

6. Malimon L. Ya. Teoretyko-metodolohichni zasady doslidzhennia problemy obdarovanosti u psykhologii [Tekst] / L. Ya. Malimon // Formuvannia ta rozvytok tvorchykh zdibnostei ditei ta uchnivskoi molodi v kreatyvnomu osvithnomu sotsiumi: zbirn. materialiv nauk.-prakt. konf. – Sumy, 2008. – S. 356–363.
7. Matiushkyn A. M. Zahadky odarennosti: problema praktycheskoi dyahnostyky [Tekst] / A. M. Matiushkyn. – M.: Shkola press, 1993. – 127 s.
8. Rohov E. Y. Nastolnaia knyha praktycheskoho psykhologa [Tekst]: ucheb. posob. / E. Y. Rohov. – V 2 kn. – Kn. 1: Systema raboty psykhologa s detmy raznogo vozrasta. – 2-e yzd., pererab. y dop. – M.: Humanyt. yzd. tsentr VLADOS, 1999. – 384 s.
9. Tunyk E. E. Modyfytsyrovannye kreatyvnye testy Vyliamsa [Tekst] / E. E. Tunyk. – SPb.: Rech, 2003. – 96 s.
10. Tunyk E. E. Dyahnostyka kreatyvnosti. Test Torrensa. Metodicheskoe rukovodstvo [Tekst] / E. E. Tunyk. – SPb.: Ymaton, 1998. – 171 s.
11. Kholodnaia M. A. Psykhologhyia yntellekta: Paradoksy yssledovaniia [Tekst] / M. A. Kholodnaia. – 2-e yzd., pererab. y dop. – SPb.: Pyter, 2002. – 272 s.
12. Shadrykov V. D. Sposobnosti, odarennost, talant [Tekst] / otv. red. V. N. Druzhynyn, V. D. Shadrykov // Razvytye y dyahnostyka sposobnostei. – M.: Nauka, 1991. – S. 11–17.
13. Shcheblanova E. Y. Psykhologhycheskaia dyahnostyka odarennosti shkolnykov [Tekst] / E. Y. Shcheblanova. – M.: Yzd-vo Moskovskoho psykhologo-sotsyalnogo ynstytuta. – Voronezh: Yzd-vo NPO «MODEK», 2004. – 368 s.

УДК 159.923.2

*Вероніка Годонюк,
м. Київ*

САМОТВЕРДЖЕННЯ ТА ЙОГО ЗВ'ЯЗОК З РІВНЕМ ДОМАГАНЬ ОСОБИСТОСТІ

В статъе осуцествлен теоретический анализ связи проблемы самоутверждения с уровнем притязаний личности. Рассмотрена классификация уровня притязаний личности в зависимости от цели субъекта. Исследованы разные типы отклонений в процессе формирования цели субъекта. Проведен анализ влияния самооценки на уровень притязаний личности и на процесс ее самоутверждения. Изучена взаимосвязь между успехом, неудачей и уровнем притязаний личности. Даны практические рекомендации коррекции уровня притязаний личности в зависимости от ситуации.

Ключевые слова: *уровень притязаний личности, самоутверждение, самооценка, самовыражение, цель, успех, неудача.*

In this article we have made the theoretical analysis of the connection of the self-affirmation problem with the level of individual's aspiration. The classification of this level has been identified according to the goal of an individual. Different types of deviation have been examined during the formation of an individual's goal. The analysis of influence of self-esteem on the level of individual's aspiration and the procedure of self-affirmation has been made. The correlation between success, failure and the level of individual's aspiration has been studied. The practical recommendations for increasing and decreasing level of an individual's aspiration are given in this article according to various situations.

Key words: *level of individual's aspiration, self-affirmation, self-esteem, self-expression, goal, success, failure.*

Рівень домагань є однією з характеристик особистості, що визначає ступінь складності задач, які людина ставить перед собою. Вона є динамічною структурою, існуючи не окремо, а розвиваючись під впливом самооцінки, схильності до ризику, мотивації на досягнення успіху тощо. Одне із головних завдань психології – формування всебічно розвиненої особистості, здатної адекватно сприймати зміни у суспільному житті, проявляти свідому активність, спрямовану на використання внутрішнього потенціалу відповідно до зовнішніх умов.

