

4. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения: Учеб. Пособие для студ. Высш. Пед. Учеб. Заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2004.-304с. (с. 183)
5. Кривцова А.С. Комплексное исследование личностно-профессионального становления психологов в процессе обучения в вузе //аспирантский сборник РГСУ.2008. - №2.
6. Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога. - 2-е издание, доработанное.- М.: «Просвещение», «учебная литература», 1996.
7. Огороднійчук З.В. Психологічна характеристика особистісних якостей майбутнього спеціального психолога / З.В. Огороднійчук // Науковий часопис НПУ імені М.П.Драгоманова. Серія 19. Корекційна педагогіка та психологія: зб. наук. праць. - К.: НПУ імені М.П.Драгоманова, 2009. - №13. - 233 с. - С.205 - 208.
8. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Основы психологической антропологии. Психология человека: Введение в психологию субъективности. М.: Школа-Пресс, 1995. С. 384
9. Темнова Л.В. Личностно-профессиональное развитие психолога в системе высшего образования.- М.: МПГУ, 2000.

В статье освещаются научные подходы к изучению индивидуально-личностных качеств будущих специальных психологов. Осуществлен анализ научного, личностно-деятельностного, профессионально-ориентированного и акмеологического подходов в изучении индивидуально-личностных качеств. Особое внимание уделяется освещению проблемы профессиональной деятельности которая сопряжена с проблемами психологии личности. Выделены основные компоненты структуры профессиональной деятельности и личностные характеристики психолога.

Акцентируется внимание на структуре профессионально важных качеств психологов-теоретиков и психологов-практиков как в сфере специальных, так и личностных особенностей. Представлен содержательный перечень профессиональных требований к специальному психологу.

The article highlights the scientific approaches to the study of individual sobystisnyh special qualities of future psychologists. The analysis of scientific, student-active, professional and acmeological approaches in the study of individual personality traits. Particular attention is paid to the problem of the professional activity is closely associated with the problems of personality psychology.

The basic structure of the components of the professional and personal characteristics psychologist. The attention to srukture professionally important qualities psychologists, theorists and psychologists as practitioners in the field of special and personal characteristics. Presented meaningful for the special requirements of professional psychologists.

Статтю подано до друку 13.05.2014.

©2014 р.

Л. В. Долинська, О. І. Пенькова (м. Київ)

САМОВДОСКОНАЛЕННЯ ЯК УМОВА СТАНОВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

Постановка проблеми. Самовдосконалення особистості – складне ідеальне утворення, яке організоване у відповідну ієрархічну структуру за ступенем важливості, актуальності, необхідності у даний період життя індивіда. У процесі розвитку свідомості і самосвідомості

особистість формує, розвиває, удосконалює свою діяльнісну сутність відносно себе через вплив на середовище і навпаки. Багатоаспектність питання передбачає дослідження даного феномену з точки зору системоконплексного підходу, у контексті якого важливо з'ясувати причинно-наслідкові зв'язки між процесом самовдосконалення та низкою інших фундаментальних утворень.

Мета дослідження – на основі теоретико-емпіричного аналізу наукових досягнень з'ясувати психологічну сутність процесу самовдосконалення особистості.

Аналіз останніх досліджень та виклад основного матеріалу.

Проблема самовдосконалення є однією з найскладніших у психології особистості. Основними умовами становлення даного феномену слід визнати такі фактори як спілкування з оточуючими і власна активність індивіда. У спілкуванні засвоюються форми, види і критерії оцінок; в індивідуальному досвіді відбувається їх апробація, наповнення особистісною сутністю. Із оцінок оточуючих дитина постійно виокремлює критерії і способи оцінювання інших і переносить їх на себе. Так відбувається формування самовдосконалення особистості. І яке воно буде, загалом, залежить від особливостей взаємодії з дитиною, від ставлення до неї оточуючих, насамперед, батьків, педагогів, однолітків.

Як зазначав Костюк Г.С.: «Дорослі опосередковують формування досвіду дитини вже з перших її днів. Немає ніякої можливості провести якусь штучну межу, що відокремлювала б особистий досвід дитини від досвіду суспільного, а тим більше не можна протиставити їх. Особистий досвід дитини проймається досвідом, засвоєваним від дорослих, через що набуває нової якості. Таке взаємопроникнення існує в усіх виявах свідомого психічного життя дитини, починаючи з її осмисленого сприймання» [7, с. 127].

