личности, к тому, насколько данная деятельность переживается как личностная. В соотношении между уровнем притязаний и уровнем достижений проявляются значительные индивидуальные различия, причем для каждого индивида это соотношение является относительно устойчивой характеристикой.

Для справедливого понимания влияния успеха или неуспеха на ход деятельности необходимо различать два момента: во-первых, объективную успешность или не успешность, т.е. собственно эффективность или неэффективность самого действия, во-вторых, успех или неуспех действующего лица, этот последний в свою очередь может быть понят по-разному или как чисто личный успех, или как успех определенного общественного дела.

Но одно дело личный успех данного индивида, который достигается ради успеха своего дела. Совсем другое дело общественный успех дела, которому человек отдается и ради которого он готов приносить всяческие жертвы. Именно этот мотив успеха большого общего дела, а не успех только личный должен стать основным в мотивации деятельности человека социалистического общества.

Всяческие личностные типы можно увидеть и при рассмотрении более частных задач исследованием личности в результате применения психологом той или иной психодиагностической методики, позволяющей целенаправленно выявить те или иные характерные особенности личности, ее мотивационную сферу, уровень притязаний, самооценку. Ведь именно личностные амбиции мешают нам принимать наших руководителей такими, какие они есть, а следовательно, мешают эффективно использовать наши знания и навыки и быть полезными для организации. Именно личностные амбиции мешают нам находить наиболее оптимальные решения даже для самых сложных задач.

**Вывод.** Проанализированные понятия, а также раскрытые факторы формирования личности и ее психологическая структура позволяют заключить, что личность - это очень сложное структурное понятие, включающее набор наследственных факторов, продуктов социализации, особенностей обучения и воспитания человека, делающие его неповторимым и наделяющие индивидуально-психологическими особенностями. Практическая деятельность человека - основа единства присущих ему психических процессов, свойств, состояний и образований. В свою очередь, личность человека выражается в единстве психических процессов, свойств, состояний и образований.

# **Заключение**

**Выводы.** Итак, анализ методологических и теоретических подходов к изменению самосознания позволяет сформулировать следующие выводы. Проблема самосознания относится к центральным, основополагающим научным изысканиям в отечественной и зарубежной психологии. Самосознание представляет собой процесс, подразумевающий восприятие личностью многочисленных образов самого себя в различных ситуациях и в соединении этих образов в единое целостное образование - представление, а затем и понятие своего собственного «я». Анализ теорий самосознания в отечественной психологии показал, что направленность и содержание самосознания обусловлены социокультурным контекстом, системой общественных отношений, социальным взаимодействием.

По поводу концепции Выготского Л.С., есть ряд недостатков, которые подвергаются осуждению, но она играет большую роль в формировании научной психологической мысли. Ее основные тезисы были положены в разработку дефектологии. Она оказала влияние на развитие современных научных взглядов и на проблему происхождения психики и развития сознания человека. И сегодня в нашем отечестве говорится, что происхождение сознания человека связано с его социальной природой. Человеческий путь состоит в усвоении общественно-исторического опыта, процесс обучения, воспитания и способы передачи человеческого опыта.

Различные теории самосознания объединяет признание принципа непрерывности изменения самосознания на протяжении всей жизни человека. К вопросу изменения самосознания существует два подхода - нормативный и ситуативный. Нормативный подход подразумевает закономерные изменения самосознания, связанные с онтогенетическим развитием личности. Ситуативный подход рассматривает ненормативные, непредсказуемые изменения самосознания, происходящие под влиянием различных условий и обстоятельств жизни.

Основываясь на концепции самосознания ряда отечественных психологов можно отметить, что социальная природа самосознания, его детерминируемость социокультурными факторами определяет динамичность самосознания исходя из форм активности и жизнедеятельности человека. К факторам изменения самосознания может относиться широкий круг социально-психологических условий и обстоятельств. В качестве факторов изменения самосознания широко изучаются трудные жизненные ситуации, психотравмирующие события, экстремальность.

Из проведенного исследования можно заключить, что проблема соотношения мотивации как совокупности внутренних побудительных причин к действию и стимулирования в качестве внешнего фактора носит комплексный характер. При этом очевидна целесообразность применения и системного подхода к разработке вопросов мотивации и стимулирования. В качестве основы стимулирования можно выделить взаимодействие внешних обстоятельств и внутренней структуры личности. Влияние стимулов приводит к осознанию субъектом окружающей действительности, основой которой выступает личный выбор. Фундаментальное исследование в значительной степени сохраняет свою остроту и для наших дней, прежде всего в своих методологических директивах и теоритических обобщениях, раскрывающих исходные основы психологического мира человека, его сознания, деятельности, поведения и т. д.

К изменчивым компонентам самосознания относится смысл жизни, который характеризует самосознание на уровне активности человека как личности и представляет собой высший уровень самосознания, оказывающий влияние на все компоненты структуры самосознания. Он определяется как более или менее адекватное переживание интенциональной направленности собственной жизни. Изменчивость смысла жизни детерминирована изменчивостью объективной жизненной реальностью личности и общества в целом. Переоценка жизненных смыслов является закономерным процессом развития и усовершенствования личности, которое в связи с этим, носит вневозрастной характер и обусловлен жизненным опытом и системой отношений личности.