Розв'язання цих проблем неможливе без детального вивчення рівня домагань, розвитку особистості у процесі онтогенезу, впливу зовнішніх та внутрішніх факторів на його становлення. Проблема формування рівня домагань є актуальною у зв'язку із самоствердженням та самооцінюванням, розв'язання яких потребує виявлення складних структурних та функціональних взаємозв'язків під час процесу особистісної індивідуалізації.

Існує значна кількість праць зарубіжних та вітчизняних дослідників, присвячених проблемі рівня домагань особистості. Особливий внесок у вивчення цієї проблеми зробили такі вчені, як: Ф. Хоппе, К. Левін, Л. Бороздіна, В. Мерлін, В. Мясіщев, Л. Божович, Л. Обухова [1; 3; 7]. Незважаючи на те, що існує певна кількість теоретичного матеріалу з вивчення цієї проблеми, питання зв'язку самоствердження з рівнем домагань особистості залишається недостатньо дослідженим. У вітчизняній психології більшість досліджень, які безпосередньо чи опосередковано вивчали зв'язок рівня домагань та самоствердження, зосереджено на окремих вікових періодах, а також пов'язано з рівнем оцінювання особистістю можливостей, розвитком діяльності спілкування, саморегуляції та зі становленням індивідуальних особистісних та соціально-психологічних особливостей.

У цих працях наголошується, що від характеру рівня домагань залежить розвиток особистості, її здатність до саморегуляції. Доведено, що невміння правильно співвідносити можливості з дійсністю, рівень власних домагань з реальними результатами діяльності призводить до негативних наслідків: виникнення афекту неадекватності, розвитку підвищеної тривожності, порушення у спілкуванні.

Метою статті є теоретичне дослідження самоствердження та обґрунтування його зв'язку з рівнем домагань особистості, а також надання практичних рекомендацій корекції рівня домагань особистості залежно від ситуації.

Однією з фундаментальних потреб особистості є потреба у самостверженні – прагнення реалізувати себе, досягти певних результатів у діяльності, поведінці, взаємодії з оточуючими, отримати схвалення оточуючих.

Самоствердження (англ. *self-affirmation*) – це поведінка людини, зумовлена бажанням підвищити самооцінку або підтримати певний громадський статус у суспільстві. Феномен самоствердження особистості довгий час розглядався як філософська проблема і лише у ХХ ст. перейшов із галузі філософії до психології, де було сформовано науково-теоретичну проблему самоствердження.

Серед особових детермінант самоствердження, провідну роль відіграє система цінностей особистості та зумовлений нею рівень домагань, що виступає відносно самостійним регулятором поведінки особистості. Рівень домагань, як психологічна проблема, вперше було експериментально вивчено у 20-х рр. ХХ ст. Ф. Хоппе під керівництвом німецького психолога К. Левіна. У дослідженні було доведено, що вибір задачі, яку ставить перед собою людина, визначається труднощами у процесі розв'язання того чи іншого завдання: успіх сприяє вибору більш важких завдань та підвищенню рівня домагань, а невдачі спонукають до вибору легких завдань та знижують їхній рівень домагань. Також було з'ясовано, що респонденти можуть бути мотивовані на досягнення успіху

або уникнення невдач. Якщо їм доводиться здійснювати вибір між завданнями різного рівня складності, одні обирають простіші, а інші – важчі. Перші виконують так, тому що переконані у досягненні успіху, оскільки елемент ризику мінімальний, а другі – тому що невдача у такому випадку буде виправдана винятковими труднощами завдання, при цьому самолюбство не буде ураженим. Експерименти Ф. Хоппе та інших дослідників дозволили виявити таку закономірність: особистість встановлює власний рівень домагань між різним рівнем складності завдань та метою, таким чином, щоб зберегти на належному рівні власну самооцінку [6].

