

УДК 159.9

DOI: 10.34670/AR.2026.18.46.004

Чувство внутреннего достоинства как экзистенциально-психологическая характеристика личности

Распопин Евгений Владимирович

Кандидат психологических наук, доцент,
кафедра философии, психологии и гуманитарных дисциплин,
Уральский юридический институт МВД России,
620057, Российская Федерация, Екатеринбург, ул. Корепина, 66;
e-mail: ev73@mail.ru

Аннотация

В статье проводится психологический анализ чувства внутреннего достоинства как экзистенциально-психологической характеристики личности. Рассматривается определение понятия достоинства в смежных областях науки – этике, философии, юриспруденции. Выводятся его собственно психологические характеристики, такие, как чувство самоуважения, ощущения собственной ценности, веры в себя и внутренней силы человека. Также рассматриваются антиподы чувства внутреннего достоинства, вопросы его происхождения и развития, формы проявления чувства внутреннего достоинства в поступках и переживаниях человека. Особое внимание обращается на то, что чувство внутреннего достоинства неотделимо от уважения к другим людям, признания их достоинства как неотъемлемой части личности.

Для цитирования в научных исследованиях

Распопин Е.В. Чувство внутреннего достоинства как экзистенциально-психологическая характеристика личности // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2026. Т. 15. № 6А. С. 33-39. DOI: 10.34670/AR.2026.18.46.004

Ключевые слова

Чувство внутреннего достоинства, личность, самоуважение, психическое здоровье, экзистенциально-гуманистическая психология, самооценność, внутренняя сила, вера в себя.

Введение

Трудно переоценить ту роль и значение, которое играет в жизни человека чувство внутреннего достоинства. Как отмечал Р. Мэй, чувство достоинства, или чувство внутренней ценности, жизненно необходимо каждому психически здоровому человеку [Мэй, 2012]. В. Франкл определял чувство достоинства как особое качество, которое отличает собственно человеческое бытие [Frankl, 1988]. Вместе с тем, понятие достоинства нечасто становилось темой самостоятельного изучения в психологии; исключение здесь составляют, пожалуй, работы психологов экзистенциально-гуманистического направления. В связи с этим, целью данной работы выступило провести психологический анализ чувства внутреннего достоинства, рассмотреть его содержательные характеристики с позиции экзистенциально-гуманистического подхода.

Психологический анализ чувства внутреннего достоинства

Как было отмечено выше, достоинство редко становилось предметом психологического исследования. Чаще оно рассматривалось в качестве морально-этической, философской, юридической категории. Поэтому для того, чтобы выявить собственно психологическую составляющую этого понятия, представляется полезным вначале рассмотреть его определения в других областях науки.

Итак, с морально-этической точки зрения, достоинство – это понятие морального сознания, выражающее представление о ценности человека как нравственной личности. Также достоинство – это категория этики, которая означает особое моральное отношение человека к самому себе и отношение к нему со стороны общества, признающего его ценность [Словарь по этике, 1981]. Достоинство как моральная категория характеризует индивида как личность. С этой точки зрения достоинство человека определяется не его происхождением, богатством, образованием или социальным происхождением, а присущей ему как личности и гражданину свободой [Новая философская энциклопедия, 2010].

В юридическом плане достоинство рассматривается в качестве одного из нематериальных благ, принадлежащих человеку от рождения, а также как критерий отношения государства к личности и ее правовому статусу как высшей социальной ценности [Большой юридический словарь, 2001].

В современной философии подчеркивается понимание достоинства как характеристики человека с точки зрения его внутренней ценности. Отмечается, что субъективно достоинство представляет собой чувство самоуважения и выражается в ощущении человеком собственной значимости [Новая философская энциклопедия, 2010].

