

ПАРАДОКСЫ ФЕНОМЕНА САМОПРИНЯТИЯ

В статье осуществлен краткий теоретический обзор исследований самопринятия отечественными психологами, обсуждается проблема феномена самопринятия как субъектной характеристики. Автор формулирует парадоксы в изучении данного феномена: деструктивное популярное понимание феномена самопринятия с формулировкой «я такой, какой есть, и другим не буду», сужающее диапазон активности конкретной личности и отражающее понимание самопринятия как противоположности развития. Следующим парадоксом феномена самопринятия автор определяет преимущественно позитивное понимание самопринятия при избегании негативного опыта личности, ее особенностей, имеющих отрицательную эмоциональную окраску. Проблемой является дифференциация условного и безусловного самопринятия в практической деятельности психолога, когда демонстрируемый высокий уровень самопринятия может свидетельствовать как о наличии позитивного отношения личности к себе, так и о наличии определенных защитных механизмов, искажающих результаты исследований. Дифференциация условного и безусловного самопринятия возможно при опосредованном исследовании других особенностей личности. Таким образом, феномен самопринятия представлен не только как интегральная личностная характеристика, способствующая внутреннему комфорту, позитивному оцениванию себя, но и как субъектная характеристика, активизирующая процессы самопознания, способствующая дальнейшему самосовершенствованию личности. Автором дается определение безусловного самопринятия с точки зрения субъектного подхода.

Ключевые слова: феномен самопринятия, субъектная активность, условное и безусловное самопринятие.

Информация об авторе: Пилипенко Татьяна Сергеевна, начальник отделения психологической работы Дальневосточного юридического института Министерства внутренних дел России, город Хабаровск, Россия.

E-mail: tapily@mail.ru

Дата поступления статьи: 07.05.2020.

Для цитирования: Пилипенко Т.С. Парадоксы феномена самопринятия // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2020. Т. 26, № 3. С. 36-39. DOI <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2020-26-3-36-39>.

Tat'yana S. Pilipenko

Far Eastern law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia

SELF-ACCEPTANCE PHENOMENON PARADOXES

The article provides a brief theoretical overview of studies of self-application by Russian psychologists, it discusses the problem of the phenomenon of self-acceptance as a subject characteristic. The author formulates paradoxes in the study of this phenomenon – destructive popular understanding of the phenomenon of self-acceptance, with the phrase «I am what I am and I will not be different» narrowing the range of activity of a particular person and reflecting the understanding of self-application as the opposite of development. The following paradox of the phenomenon of self-acceptance the author defines a predominantly positive understanding of self-acceptance while avoiding the negative experience of the personality, its features having a negative emotional colour. The problem is the differentiation of conditional and unconditional self-acceptance in the practical activity of the psychologist, when the demonstrated high level of self-acceptance can indicate both the presence of positive attitude of the individual towards himself and the presence of certain protective mechanisms that distort the results of research. Differentiation of conditional and unconditional self-acceptance is possible with indirect investigation of other personality features. Thus, the phenomenon of self-acceptance is presented not only as an integral personality characteristic, contributing to internal comfort, positive assessment of itself, but also as a subject characteristic, activating processes of self-awareness, contributing to further self-improvement of personality. The author defines unconditional self-acceptance in terms of a subject-matter approach.

Keywords: self-acceptance phenomenon, subject activity, conditional and unconditional self-acceptance.

Information about the author: Tat'yana S. Pilipenko, head of the Department of Psychological Work Far Eastern Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia, Khabarovsk, Russia.

E-mail: tapily@mail.ru

Article received: May 07, 2020.

For citation: Pilipenko T. S. Self-acceptance phenomenon paradoxes. Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics, 2020, vol. 26, № 3, pp. 36-39 (In Russ.). DOI <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2020-26-3-36-39>.

Принятие себя выступает предметом научных психологических, философских исследований с начала 60-х гг. XX в. Феномен самопринятия в отечественной психологии рассматривается в контексте самоотношения, в рамках позитивного отношения к себе (В.В. Столин, С.Р. Пантеев, Н.К. Радина), как признание себя и уважение себя как личности (С.Л. Братченко, М.Р. Миронова), как признание права на существование всех аспектов собственной личности и личности в целом [Маралов: 55].