Відомий німецький психолог К. Левін застосовував термін «домагання» відносно життєвої мети суб'єкта. Таким чином, термін «домагання» отримує широке значення мети суб'єкта, а рівень домагань є показником труднощів досягнення індивідом поставленої мети [7].

Аналізуючи визначення рівня домагань особистості, що належать різним вченим, Л. Бороздіна зазначає, що в них підкреслюються окремі аспекти і, як наслідок, термін набуває безлічі варіативних значень, що сприяє неоднозначності розуміння цього феномена [2].

Зміст домагань особистості визначається системою її професійних, моральних, естетичних, правових, політичних та інших цінностей, а їхній рівень і характер – самооцінкою особистості. Домагання особистості визначають спрямованість поведінки, тобто предметні галузі професійного, соціального, особистого життя та діяльності, за яких людина певним чином проявляє та стверджує себе. Рівень та характер домагань впливають на стан мети самоствердження та на обрання способів і засобів її досягнення.

У процесі інтеграції домагання набувають форми досить стійких психічних утворень, що впливають на психологічну готовність особистості до певної поведінки самоствердження у професійній, соціальній чи іншій галузі. Тому рівень домагань впливає на формування потреби особистості у самоствердженні, зумовлюючи його мету, способи та засоби досягнення. У одному із значень самоствердження є процесом і засобом реалізації домагань особистості за певних умов життєдіяльності. Отже, знання змісту, рівня та характеру домагань особистості дозволяє прогнозувати поведінку самоствердження за різних обставин. Разом з тим, домагання особистості виступають одним з механізмів її поведінки самоствердження.

Важливими *внутрішніми факторами*, що впливають на становлення рівня домагань є: властивості темпераменту, емоційна стійкість, сила нервової системи, рівень тривожності, інтелектуальні характеристики, стать тощо. Серед *зовнішніх факторів* значний вплив мають сімейні обставини, кількість дітей у родині, характер реагування на успіх або невдачу батьків, учителів, оточуючих.

Домагання особистості можуть по різному відповідати можливостям людини: бути адекватними, завищеними або заниженими, що визначає характер її взаємодії з соціальним оточенням. Домагання особистості впливають на її ставлення до тієї чи іншої діяльності, оточуючих людей, а також на особливості сприйняття навколишнім середовищем. У поведінці людей із завищеним рівнем домагань проявляється самовпевненість, конфронтація з тими, хто не згоден в оцінюваннях, судженнях, думках. Така категорія людей частіше негативно відноситься до товаришів, особливо, займаючи керівні посади. Їх важко переконати. Нерідко вони змінюють думку, завдяки власному досвіду, але не завжди швидко. Люди із завищеним рівнем домагань є самокритичними, тому, оцінюючи інших, проявляють категоричність, хоча і не завжди обгрунтовано. Маючи труднощі з поведінкою самоствердження, вони шукають причини у соціальному оточенні, збігу обставин, але не в собі та власних діях і поведінці.

Для людини із заниженим рівнем домагань характерною є невпевненість у власних силах, можливостях, а іноді сором'язливість під час спілкування з іншими і, навіть, замкненість. У власній діяльності вона частіше орієнтується на думку оточуючих та старших людей. У процесі розв'язання завдань, виконання доручень вона проявляє старанність, але нерідко буває пасивною. До товаришів і у колективі така людина є уважною, тактовною, дбайливою, але її легко образити. У власній неуспішності в соціумі людина звинувачує себе. Людям, не впевненим у собі, зі заниженим рівнем домагань, властивою є нестійка поведінка. Серед них часто зустрічаються особистості, які легко піддаються зовнішньому впливу, настрою. Вони занадто обережні у власних діях та вчинках. Займаючи положення у колективі вище за власні можливості, деякі з них прагнуть добровільно поступитися посадою. Такі люди невпевнено виконують завдання та іноді ухиляються від власних функціональних обов'язків. Занижений рівень домагань не лише знижує успішність реалізації самоствердження, але й стає перепорою на шляху до всебічного розвитку особистості.