Как видно из этого определения, здесь появляется «привязка» достоинства человека к его внутренним чувствам и ощущениям, а именно, к чувству самоуважения. Акцентирование внимания на чувстве самоуважения можно встретить и в других определениях достоинства. Так, С. И. Ожегов определяет достоинство как совокупность высоких моральных качеств в человеке, а также уважение этих качеств в самом себе [Ожегов, 1989]. Согласно определению Т. Ф. Ефремовой, достоинство – это уважение к себе, сознание своих прав, своей значимости, а также независимость взглядов и суждений [Ефремова, 2000]. Д. Майерс определяет самоуважение как всеобъемлющую самооценку, или чувство собственного достоинства [Майерс, 2001]. Таким образом, чувство самоуважения позволяет выделить собственно психологическую

составляющую понятия человеческого достоинства и выступает в качестве одной из его ведущих, базовых характеристик.

Взгляд на достоинство с точки зрения чувств и внутренних состояний человека позволяет выделить еще ряд его психологических характеристик.

Прежде всего, это внутренняя сила человека, его сила быть. Эта сила принадлежит каждому человеку по праву его рождения. Она является источником его самоуважения и основой убеждения в том, что он значим для других людей.

От силы быть неотделима вера человека в себя, в свои силы и возможности. Эта вера вытекает из ощущения собственной ценности, которое передается человеку через любовь родителей, и проявляется позже в жизни человека как чувство собственного достоинства [Мэй, 2012].

Наконец, чувство достоинства – это то, что нередко приходится защищать и отстаивать. Такая необходимость возникает в ответ на ситуации унижения чувства внутреннего достоинства человека. В подобных ситуациях чувство достоинства способно обостряться до предела, и тогда человек готов отстаивать свои права, свободу, убеждения, свое «Я» до конца, не взирая на возможные последствия и потери. Именно в подобном упорстве и решимости защитить свое достоинство наиболее полно проявляются воля, мужество и та внутренняя сила человека, которую В. Франкл назвал упрямством духа [Frankl, 1988].

Таким образом, чувство достоинства представляет собой сплав самоуважения, ощущения собственной ценности, веры в себя и внутренней силы человека.

Теперь представляется необходимым рассмотреть, чем достоинство не является. Здесь можно выделить несколько основных моментов.

Во-первых, не является проявлениями чувства внутреннего достоинства и самоуважения завышенная самооценка, переходящая в избыточное самомнение. Напротив, избыточное самомнение – это, скорее, свидетельство внутренней пустоты и сомнений человека в своей ценности, которое он пытается компенсировать завышенным мнением о своих качествах и достоинствах. Во-вторых, не является проявлением достоинства мнимое смирение и самобичевание. Обличать самого себя – это самый простой способ получить определенное замещение ощущению своей ценности. Человек, который утратил ощущение собственной значимости, часто испытывает сильную потребность обличать себя, так как это помогает ему скрыть сильную боль, связанную с ощущением собственной ничтожности. Он как бы пытается привлечь к себе внимание, показать, насколько он значим, раз ему приходится выносить такие страдания. На самом же деле, самобичевание, равно как и самомнение, говорят, скорее, о лицемерии и тщеславии, которые призваны замаскировать сомнения в своей компетентности. Подобные проявления Р. Мэй определяет как суррогаты самоуважения [Мэй, 2012]. В-третьих, достоинство – это не «индальгенция», дающая человеку право на защиту собственного самоуважения в ущерб самоуважению других людей. Обладать чувством собственного достоинства – значит, вести себя достойно и по отношению к себе, и по отношению к окружающим. Хотя, к сожалению, бывает так, что человек позволяет себе пренебрегать интересами и правами окружающих, но изменить свое поведение, например, принести извинения или исправить допущенные ошибки, считает «ниже своего достоинства». В действительности же такое поведение является проявлением эгоизма и не имеет с достоинством ничего общего. Поэтому можно утверждать, что человек, имеющий чувство собственного достоинства, в равной степени признает это чувство и в других людях. Наконец, достоинство – это не чувство обиды, возникающее в ответ на унижение. Конечно, унижение способно вызвать

в человеке обиду, но обида – это «тупиковое» чувство, оно порождает лишь жалость к себе, что не способствует сохранению самоуважения. Достоинство же означает решение человека сохранить свое самоуважение, но не благодаря обиде и унижению, а вопреки им.

