

UNITED WISDOM

Реальное и идеальное «я»: когда ориентир становится приговором

Человек и внутренний мир

Andrey Zarinsh & Maria Evilkut

I07 · RU

@andrey.zarinsh @ilkutki

Реальное и идеальное «я»: когда ориентир становится приговором

Эпиграф

> *«добродетель — своего рода середина»*

Аристотель, *Nicomachean Ethics*, II.6, английский перевод W. D. Ross, MIT Internet Classics Archive. Собственный перевод точного фрагмента “virtue is a kind of mean”; это часть предложения, не полная фраза источника. В контексте середина относительно человека отличена от арифметической.

О чём эта статья

Образ того, каким хочется стать, может помогать выбирать следующий шаг. Он же способен превращаться в условие: пока я не соответствую образу полностью, меня нельзя считать приемлемым. Различие особенно заметно, когда ожидание звучит красиво и кажется бесспорным. Хочется быть знающим, внимательным, смелым; незаметно к этому добавляется требование никогда не затрудняться, не уставать и не ошибаться. Тогда ориентир перестаёт показывать направление и начинает выдавать общий приговор. Теория расхождений между представлениями о себе Э. Тори Хиггинса позволяет различать наличное, желаемое и должное, а также точку зрения, с которой они представлены. Аристотель уточняет смысл подходящей меры; Джеймс обращает внимание на выбранные притязания; Кант предлагает отдельное нравственное основание достоинства. Их мысли не являются частями одной измерительной системы. Рассмотрим, как описывать расхождение, проверять происхождение требования и сохранять возможность роста, не назначая каждую незавершённую попытку доказательством неприемлемости всего человека.

@andrey.zarinsh @ilkutki

I. Экскурсия и неожиданный вопрос

Воображаемая Ольга впервые ведёт открытую экскурсию по небольшой выставке. Она готовит маршрут, проверяет подписи и выбирает несколько работ для подробного обсуждения. Посетитель задаёт вопрос о технике картины, которой нет в подготовленном маршруте. Ольга не знает ответа и говорит, что уточнит его. Встреча продолжается, но после неё она формулирует вывод: «Настоящий экскурсовод никогда не затрудняется. Если я затруднилась, я вообще не умею рассказывать». В этой фразе есть событие, представление о профессионале и широкий вывод о собственных способностях. Их связь не установлена самим фактом вопроса.

Можно описать случившееся иначе: подготовленные сведения изложены, один ответ неизвестен, обещание уточнить ещё не выполнено. Это не доказательство безупречной экскурсии. Возможно, вопрос выявил важный пробел, который стоит устранить. Возможно, посетителям было непонятно и другое место. Чтобы узнать это, нужны дополнительные сведения. Но и изображение человека, который отвечает на любые вопросы сразу, требует проверки. Кто определил такое условие? Относилось ли оно к этой встрече? Что происходит, если уверенный ответ оказывается ошибочным? Качество экскурсии нельзя установить только по отсутствию пауз.

Для нашей статьи важно различать направление и условие приемлемости. «Хочу лучше знать технику этих работ» обозначает область обучения. «Пока не знаю всё, не имею права быть принята людьми» добавляет задачу подтверждения всей личности. Это не два названия одной цели. Первое можно перевести в сведения, действия и проверку. Второе требует неопределённой полноты, прежде чем позволить считать текущую попытку имеющей значение. Никакого исследования вымышленной Ольги не проводилось. Сцена служит для разбора перехода, который можно проверять по собственным формулировкам, не объявляя его универсальным устройством каждого идеала.

II. «Реальное я» тоже является представлением

В статье Хиггинса actual self относится к представлению о качествах, которыми человек, по определённой точке зрения, обладает. Это существенная граница: выражение не означает прямой доступ ко всей фактической личности. Человек может считать себя неумелым рассказчиком, а другой — хорошо подготовленным, но неопытным в открытых вопросах. Оба описания нуждаются в основаниях. Различение представлений позволяет исследовать их отношения; оно не устанавливает автоматически, какое описание истинно. Поэтому привычное заглавное «реальное я» полезно читать здесь с уточнением: образ наличных качеств.

