**№13**

**Рефлексивные психические образования. Возрастное развитие самосознания. Основные концепции сознания в историко-психологическом аспекте.**

Рефлексия (от позднелат. reflexio - «отражение», «обращение назад») – процесс самопознания субъектом собственных психических актов и состояний.

В современной психологии рефлексия чаще всего понимается как процесс самопознания субъектом собственных психических актов и состояний, связанного со становлением сознания и самосознания.

Психологической концепцией, в которой рефлексии отводится ведущая роль в самодетерминации человека, является субъектно-деятельностный подход СЛ. Рубинштейна. Он подчеркивал, что «возникновение сознания связано с выделением из жизни и непосредственного переживания рефлексии на окружающий мир и на самого себя».

**Функции рефлексии:**

* обратная связь
* контроль

Каждому человеку очевидно, что он способен осознавать окружающий мир и свои переживания, то есть обладает сознанием.

*Сознание* - свойственная только человеку как общественно-историческому существу форма отражения объективных устойчивых свойств и закономерностей окружающего мира.

*Сознание* — это высшая форма психического развития, присущая только человеку. Оно определяет возможность познания объективной реальности, формирования целенаправленного поведения и, как следствие, преобразования окружающего мира (по Маклакову)

Специфика осознания как формы отражения действительности становится более понятной при обращении к буквальному значению этого слова. Термин «сознание» введен в русский язык Н. М. Карамзиным как калька с латинского conscientia, которое дословно переводится как со-знание. Сознание — это знание, существующее в знаковой форме. Следовательно, для того чтобы что-то осознать, необходимо представить это в знаковой форме, то есть, проще говоря, в словах. Этот факт становится очевидным, если вспомнить, что когда что-то кому-нибудь объясняешь, то сам лучше понимаешь объясняемое.

Нельзя говорить о том, что сознание и речь — это содержательно тождественные феномены. Речь лишь коррелирует с содержанием сознания, которым является система значений, существующих в неразрывном единстве с чувственными образами.

*Значение* — это обобщенная идеальная модель объекта в сознании субъекта, в которой зафиксированы существенные свойства объекта, выделенные в совокупной общественной деятельности. Значения связаны между собой в конктретную систему, что проявляется при любой попытке дать определение тому или иному понятию.

Содержание сознания - система значений, существующих в неразрывном единстве с чувственными образами.

Чувственные образы - сенсорные и перцептивные образы, которые связывают значения с жизненным опытом человека.

Будучи включенными в систему жизненного опыта человека, значения приобретают для него личностный смысл. Личностный смысл — это индивидуализированное отражение личности к действительности, осознаваемое как «значение-для-меня» безличных значений.

*Общественное сознание* – характеристика традиций, знаний и взглядов, накопленных в истории. Характеризует социальную сторону сознания индивидов, т.е. включает лишь то, что существенно для общественной жизни людей.

Сознание является интегральным образованием, оно объединяет все психические функции. Его работа обеспечивается всеми познавательными процессами, предоставляющими человеку разнообразную информацию об окружающем мире и самом себе (ощущение, восприятие, память, мышление, воображение), формирующими отношение к ней (эмоции, чувства), обеспечивающими построение образов будущего и целеполагающую деятельность (мышление, воображение, воля). Благодаря этому в психологии долгое время бытовало представление о том, что понятие «сознание» тождественно понятию «психика» или отдельным психическим функциям, например мышлению или вниманию. В начале XX в. У. Джеймс высказал предположение о том, что сознание для психологии — это фикция, недоступная эмпирическому изучению. Современная психология различает понятия «психика» и «сознание», рассматривая сознание в качестве инстанции управления психикой, условием возникновения и развития которого является язык.

Общественное и индивидуальное сознание взаимно обусловливают друг друга. С одной стороны, развитие личности возможно только через присвоение социального опыта, Но, с другой стороны, социальный опыт основан на индивидуальной деятельности людей. Проблемами общественного сознания, его форм и функций занимается, прежде всего, философия. Психология в первую очередь ориентирована на изучение индивидуального сознания как регулятора поведения и деятельности каждого конкретного человека.

