

УДК 371

## К ВОПРОСУ О СООТНОШЕНИИ ПОНЯТИЙ «Я-КОНЦЕПЦИЯ» И «Я-ОБРАЗ»

Парняк С.А., аспирант Пса-241, 1 курс, КемГУ

Научный руководитель - к.психол.н., доцент кафедры психологических наук, зам. директора по УР СПИ Браун О.А., ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный университет»

Анализ специализированной литературы показывает, что в академической среде наблюдается терминологическая неоднородность в использовании понятий «Я-концепция» и «образ Я». Ряд исследователей (Зурхер, Кон, Орлов, Роджерс, Собчик, Соколова, Столин) склонны к их синонимичному употреблению, в то время как другие (Агапов, Бернс, Бороздина, Грановская, Латыпов) проводят между ними разграничение.

Я-концепция – это система ожиданий, установок, убеждений и представлений о себе, выполняющая важные функции в жизни человека.

Актуальность проблемы обусловлена отсутствием общепринятого консенсуса относительно четких демаркационных линий между данными конструктами.

Целью настоящего анализа является сопоставление теоретических подходов к пониманию «Я-концепции» и «образа Я» с целью выявления как общих черт, так и специфических различий.

Уильям Джеймс одним из первых заложил основы для понимания «Я» как объекта и субъекта познания. Его концепция «Я» включала «материальное Я», «социальное Я» и «духовное Я», что можно рассматривать как предшественника современных представлений о «Я-концепции» [6].

Карл Роджерс подчеркивал роль «Я-концепции» в формировании личности и ее взаимосвязь с самооценкой. Он считал, что согласованность между "Я-концепцией" и опытом человека является ключом к психическому здоровью и самоактуализации [17].

В современных исследованиях психологии используются оба понятия, но с разным акцентом. «Я-концепция» рассматривается как более широкое и стабильное представление о себе, а «Я-образ» – как более узкое и ситуативное. Исследования показывают, что "Я-концепция" является важным фактором, определяющим поведение, мотивацию и самооценку, а «Я-образ» может варьироваться в зависимости от контекста и ситуации.

Анализ соотношения понятий «Я-концепция» и «Я-образ» в научной литературе выявляет как их схожесть, так и существенные различия, часто приводящие к путанице и неоднозначной трактовке. Рассмотрим основные аспекты:

Схожесть:

1) Оба понятия отражают представление человека о себе. И «Я-концепция», и «Я-образ» описывают то, как человек воспринимает себя, свои качества, характеристики, роли и место в мире.

2) Формируются в процессе взаимодействия с окружающей средой. Оба понятия подчеркивают, что представление о себе не является врожденным, а формируется в процессе социального взаимодействия, опыта и обратной связи от других людей.

3) Влияют на поведение и самооценку. Как «Я-концепция», так и «Я-образ» оказывают значительное влияние на поведение человека, его мотивацию, самооценку и адаптацию в социуме.

4) Включают когнитивные, эмоциональные и оценочные компоненты. И то, и другое понятие предполагают наличие когнитивной составляющей (знание о себе), эмоциональной составляющей (чувства по отношению к себе) и оценочной составляющей (оценка себя и своих качеств).

Различия:

Характеристика	Я-концепция	Я-образ
<b>Фокус</b>	Глобальное, общее представление о себе как о личности. Акцент на систематизированной и организованной совокупности представлений о себе.	Более конкретное, ситуативное представление о себе в конкретной роли или контексте. Акцент на отдельных, дифференцированных представлениях о себе.
<b>Структура</b>	Более сложная, иерархическая структура, включающая различные аспекты самосознания (физическое Я, социальное Я, духовное Я, и т.д.).	Более простая структура, часто сводится к набору отдельных представлений о себе в данной ситуации.
<b>Стабильность</b>	Относительно стабильная и устойчивая во времени. Изменения происходят постепенно и под влиянием значительных событий.	Более гибкий и изменчивый, может варьироваться в зависимости от контекста и ситуации.
<b>Оценочный компонент</b>	Четко выраженный оценочный компонент (самооценка, самоуважение).	Оценочный компонент может быть менее выраженным или отсутствовать. Основной акцент на описании себя.
<b>Пример</b>	Я – хороший друг, ответственный работник, творческий человек.	Я – хороший водитель. Я – умею готовить пиццу. Я – нервничаю перед экзаменами.
<b>Научные</b>	Чаще используется в	Чаще используется в со-

<b>подходы</b>	гуманистической психологии, когнитивной психологии. Подчеркивается роль самоактуализации и самосознания.	циальной психологии. Подчеркивается роль социального взаимодействия и ролевого поведения.
<b>Связь с самооценкой</b>	Прямая и тесная связь с самооценкой. Несоответствие между реальным «Я» и идеальным «Я» ведет к снижению самооценки.	Связь с самооценкой менее прямая. Несоответствие между «Я-образом» и ожиданиями окружающих может влиять на самооценку.