Ideal self в выбранных определениях связан с надеждами и желаниями о качествах, которыми хотелось бы обладать. Ought self относится к представленным обязанностям и требованиям. Желание Ольги рассказывать живо может быть идеальным ориентиром. Требование проверять факты перед утверждением может переживаться как должное. В то же время фраза «должна знать любой ответ» может обозначать воспринятое требование, которое ещё не обосновано. Психологическое описание «мне кажется, я должна» не равнозначно нравственному или рабочему доказательству, что человек действительно обязан выполнять это условие.

Здесь полезны конкретные дополнения к каждому слову. Какие наличные качества представлены: умение выбрать маршрут, знание пяти работ, способность отвечать на уточнение? Какое желаемое качество названо: ясность, более широкое знание, свободное обсуждение? Каково требование и к какому действию оно относится? Без таких дополнений «реальная» и «идеальная» Ольга превращаются в две тотальные фигуры, между которыми невозможно установить точный разрыв. Указание одного навыка оставляет место для проверки и изменения. Оно также позволяет заметить, что сам образ наличного может быть слишком широким. Отсутствие ответа об одной технике не устанавливает отсутствие всех навыков экскурсовода.

III. Чья точка зрения представлена

Хиггинс различает собственную точку зрения и представленную точку зрения значимого другого. В сочетании с наличным, желаемым и должным это даёт шесть возможных форм представления. Смысл различения не в том, чтобы заполнить все клетки про себя. Сам автор прямо не предполагает, что у каждого обязательно присутствуют все ориентиры. Для Ольги полезен более простой вопрос: «Я сама хочу этого качества или считаю, что его ждёт другой человек?» Затем можно спросить, относится ли ожидание к желанию, обязанности или описанию уже имеющегося.

Представленная чужая точка зрения не является записью чужих мыслей. Ольга может считать, что опытный коллега ждёт немедленного ответа на любой вопрос. Пока она не проверила предположение, оно остаётся её представлением о его ожидании. Возможно, коллега гораздо больше ценит точность и готовность признать незнание. Возможно, действительно ожидает большей подготовки по этой теме. Оба варианта требуют разговора или другого надёжного основания. Различение позволяет уважать значимость отношения, не выдавая воображаемую оценку за уже полученное требование. От этого ожидание не становится ложным автоматически; меняется его статус в рассуждении.

Собственное желание тоже может иметь сложное происхождение. Ольга могла полюбить манеру определённого экскурсовода, принять правило прежнего учителя или самостоятельно выбрать более ясное объяснение. По происхождению нельзя сразу

решить, подходит ли ориентир. Существенно, согласна ли она с его содержанием сейчас и для какой задачи. Даже точно установленное ожидание коллеги не делает его единственно верной мерой. Сначала следует понять, кто вправе задавать условия этой экскурсии, что обещано посетителям и какие качества действительно нужны действию. «Чей голос?» и «обосновано ли требование?» — разные вопросы. Их разделение сохраняет и отношения с другими, и возможность не принимать каждую представленную чужую планку как окончательную.

IV. Ориентир показывает следующий шаг

Ориентир становится направлением роста, когда допускает перевод в действие. Для Ольги «лучше знать материалы выставки» ещё довольно широко. «Уточнить технику двух работ, найти надёжное описание и продумать, как объяснить различие посетителю» задаёт определённую работу. Она может быть выполнена частично, проверена и продолжена. Такой ориентир не требует сначала стать идеальным экскурсоводом целиком. Он допускает промежуточное знание: сегодня одно объяснение точнее, другие вопросы ещё остаются. Наличие незавершённости не делает сам шаг бессмысленным.

В историческом рассуждении Джеймса человек выбирает, какие возможные стороны себя считать особенно значимыми. Неудача в выбранной области имеет другой вес, чем отсутствие знания, на которое не делали ставки. Это помогает спросить, почему именно мгновенная находчивость стала для Ольги главным признаком профессии. Возможно, она ценит живой разговор и хочет развивать его. Но живой разговор включает также умение услышать вопрос, различить известное и неизвестное и не заменить ответ выдумкой. Уточнение выбранного качества может изменить действие без отказа от самой ценности разговора.