Зміна взаємин дитини з оточуючими віддзеркалюється у її свідомості і завдяки цьому змінює її внутрішній психічний стан, перебудовує внутрішнє ставлення до інших людей та до самої себе. Однак цим, на думку С.Л. Рубінштейна, не вичерпується процес розвитку особистості і її самосвідомості, подальший розвиток пов'язаний з більш складною внутрішньою роботою, яка передбачає здатність самостійно ставити перед собою ті чи інші завдання, визначати спрямованість власної діяльності. Процес самопізнання починає поєднуватися з самооцінкою. Розвиток самосвідомості, за С.Л. Рубінштейном, можливий лише завдяки взаємодії людини з зовнішнім світом, в результаті взаємин з іншими людьми, завдяки різноманітним зв'язкам її Я з іншими конкретними Я, завдяки усвідомленню змін у відносинах з оточуючими та пізнанню їх. В результаті цих взаємин людина свідомо самовизначається як Я, як особистість, що належним чином віддзеркалюється у її самосвідомості [10].

Сучасні психологічні концепції різноманітні у своєму розумінні сутності феномену Я, самосвідомості і самовдосконалення. Так, деякі з авторів (Кон І.С., Столін В.В.) розглядають як синоніми такі поняття як Я, «Я – концепція», образ Я, ідентичність, вбачаючи загальні риси у їх формуванні і проявах. Інші, навпаки, намагаючись подати структуру свідомості ієрархічно, наполягають на розмежуванні цих понять.

Зарубіжні психологи широко використовують поняття «Я – концепція». К.Роджерс розглядає Я – концепцію як організований і послідовний концептуальний гештальт, складений із сприйняття якостей Я (або «мене»), взаємовідносин Я з іншими людьми і з різноманітними аспектами життя, а також цінностей, пов'язаних з цими сприйняттями. Він вважає, що даний гештальт доступний для свідомості, але не обов'язково усвідомлюваний, і зазначає, що як тільки гештальт усвідомлюється, відразу ж включається механізм оцінювання суб'єктом своїх якостей [9].

Р. Бернс трактує Я – концепцію як сукупність усіх уявлень індивіда про себе, пов'язану з їх оцінкою. «Я – образ» розглядається як описова складова Я - концепції, оцінна грань представлена в її структурі самооцінкою [2].

Згадуючи про дослідження У. Джемса [4], необхідно підкреслити три основні обставини: по-перше, визнання подвійної природи Я, виокремлення в ньому двох нерозривних сторін (Я як суб'єкт і як об'єкт); по-друге, виділення потрійної структури емпіричного Я, що включає когнітивний, емоційний і конативний компоненти; по-третє, розуміння самооцінки як переживання відповідних емоцій на свою адресу, що не залежать ні від думки оточуючих, ні від будь-яких інших зовнішніх обставин, а є співвідношенням здібностей, які забезпечують успішність чи неуспішність домагань особистості.

Більшість психологів одностайна у розумінні основних питань, пов'язаних з сприйманням і оцінкою особистістю самої себе, у визнанні багатоплановості структури самосвідомості, її процесуальності, постійного розвитку. Процес усвідомлення себе відбувається у єдності когнітивної оцінки своїх можливостей, досягнень і емоційних реакцій, переживань з приводу цієї оцінки, тобто, самоставлення. Самоставлення органічно пов'язане з самопізнанням, і є його емоційно-особистісною складовою. Оскільки свідомість є знання про оточуючий світ і ставлення до нього (Рубінштейн С.Л.), самопізнання – єдність пізнання себе і ставлення до себе.