Сознание и бессознательное

*Бессознательное*— это совокупность психических процессов и состояний, обу­словленных явлениями действительности, во влиянии которых человек не отдает себе отчета. Формирующийся в результате бессознательного психического отражения образ не становит­ся предметом рефлексии, поэтому в бессознательном невозможен произвольный контроль собственных действий и оценка их результативности. Бессознательное находит свое выраже­ние в разнообразных проявлениях человеческой психики: аффектах, интуиции, сновидениях, гипнозе и т. д., а также в побуждениях и поступках, причины которых человек не осознает.

Личное и коллективное бессознательное

Основоположником изучения бессознательного в психоло­гии является 3. Фрейд, предложивший его описание в 1890-х гг. Согласно Фрейду, во внутренних пределах бессознательного находятся инстинктивные элементы, которые недоступны сознанию.

«Личное бессознательное» по К. Юнгу - материал, содержащийся в бессознательном, *который ранее осознавался, но был подвергнут цензуре и вытеснен из области сознания*. Этот материал не потерян, не стерт из памяти, но никогда не вспоминается. Тем не менее, существуя в форме неосознаваемых побудителей сознательных действий, он оказывает существенное влияние на поведение человека. Материалом для формирования личного бессознательного становится прошлое человека.

Затем К. Г. Юнг ввел понятие «коллективное бессознательное» - психический материал, который не проходит через личный опыт. Его составляющие возникают, распределяясь между людьми всех исторических периодов и культур. Человек при рождении не является «чистой доской», психика ребенка уже хранит структуры, определяющие и каналы его дальнейшего развития, способы взаимодействия со средой. Коллективное бессознательное общее для всех людей. Согласно Юнгу, человек рождается не только с биологическим, но и с психологическим наследством, детерминирующим его поведение.

Содержание коллективного бессознательного составляют архетипы — наследуемые склонности отвечать миру теми или иными способами. Юнг сформулировал идею архетипа, анализируя рассказы своих пациентов: часть из них рассказывали удивительные сны и фантазии, содержание которых никак не могло быть выведено из их жизненного опыта, но зато было соотносимо с содержанием религиозно-мифологических представлений различных культур. Архетипы проявляются как воспроизводящиеся в различных культурах ситуации и персонажи. Будучи структурными элементами коллективного бессознательного, они попадают в сферу сознания только в виде символов.

Состояния сознания

1. Состояние среднепсихической активности характеризуется ясностью, четкостью, внимание легко переключается с одного объекта на другой. Это состояние человека, находящегося в оптимальном самочувствии.
2. Повышенная психическая активность уступает среднепсихической по характеристике ясности и проявляется в виде так называемого «расплывчатого сознания», диффузного представления об окружающем мире, что бывает, например, в состоянии истерики, эйфории и т. д.
3. Пониженная психическая активность, встречающаяся, прежде всего, в ситуациях утомления, недомогания, болезни, описывается как «ослабленное сознание». Для человека в этом состоянии характерна отвлекаемость по принципу «липкого» или «порхающего» внимания, произвольная регуляция психической деятельности затруднена.
4. Для состояния перехода от активности ко сну типично так называемое «частичное сознание», характеризующееся свободным, трудноконтролируемым перемещением психических образов. Дифференциация сна и бодрствования затруднена по причине того, что строгой границы между сном и бодрствованием в плане активности сознания нет.
5. Состояние сна. Сон представляет собой периодическое функциональное состояние человека, характеризующееся отсутствием целенаправленной деятельности, относительной отключенностью от сенсорных воздействий, угнетенностью осознаваемой психической активности. Чередующиеся фазы сна получили называние «медленного» и «быстрого» сна.
6. Измененные состояния сознания — это состояния сознания, для которых характерно сужение периферического внимания, благодаря чему доступность информации, традиционно получаемой из внешней и внутренней среды организма, ограничивается.