Рост также требует условий проверки. Если цель — более ясное объяснение, можно попросить слушателя пересказать, что он понял, или сравнить два собственных варианта. Такие примеры являются предложенными действиями, не доказанной психологической процедурой. У них есть ограниченный предмет: понятность определённого сообщения. Результат обратной связи способен указать на следующую поправку, но не обязан устанавливать всю ценность Ольги. Когда ориентир сохраняет этот предел, неудачная попытка даёт информацию для продолжения. Когда предел снят, даже полезная поправка может звучать как подтверждение всеобщего несоответствия. Разница касается назначения проверки, а не требования переживать любую критику спокойно.

V. Когда направление превращается в условие

Условие приемлемости часто добавляется коротким продолжением: «иначе я никто», «только тогда можно меня уважать», «до этого всё сделанное не считается». Это возможные формулировки для разбора, а не перечень диагностических признаков. Их логическая особенность — вывод обо всём человеке прикрепляется к достижению одного качества. Если Ольга не отвечает сразу, то все подготовленные сведения словно исчезают из оценки. Пропуск может быть реальным, но его масштаб перестаёт обсуждаться. Ориентир не показывает, что изучить; он устанавливает, можно ли вообще признать нынешнего человека приемлемым.

Иногда добавляется запрет на промежуточный результат. Ольга хочет хорошо знать искусство, но любой новый вопрос делает улучшение «недостаточным». Здесь важно выяснить, что значит «хорошо» для встречи и существует ли условие завершения этапа. Бесконечное обучение само по себе возможно и интересно; проблема рассматриваемого требования в другом. До окончательного знания всех вопросов оно не позволяет признать ограниченную компетентность даже там, где она подтверждается. При таком устройстве рост и уже имеющаяся способность оказываются несовместимыми по определению: любой остаток незнания отменяет всё известное.

Теория Хиггинса помогает различить содержание ориентиров и представлений о себе. Она не доказывает по приведённым фразам индивидуальную причину чувства, не позволяет определить состояние по определённому типу разрыва. В выбранном обсуждении автор сохраняет открытые вопросы о действии, достижимости и разных областях жизни. Поэтому здесь мы рассматриваем дополнительное условие как предмет рассуждения. Его можно переформулировать вопросом: что именно этот результат должен подтвердить? Если ответ включает всё право на уважение, стоит отделить эту нравственную тему от задачи обучения. Если касается конкретного навыка, нужны конкретные сведения. Такая точность не обещает немедленного облегчения, но возвращает проверке определённый предмет.

VI. Середина не равна среднему арифметическому

Аристотель в книге II различает арифметическую середину и середину относительно человека. Между двумя и десятью арифметически находится шесть: расстояние от двух до шести равно четырём, как и от шести до десяти. Вычисление отвечает на точный вопрос о равноудалённом числе. Но оно ещё не отвечает, какая мера подходит конкретному действию. Если в нашей вымышленной программе выделено пять минут на объяснение, шесть минут не становится подходящим временем только потому, что лежит между двумя и десятью. Это авторский пример различия вопросов, а не аристотелевское правило составления экскурсионной программы.

В нравственном рассуждении Аристотеля важны обстоятельства, выбор, надлежащие время, предмет и способ. Подходящая мера определяется не усреднением двух произвольных желаний. Поэтому «идеальная Ольга знает всё, нынешняя не знает ничего, выберем половину» не является выводом из эпиграфа. Во-первых, описание нынешнего знания может быть неточным. Во-вторых, знание техники нельзя получить делением общего образа личности пополам. В-третьих, пока не названа задача, сама середина не имеет смысла. Если требуется точный ответ о материале, необходима проверка; уменьшение степени неточности не заменяет верного сведения.

Прочитанный соседний контекст прямо ограничивает обобщение: не всякое действие имеет правильную середину. Аристотель не предлагает находить умеренную степень любого дурного поступка. Мы также не можем вывести из его позиции, что компромисс между требованиями всегда нравственно верен или полезен. Связь с вопросом об идеале состоит в внимании к конкретному случаю и основанию меры. Достижимость цели и допустимость действия остаются разными вопросами. Более скромное обещание может быть честнее недостижимого, но само слово «скромное» не удостоверяет его нравственное качество. Необходимо рассмотреть, что обещано, кому и каким способом собираются действовать.