Количественно достоинство можно определить как уровень моральных требований, которые человек предъявляет к себе, и ниже которого он опуститься не может. Причем этот порог должен быть достаточно высоким; опуститься ниже этого порога означает утратить чувство собственного достоинства. Поэтому иметь достоинство, обладать достоинством – это труд, требующий определенных усилий. Причем этот труд тем более сложный, что он требует каждодневного участия. Вспомнить и заявить о своем достоинстве от случая к случаю, когда в моменте это может быть выгодно человеку – это, скорее, относится к «суррогатам» достоинства, о которых речь шла выше.

Следующий важный вопрос – о происхождении и развитии чувства внутреннего достоинства. Безусловно, основы самоуважения и достоинства человека закладываются в детстве, через любовь и принятие родителей. Нет ничего более весомого для того, чтобы ощутить свою ценность, чем принятие со стороны самых близких людей. Равно как нет ничего более весомого для того, чтобы убедиться в своей малоценности и бесполезности, чем отвержение и пренебрежение с их стороны.

Вместе с тем, самоуважение зависит не только от того, как оценивают человека окружающие, но и от того, насколько он сам способен добиваться своих целей. Человек тогда начинает по-настоящему уважать себя, когда берется за решение сложных, но посильных задач, и добивается успеха. В результате, люди с чувством собственного достоинства более счастливы, менее невротичны, меньше страдают от болезней, менее склонны к алкоголизму и наркомании, более стойко переносят неудачи [Майерс, 2001].

Чувство внутреннего достоинства может выражаться в двух формах: позитивной (самопринятие) и негативной (протест).

Позитивная форма заключается в здоровом и адекватном переживании человеком чувства гордости, уверенности в себе и самоуважения в связи со своими личными качествами, успехами, достижениями, и, главное, просто в связи с тем, что он – человек. Пожалуй, для этого вовсе не обязательно быть исключительной личностью, обладающей необычайными качествами и характеристиками, которыми можно безмерно гордиться. Скорее, здесь речь идет о той степени самоуважения, при которой человек чувствует себя полноценной личностью, когда он уверен в своей личностной и социальной состоятельности. Во внутриличностном плане позитивная форма проявления достоинства переживается как ощущение соответствия тем требованиям, которые человек предъявляет к самому. В межличностном плане это выражается в уважении к достоинству другого человека.

Негативная форма представляет собой реакцию на такие события, когда чувство достоинства оказывается под угрозой. В этом случае проявление достоинства – это протест против несправедливости, унижения, нарушения прав человека и т.д. К сожалению, парадокс достоинства заключается в том, что человек нередко забывает о нем в своей повседневной жизни и вспоминает лишь в критических ситуациях. Но нередко именно в таких ситуациях чувство внутреннего достоинства (точнее, уязвленное чувство внутреннего достоинства) проявляется с наибольшей силой.

В пределах этот протест способен принимать форму максимы, согласно которой человеку, который не способен продолжать гордую, достойную жизнь, следует выбрать гордую и достойную смерть [Ницше, 2013]. Но чаще этот протест принимает менее экстремальную форму

– форму ненависти и негодования. Как отмечает Р. Мэй, зачастую эти чувства – единственная возможность, позволяющая человеку удержаться от духовного, психологического и, в пределе, физического саморазрушения. Здоровая функция ненависти и негодования – сохранение чувства собственного достоинства, самоуважения и своей идентичности, когда человек, даже признавая свое поражение, сохраняет за собой право ненавидеть своих обидчиков [Мэй, 2012]. Эти чувства можно наблюдать не только в критической ситуации отдельно взятого человека, но и в судьбе целых народов, когда ложь, обман, уничтожение прав и свобод граждан со стороны властей приводили к социальным взрывам, вспышкам ярости и насилия. Поэтому чувство достоинства можно сравнить с пороховым зарядом: если относиться к нему с уважением, то и оно отвечает взаимностью. Но если систематически топтать и унижать его, то даже самое покорное и мушпрованное существо в конечном итоге способно «взорваться» и обрушить накопившийся гнев и обиду на своих обидчиков.

В связи с этим, здесь возникает еще один важный вопрос, а именно: можно ли «лишить» человека чувства достоинства, и бывают ли люди, не имеющие или утратившие его?