Самопринятие определяется психологами как базовая интегральная характеристика личности, обеспечивающая ее целостность и устойчивость, которая будет способствовать внутреннему комфорту личности, позитивному самоощущению, принятию других (С.М. Рогожникова, Е.П. Киселева).

Вместе с тем наличие определенных противоречий, парадоксов, с которыми сталкиваются психологи в процессе исследований феномена самопринятия, актуализирует изучение самопринятия в русле субъектного подхода.

В эпицентре интереса современного психологического познания остаются проблемы, связанные с изучением особого вида активности личности – «субъектной активности» (К.А. Абульханова-Славская, В.А. Брушлинский, О.А. Конопкин, В.И. Моросанова, А.К. Осницкий), которая проявляется в феноменах, обозначенных понятиями «само-»: саморазвитие и самоинтеграция, самосознание и самосовершенствование, саморегуляция, самодвижение и т. д.

Феномен самопринятия А.Б. Орлов, В.Г. Маралов, С.М. Колкова определяют как активное отношение человека к самому себе в организации и регуляции жизнедеятельности, которое помогает перейти от самопознания к самосовершенствованию, что позволяет рассматривать самопринятие как характеристику, связанную с субъектной активностью. Вместе с тем в современном обществе достаточно часто можно услышать такие популярные высказывания, как «прими меня таким, какой я есть», «я такой, какой есть и другим не буду», «я не изменюсь», «это моя суть, природа». И здесь мы сталкиваемся с одним из парадоксов понимания самопринятия в жизнедеятельности конкретного человека – логическое содержание этих высказываний говорит, что личность остановилась в своем развитии, отсутствует стремление к самодвижению, самосовершенствованию. Положенный в суть высказываний тезис о симпатии по отношению к себе принимает инфантильный и эгоцентричный характер. В этом случае феномен самопринятия приобретает явно негативную смысловую окраску и представляется как противоположность развитию. Активность человека сводится к минимуму, личность, выбирающая такую стратегию самопринятия, начинает подвергаться деформации, что

в итоге приводит к стагнации личности, где начинается «путь к душевной опустошенности, к нигилизму, к нравственному скептицизму, к цинизму, к моральному разложению» [Рубинштейн: 90]. Таким образом, во внутриличностной организации индивида происходит регресс феномена самопринятия, «оставаясь личностью, она перестает быть субъектом в силу своей “неподлинности”». [Абульханова: 43].

С точки зрения концепции актуалгенеза личности А.Б. Орлова, феномен самопринятия соотносится с подлинным самоотождествлением, которое связано с отказом от личностных самоопределений, с постоянной внутренней работой по самоисследованию, со стремлением разобраться в многообразии субличностей – именно такую личность он признает полноценно функционирующей.

Самопринятие запускает механизмы по саморегулированию, способствует дальнейшему самоутверждению, самосовершенствованию и самоактуализации личности, что противоречит скрытому смыслу популярных жизненных тезисов, распространенных в общественном сознании и являющихся негативными установками, блокирующими активность личности.

Парадоксально понимание феномена самопринятия преимущественно в рамках позитивного отношения к себе и положительного смысла «я». При таком понимании феномена самопринятия подразумевается, что личность принимает только импонирующие ей качества. Осознание особенностей, которые имеют негативную эмоциональную окраску, избегаются или блокируются, при этом личность может ступить на путь идеализации образа своего «я», что отрицательно скажется на дальнейшем ее развитии, и именно тогда феномен самопринятия может перерасти в снобизм и самодовольство [Маралов: 16]. С.В. Яремчук в своих исследованиях акцентирует внимание на парадоксальном отношении человека к себе, некоторые свои особенности личность оценивает на высоком уровне, другие отвергает или подвергает критике, какие-то аспекты «себя» могут приниматься личностью как позитивно, так и негативно. Она выделяет пять типов отношения к себе, при этом ни в одной группе не обнаружено выраженного позитивного отношения по всем предлагаемым аспектам (все-го задавалось 20 таких аспектов: «мой характер», «мое отношение к работе/учебе», «мое отношение к себе», «мое отношение к вещам», «мое внутреннее состояние» и т. д.). То есть феномен самопринятия связан не столько с позитивным отношением к себе, сколько с критичной оценкой себя, своих возможностей, с принятием всего внутреннего мира со всеми его «плюсами» и «минусами». Принимать себя – значит относиться к себе как к личности, достойной уважения (С.Л. Братченко, М.Р. Миронова). Личность, уважающая себя, спо-