# **Глоссарий**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Понятие | Определение |
| 1. | Вариация | колеблемость признака, изменчивость значения признака. |
| 2. | Регламентировать | подчинять установленным правилам, ограничивать. |
| 3. | Рефлексия | способность оператора наблюдать за самим собой, видеть и изучать себя со стороны. |
| 4. | Ориентация | 1) направленность действий экономического субъекта и выбор им такой направленности; 2) побуждение, предписание действовать определенным образом. |
| 5. | Концепция | 1) генеральный замысел, определяющий стратегию действий при осуществлении реформ, проектов, планов, программ; 2) система взглядов на процессы и явления в природе и в обществе. |
| 6. | Эффект | достигаемый результат в его материальном, денежном, социальном (социальный эффект) выражении. |
| 7. | Абстракция | упрощение экономического анализа посредством выделения определенных свойств или исключения из него некоторых экономических и неэкономических факторов, которые в данном анализе не играют определяющей роли и могут быть опущены в целях получения более четкой картины, для выявления основных, определяющих взаимосвязей и зависимостей. |
| 8. | Дестабилизация | потеря стабильности, нарушение установившегося ритма, динамики экономических процессов, возникновение резких скачков, крутых спадов в производственной и финансовой сферах. |
| 9. | Интенсивность | напряженность работы, производства, характеризуемая мерой отдачи каждого из используемых факторов, ресурсов. |
| 10. | Мотивация | внешнее или внутреннее побуждение экономического субъекта к деятельности во имя достижения каких-либо целей, наличие интереса к такой деятельности и способы его инициирования, побуждения. |
| 11. | Актуализация | метод экономического расчета, заключающийся в приведении показателей будущего состояния к их значениям, отражающим нынешние условия. Такой метод обычно используется для обоснования решения об инвестициях. С одной стороны, это дает возможность оценить величину необходимых в данное время капиталовложений для получения будущих результатов, с другой - осуществить выбор из имеющихся вариантов с учетом дисконтирования, приведения к нынешнему периоду времени затрат и результатов. |

# **Список использованных источников**

# 1. Аминов И.И. Юридическая психология. М., 2014.

# . Выготский Л. С. Мышление и речь. М., 2013.

# . Выготский Л. С. Педагогическая психология. М., 2012.

# . Еникеев М. И. Основы общей и юридической психологии. М., 2014.

# . Жеругов Р.Т. О мотивационных аспектах правомерного поведения личности // Проблемы социалистического государства и права. М., 2013. С. 61.

# . Куликов Л.В. Проблема описания психических состояний // Психические состояния: Хрестоматия / Ред. Л.В. Куликов. СПб., 2014.

# . Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. 2013. С. 97 - 98

# . Леонтьев Д.А. Методики изучения ценностных ориентаций. - М., 2013

# . Немов Р.С. Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений. В трех книгах. 4-е издание. 2014.

# . Петухов В. В. Психология мышления. М., 2014.

# . Пломин Роберт. Что определяет поведения? / Детство идеальное и настоящие: сборник работ совр. Запад. Уч. подред. Слободская Е.Р. Новосибирск: Сиб. Хронограф, 1984.

# . Психология личности в трудах отечественных психологов - /Сост. Куликов Л.В. - СПб.: Питер, 2013

# . Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии. - /Под ред. Д.А. Леонтьева, В.Г. Щур. - М.:Смысл, 2013

# . Ратинов А.Р., Ефремова Г.Х. Психологическая защита и самооправдание в генезисе / Отв. ред. А.Р. Ратинов. М., 2013.

# . Роджерс К. Эмпатия // Психология эмоций: тексты / Под ред. В.К. Валюнаса, Ю.Б. Гиппенрейтер. М., 2014. С. 235 - 237.

# . Сатир В. Как строить себя и свою семью / Пер. с англ. М.: Прогресс, 2013.

# . Столин В. В. Самосознание личности. М., 2013.

# . Тихомиров Ю.А. Право и саморегулирование // Журнал российского права. 2013. № 9.

# . Хекхаузен X. Мотивация и деятельность. М., 2014.

# . Чефранов В.А. Правовое сознание как разновидность социального отражения. Изд. «Вища школа», 2012. С. 9 - 10.

# . Шелковой Ю.С. Взаимосвязь самооценки компетентности и представлений человека о себе как субъекте деятельности: Дис. ... канд. психол. наук. Краснодар, 2013.

**Приложения**

**Приложение А**

Простейшие методы коррекции стартовых состояний

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Коррекция стартовой апатии (стимулирующие воздействия) | Коррекция стартовой лихорадки (релаксирующие воздействия) |
| Воздействие через тело | Быстрые, резкие, линейные движения | Медленные, плавные, "округлые" движения |
|  | Напряжение мышц | Расслабление мышц |
|  | Воздействие холодом или термоконтрастами | Воздействие теплом |
|  | Массаж: воротниковая зона - жестко, крестцовая - мягко | Массаж: воротниковая зона - мягко, крестцовая - жестко |
|  | Дыхание: с акцентом на выдох, с паузой после вдоха | Дыхание: с акцентом на вдох, с паузой после выдоха |
|  | Открытые пространства | Закрытые пространства |
|  | Бодрая громкая ритмичная музыка | Спокойная негромкая мелодичная музыка |
|  | Сенсорная стимуляция | Сенсорная депривация |
| Воздействие через сознание | Концентрация внимания | Деконцентрация внимания |
|  | Внимание на внешних объектах | Внимание на внутренних объектах |
|  | Концентрация на ощущениях прохлады, легкости, бодрости | Концентрация на ощущениях тепла, тяжести, усталости |
|  | Коммуникация | Изоляция |
|  | Преувеличение значимости предстоящей деятельности | Преуменьшение значимости предстоящей деятельности |
|  | Мысленное введение в ситуацию наблюдателя | Мысленное выведение из ситуации наблюдателя |
|  | Взятие на себя ответственности за ситуацию | Разделение ответственности за ситуацию |