Термін «внутрішнє протиріччя» (inner discrepancy) було введено для позначення суб'єктивної дистанції між актуальною метою (рівень домагань у певний момент) та ідеальною. Невідповідність між актуальною метою (action goal) та рівнем очікувань від досягнення мети (level of the expected performance) було позначено як «невідповідність мета–очікування» (goal–expectation discrepancy). Таким чином, невідповідність рівня домагань різним рівням реальності слугує для психологів показником процесу постановки мети особистістю.

Особливу увагу необхідно звернути на вивчення рівня домагань як показника самооцінки особистості. Відповідність самооцінки можливостям людини та рівню її домагань продукує гармонійну особистість, яка сприймає себе такою, якою вона є, а також вирізняється серед інших внутрішнім комфортом. Невідповідність показників самооцінки рівню домагань людини, викликає внутрішній дискомфорт, напруженість та зростання агресивності.

Прагнення підвищити самооцінку може реалізовуватися двома способами. У випадку успіху рівень домагань людини підвищується, вона виявляє готовність розв'язувати складніші завдання, а у випадку невдачі – рівень домагань знижується. Поведінка тих людей, які прагнуть до успіху, і тих, хто намагається уникнути невдач, істотно відрізняється. Люди, мотивовані на успіх ставлять перед собою високу мету, досягнення якої вважатиметься вдачею. Вони активно долучаються до діяльності, обирають відповідні засоби та методи для того, щоб швидше її досягти.

Протилежну позицію займають люди, мотивовані на уникнення невдач. Мета їхньої діяльності не досягти успіху, а уникнути невдачі. Такі люди невпевнені у собі, зневірені у можливості досягнення успіху, побоюються критики. Професійна діяльність, що передбачає невдачу, викликає у них негативні емоційні переживання, тому людина не відчуває задоволення від власної діяльності, уникає її. У результаті вона виявляється зазвичай не переможцем, а переможеною. Таких людей нерідко називають «невдахами».

Важливою психологічною особливістю, що впливає на досягнення людиною успіху, є вимоги, які вони висувають до себе. Той, хто висуває до себе високі вимоги, більше намагається досягти успіху, ніж той, чиї вимоги до себе невисокі. Значну роль у досягненні успіху людиною відіграють уявлення про власні здібності, як такі, що є необхідними для розв'язання певної задачі. Психологами встановлено факт, що люди, які мають високий рівень уявлень про себе та власні здібності, у разі невдачі переживають менше, ніж ті, хто вважають, що відповідний хист у них є слабо розвиненим. Психологи зробили висновок, що особистість встановлює рівень власних домагань між важкими і легкими завданнями та метою так, щоб зберегти самооцінку на належному рівні. Формування

рівня домагань визначається не лише передбаченням успіху або невдачі, але й врахуванням та оцінюванням минулих успіхів та невдач. У цілому для людей характерно певне завищення власних здібностей, приписування унікальності, несхожості на інших.

Формування рівня домагань визначається не лише передбаченням успіху або невдачі, але тверезим, а іноді невиразно усвідомлюваним образом та оцінюванням минулих успіхів та невдач. Постійні невдачі можуть призвести до загального зниження самооцінки, що супроводжується важкими емоційними зривами та конфліктами. Способи підвищення рівня домагань різні і залежать від індивідуальних особливостей людини, реальних можливостей оточуючих тощо. Наприклад, це допомога з боку науково-педагогічного працівника, фахівця або керівника, а також будь-які прийоми створення перспективи для особистості. Ці перспективи можуть бути виявлені спочатку в іншій сфері, що непов'язана з тією, де виникають невдачі. Створена активність переходить на сферу, де необхідно підвищити рівень домагань особистості та відновити самооцінювання, що знизилося.