Самовдосконалення передбачає наявність у індивіда інформації про самого себе, що складає образ Я. Сучасна психологія розглядає дану проблему в єдності трьох аспектів: ідентичність (самість), «Его» (суб'єктність) і образ «Я». Як зазначає Кон І.С., - всі ці аспекти взаємопов'язані і передбачають один одного. Ідентичність психіки, поведінки індивіда неможлива без якоїсь єдиної регулятивної основи, яка, в свою чергу, вимагає самосвідомості. «Его» як регулятивний механізм передбачає наступність психічної діяльності і наявність інформації про самого себе. Образ «Я» немов добудовує ідентичність і суб'єктність особистості і водночас корегує її поведінку. І далі Кон І.С. продовжує: «При вивченні ідентичності центральне місце посідає питання, від чого залежить єдність і послідовність поведінки та психічних процесів індивіда і яка їх вага в різних контекстах та ситуаціях і на різних етапах його життєвого шляху, тобто об'єктивна діалектика стійкості і мінливості особистості. При вивченні «Его» увага концентрується на процесах і механізмах свідомої регуляції поведінки, на співвідношенні свідомої внутрішньої мотивації особистості, з одного боку, та впливу зовнішнього середовища і неусвідомлюваних емоційних реакцій з іншого; сила «Я» у даному контексті вимірюється ступенем його свідомої саморегуляції. Нарешті, при вивченні «образу Я» увагу привертають конкретні процеси і механізми самосвідомості, ступінь адекватності самооцінок, структура і динаміка «образу Я», його роль і значення в загальному балансі психічної діяльності особистості» [5, с. 10].

В структурі самосвідомості Мерліна В.С. [8] виокремлюються чотири компоненти: усвідомлення тотожності (відмінність себе від всього світу), усвідомлення «Я» як активного начала, суб'єкта діяльності; усвідомлення своїх психічних якостей; соціально-моральна самооцінка. В цій концепції всі компоненти можуть бути представлені як прямі чи опосередковані похідні від ідентифікації і відокремлення.

У психологічних роботах [5], [6], [10] ідентифікація особистості розглядається як прагнення до досягнення тотожності з соціальним середовищем, до спілкування і одночасно до відокремленості («бути як інші», «бути з іншими», «бути для інших» і «бути самим собою». Відокремленість же розглядається як базове поняття самовдосконалення особистості. Передумовою соціального відокремлення людини є її здатність до «розриву» (Рубінштейн С.Л.) «Я» і «не-Я», що ґрунтується на функціонуванні «Я – рефлексуючого» [10]. Рубінштейн

С.Л. зазначав, що саме рефлексивне ставлення людини до життя, до самої себе визначає і поведінку суб'єкта та ступінь його свободи.

Соціальна психологія досліджує образ Я з позиції соціальних настановлень, які передбачають три взаємопов'язаних компоненти: когнітивний (пізнавальний) – відповідні уявлення про об'єкт, афективний (емоційний) – позитивні чи негативні почуття до об'єкта; поведінковий – готовність до відповідних дій відносно об'єкта. Соціальні настановлення полегшують пристосування особистості до середовища (настановлення закріплюють те, що сприяє задоволенню потреб суб'єкта), пізнання (настановлення систематизують попередній досвід взаємодії суб'єкта з об'єктом), самореалізація (стійка система соціальних настановлень – необхідна передумова творчої активності особистості, самовиховання тощо) і психологічний самозахист (наявність відповідної системи настановлень дозволяє індивіду ухилитися від усвідомлення таких аспектів дійсності, які могли б похитнути стійкість його особистості).

Проблема регуляції, саморегуляції і прогнозування соціальної поведінки особистості розглядалась у роботі Ядова В.О. [11]. Згідно з його диспозиційною теорією особистості, окремі настановлення не існують у особистості самі по собі, а складаються у відповідну ієрархічну систему диспозицій. Перший, нижчий рівень, складають елементарні настановлення, які формуються на основі вітальних (життєвих) потреб і у найпростіших ситуаціях. Такі настановлення - не що інше, як закріплена попереднім досвідом готовність до дії і є неусвідомленими, Другий рівень диспозиційної структури – система соціальних настановлень, які включають в себе всі три основні компоненти (когнітивний, емоціональний і поведінковий) і формуються у людини на основі оцінки окремих соціальних об'єктів і ситуацій (або їх властивостей). Третій рівень – базові соціальні настановлення, які визначають загальну спрямованість активності особистості. Нарешті, четвертий, найвищий рівень мотиваційної ієрархії утворює система ціннісних орієнтацій на цілі життєдіяльності і засоби досягнення даних цілей, що детерміновані загальними соціальними умовами життя даного індивіда. Розуміння образу Я як соціальних настановлень дозволяє уявити його структуру, де складовими є когнітивні, емоційні і поведінкові ознаки, які взаємодіють між собою.