Процессы сознания

Познание — это процесс отражения событий внешнего и внутреннего мира в форме знаний, которые представляются в виде человеческого опыта. Сами по себе знания не гарантируют умения их использовать. Использование знаний происходит благодаря процессам категоризации, классификации, концептуализации и др., составляющим основу интеллектуального потенциала человека.

Переживание — любое испытываемое человеком эмоционально окрашенное состояние и явление действительности, непосредственно представленное в его сознании и выступающее для него как событие его собственной жизни. Оно связано с наличием стремлений и желаний, представляющих в индивидуальном сознании процесс выбора субъектом мотивов и целей его деятельности и тем самым способствующих осознанию отношения личности к происходящим в ее жизни событиям. В общественном сознании переживание метафорически представлено в виде образов веры, надежды и любви — идеальных сущностей мотивации человека.

Самоконтроль заключается в рациональной рефлексии и оценках человеком собственных действий — в сличении и коррекции отношений между целями, средствами и последствиями действий.

Способность личности к самоконтролю является одним из показателей развития ее волевой сферы.

Картина мира и Я-концепция человека

Картина мира — это представление о мире и о себе в этом мире, центральная часть психической жизни человека, формирующаяся в его жизненном опыте.

Стабильность картины мира является условием устойчивой психической деятельности. Столкнувшись с противоречивой информацией, сознание начинает свою работу с того, что пытается исказить эту информацию или вообще удалить ее. В целом картина мира интегрирует мотивы, цели и сценарии поведения.

Я-концепция — это относительно устойчивая, в большей или меньшей степени осознанная, переживаемая как неповторимая система представлений человека о самом себе, на основе которой он строит свои отношения с другими людьми и относится к самому себе. Она представляет собой целостный образ собственного «Я», выступающий как установка по отношению человека к самому себе. Ее существование обеспечивается рефлексией человека, то есть способностью направлять сознание на самого себя, самому становиться его предметом.

В структуре Я-концепции, которая была предложена в начале XX в. философом У. Джеймсом, можно выделить «Я-объект» (содержание) и «Я сознающее» (процесс). Эти компоненты находятся в непрерывном взаимодействии друг с другом, благодаря чему формируются образ «Я» и самооценка человека. Самооценка представляет собой оценку личностью самой себя, своих возможностей, качеств, места среди других людей. Она является важнейшим регулятором человеческого поведения, определяя критичность человека к себе и другим, его отношение к собственным и чужим успехам и неудачам.

К модальностям Я-концепции относят реальное (то, каким человек представляет себя в настоящее время), идеальное (то, каким он хотел бы быть в соответствии с социальными нормами его сообщества) и зеркальное (то, каким видит себя человек глазами других людей) «Я». Они представлены в аспектах физических, социальных, умственных и эмоциональных качеств человека.

Функции Я-концепции:

1. Обеспечивает личностную целостность, обеспечивая относительно независимое от событийной канвы восприятие человеком самого себя, позволяя сохранять стабильный и устойчивый образ «Я».
2. Я-концепция обеспечивает интерпретацию жизненного опыта, являясь, наряду с картиной мира, призмой, через которую рассматриваются происходящие в жизни события.
3. Организация познания окружающего мира. Представления человека о собственных возможностях эффективного поведения определяют реальную эффективность его деятельности.
4. Я-концепция является ядром самосознания человека, обеспечивая его внутреннюю целостность и согласованность.

*Самосознание*— это совокупность психических процессов, посредством которых личность выделяет себя из окружающего мира, выявляет свою сущ­ность, определяет и изменяет свое отношение к прошлому, настоящему и будущему.

Совре­менной психологией до сих пор не решен вопрос о том, какова роль сознания в становлении самосознания: предшествует ли в онтогенезе сознание самосознанию (С. Л. Рубинштейн), или же, наоборот, самосознание первично по отношению к сознанию (В. М. Бехтерев), или, возможно, они развиваются одновременно (И. М. Сеченов).

