ilmiy-amaliy jurnal · ISSN 3093-8694

UDK 159.923

Abdusalomova Nafosatbonu Isomiddin qizi,
O‘zbekiston xalqaro islomshunoslik akademiyasi magistranti

“MEN” TUSHUNCHASI VA ZAMONAVIY SHAXS PSIXOLOGIYASINING MUAMMOLARI

Annotatsiya. Mazkur maqolada zamonaviy shaxs psixologiyasida “men” (self) va shaxsiyat tushunchalarining nazariy hamda amaliy ahamiyati tahlil qilinadi. Shaxsiyat o‘zini anglash, refleksiya va identitet jarayonlari bilan bog‘liq yaxlit tizim sifatida ko‘rib chiqiladi. Ilmiy adabiyotlar asosida “men”ning shaxs barqarorligi, rivojlanishi va psixopatologiyadagi o‘rni yoritiladi. Shuningdek, o‘ziga oid emotsiyalarning shaxs xususiyatlari va xulq-atvor o‘rtasidagi bog‘liqlikdagi roli asoslanadi. “Men” va shaxsiyatni o‘zaro integratsiyalashgan tizim sifatida o‘rganish zarurligi ta’kidlanadi.

Kalit so‘zlar: men, shaxsiyat, o‘zini anglash, shaxs psixologiyasi, identitet, psixopatologiya, narrativ identitet, o‘ziga oid emotsiyalar.

ПОНЯТИЕ «Я» И СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГИИ ЛИЧНОСТИ

Аннотация. В статье рассматривается теоретическое и практическое значение понятий «Я» (self) и личности в современной психологии. Личность анализируется как целостная система, связанная с самосознанием, рефлексией и формированием идентичности. На основе научной литературы раскрывается роль «Я» в обеспечении личностной устойчивости, развитии и психопатологии. Особое внимание уделяется роли эмоций, связанных с самосознанием, в формировании поведения и проявлении личностных качеств. Обосновывается необходимость интегративного подхода к изучению «Я» и личности.

Ключевые слова: Я, личность, самосознание, психология личности, идентичность, психопатология, нарративная идентичность, эмоции самосознания.

THE CONCEPT OF THE “SELF” AND CONTEMPORARY ISSUES IN PERSONALITY PSYCHOLOGY

Abstract. This article examines the theoretical and practical significance of the concepts of self and personality in contemporary personality psychology. Personality is considered an integrated system associated with self-awareness, reflection, and identity formation. Drawing on psychological literature, the article explores the role of the self in personality stability, development, and psychopathology. Particular attention is given to self-conscious emotions as mechanisms linking personality traits to behavior. The article emphasizes the importance of an integrated approach to understanding the relationship between self and personality.

Keywords: self, personality, self-awareness, personality psychology, identity, psychopathology, narrative identity, self-conscious emotions.

KIRISH

Insonning “men”i va shaxsiyatini o‘rganish zamonaviy shaxs psixologiyasining muhim yo‘nalishlaridan biridir. Ushbu tushunchalar insonning

o‘zini anglashi, xulq-atvorini boshqarishi, ijtimoiy munosabatlarni shakllantirishi va hayotiy tajribalarini mazmunli birlashtirishi bilan chambarchas bog‘liq. Shaxs psixologiyasida vijdonlilik, ekstraversiya va kelishuvchanlik kabi individual xususiyatlar muhim o‘rin tutsa-da, ular insonning o‘zini qanday idrok etishi, baholashi va boshqalar bilan munosabatlarda qanday namoyon bo‘lishini to‘liq izohlab bera olmaydi.

Kundalik hayotda “men” va “shaxsiyat” atamalari ko‘pincha bir-birining o‘rnida qo‘llanadi. Biroq ilmiy nuqtayi nazardan ular o‘zaro bog‘liq, ammo farqli tushunchalardir. Shaxsiyat insonning nisbatan barqaror psixologik xususiyatlari, motivlari, qadriyatlari va xulq-atvor tendensiyalarini ifodalasa, “men” uning o‘z tajribasi, hissiyotlari, fikrlari va identitetini qanday anglashini aks ettiradi. Shu jihatdan, “men” shaxsning ichki dunyosi bilan tashqi xulq-atvori o‘rtasidagi bog‘liqlikni tushunishda muhim nazariy asos hisoblanadi.