В отличие от «Я-концепции», образ Я часто рассматривается как более динамичное и ситуативное представление о себе, подверженное изменениям под воздействием текущего контекста и настроения. «Я-Образ» может включать в себя осознаваемые и неосознаваемые аспекты самовосприятия, в то время как «Я-концепция» предполагает более структурированное и когнитивно оформленное знание о себе.

Некоторые исследователи, например, Латыпов, указывают на иерархическую структуру «Я-концепции», включающую образ Я как один из ее компонентов. В этом контексте образ Я рассматривается как частное проявление Я-концепции в конкретной ситуации или в отношении определенной характеристики.

Таким образом, анализ литературы позволяет заключить, что Я-концепция и образ Я являются взаимосвязанными, но не идентичными конструктами. Я-концепция представляет собой более устойчивую и структурированную систему представлений о себе, в то время как образ Я отражает более динамичное и контекстуально обусловленное самовосприятие.

### Литература и источники

1. Агапов В.С. Становление Я-концепции в системе духовных потребностей подростков: Автореф. дис. канд. психол. наук. - М., 1994. – С. 22.
2. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание (Self-concept development and education: пер. с англ.) / - Москва: Прогресс, 1986. – С. 420.
3. Боровикова Н.В. Условия и факторы продуктивного развития Я-концепции беременной женщины: Автореф. дис. канд.психол. наук. - М.,1998. - 25 с.
4. Бороздина Л.В. Сущность самооценки и её соотношение с Я-концепцией // Вестник МГУ. Серия 14. Психология. - 2011. - № 1. - С. 54–65.
5. Григорьева Т.Л. Профессиональная Я-концепция государственных служащих разных уровней управления: Автореф. дис. канд. психол. наук. - М., 2001. – С. 18.
6. Джеймс У. Психология / Под ред. Л. А. Петровской. - М.: Педагогика, 1991. - 368 с.
7. Душкина М.Р. Взаимосвязь структуры Я-концепции ребёнка и специфики внутренних отношений: Автореф. дис. канд. психол. наук. - М., 2003. – С. 24.
8. Жилин С.В. Особенности Я-концепции личности спортсменов: Автореф. дис. канд. психол. наук. - СПб., 2003. – С. 15.
9. Залесский Г.Е. Психология мировоззрений и убеждений личности. - М.: МГУ, 1994.
10. Злобин В.М. Социально-психологические условия формирования образа «Я-руководитель» младшего командира курсантского подразделения военного вуза: Автореф. дис. канд. психол. наук. - М., 2012. – С. 12.
11. Климентьева Н.Н. Развитие Я-образа у младших школьников в процессе учебной деятельности: Автореф.дис. канд. психол. наук. - Иркутск, 2005. – С. 19.
12. Кон И.С. Психология ранней юности. - М.: Просвещение, 1989.
13. Куненков С.А. Развитие позитивной самооценки в структуре Я-концепции современных подростков: Автореф. дис. канд. психол. наук. - М., 2004. – С. 24.
14. Латыпов И.В. Соотношение феномена самоотчуждения с образом Я личности: Автореф. дис. канд. психол. наук. - Хабаровск, 2011. – С. 13.
15. Максименко Ж.А. Особенности структурных компонентов Я-концепции коммуникативно-успешной личности: Автореф. дис. канд. психол. наук. - М., 2008. – С. 13.
16. Никитина Е.А. Психолого-педагогические условия развития Я-концепции одарённых старшеклассников: Автореф. дис. канд. психол. наук. - Курск, 2008. – С. 3.
17. Роджерс К. Клиентоцентрированный/ человекоцентрированный подход в психотерапии // Консультативная психология и психотерапия. - 2002. - Том 10. - № 1. – С. 54–69.

18. Торгаева И.Н. Психолого-акмеологические факторы формирования личностно-профессиональной Я-концепции военнослужащих по контракту: Автореф. дис. канд. психол. наук. - Ульяновск, 2006. – С. 16.
19. Федотова М.В. Развитие Я-концепции специалистов таможенной службы: Автореф. дис. канд. психол. наук. - М., 2002. – С. 13.
20. Харькова Т.П. Образ Я и стратегии поведения личности в трудных жизненных ситуациях: Автореф. дис. канд. психол. наук. - Краснодар, 2011. – С. 24.
21. Чернышёва Е.В. Особенности Я-концепции личности осуждённых: Автореф. дис. канд. психол. наук. - Екатеринбург, 2005. – С. 5.
22. Концепция личности А.В. Петровского. [Электронный ресурс]: <http://studopedia.ru> (дата обращения 11.03.2025).