Реалізуючи мету дослідження, ми виходили з того, що процес самовдосконалення передбачає власну активність індивіда, спрямовану на самотворення і самоствердження цінності Я. Багато дослідників наголошують, що саме цінності визначають особливості і характер відносин особистості з середовищем, з сім'єю і це, свою чергу, детермінує особливості її поведінки (Ананьєв Б.Г. [1], Боришевський М.Й. [3], Харламенкова Н.Є. [13], Шорохова К.В [15], Ядов В.О. [11]) та ін..

Харламенкова Н.Є. зазначає: «Будь-яка цінність являє собою особливу психічну реальність, у якій передано відповідне ставлення людини до деяких аспектів буття (зовнішнього і внутрішнього) порівняно з іншими його гранями. Метою цього процесу є необхідність структурування світу, оволодіння ним і привласнення його...» [13, с. 83]. Далі автор, розглядаючи сутність цінності Я, виокремлює три її типи: цілісний, диференційований і інтегрований. Для цілісного типу властиво сприймати себе як неподільне Я, зміст і структура якого досить прості. Зазвичай змістовною стороною такого Я стає уявлення про себе, як про людину відповідного віку, статі і соціального статусу; функція цінності Я полягає в регуляції внутрішніх станів з метою впливу на зовнішній світ; генетичний і динамічний критерії дозволяють визначати елементи виокремлення себе з навколишнього світу з орієнтацією на вікову динаміку; за топологічним критерієм у особистості з цілісним типом цінності Я домінують процеси інтроєкції.

Особливістю диференційованого типу є виокремлення змістовних аспектів Я, які побудовані згідно з координатним принципом. Залежно від завдань подорослішання суб'єкт намагається утвердити кожен атрибутивну характеристику, розглядаючи її як потенційну

можливість особистісного зростання. Динаміка такого типу дуже висока і розкриває себе в підсиленні проєктивних процесів.

У інтегративного типу змістовна складова Я структурно організована за принципом субординації. Суб'єкт формулює життєві завдання, здійснюючи реальну регуляцію особистісного розвитку. Цінність Я виявляється у відчутті ступеня власної значущості і її відповідності рівню реальних досягнень; здійснюється взаємна робота механізмів проєкції і інтросекції [13, с. 83].

Усвідомлення і прийняття власної значущості відбувається завдяки проєкції Я на іншу цінність, порівняння з нею і інтеграцію результату цього порівняння з Я. Цінність, з якою відбувається порівняння, називається засобом самовдосконалення. Цінність Я як предмет самовдосконалення особистості відноситься до так званих суб'єктивних цінностей або цінностей свідомості.

Ясперс К. [16] стверджував, що Я як результат процесу самосвідомості і самопізнання може бути охарактеризоване за наступними ознаками: активність, єдність, ідентичність Я, наявність меж між Я і не-Я. Розкриваючи особливості кожної з них, він зазначав, що активність Я виявляється у здатності людини усвідомлювати себе як ініціативного діяча, розуміючи, що різноманітні дії і вчинки продукуються нею самою; єдність особистості виявляється у ступені інтеграції ідентичності, у здатності здійснювати внутрішній діалог, усвідомлюючи, що різні аспекти Я людини розкривають багатство її внутрішнього світу, не викликаючи при цьому почуття фрагментарності особистості. Ідентичність виявляється в умінні людини ієрархічно структурувати свої якості, виокремлюючи в них невід'ємно притаманні їй властивості, стійкість яких створює відчуття стабільності Я у часі – від минулого до сьогодення і майбутнього. Наявність меж Я і не-Я переживається людиною як відчуття своєї індивідуальності і автономності.