Zamonaviy sharoitda shaxsning o‘zini anglashiga ijtimoiy muhit, raqamli makon, madaniy qadriyatlar, oilaviy tarbiya va shaxslararo munosabatlar ham ta’sir ko‘rsatmoqda. Ayniqsa, insonning o‘ziga bergan bahosi, boshqalarning munosabatini qanday qabul qilishi va hayotiy tajribalarini qanday talqin etishi uning emotsional holati hamda ijtimoiy moslashuviga ta’sir qilishi mumkin. Shu sababli “men” va shaxsiyat o‘rtasidagi munosabatlarni o‘rganish psixologik barqarorlik, o‘zini rivojlantirish va ruhiy salomatlik masalalarini tushunishda alohida ahamiyat kasb etadi.

Bundan tashqari, o‘zini anglash jarayonlari shaxsning qiyinchiliklarni yengib o‘tishi, xatolaridan xulosa chiqarishi va kelajakdagi maqsadlarini belgilashida muhim rol o‘ynaydi. Inson o‘zining kuchli va zaif tomonlarini to‘g‘ri baholay olganida, xulq-atvorini ongli ravishda boshqarish va ijtimoiy munosabatlarda muvozanatni saqlash imkoniyati ortadi. Aksincha, o‘ziga oid tasavvurlarning beqarorligi ichki ziddiyatlar va moslashuvdagi qiyinchiliklar bilan bog‘liq bo‘lishi mumkin.

Shu nuqtayi nazardan, “men” va shaxsiyatni alohida hodisalar sifatida emas, balki o‘zaro ta’sirlashuvchi psixologik tizimlar sifatida o‘rganish zarur. Bunday yondashuv shaxsning individual xususiyatlarini, o‘zini anglash darajasini va ijtimoiy tajribasini yaxlit holda tahlil qilish imkonini beradi.

Maqolaning maqsadi — zamonaviy shaxs psixologiyasida “men” va shaxsiyat tushunchalarining o‘zaro munosabatini tahlil qilish, ularning shaxs rivojlanishi, o‘zini anglash, ijtimoiy moslashuv va psixopatologik jarayonlardagi ahamiyatini yoritish. Ushbu maqsadga erishish uchun mazkur tushunchalarning nazariy asoslarini o‘rganish, yetakchi psixologik yondashuvlarni qiyoslash hamda “men” jarayonlarining shaxs xususiyatlari va xulq-atvor bilan bog‘liqligini umumlashtirish ko‘zda tutiladi.

MAVZU BO‘YICHA ADABIYOTLAR TAHLILI

Shaxsiyatni ilmiy o‘rganish tarixida G. Allportning ishlari muhim o‘rin egallaydi. Olim shaxsiyatni insonning muhitga moslashishi va xulq-atvorini belgilovchi

psixofizik tizimlarning dinamik tashkil topishi sifatida izohlagan [1]. Ushbu yondashuv shaxsiyatni alohida xususiyatlar yig‘indisi emas, balki o‘zaro bog‘liq psixologik jarayonlar majmui sifatida o‘rganishga zamin yaratdi. Allportning qarashlari keyingi tadqiqotlarda shaxsning individual xususiyatlari, motivlari va ijtimoiy muhit bilan munosabatlarini kompleks tahlil qilish uchun nazariy asos bo‘lib xizmat qildi.

U. Jeyms “Men” va “Meni” tushunchalarini farqlab, insonning o‘zini anglash jarayonini nazariy jihatdan asoslab berdi [5]. Bu qarashga ko‘ra, inson bir tomondan tajribani boshdan kechiruvchi subyekt, ikkinchi tomondan esa o‘zi haqida tasavvur va baholar shakllantiruvchi obyekt sifatida namoyon bo‘ladi. Mazkur yondashuv o‘zini anglash, o‘ziga baho berish va shaxsiy tajribalarni idrok etish mexanizmlarini tushunishda muhim ahamiyatga ega. Shuningdek, u “Men” tushunchasining faqat insonning o‘zi haqidagi fikrlari bilan cheklanmasdan, uning hissiyotlari va xulq-atvoriga ham ta’sir ko‘rsatishini anglash imkonini beradi.