собна честно отнестись к своим недостаткам, но при этом осознание различных своих свойств и качеств является затруднительным в силу различных обстоятельств, это и действие бессознательных механизмов, стратегий избегания и недостаточно развитого уровня рефлексии. Самопринятие как характеристика, связанная с субъектной активностью, направлена на самоосознание и дальнейшую инициацию саморазвития. Оставаться доступным для переживаемого опыта, без попыток ограничения негативного и продления положительного опыта, анализировать свои сильные и слабые качества, признавать в себе разные по модальности свойства – основа для дальнейшего самосовершенствования, самоактуализации личности.

Следующим парадоксом феномена самопринятия является дифференциация данного феномена на условное и безусловное (С.М. Колкова, Е.П. Киселева). Безусловное самопринятие, по мнению С.М. Колковой и Е.П. Киселевой, характеризуется принятием себя в целом (целостность личности), осознанием личностью своих истинных состояний (тела, эмоций, чувств). Условное самопринятие характеризуется неприятием или неумением осознавать свои истинные эмоциональные состояния, чувства, мотивы, наличием защитных форм реагирования. Разработана модель развития безусловного позитивного самопринятия, выявлено, что развитие безусловного самопринятия осуществляется как переход от компонентов условного самопринятия [Колкова: 8]. При этом в научной литературе отсутствуют четкие дефиниции этих понятий, а дифференциация самопринятия в реальных условиях у конкретной личности вызывает определенные затруднения. Демонстрируемый личностью высокий уровень самопринятия может быть связан и с позитивным отношением к себе, и с включением защитных механизмов, отражающих определенные жизненные или социальные установки и искажающих результаты исследований. В практической деятельности дифференцировать безусловное или условное самопринятие возможно при опосредованном исследовании других особенностей личности, анализируя разные уровни реализации «принятия» в системе отношений личности: принятие субъектом мира и субъекта миром – в бытийно-онтологическом плане; принятие субъектом других и субъекта другими – в социально-коммуникативном плане, принятие субъектом самого себя в личностном плане [Антонова: 6]. В своем становлении как субъектной характеристики феномен самопринятия видоизменяется, возникает вариативность внутреннего наполнения данного свойства, когда из условного самопринятия возникает безусловное, когда из субъективного качества выстраивается субъектное. С позиции субъектного подхода безусловное самопринятие возможно определить как феномен, связанный

с активизацией процессов самопознания, обеспечивающий не только целостность и устойчивость личности, но и инициирующий субъектную активность личности для ее дальнейшего самораскрытия, саморазвития, самоактуализации. Вместе с тем разрешение обозначенных проблемных моментов («парадоксов») в понимании самопринятия требует дополнительных исследований с позиции субъектного подхода.

Список литературы

Антонова Н.А. О феноменологии принятия // От истоков к современности. Москва: Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова, 2015. С. 5–7.

Волкова М.Н. Психология субъекта: хрестоматия. Владивосток: Мор. гос. ун-т, 2007. 182 с.

Киселева Е.П. Самопринятие и стремление к самосовершенствованию субъектов образовательного процесса вуза как фактор направленности учебной мотивации студентов: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Курск, 2008. 26 с.

Колкова С.М. Безусловное самопринятие как фактор развития гуманистических качеств личности будущих психологов: дис. ... канд. психол. наук. Красноярск, 2006. 159 с.