Сутність цінності Я полягає у здатності людини оволодівати власним внутрішнім світом шляхом його структурування за критерієм значущості і залежності від можливостей середовища, які вона надає для апробації ступеня даної цінності. Самовдосконалюючись, особистість намагається підвищувати рівень домагань в залежності від рівня її реальних досягнень. Самовдосконалення є та цінність, що характеризує життєву спрямованість на досягнення вершин у різних сферах буття. Воно має забезпечувати розв'язання життєвих завдань, а саме: 1) погодження особистісних потреб, здібностей з вимогами діяльності (середовища); 2) побудова життя відповідно до власних цілей і цінностей; 3) постійне прагнення до досконалості через протиріччя. Досконала особистість починає керуватись не власними психічними якостями, а виходячи зі свого ставлення до життя, яке визначається її цінностями та метою.

Розглядаючи образ Я з позиції соціальних настановлень, яка передбачає три взаємопов'язаних компоненти: когнітивний (знання про себе, свої можливості, Я-концепцію); емоційно-оцінний (самооцінка можливостей, прийняття чи неприйняття себе); поведінковий (готовність і здатність діяти заради мети), ми вважаємо, що у процесі самовдосконалення особистість актуалізує лише ті цінності, які відіграють у її житті важливу роль. Саме завдяки цьому вона формує індивідуальну систему ціннісних орієнтацій, від яких залежить динаміка її самовдосконалення. На базі ціннісних орієнтацій формується мотивація особистості, на яку позитивно впливає наявність вибору і свобода його здійснення. Індивід завжди мотивований і здійснює вибір між альтернативними формами поведінки. Також на даний вибір впливають цінності самовдосконалення, які відображають внутрішню потребу людини до самозмін. Можна говорити, що цінності є підставою для самовдосконалення і факторами саморегуляції особистості, сприяючи появі ефективних засобів самовдосконалення. В той же час, ціннісний компонент може обмежувати життєві домагання, якщо це необхідно для реалізації найбільш

значущих для особистості життєвих цілей.

В структурі самосвідомості і Я-концепції, як уже згадувалось раніше, виокремлюються три компоненти: когнітивний, емоційно-ціннісний і поведінковий. Чеснокова І.І. зазначає, що це не статичні, а внутрішні процеси. «В реальній життєдіяльності особистості самосвідомість виявляється у нерозривній єдності своїх окремих внутрішніх процесів – самопізнання, емоційно-ціннісного ставлення до себе і саморегуляція поведінки у найрізноманітніших формах взаємодії людей в суспільстві» [14, с. 89-90].

Зупинимось на кожному з цих процесів. **Когнітивна складова** – дана складова фіксує знання людини про саму себе і являє собою самопізнання як початкову ланку і основу існування самосвідомості. За Чесноковою І.І. слід розглядати два рівні самопізнання. На першому рівні суб'єкт співвідносить себе з іншими. Основними внутрішніми прийомами самопізнання є самосприйняття і самоспостереження. Загалом формуються деякі відносно стійкі уявлення про своє Я, але ще відсутнє цілісне розуміння себе, своєї сутності.

Провідними внутрішніми прийомами другого рівня є самоаналіз і самоусвідомлення. Через самопізнання людина приходять до відповідного розуміння себе, тобто результатом даного процесу є цілісний Я-образ. Процес самопізнання не є рівномірним, позбавленим протиріч. Головна трудність полягає в тому, що суб'єкт пізнання і об'єкт злиті, тому виникає загроза суб'єктивізму. У деяких випадках відбувається умисне спотворення фактів відносно власної думки про себе, тенденційне їх тлумачення з метою уникнення внутрішнього дискомфорту.

Емоційно-ціннісна складова. Знання про себе стають необхідним матеріалом, на основі якого відбувається процес самооцінки. Самооцінювання – це співставлення Я або окремих його сторін з власною системою цінностей, з особистими можливостями, нормами, стандартами тощо. Як у сфері самопізнання спостерігається рух знання про себе від окремих ситуативних і непевних образів до більш-менш стійких уявлень про себе, так і в оцінній підструктурі виявляється та ж сама інтегративна тенденція розвитку. Із багатьох окремих самооцінок особистості, її власних дій, вчинків, які виявляються у різних ситуаціях і при взаємодії з різними людьми, формується більш-менш узагальнена, стійка, цілісна самооцінка. Окремі самооцінки, структуруючись у єдину цілісну самооцінку, взаємодіють між собою, зумовлюючи ту чи іншу побудову загальної оцінки себе. Від самооцінки залежить емоційне ставлення до себе, яке виявляється у формі різних почуттів і емоційних станів: почуття гордості, радості, смутку тощо.