E. Erikson identitetni shaxs taraqqiyotining markaziy psixososial omillaridan biri sifatida ko‘rib chiqdi [4]. Uning yondashuvida shaxsning o‘zligini anglash, hayotiy maqsadlarini belgilash va jamiyatdagi o‘rnini topishi rivojlanishning muhim vazifalari hisoblanadi. D. McAdams va K. McLean esa narrativ identitet tushunchasini rivojlantirib, insonning hayotiy voqealarni izchil hikoya shaklida birlashtirishi shaxsiy yaxlitlikni anglashda muhim ekanini ta’kidladilar [7]. McAdams va Pals shaxsiyatni biologik xususiyatlar, individual dispozitsiyalar, xarakterga oid moslashuvlar va hayotiy hikoyalarni birlashtiruvchi integrativ tizim sifatida izohlaydilar [8]. Ushbu qarashlar shaxsning o‘tmish tajribasi, bugungi qarashlari va kelajakdagi maqsadlari o‘rtasidagi uzviy bog‘liqlikni tushuntirishga yordam beradi.

Zamonaviy tadqiqotlarda o‘ziga nisbatan mehribon va tushunuvchan munosabat ham alohida ahamiyat kasb etadi. K. Neff va boshqa tadqiqotchilarning ishlari o‘ziga nisbatan shafqatli munosabatning stress va salbiy hissiy tajribalarni yengib o‘tish bilan bog‘liqligini o‘rganishga qaratilgan [3]. Bunday munosabat insonning xatolarini tan olishi, muvaffaqiyatsizliklarni rivojlanish imkoniyati sifatida qabul qilishi va o‘ziga nisbatan haddan tashqari tanqidiy munosabatni kamaytirishida muhim rol o‘ynashi mumkin. Shuningdek, R. Robinsning shaxs psixologiyasida “Men” masalasiga bag‘ishlangan ishlari ushbu tushunchaning shaxsni o‘rganishdagi nazariy ahamiyatini ko‘rsatadi [10]. W. Bleidorn va C. Ködding tadqiqotlarida esa o‘zlik tasavvurlarining turli vaziyatlarda o‘zaro muvofiqligi va uning psixologik moslashuv bilan aloqasi yoritilgan [2].

Shaxsiyat psixologiyasidagi yana bir muhim yo‘nalish individual xususiyatlar va o‘zini anglash jarayonlari o‘rtasidagi munosabatlarni o‘rganishdir. Masalan, vijdonlilik, ekstraversiya va nevrotiklik kabi xususiyatlar insonning xulq-atvoriga ta’sir ko‘rsatsa-da, ularning namoyon bo‘lishi vaziyat, shaxsiy maqsadlar va hissiy kechinmalarga ham bog‘liq. Shu jihatdan “Men” insonning o‘z xususiyatlarini qanday qabul qilishi va ularni kundalik hayotda qanday namoyon etishini tushuntiruvchi muhim mexanizm sifatida qaraladi.

Adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, shaxsiyatni faqat barqaror xususiyatlar orqali izohlash yetarli emas. O‘zini anglash, identitet, refleksiya, o‘ziga munosabat va hayotiy tajribalarni talqin qilish jarayonlarini ham hisobga olish zarur. Shu bilan birga, mavjud nazariy yondashuvlarni o‘zaro bog‘liq holda o‘rganish “Men” va shaxsiyatning shaxs rivojlanishi, ijtimoiy moslashuvi hamda ruhiy farovonlikdagi o‘rnini yanada chuqurroq tushunish imkonini beradi.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Tadqiqot nazariy-tahliliy xarakterga ega bo‘lib, zamonaviy shaxs psixologiyasiga oid ilmiy manbalarni o‘rganish va umumlashtirishga asoslandi. Tadqiqot jarayonida nazariy tahlil, qiyosiy tahlil, ilmiy umumlashtirish va konseptual sintez metodlaridan foydalanildi. Ushbu metodlar “men” va shaxsiyat tushunchalarining mazmunini chuqurroq anglash, mavjud nazariy yondashuvlarni taqqoslash hamda ular o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlikni aniqlash imkonini berdi.