Маралов В.Г. Основы самопознания и саморазвития: учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2004. 256 с.

Орлов А.Б. Психология личности и сущности человека: парадигмы, проекции, практики: пособие для студентов психологических факультетов. М.: Издательский центр «Академия», 2002. 272 с.

Психология индивидуального и группового субъекта / К.А. Абульханова, В.А. Барабанщиков, А.В. Брушлинский и др., под ред. А.В. Брушлинского, М.И. Воловиковой. М.: ПЕР СЭ, 2002. 368 с.

Рубинштейн С.Л. Человек и мир. СПб.: Питер, 2012. 224 с.

Яремчук С.В. Проблема принятия себя в юношеском возрасте // Известия Сочинского государственного университета. 2012. № 4. С. 207–212.

Яремчук С.В. Самопринятие: типологии и стратегии достижения // Ученые записки Комсомольского-на-Амуре гос. тех. ун-та. 2013. № 4 (16). С. 20–26.

References

Antonova N.A. *O fenomenologii prinjatija* [On the phenomenology of decision]. *Ot istokov k sovremennosti* [From the beginnings to the present]. Moscow, Moskovskij gosudarstvennyj universitet im. M.V. Lomonosova Publ., 2015, pp. 5–7. (In Russ.)

Volkova M.N. *Psihologija sub"ekta: hrestomatija* [Psychology of the subject: a textbook]. Vladivostok, Mor. gos. un-t Publ., 2007, 182 p. (In Russ.)

Kiseleva E.P. *Samoprinyatie i stremlenie k samosovershenstvovaniyu sub"ektov obrazovatel'nogo*

protsessa vuza kak factor napravlenosti uchebnoi motivatsii studentov: avtoref. dis. ... kand. psikholog. nauk [Self-acceptance and aspiration to self-improvement of subjects of educational process of higher education institution as a factor of orientation of educational motivation of students: Cand. psychol. sci. diss. abstract]. Kursk, 2008, 26 p. (In Russ.)

Kolkova S.M. *Beuslovnoe samoprinyatie kak factor razvitiya gumanisticheskikh kachestv lichnosti budushchikh psikhologov: dis. ... kand. psikholog. nauk* [Unconditional self-acceptance as a factor in the development of humanistic qualities of the personality of future psychologists: Cand. psychol. sci. diss. abstract]. Krasnoyarsk, 2006, 159 p. (In Russ.)

Maralov V.G. *Osnovy samopoznaniya i samorazvitiya* [Basics of self-knowledge and self-development]. Moscow, Akademiya Publ., 2004, 256 p. (In Russ.)

Orlov A.B. *Psikhologiya lichnosti i sushchnosti cheloveka: paradigmy, proektsii, praktiki* [Psychology of personality and essence of man: paradigms,

projection practice]. Moscow, Akademiya Publ., 2002, 272 p. (In Russ.)

Psikhologiya individual'nogo i gruppovogo sub"ekta [Psychology of the individual and group subject], K.A. Abul'hanova, V.A. Barabanshnikov, A.V. Brushlinskij etc., ed. by A.V. Brushlinskogo, M.I. Volovikovoj. Moscow, PER SJe Publ., 2002, 368 p. (In Russ.)

Rubinshtejn S.L. *Chelovekimir* [Man and the world]. SPb., Peter Publ., 2012, 224 p. (In Russ.)

Yaremchuk S.V. *Problema prinyatiya sebya v yunosheskom vozraste* [The problem of self-acceptance in adolescence]. *Izvestiya Sochinskogo gosudarstvennogo universiteta* [Proceedings of Sochi state University], 2012, № 4, pp. 207–212. (In Russ.)

Jaremchuk S.V. *Samoprinjatie: tipologii i strategii dostizhenija* [Self-Acceptance: typologies and strategies of achievement]. *Uchenye zapiski Komsomol'skogo-na-Amure gos. ped. un-ta* [Scientific notes of Komsomolsky-on-Amur State University], 2013, № 4 (16), pp. 20–26. (In Russ.)