VII. Желаемое и должное могут разойтись

Ольга хочет отвечать легко и без пауз. Одновременно она считает своим обязательством не сообщать непроверенные сведения как установленные. Вопрос посетителя делает различие заметным. Быстрая догадка могла бы сохранить видимость свободной речи, но нарушить точность. Признание незнания и последующая проверка могут не соответствовать образу мгновенно находчивого человека, зато отвечать другому условию. Этот придуманный пример не утверждает, что идеальный и должный ориентиры всегда конфликтуют. Он показывает, почему полезно назвать их содержание прежде, чем считать любой разрыв одной общей неудачей.

Ought у Хиггинса обозначает представленные обязанности, а не окончательно обоснованный нравственный долг. Если Ольга воспринимает требование «никогда не говорить, что не знаешь» как обязанность, такое восприятие само нуждается в проверке. Что его оправдывает? Чего ждёт организатор? Какое сообщение обещано посетителю? Кантовское рассуждение о достоинстве и нравственном законодательстве относится к другому уровню. Оно не превращает каждое внутреннее «должна» в закон и не подтверждает его тем, что оно сильно переживается. Источники здесь разделяют вопросы, а не сообщают разные названия одной шкалы.

Некоторые обязательства действительно могут ограничивать желания. Если задача требует обозначать границы знания, желание казаться всезнающей не отменяет этого условия. Вместе с тем правило следует описывать в пределах дела: оно касается точности сообщения, не вечного права человека быть приемлемым. Можно признать ошибочный ответ и исправить его, не доказывая сначала соответствие всем идеалам. Различение позволяет сохранить серьёзность требования без его превращения в портрет личности. Кантовское достоинство здесь рассматривается как самостоятельное нравственное основание обращения, а не как обещание приятного чувства после выбора долга. Уверенность, обязательство и отношение к человеку не обязаны изменяться одновременно.

VIII. Содержание важнее красивого названия

Слова «уверенная», «знающая» и «хорошая» могут скрывать разные задачи. Одна Ольга считает уверенным человека, который говорит без запинки. Другая могла бы понимать уверенность как способность признать неопределённость и продолжить разговор. Пока содержание не названо, одинаковое слово не устанавливает одинаковый ориентир. В прочитанных методических местах Хиггинс использует индивидуально задаваемые характеристики вместо универсального готового списка для всех. Это особенность исследовательского инструмента в его программе, а не разрешение самостоятельно диагностировать себя по нескольким словам.

Аристотель в выбранном переходе к частным случаям тоже подчёркивает значение конкретного. Его нравственное рассуждение и индивидуальное содержание психологического метода не являются одной процедурой. Однако связь помогает осторожнее обращаться с общими ярлыками. Для экскурсии «знающая» можно уточнить как «проверила подписи выбранных работ» или «может объяснить различие двух материалов». Тогда условие получает действие и сведения. Оно всё ещё может быть завышенным или недостаточным, но теперь это обсуждаемо. Название «хороший экскурсовод» без уточнений не сообщает, что уже выполнено и что осталось.

Есть и вопрос о времени. Требование освоить материал до следующей встречи отличается от требования уже обладать им на первой. Данные о наличном умении относятся к определённому моменту. Если обучение само входит в работу, всякое нынешнее незнание нельзя автоматически считать отказом учиться. Нужно узнать, какие средства, срок и помощь доступны. Эта граница не оправдывает обещание, данное без подготовки. Она делает обещание предметным: что будет проверено, когда и каким образом? Человек может отказаться от слишком широкого обещания, не отказаться от желания расти. Конкретное содержание помогает различать ограничение этапа и отрицание самого направления.

IX. Несколько ролей не обязаны дать одну фигуру

У одного человека могут быть разные ориентиры для разных действий. Ольга хочет вести экскурсию ясно, работать с источниками тщательно и разговаривать с друзьями свободно. Эти качества не образуют обязательной команды, в которой все должны проявляться одинаково в каждом эпизоде. Свободная беседа допускает вопрос и совместную догадку; публичное объяснение требует отделить догадку от установленного сведения. Смена способа действия не обязательно является несоответствием себе. Иногда она следует из предмета и обещания. Если объединить все требования в образ человека, который одновременно всегда строг и всегда спонтанен, сам ориентир может содержать неопределённость.