Birinchi bosqichda “men” va shaxsiyat tushunchalarining mazmuni, ularning o‘zaro o‘xshash hamda farqli jihatlari ko‘rib chiqildi. Ikkinchi bosqichda U. Jeyms, G. Allport, E. Erikson va D. McAdams kabi olimlarning nazariy qarashlari qiyosiy tahlil qilindi. Bunda shaxsning o‘zini anglashi, identitetining shakllanishi va individual xususiyatlarining rivojlanishiga oid ilmiy yondashuvlarga alohida e’tibor qaratildi. Uchinchi bosqichda o‘zini anglash, identitet va o‘ziga oid emotsiyalarning shaxs rivojlanishi hamda psixologik moslashuv bilan bog‘liqligi umumlashtirildi.

Tadqiqotning konseptual asosini “men”ni shaxsning o‘ziga nisbatan refleksiv munosabatini ifodalovchi jarayonlar majmui, shaxsiyatni esa individual xususiyatlar, motivlar, qadriyatlar va xulq-atvor tendensiyalarini birlashtiruvchi tizim sifatida talqin qilish tashkil etdi. Shu asosda ushbu ikki tushunchaning shaxsning psixologik yaxlitligi, hissiy barqarorligi va ijtimoiy moslashuvidagi o‘rni tahlil qilindi.

Tadqiqotda ilmiy manbalarni tanlashda mavzuga aloqadorligi, nazariy ahamiyati va zamonaviy shaxs psixologiyasidagi o‘rni hisobga olindi. Olingan nazariy xulosalar o‘zaro taqqoslanib, umumiy jihatlar va farqlar aniqlandi. Mazkur metodologik yondashuv “men” va shaxsiyat munosabatlarini yaxlit tizim sifatida yoritish hamda ularning shaxs rivojlanishidagi ahamiyatini asoslashga xizmat qildi.

NATIJALAR

Ilmiy adabiyotlar tahlili “men” va shaxsiyatning o‘zaro bog‘liqligini hamda shaxs rivojlanishidagi muhim rolini ko‘rsatdi. Shaxsiyat insonning nisbatan barqaror individual xususiyatlarini ifodalasa, “men” uning o‘zini anglash, baholash va hayotiy tajribalarini talqin qilish jarayonlarini qamrab oladi. Ushbu jihatlar birgalikda shaxsning yaxlitligini shakllantiradi hamda uning o‘ziga, atrofdagilarga va ijtimoiy muhitga munosabatini belgilashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Tahlil natijalariga ko‘ra, o‘zini anglash va identitetning barqarorligi insonning hissiy holati hamda ijtimoiy munosabatlariga ta’sir ko‘rsatishi mumkin. O‘z

imkoniyatlari va xususiyatlarini real baholay oladigan inson o‘z xatti-harakatlarini ongli ravishda boshqarish va qiyin vaziyatlarga moslashishda ko‘proq imkoniyatga ega bo‘ladi. Aksincha, o‘ziga oid tasavvurlarning beqarorligi ichki ziddiyatlar, o‘ziga ishonchsizlik va shaxslararo munosabatlardagi qiyinchiliklar bilan bog‘liq bo‘lishi mumkin. Shu sababli o‘zini anglash jarayonlarini o‘rganish shaxsning psixologik farovonligini tushunishda muhim hisoblanadi.

Shuningdek, o‘ziga oid emotsiyalar — ayb, uyat va g‘urur — shaxs xususiyatlari bilan xulq-atvor o‘rtasidagi munosabatlarda muhim o‘rin tutadi. Masalan, ayb hissi ayrim vaziyatlarda xatti-harakatlarni qayta ko‘rib chiqish va xatolarni tuzatishga undashi mumkin. Sog‘lom g‘urur esa muvaffaqiyatlarni anglash va maqsad sari intilishni qo‘llab-quvvatlaydi. Biroq bu emotsiyalarning ta’siri ularning kuchi, vaziyat va shaxsning individual xususiyatlariga bog‘liq. Demak, o‘ziga oid emotsiyalarni shaxsning ichki tajribasi va tashqi xulq-atvorini bog‘lovchi muhim psixologik mexanizm sifatida baholash mumkin.