Отвечая на этот вопрос, необходимо отметить, что в ответ на систематическое унижение у человека могут развиваться столь выраженные апатия, отупение и безразличие, когда кажется, что в нем не осталось вообще ничего человеческого. Такое безразличие делает человека менее чувствительным к моральной и физической боли, помогает ему легче переносить унижение. Но, как отмечает В. Франкл, даже при всей апатии и приглушенности чувств человек все-таки остается способен на вспышку гнева и возмущения [Frankl, 2010]. В такие моменты душевная боль, возмущение против несправедливости, тяжесть презрения, которым сопровождается унижение – все это сливается воедино и заставляет человека пожертвовать всем, что у него есть, ради того, чтобы хоть на миг заявить о себе, о своих правах, о своих чувствах. Возможно, вслед за этой вспышкой последует незамедлительная расплата. Но также может быть, что именно в этот миг человек будет по-настоящему свободен и проживет этот миг так полно, как никогда не жил до этого и не будет жить после.

Вообще, достоинство – не вещь, не предмет, и никто не в силах забрать его насильно. Как отмечает В. Франкл, даже в самых тяжелых жизненных обстоятельствах у человека есть возможность сделать выбор в пользу того, чтобы остаться человеком, сохранить свою внутреннюю свободу и достоинство [Frankl, 2010]. Но это же означает, что у него есть возможность сделать выбор и в пользу обратного: человек может сам отказаться от своего достоинства, так же, как и от других своих человеческих качеств – гордости, честности, порядочности и т.д. Это связано с тем, что не каждый испытывает внутреннюю потребность вести себя достойно по отношению к самому себе и другим людям. Не каждый стремится обладать тем, что больше требует от него, чем дает взамен. Наконец, не каждый намерен защищать и отстаивать чувство собственного достоинства: у кого-то недостаточно для этого сил, а кто-то просто не видит в этом смысла.

И, в завершении, остается отметить, что достоинство не имеет классовой или социальной принадлежности, оно является сугубо личным достоянием, лежащим вне рамок национальных, политических, идеологических и прочих внешних систем координат. Ученый, которого незаслуженно обвинили в присвоении себе чужих идей, представитель этнической группы, которому поставили в укор его национальную принадлежность, или бездомный, которого ударили по лицу за то, что он просил милостыню – все эти люди способны испытать возмущение против несправедливости. Возможно, по разным причинам они не покажут этого – кто-то из гордости, а кто-то из ощущения бесполезности, но это еще не значит, что у них нет чувства

самоуважения и достоинства. Скорее, это позволяет расширить представления о формах проявления достоинства и выделить еще две его формы – открытую и скрытую.

Открытая форма проявления достоинства уже была описана выше. Она представляет собой непосредственное выражение чувств, будь то бунт и протест против несправедливости, или же открыто выражаемая потребность в самоуважении и уважении со стороны окружающих. Что же касается скрытой формы, то она имеет место тогда, когда человек испытывает те или иные чувства, связанные с потребностью в самоуважении, но не имеет возможности или желания проявить их вовне. Он переживает, но делает это молча, в то время как за его молчанием скрываются чувство собственной значимости, либо гнева и возмущения.

Заключение

Таким образом, чувство внутреннего достоинства – это важный аспект психического здоровья человека, представляющий собой сплав самоуважения, ощущения собственной ценности, веры в себя и внутренней силы человека. Это то, что помогает человеку оставаться самим собой в трудных жизненных испытаниях. Но также достоинство – это то, что требует каждодневного труда, воли, а нередко и мужества. Подводя итог, можно сказать, что чувство внутреннего достоинства – это требование быть человеком, которое человек сам ставит перед самим собой.