В теории Хиггинса различение точек зрения и видов ориентиров позволяет не сводить представленные требования к одному. У Джеймса выбор значимых сторон себя тоже оставляет вопрос, на какие области человек делает ставку. Сопоставление не устанавливает, что у всех есть внутренний конфликт или одинаковое количество ролей. Оно лишь даёт возможность рассмотреть, не перенесено ли условие одного действия на все остальные. Требование внимательно проверять сведения в экскурсии может быть уместно; требование всегда говорить только после полной проверки в дружеском обсуждении возможностей имеет уже другие последствия и нуждается в отдельном основании.

Важна также возможность согласования. Если два требования действительно относятся к одному действию, их можно обсудить по содержанию, а не объявить одну «реальную» Ольгу плохой, а другую «идеальную» хорошей. Например, ясность речи и точность совместимы через обозначение неизвестного простыми словами. Это возможный редакционный ход в придуманной сцене, не доказанное средство разрешить психологический конфликт. Иногда требования не удаётся совместить в имеющихся условиях. Тогда приходится выбирать, менять обещание или искать помощь. Несовместимость условий не обязана служить выводом о неприемлемости

действующего человека. Прежде стоит проверить сами условия и честно обозначить предел выбранного решения.

X. Когда ориентир снова становится обсуждаемым

Обсуждаемый ориентир допускает вопрос о своём назначении. Ольга может сохранить желание стать более знающим экскурсоводом и одновременно уточнить, каким знаниям сейчас посвящена работа. Она может проверить воображаемое ожидание коллеги и узнать, что он действительно считает необходимым. Она может пересмотреть обещание всегда отвечать мгновенно, если оно ведёт к неточному сообщению. Ни один из этих шагов не требует объявить прежний идеал бессмысленным целиком. Меняется его использование: из окончательной меры личности он становится направлением конкретного действия, которое можно объяснять и проверять.

Такая возможность не равна вседозволенности. Иногда реальное требование сохраняется, а текущий навык ему не соответствует. Тогда нужны обучение, ограничение роли или отказ от задачи до подготовки. Рост не гарантирует, что любая роль доступна уже сейчас. Но точная граница позволяет сказать «этого пока не умею» без добавления «ничего не умею». Также «я хочу этого» не доказывает, что цель достижима в любой срок. В выбранном обсуждении Хиггинс оставляет вопросы достижимости и связи ориентиров с действием открытыми. Это основание сохранять исследовательскую осторожность, а не дописывать универсальное обещание пользы умеренного идеала.

Ориентир перестаёт выдавать приговор, когда мы можем отличить описанное наличное, желаемое направление, представленное требование и нравственный вопрос об обращении с человеком. Это предложенный способ рассуждения, не установленный результат для каждого читателя. Чувство после неудачи может сохраняться, даже если различения ясны. Можно продолжать конкретную проверку, обратиться за помощью или пока оставить вопрос открытым. Незавершённость знания о себе не означает, что нужно выбрать самый суровый ответ. Между нынешним описанием и возможным будущим остаются действия, отношения и условия, которые ещё предстоит узнать. Идеал может участвовать в этом движении, не отменяя человека в каждой промежуточной точке.

XI. Как изучают представления о себе

Теория Хиггинса обсуждается вместе с исследовательскими данными, а не только с житейскими примерами. В прочитанных выбранных методических местах участники задают характеристики индивидуально, затем исследователи рассматривают отношения между описаниями. Это позволяет учесть, какие качества действительно названы человеком. Но индивидуальное содержание ещё не гарантирует точность описания и не охватывает всю личность. Слово, которым участник обозначил себя, является материалом исследования представления. Оно не превращается оттого в независимое удостоверение его качества. Для экскурсии Ольги её самоописание и фактическая проверка сведений о картине поэтому остаются разными источниками информации. Один сообщает, как она себя описывает, другой — что известно по конкретному вопросу.

В выбранных экспериментальных процедурах статьи используются различающиеся условия обращения к представлениям, включая направленное воображение и подготовленные задания; в прочитанном месте описано случайное распределение по условиям. Такой способ отличается от простого наблюдения двух признаков вместе: исследователь задаёт различие условий, чтобы рассмотреть его связь с изучаемыми ответами. Однако даже экспериментальная процедура имеет конкретные определения, задания и пределы. Она не разрешает приписать любому переживанию Ольги единственную причину, тем более что Ольга является вымышленным персонажем, не участником этих исследований. Чтобы сделать индивидуальный вывод, потребовались бы дополнительные сведения и иной предмет проверки. Формальное совпадение слов «идеал» и «разочарование» такого основания не создаёт.