Adabiyotlar tahlili shuni ham ko‘rsatadiki, narrativ identitet insonning o‘tmishdagi tajribalarini hozirgi holati va kelajakdagi maqsadlari bilan bog‘lashga yordam beradi. Hayotiy voqealarni izchil anglash shaxsiy ma’no va uzluksizlik hissini shakllantirishga xizmat qiladi. Inson o‘z tajribalarini tahlil qilish orqali avvalgi xatolaridan xulosa chiqarishi, qadriyatlarini qayta ko‘rib chiqishi va kelajakdagi faoliyatiga nisbatan aniqroq maqsadlar belgilashi mumkin. Shu bilan birga, “men” jarayonlaridagi qiyinchiliklarni muayyan ruhiy buzilishlarning yagona sababi sifatida talqin qilish to‘g‘ri emas, chunki psixopatologik holatlar ko‘plab biologik, psixologik va ijtimoiy omillar bilan bog‘liq.

Bundan tashqari, “men” va shaxsiyatning o‘zaro munosabati insonning hayoti davomida o‘zgarib borishi mumkin. Yangi tajribalar, ijtimoiy munosabatlar, ta’lim va shaxsiy yutuqlar insonning o‘zi haqidagi tasavvurlariga ta’sir ko‘rsatadi. Bu jarayonlar shaxsning o‘zgaruvchan sharoitlarga moslashishi va individual rivojlanishini ta’minlashda muhim ahamiyatga ega. Shu bois mazkur tushunchalarni faqat nazariy jihatdan emas, balki kundalik hayotdagi xulq-atvor va psixologik moslashuv bilan bog‘liq holda ham o‘rganish zarur.

Umuman, natijalar “men” va shaxsiyatni bir-biridan ajratilgan hodisalar sifatida emas, balki o‘zaro ta’sirlashuvchi psixologik tizimlar sifatida o‘rganish zarurligini ko‘rsatadi. Ularning o‘zaro uyg‘unligi shaxsning o‘zini anglashiga, hissiy barqarorligiga, ijtimoiy munosabatlariga va hayotiy maqsadlarini shakllantirishiga yordam beradi. Mazkur yondashuv zamonaviy shaxs psixologiyasida insonning individual xususiyatlari va subyektiv tajribasini yaxlit holda tahlil qilish uchun muhim nazariy asos bo‘lib xizmat qiladi.

MUHOKAMA

Olingan nazariy natijalar shaxsiyatni faqat dispozitsion xususiyatlar orqali tushuntirish uning murakkab tuzilishini to‘liq ochib bera olmasligini ko‘rsatadi. Vijdonlilik, ekstraversiya va kelishuvchanlik kabi xususiyatlar insonning odatiy

xulq-atvor tendensiyalarini izohlashga yordam beradi. Biroq insonning o‘z tajribasini qanday talqin qilishi, o‘ziga qanday munosabatda bo‘lishi va hayotiy maqsadlarini qanday shakllantirishi ham muhim hisoblanadi.

U. Jeymsning “Men” va “Meni” haqidagi qarashlari ushbu farqni tushunishda nazariy asos bo‘lib xizmat qiladi. E. Eriksonning identitet nazariyasi va D. McAdamsning narrativ yondashuvi esa insonning o‘zini anglash jarayonini shaxsiy rivojlanish hamda hayotiy tajribalar bilan bog‘laydi. Demak, shaxsiyatning barqarorligi faqat individual xususiyatlarga emas, balki insonning o‘z hayotini anglash va izohlash usullariga ham bog‘liq.

O‘ziga oid emotsiyalar masalasi ham alohida e’tiborga loyiq. Ayb, uyat va g‘urur kabi hissiyotlar insonning o‘z xatti-harakatlariga baho berishida, ijtimoiy me’yorlarni hisobga olishida va munosabatlarini tartibga solishida ishtirok etadi. Biroq ushbu emotsiyalarning har biri doimo ijobiy yoki salbiy natijaga olib kelmaydi. Masalan, me’yoriy ayb hissi xatoni tuzatishga yordam berishi mumkin, haddan tashqari uyat esa o‘zini qadrsiz his qilishni kuchaytirishi ehtimoli mavjud.

Shaxs psixologiyasida “men” jarayonlarini o‘rganish amaliy jihatdan ham ahamiyatlidir. O‘zini anglash va refleksiyani rivojlantirishga qaratilgan psixologik yondashuvlar insonning emotsiyalarini tushunishi, ichki ziddiyatlarini anglab yetishi va munosabatlarini yaxshilashiga ko‘maklashishi mumkin. Shu bilan birga, selfdagi qiyinchiliklarni ruhiy buzilishlarning yagona sababi sifatida ko‘rsatish ilmiy jihatdan asosli emas. Ularni shaxsning rivojlanish tarixi, ijtimoiy muhiti va boshqa psixologik omillar bilan birgalikda baholash zarur.