Поведінкова складова полягає у внутрішніх діях саморегуляції і самоконтролю, у потенційній поведінковій реакції, яка може бути викликана образом-Я, самооцінкою і емоційним ставленням до себе. Регулююча роль самосвідомості полягає в тому, що вона спрямована на розвиток власної особистості. Саморегуляція – така форма регуляції поведінки, яка передбачає момент включення у поведінковий акт, починаючи від його мотиваційних компонентів і закінчуючи власною оцінкою досягнутого ефекту поведінки – результатів самопізнання і емоційно-ціннісного ставлення до себе. Специфіка саморегулювання як особливого компоненту самосвідомості залежить від включення в нього волі і самоконтролю. Саморегуляція в системі «Я та інші» спрямована на адаптацію особи до інших людей і інших соціальних груп. Саморегуляція в системі «Я і Я» виявляється у свідомій роботі особистості над собою, коли ставиться мета що-небудь змінити, розвинути, удосконалити в собі.

Самовдосконалення особистості залежить від її індивідуальних особливостей, від її ставлення до свого внутрішнього світу, від міри розвиненості потреби в рефлексії, від глибини інтенсивності процесу пізнання себе тощо.

Висновки. Аналіз літературних джерел з досліджуваної проблеми приводить до

висновку про багатоаспектність даного феномену і багатозначність його визначень. Ми застосували методи ціннісного підходу до процесу самовдосконалення особистості, який трактується як усвідомлена діяльність людини, що спрямована на розроблення, удосконалення чи зміну власних якостей відповідно до соціальних і індивідуальних цінностей, орієнтацій, інтересів, цілей, що формуються під впливом умов життя і суспільного виховання. В реальній життєдіяльності особистості самосвідомість виявляється у нерозривній єдності своїх окремих внутрішніх процесів – самопізнання, емоційно-ціннісного ставлення до себе і саморегуляції поведінки у найрізноманітніших формах взаємодії людей в суспільстві.

Самовдосконалення особистості залежить від її власної активності, яка сприяє самотворенню і самоствердженню цінності Я. Необхідною умовою розвитку даного процесу є тісний взаємозв'язок змістових характеристик його цілей з актуальними цінностями суспільства, які фактично виступають регуляторами міжіндивідуальних взаємин.

Література

1. *Ананьев Б.Г.* Человек как предмет познания. – Л.: ЛГУ, 1968. – 338 с.
2. *Бернс Р.* Развитие Я-концепции и воспитание. - М.: Прогресс, 1986.
3. *Борисhevський М.Й.* Дорога до себе: Від основ суб'єктності до вершин духовності: Монографія. – К.: Академвидав, 2010. – 416 с.
4. *Джемс У.* Личность // Психология самосознания: Хрестоматия. - Самара: БАХРАХ-М, 2000. - С. 7-44.
5. *Кон И.С.* Открытие «Я». - М.: Политиздат, 1978. – 367 с.
6. *Кон И.С.* В поисках себя. Личность и ее самосознание. – М.: Политиздат, 1984. – 335с.
7. *Костюк Г.С.* Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості / Під ред. Л.М. Проколієнко. – К.: Рад.шк., 1989. – 608 с.
8. *Мерлин В.С.* Проблемы экспериментальной психологии личности. – Ученые записки Пермского пединститута. Т. 77, 1970. – С. 3-192.
9. *Роджерс К.* Вчитися бути вільним // Гуманістична психологія: Антологія в 3-х т. / За ред. Р. Трача і Г. Балла. – Т. 1. – К., 2001.
10. *Рубинштейн С.Л.* Проблемы общей психологии / Отв. ред. Е.В. Шорохова. – М.: Педагогика, 1976. – 416 с.
11. *Саморегуляция и прогнозирование социального поведения личности / Под ред. В.А. Ядова.* – Л., 1979. – 264 с.
12. *Столин В.В.* Самосознание личности. – М.: Изд-во МГУ, 1983. – 286 с.
13. *Харламенкова Н.Е.* Самоутверждение подростка. – М., 2007. – 384 с.
14. *Чеснокова И.И.* Проблема самосознания в психологии. – М.: Наука, 1977.
15. *Шорохова Е.В.* Проблемы «Я» и самосознание // Проблемы сознания. Материалы симпозиума. - М., 1966. – С. 217-228.
16. *Ясперс К.* Общая психопатология. - М.: Практика, 1997.