Библиография

1. Большой юридический словарь / под ред. А.Я. Сухарева, В.Е. Крутских. М.: Инфра-М, 2001. 704 с.
2. Ефремова Т.Ф. Новый словарь русского языка (толково-словообразовательный). М.: Дрофа: Русский язык, 2000. 1233 с.
3. Майерс Д. Социальная психология. СПб.: Питер, 2001. 752 с.
4. Мэй Р. Сила и невинность. М.: Вентаж, 2012. 224 с.
5. Мэй Р. Человек в поисках себя. М.: Институт общегуманитарных исследований, 2012. 224 с.
6. Ницше Ф. Падение кумиров. СПб.: Лениздат, 2013. 224 с.
7. Новая философская энциклопедия: в 4 т. / Институт философии РАН. М.: Мысль, 2010. Т. 1. 744 с.
8. Ожегов С.И. Словарь русского языка. М.: Русский язык, 1989. 750 с.
9. Словарь по этике / под ред. И.С. Кона. М.: Политиздат, 1981. 430 с.
10. Frankl V.E. Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn: Eine Auswahl aus dem Gesamtwerk. München; Zürich: Piper, 1988. 291 p.
11. Frankl V.E. ...trotzdem Ja zum Leben sagen: Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager. Neuausgabe mit einem Vorwort von Ariadne von Schirach. München: Kösel-Verlag, 2010. 192 p.

The Sense of Inner Dignity as an Existential-Psychological Characteristic of the Personality

Evgenii V. Raspopin

PhD in Psychology, Associate Professor,
Department of Philosophy, Psychology and Humanitarian Disciplines,
Ural Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia,
620057, 66, Korepina str., Yekaterinburg, Russian Federation;
e-mail: ev73@mail.ru

Abstract

The article provides a psychological analysis of the sense of inner dignity as an existential-psychological characteristic of the personality. The definition of the concept of dignity in related fields of science – ethics, philosophy, and jurisprudence – is examined. Its proper psychological characteristics are derived, such as the sense of self-respect, the feeling of one's own value, self-belief, and the inner strength of a person. The antipodes of the sense of inner dignity, the issues of its origin and development, and the forms of manifestation of the sense of inner dignity in a person's actions and experiences are also considered. Particular attention is drawn to the fact that the sense of inner dignity is inseparable from respect for other people and the recognition of their dignity as an integral part of the personality.

For citation

Raspopin E.V. (2026) Chuvstvo vnutrennego dostoinstva kak ekzistentsial'no-psikhologicheskaya kharakteristika lichnosti [The Sense of Inner Dignity as an Existential-Psychological Characteristic of the Personality]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 15 (6A), pp. 33-39. DOI: 10.34670/AR.2026.18.46.004

Keywords

Sense of inner dignity, personality, self-respect, mental health, existential-humanistic psychology, self-worth, inner strength, self-belief.

References

1. Efremova, T. F. (2000). *Novyy slovar' russkogo yazyka (tolkovo-slovoobrazovatel'nyy)* [New dictionary of the Russian language (explanatory and word-forming)]. Drofa: Russkiy yazyk.
2. Frankl, V. E. (1988). *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn: Eine Auswahl aus dem Gesamtwerk* [Man before the question of meaning: A selection from the complete works]. Piper.
3. Frankl, V. E. (2010). *...trotzdem Ja zum Leben sagen: Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager* [...nevertheless say yes to life: A psychologist experiences the concentration camp]. Kösel-Verlag.
4. Kon, I. S. (Ed.). (1981). *Slovar' po etike* [Dictionary of ethics]. Politizdat.
5. May, R. (2012a). *Sila i nevinnost'* [Strength and innocence]. Vintage.
6. May, R. (2012b). *Chelovek v poiskakh sebya* [A man in search of himself]. Institute of General Humanitarian Research.
7. Myers, D. (2001). *Sotsial'naya psikhologiya* [Social psychology]. Piter.
8. Nietzsche, F. (2013). *Padeniye kumirov* [The fall of idols]. Lenizdat.
9. Ozhegov, S. I. (1989). *Slovar' russkogo yazyka* [Dictionary of the Russian language]. Russkiy yazyk.
10. Sukharev, A. Ya., & Krutskikh, V. E. (Eds.). (2001). *Bol'shoy yuridicheskiy slovar'* [A large legal dictionary]. Infra-M.
11. *The New Philosophical Encyclopedia*. (2010). (Vol. 1). Institute of Philosophy of the Russian Academy of Sciences. Mysl.