Л.С.Выготский предполагает наличие двух основных источников развития самосознания:

1) собственная практическая деятельность человека,

2) общение, в процессе которого происходит интериоризация личностью системы социальных взаимосвязей.

Для поддержания стабильности картины мира и Я-концепции, существуют психологические защиты, обеспечивающие целостность личности.

*Психологическая защита* (сублимация, отрицание, вытеснение, рационализация, проекция, идентификация, отчуждение, замещение, реактивное образование, регрессия) — регулятивная система стабилизации личности, направленной на устранение или сведение до минимума чувства тревоги, связанного с осознанием конфликтной (или потенциально конфликтной) информации. Ее функцией является ограждение сферы сознания от неприятных переживаний. Благодаря ее работе происходит специфическое изменение содержания сознания под воздействием защитных механизмов.

**Возрастное развитие самосознания**

1. Ранний возраст – истоки самосознания:

* осознание границ своего тела – до определенного момента ребенок может играть со своей ногой, причинять ей боль и не понимать, что он сам является источником неприятных ощущений; система координат – относительно которой мы воспринимаем верх, низ правую и левую стороны – 1 год.
* формирование у ребенка способности к самостоятельным действиям с предметами
* От года до трех зарождается самосознание. Примерно в 2 года ребенок начинает себя узнавать в зеркале. Узнавание себя – простейшая форма самосознания.
* Новый этап в развитии самосознания, начинается, когда ребенок называет себя по имени в третьем лице
* К трем годам появляется местоимение «Я». Появляется первичная самооценка – осознание не только своего «Я», но того, что «Я-хороший», «Я очень хороший». Самооценка завышена, в связи с потребностью в безопасности, и носит эмоциональный характер.

1. Дошкольный возраст

* Самосознание формируется к концу дошкольного возраста, благодаря интенсивному интеллектуальному и личностному развитию
* Ребенок приобретает сначала умение оценивать действия других детей, а затем – собственные действия, моральные качества и умения.
* Самооценка высока, что помогает ему осваивать новые виды деятельности.
* Адекватный образ «Я» формируется у ребенка при гармоничном сочетании знаний, почерпнутых из собственного опыта (что я могу сделать, как я поступил) и из общения с взрослыми и сверстниками.
* Развитие самосознания в этот период зависит от особенностей семейного воспитания.
* Осознание своих переживаний, то есть в конце дошкольного возраста он ориентируется в своих эмоциональных состояниях и может выразить их словами: «я рад», «я огорчен», «я сердит».
* Начинается осознание себя во времени, то есть в 6-7 лет ребенок помнит себя в прошлом, осознает в настоящем и представляет себя в будущем: «когда я был маленьким», «когда я выросту большой».
* Возникают рациональные компоненты самооценки, осознание некоторых своих качеств и поведения, согласующегося с требованиями взрослых. Но, несмотря на это, ребенок судит о себе поверхностно и оптимистично. Если попросить описать себя, он это сделает в основном с внешней точки зрения: цвет волос, рост, любимые занятия.

1. Младший школьный возраст

* Самооценка становится в целом более адекватной и дифференцированной. Ребенок различает свои физические и духовные качества, оценивает свои способности, сравнивая себя с другими.
* К концу этого возрастного периода ребенок характеризует себя, все чаще описывая типичное для себя поведение, ссылается на свои мысли и чувства.
* Возрастает роль друзей и их мнение, при этом, опираясь на свой интеллект, оценки становятся объективными, стабильными, наряду с аффективными компонентами появляются и рациональные.