В общем обсуждении Хиггинс говорит о начальной поддержке предложенных различий и о вопросах, оставшихся открытыми. Поэтому полнота теоретической схемы не означает завершённости исследования каждого возможного случая. Наша статья использует определения и выбранные основания, а не воспроизводит все данные первичной работы. Это помогает удержать две формы интереса к источнику. Можно изучать, как исследователь строит и проверяет объяснение; можно пользоваться различением для ясного повседневного вопроса. Второе не становится экспериментом оттого, что связано с первым. Практика ниже не содержит исходной анкеты, критериев подсчёта или правил классификации состояния. Её назначение ограничено собственным содержанием: назвать одно качество, ожидание и предполагаемое действие, оставляя неизвестное неизвестным.

Что это значит на практике

Если хочется разобрать спокойный пример, выберите одно качество, которое вы хотели бы развивать. Запишите его через действие: не только «быть знающим», а «объяснить определённый вопрос, используя проверенные сведения». Затем назовите, что вы сейчас умеете и по каким фактам это считаете. Если сведений недостаточно, оставьте точное неизвестное. Важно не выдумывать полную картину ни успеха, ни отсутствия способности.

Отдельно запишите желаемое направление и требование, которое чувствуете обязательным. Возможно, различия между ними нет или одно из них не относится к случаю. Не требуется создавать все формы, описанные в теории. Если кажется, что требование исходит от другого, отметьте, подтверждено ли оно самим человеком или пока существует в вашем представлении. Можно выбрать вопрос для уточнения, вместо того чтобы угадывать ответ.

Наконец, спросите, что должен установить следующий результат: развитие конкретного качества или приемлемость вас целиком? Для первой задачи можно назвать один проверяемый шаг и условие его завершения. Второй вывод потребовал бы иных оснований и не содержится автоматически в качестве этого шага. Если два требования конфликтуют, запишите их предметы отдельно, не пытаясь немедленно получить идеальный компромисс.

Эта добровольная практика составлена для статьи; она не воспроизводит исследовательскую анкету Хиггинса, не даёт баллов и не устанавливает состояние человека. Её эффективность для изменения чувств здесь не исследована. Можно обсудить один вопрос с подходящим собеседником, остановиться на неизвестном или не выполнять упражнение. Цель — сделать содержание ориентира доступным для рассмотрения, а не доказать правильное отношение к себе.

Ключевая цитата

> *«Не предполагается, что у каждого есть все ориентиры “я”».*

Э. Тори Хиггинс, *Self-Discrepancy: A Theory Relating Self and Affect*, 1987, печатная с. 321, PDF с. 3. Собственный перевод точного фрагмента “Not everyone is expected to possess all of the self-guides”; это начальная часть предложения перед поясняющим тире, переносы строк соединены. Различения теории не являются обязательной анкетой читателя.

Связи между традициями

1. Представленное желание — выбранное притязание. Хиггинс, определения на с. 320–321, различает наличное и желаемое; Джеймс, глава X, с. 310–311, рассматривает выбранные притязания. Связь помогает сначала назвать ожидание для задачи, затем обсуждать расхождение. Наличное «я» является представлением, не полной фактической личностью; дробь Джеймса не вычисляет расхождение Хиггинса.

2. Чья точка зрения — для кого подходит мера. Хиггинс, с. 321, различает собственную и представленную чужую позицию; Аристотель, II.6, отличает арифметическую середину от меры относительно человека. Связь разделяет происхождение ожидания и пригодность его для данного случая. Древняя нравственная мера не подтверждает правильность любого личного желания и не является измеренным психологическим фактором.

3. Желаемое и должное — основание достоинства. Хиггинс, с. 320–321, описывает надежды и представленные обязанности; Кант, раздел II, отличает достоинство от относительной ценности. Связь позволяет не делать нравственное обращение зависимым от достижения каждого представленного ориентира. Ought у Хиггинса не удостоверяет нравственный долг, а кантовское достоинство не является эмпирической моделью эмоции.