Tadqiqotning cheklovi shundaki, u ilmiy adabiyotlarning nazariy tahliliga asoslangan va mustaqil empirik ma’lumotlarni o‘z ichiga olmaydi. Shu sababli kelgusida “men”ni anglash, identitet barqarorligi va psixologik moslashuv o‘rtasidagi munosabatlarni turli yosh guruhlari hamda madaniy muhitlarda empirik tekshirish maqsadga muvofiq.

XULOSA

Zamonaviy shaxs psixologiyasida “men” va shaxsiyat tushunchalari insonning individual xususiyatlari, o‘zini anglash jarayonlari va psixologik moslashuvini tushuntiruvchi o‘zaro bog‘liq tizimni tashkil etadi. Nazariy manbalar tahlili shuni ko‘rsatadiki, shaxsiyatni faqat barqaror xususiyatlar yig‘indisi sifatida ko‘rib chiqish yetarli emas. Insonning o‘z tajribalarini anglash, identitetini shakllantirish va hayotiy voqealariga ma’no berish jarayonlari ham muhim ahamiyatga ega.

“Men”ning yaxlitligi shaxsning o‘zini anglashiga, hissiyotlarini boshqarishiga va ijtimoiy munosabatlarda o‘z o‘rnini belgilashiga yordam beradi. O‘ziga oid emotsiyalar, jumladan, ayb, uyat va g‘urur, shaxs xususiyatlari bilan real xulq-atvor o‘rtasidagi bog‘liqlikda muhim vositachi vazifasini bajarishi mumkin. Shu bilan birga, ushbu jarayonlarning ta’siri individual va ijtimoiy sharoitlarga bog‘liq.

Shuningdek, “men” jarayonlaridagi qiyinchiliklar ayrim psixologik muammolar bilan bog‘liq bo‘lishi mumkin, biroq ularni ruhiy buzilishlarning yagona sababi

sifatida talqin qilish to‘g‘ri emas. Shaxsning ruhiy holatini baholashda biologik, psixologik va ijtimoiy omillarni birgalikda hisobga olish zarur.

Umuman olganda, “men” va shaxsiyatni integrativ yondashuv asosida o‘rganish shaxs rivojlanishi, psixologik barqarorlik va ruhiy salomatlik masalalarini chuqurroq tushunish imkonini beradi. Kelgusidagi tadqiqotlarda self, identitet va psixologik moslashuv o‘rtasidagi munosabatlarni empirik o‘rganish hamda o‘zini anglashni rivojlantirishga qaratilgan amaliy yondashuvlarning samaradorligini baholash muhim ilmiy-amaliy vazifa hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Allport G. W. Personality: A Psychological Interpretation. — New York: Holt, 1937. — 588 p.
2. Bleidorn W., Ködding C. The divided self: Self-concept differentiation and psychological adjustment // Journal of Personality. — 2013. — Vol. 81(5). — P. 456–468.
3. Bluth K., Neff K. D. New frontiers in understanding the benefits of self-compassion // Self and Identity. — 2018. — Vol. 17(6). — P. 605–619.
4. Erikson E. H. Childhood and Society. — New York: Norton, 1950. — 397 p.
5. James W. The Principles of Psychology. — New York: Henry Holt, 1890/1953. — 689 p.
6. Leary M. R. The Curse of the Self: Self-Awareness, Egotism, and the Quality of Human Life. — New York: Oxford University Press, 2004. — 256 p.
7. McAdams D. P., McLean K. C. Narrative identity // Current Directions in Psychological Science. — 2013. — Vol. 22(3). — P. 233–238.
8. McAdams D. P., Pals J. L. A new Big Five: Fundamental principles for an integrative science of personality // American Psychologist. — 2006. — Vol. 61(3). — P. 204–217.
9. McCrae R. R., Costa P. T. The Five-Factor Theory of Personality // Handbook of Personality. — New York: Guilford Press, 2008. — P. 159–181.
10. Robins R. W. The self in personality psychology // Personality Science. — 2021. — Vol. 2. — Article e6035.