1. Подростковый возраст

* Последовательно появляются две особые формы самосознания: чувство взрослости и «Я-концепция». Чувство взрослости – отношение подростка к себе как к взрослому, ощущение и осознание себя в какой-то мере взрослым человеком. «Я-концепция» – система внутренне согласованных представлений о себе, образов «Я». «Я-концепция», представляет собой совокупность всех его представлений о различных сторонах своей личности и организма.
* Возникает интерес к своему внутреннему миру, а затем происходит усложнение и углубление самопознания. Т.е. открывает для себя свой внутренний мир.
* Самоанализ, иногда чрезмерный, переходящий в самокапание, приводит к недовольству собой.
* Самооценка в подростковом возрасте оказывается низкой по своему общему уровню и неустойчивой.

1. Юношеский возраст

* Для юности характерна устремленность в будущее. В этот период   –   период создания жизненного плана – решаются вопросы « кем быть? » (профессиональное самоопределение) и « каким быть? » (личностное и моральное самоопределение).
* Самоопределение, как профессиональное, так и личностное, становится центральным новообразованием ранней юности (понятие самоопределения, используемое в отечественной психологии, близко к понятию «идентичность личности» Э. Эриксона).
* Это новая внутренняя позици , включающая осознание себя как члена общества, принятие своего места в нем.
* Самоопределение связано с новым восприятием времени . Теперь осознается временная перспектива.
* Наблюдается общая стабилизация личности.
* Развивается нравственная устойчивость личности.
* Юношеский возраст – возраст выработки мировоззрения.
* Происходит изменение учебной мотивации.

**6.** В дальнейшем происходит развитие самосознания в ходе социализации -  расширяются и углубляются связи общения человека с людьми, группами, обществом в це­лом, происходит становление в человеке образа его «Я». Образ «Я», или самосознание (представление о себе), не возникает у человека сразу, а складывается постепенно, на протяжении его жизни под воздействием многочислен­ных социальных влияний и включает четыре компонента:

* сознание отличия себя от остального мира;
* сознание «Я» как активного начала субъекта деятель­ности;
* сознание своих психических свойств, эмоциональные самооценки;
* социально-нравственная самооценка, самоуважение, которое формируется на основе накопленного опыта общения и деятельности.

Показателями уровня развития самосознания принято считать: сформированности временной перспективы и личностной идентичности человека. Временная перспектива позволяет человеку отражать временные отношения между событиями его жизненного пути. Благодаря ей человек осознает свой возраст, оценивает вероятную продолжительность собственной жизни, свое место среди поколений своей семьи и общества в целом.

Личностная идентичность складывается из осознания и ощущения собственной уникальности, собственного отдельного существования (индивидуальности), ощущения, что жизненные события последовательны и взаимосвязаны (тождественности и целостности), синтетического единства Я-образов (единства и синтеза), ощущения солидарности с нормами общества, своей социальной и этнической группы, референтной группы.

**Основные концепции сознания в историко-психологическом аспекте**

Первый вопрос о проблемном анализе сознания поставил французский философ **Рене Декарт.** Это был вопрос о том, что можно изучать опытным путём. Книга «Начало философии». Основные постулаты Декарта.

* Мыслю - следовательно существую (cogito ergo sum), cogito шире, чем мышление, в понятие входит желание, воображение и т.д.;
* Сознание – инструмент, которым пользуется человек, чтобы познавать окружающий мир.

Вопрос – можно ли познавать сознание? Ответ Декарта – нет, сознание не может быть предметом познания, потому что оно само средство познания.

Английский философ **Джон Локк** предложил различать два источника знаний человека о мире: ощущение и рефлексия – внутренне чувство, наблюдению которого ум подвергает свою собственную деятельность. Следовательно, сознание может быть сознаваемым и сознающим. Рефлексия обеспечивает возможность познания сознания.

Рефлексия – основание для разработки метода Вильгельма Вундта – интроспекции (внутрь смотрение).