4. Индивидуальное содержание — частный случай. В выбранных методических местах Хиггинса характеристики задаются индивидуально; Аристотель, переход II.7, подчёркивает значение конкретных случаев. Связь предостерегает от общего ярлыка без названного действия и ожидаемого качества. Исследовательский метод и практическое нравственное рассуждение не тождественны; статья не копирует анкету и не предлагает оценочного инструмента.

5. Достижимость — обоснование действия. Хиггинс, обсуждение на с. 335–336, оставляет открытыми вопросы достижимости и действия; Аристотель, II.6, рассматривает обстоятельства и действия, у которых нет правильной середины. Связь требует спрашивать, как направление переводится в поступок и допустим ли сам поступок. Умеренность цели не является доказанным средством изменения переживания; осуществимость не устанавливает нравственную правильность.

6. Несколько ориентиров — выбранные области. Хиггинс, с. 321–322, различает возможные требования и не приписывает каждому все ориентиры; Джеймс, с. 310, описывает выбор особенно значимых сторон себя. Связь помогает отличить одно незавершённое стремление от требования быть идеальным во всех ролях. Это авторское

рассуждение, не доказательство одинакового конфликта у всех и не обещание изменения чувств от называния требований.

Первоисточники

1. Э. Тори Хиггинс. *Self-Discrepancy: A Theory Relating Self and Affect*, *Psychological Review*, 94(3), 1987, 319–340. Первичный PDF на сайте авторского подразделения Columbia; аффилиация первой страницы — NYU, 1987. Прочитаны заголовок и аннотация, непрерывные выбранные определения на с. 320–322, отдельные методические и экспериментальные места, выбранное обсуждение конфликтующих ориентиров и непрерывное общее обсуждение на с. 335–337. Вся статья, все исследования и цитируемая лечебная литература не прочитаны. Ключевая цитата — точно обозначенный фрагмент на с. 321; русский перевод собственный. Теория и представленные данные не используются для индивидуального диагноза или обещания эффективности; анкета и система подсчёта не воспроизводятся.

2. Аристотель. *Nicomachean Ethics*, книга II, перевод W. D. Ross, MIT Internet Classics Archive. Прочитан заголовок и выбранный непрерывный текст конца II.4, II.5–6 и начала II.7, включая ограничения середины. Печатная дата перевода на этой странице не установлена; греческая сверка не выполнена. Эпиграф — точный фрагмент II.6 с собственным русским переводом. Рассуждение о добродетели не представлено психологическим исследованием или универсальным советом усреднять требования.

3. Уильям Джеймс. *The Principles of Psychology*, т. I, глава X, Henry Holt, 1890, английский оригинал в транскрипции York. Переиспользовано фактическое чтение этой рабочей сессии, прежде всего с. 310–312 о выбранных сторонах себя и притязаниях. Полная книга не прочитана. Новые прямые цитаты Джеймса здесь не используются, а его формула не перенесена в измерение теории Хиггинса.

4. Иммануил Кант. *Fundamental Principles of the Metaphysic of Morals*, английский перевод Thomas Kingsmill Abbott в Project Gutenberg 5682. Честно переиспользовано выбранное первичное чтение раздела II этой же сессии о целях, достоинстве и автономии. Всё произведение и немецкий оригинал не прочитаны. Используется ограниченный пересказ нравственного основания; психологическое ought-self не отождествляется с доказанным кантовским долгом.

Теги

образ себя, идеальное я, реальное я, ориентир, рост, притязания, Э. Тори Хиггинс, расхождение представлений, желаемое, должное, точка зрения, чужие ожидания, собственные ожидания, Аристотель, середина, конкретный случай, Уильям Джеймс, Иммануил Кант, достоинство, обучение, навык, незнание, обратная связь, профессиональная роль, достижимость, пределы обобщения, критерий, самопознание, отношение к себе, добровольная практика

Про авторов

Andrey Zarinsh — автор и основатель проекта United Wisdom. Исследует темы внутренней трансформации, единства традиций, межкультурного диалога и современной духовной дисциплины. Instagram: @andrey.zarinsh.

Maria Evilkut — соавтор United Wisdom. Помимо исследовательской работы, она стремится проверять эти идеи на практике и наблюдать, как принципы единства и взаимопонимания работают в реальной жизни между людьми и культурами. Instagram: @ilkutki.