В статье рассматривается проблема становления процесса самосовершенствования и прослеживается его взаимосвязь с ценностями личности. Анализируются концептуальные подходы в определении психологического содержания феномена самосовершенствования, выделяются социально-психологические детерминанты, обосновываются основные условия его формирования.

Доказано, что в реальной жизнедеятельности самосовершенствование проявляется в неразрывном единстве своих отдельных внутренних процессов – самопознания,

эмоционально-ценностного отношения к себе и саморегуляции поведения в различных формах взаимодействия людей в обществе. Самосовершенствование личности зависит от ее собственной активности, которая способствует самосозиданию и самоутверждению ценности Я.

In the article the problem of the development of self-perfection process has been considered and the interrelation between the process and the values of personality has been traced. The conceptual approaches to definition of psychological content of the self-perfection phenomenon have been analyzed, social-psychological determinants have been selected, and the basic conditions of its forming have been substantiated.

Empirically has proved that in real life self-perfection reveals itself in indissoluble unity of its separate internal processes – self-knowledge, emotional-valued attitude toward itself and self-regulation of conduct in diverse forms of people cooperation in society. The self-perfection of personality relies on its own activity which promotes development and affirmation the value of "Self".

Статтю подано до друку 04.06.2014.

©2014 р.

А. В. Зінченко (м. Київ)

ПСИХОЛОГІЧНІ РЕАКЦІЇ НА ЗАХВОРЮВАННЯ ТА МЕХАНІЗМИ ЗАХИСТУ ХВОРИХ НА ЕПІЛЕПСІЮ

Постановка проблеми. Епілепсія – одна з найпоширеніших та найзагадковіших психічних хвороб сучасності, відома з глибокої давнини. За висновками Міжнародної протиепілептичної ліги кількість хворих становить 06,- 07% популяції в розвинених країнах, постійно зростаючи. Хоча б один епінапад протягом життя мають 5% населення [15].

Суб'єктивне сприймання особою свого захворювання виступає предметом досліджень науковців. Створився цілий синонімічний ряд, що позначає цей феномен у науці: «аутопластична картина захворювання», «ставлення до хвороби», «свідомість хвороби», «концепція хвороби», «реакція на захворювання». Досить поширеним і загальноприйнятим терміном, що позначає суб'єктивну сторону відображення у свідомості хворого патологічного процесу, є термін «внутрішня картина хвороби», запропонований Р.А.Лурія [8]. Цим терміном Р.А. Лурія називає «внутрішній світ хворого, який складається з поєднання сприймань і відчуттів, емоцій, афектів, конфліктів, психічних переживань і травм» [8,С.46]. У структурі внутрішньої картини хвороби Р.А.Лурія виділяє чотири компоненти: сенситивний, що відображає локальні болі і розлади; емоційний; раціональний і мотиваційний, або вольовий, пов'язаний зі свідомими цілеспрямованими діями з подолання хвороби.

А.В.Петровський та М.Г. Ярошевський визначають внутрішню картину хвороби як «цілісний образ свого захворювання, що виникає у хворого» [10]. З психологічної точки зору, формування цього цілісного образу здійснюється у кілька етапів. При виникненні дисгармонії, порушенні узгодженої діяльності різних органів і систем, появі ознак морфофункціональних розладів розвиваються суб'єктивні стани з відчуттями незвичайного характеру. Ці відчуття, будучи провісниками соматичної хвороби, зумовлюють стан, що позначається як дискомфорт.

Роль внутрішньої картини хвороби в процесі адаптації В.А. Ташликов розглядає як психологічний механізм захисту. На думку автора, внутрішня картина хвороби створюється з захисною метою для послаблення інтенсивності негативних переживань, пов'язаних з