**Вильгельм Вундт** выдвинул план разработки физиологической психологии как особой науки, использующей метод лабораторного эксперимента для расчленения сознания на элементы и выяснения закономерной связи между ними. Элементы сознания – это ощущения, представления и чувствования. Созданная Вундтом в 1879 г. первая в мире психологическая лаборатория стала международным центром экспериментальной психологии; в ней изучались ощущения, время реакции на различные раздражители, ассоциации, внимание, простейшие чувство человека. Предметом психологии Вундт считал непосредственный опыт — доступные самонаблюдению явления или факты сознания. Согласно Вундту, высшие психические процессы (речь, мышление, воля) недоступны эксперименту, и потому они должны изучаться культурно-историческим методом. Вундт разделял идеи психофизического параллелизма. В области сознания, полагал он, действует особая психическая причинность, а поведение человека определяется апперцепцией (восприятием, требующим напряжения воли).

С труктурализму Вундта противостоял функционализму **У Джеймса**. Уильям Джеймс - американский философ и психолог, один из основателей прагматизма. Изучал медицину и естественны науки в Гарвардском университете США и в Германии. С 1878 по 1890 г. Джеймс рассматривал сознание как индивидуальный поток, в котором никогда не появляются дважды одни и те же ощущения или мысли. Одной из важных характеристик сознания Джеймс считал его избирательность. С точки зрения Джеймса, сознание является функцией, которая «по всей вероятности, как и другие биологические функции, развивалась потому, что она полезна». Исходя из такого приспособительного характера сознания, он отводил важную роль инстинктам и эмоциям, а также индивидуальным физиологическим особенностям человека. Сознание – это жизненно важная функция человека, живущего в сложной среде. Ввел «личностное измерение» сознания, считая, что сознательный опыт всегда переживается как «мой», как «принадлежащий мне».

**С.Л. Рубенштейн** о сознании. Психическая деятельность выступает в новом качестве - сознании, или, точнее, процессе осознания субъектом окружающего мира и тех отношений, в которые он с ним вступает, по мере того как из жизни и непосредственного переживания выделяется рефлексия на окружающий мир и на собственную жизнь. Сознание всегда предполагает познавательное отношение к предмету, находящемуся вне сознания. Возникновение сознания как специфически человеческого способа отражения действительности связано с языком: язык - необходимое условие возникновения сознания. Осознавать - значит отражать объективную реальность посредством объективизированных в слове общественно выработанных обобщенных значений. Не слово само по себе, о общественно накопленные знания, объективированные в слове, являются стержнем знания (через слово откладываются, объективируются и анализируются знания, посредством которых человек осознает действительность. Сознание не покрывает психической деятельности в целом. Сознание, как и психическое вообще, служит для «регуляции» поведения, для приведения его в соответствие с потребностями людей и объективными условиями, в которых оно совершается. Сознание характеризуется активностью; «сознание» - совокупность знаний об окружающем нас мире. Принцип единства сознания и деятельности — один из основных принципов деятельностного подхода в психологии, сформулированный С.Л. Рубинштейном в 30–е гг. В его контексте деятельность и сознание рассматриваются не как две формы проявления чего–то единого, различающиеся по средствам эмпирического анализа, а как две инстанции, образующие нерасторжимое единство.

Развитие психики человека, по **Выготскому**, обусловлено в основном не законами биологической эволюции, а законами исторического развития общества. Высшие психические функции, сформированные в результате интериоризации-преобразования внешних средств управления поведением знаков во внутренние. Благодаря связи и соотношению этих функций, сознание имеет системное строение.

**А.Н. Леонтьев**: «Структура сознания: чувственная ткань, значение, личностный смысл». А.Н. Леонтьев подразумевал под понятием «сознание» - движение, связывающее сложнейшие моменты: реальность мира, представленную в чувственности, опыт человечества, отраженный в значении, и пристрастность существования человека, как живого существа, заключающуюся в обретении «значения-для-человека», значения для жизни конкретного человека. ( А.Н. Леонтьев, «Лекции по общей психологии»). Сознание - высшая интегрирующая форма психики, результат исторических условий, сформированный при постоянном общении с другими людьми и труде.