Дбайливе та поважне відношення до людської особистості, врахування індивідуальних особливостей надають можливість знайти стратегію індивідуальної діяльності з людиною. Ця діяльність сприятиме пробудженню самоповаги та впевненості у власних можливостях, підвищенню самооцінювання та конструктивному самоствердженню. Рівень домагань впливає на формування потреби особистості у самоствердженні, зумовлюючи мету, способи та засоби її досягнення. Вміння визначити характер рівня домагань особистості дає змогу прогнозувати та корегувати поведінку самоствердження людини.

Однак бувають випадки коли важливо знизити рівень домагань особистості. Необхідність розв'язання цього завдання визначається не лише обставиною, що людина з невинувато завищеним рівнем домагань негативно сприймається у будь-якому колективі, але і тому, що завищений рівень домагань, багаторазово вступаючи у протиріччя з реальними невдачами, породжує гострі емоційні конфлікти. Нерідко особистість виявляє упертість, вразливість, поводить неадекватно, «прикривається» маскою успішної та задоволеної людини, прагне звинуватити оточуючих у власних невдачах, стаючи підозрілою, озлобленою, агресивною. За частих повторень такі психічні стани закріплюються, як стійкі риси характеру. Цю проблему необхідно діагностувати на ранніх стадіях, щоб завищений рівень домагань не став причиною згубної поведінки, що спричинить зниження або завищення самооцінки особистості.

Таким чином, рівень домагань визначається ступенем складності тих завдань, що особистість ставить перед собою. Він може бути адекватним (реалістичним) або неадекватним (нереалістичним). Люди, які володіють реалістичним рівнем домагань, відрізняються впевненістю у власних силах, наполегливістю щодо досягнення мети, більшим рівнем продуктивності, а також критичністю в оцінюванні досягнутого. Неадекватність самооцінювання може призвести до нереалістичного рівня домагань (завищеного або заниженого). У поведінці це виявляється під час вибору важких або легких цілей у підвищеній тривожності, непевності у власних силах, тенденції уникати ситуації змагання, некритичності в оцінці досягнутого, помилковості прогнозу тощо.

Від рівня домагань особистості залежить її успішність та самореалізація у навчанні та діяльності, реалізація цілей, які вона ставить перед собою та стратегії їх досягнення. Комплекс знань про характер рівня домагань людини надає можливість прогнозувати особливості її діяльності у навчальній та професійній сферах.

Формування рівня домагань визначається не лише передбаченням успіху або невдачі, але невиразно усвідомлюваним образом та оцінюванням минулих успіхів і невдач. Дослідження рівня домагань дозволяють краще зрозуміти мотивацію поведінки людини та здійснювати вплив, що формує кращі якості особистості. В одних випадках важливою стає задача підвищення рівня домагань особистості, а в інших – його

зниження. Для реалізації превентивних заходів у боротьбі з девіантною поведінкою за формування рівня домагань особистості, що визначається вмінням ставити перед собою мету та досягати її, необхідно звернути увагу на показники самооцінки та самоствердження людини. Бажання ствердити себе у соціумі, підкреслити індивідуальність, розкрити внутрішнє «Я», властиве кожному.

Які способи самоствердження обере для себе людина залежить від рівня її самооцінювання. Маючи завищену самооцінку, людина може самостверджуватись через перемогу над іншими, що призводить до конфронтації двох «Я» – *реального* та *ідеального*. Тому у такої особистості складеться ситуація високої вірогідності формування неадекватного рівня домагань, що позначиться у невмінні ставити перед та обирати конструктивні засоби реалізації.

Таким чином, важливою потребою у самоствердженні є прагнення особистості підвищити самооцінювання. Рівень домагань виступає регулятором поведінки особистості, впливаючи на стан мети самоствердження, обрання тимчасових параметрів, способів та засобів її досягнення. Знання змісту та характеру рівня домагань особистості дозволяє прогнозувати поведінку самоствердження за будь-яких обставин. Цей аспект самоствердження та зв'язку з рівнем домагань особистості становить інтерес для психологічної науки та потребує більш детального вивчення.

Використані літературні джерела

1. Божович Л. И. Проблемы формирования личности [Текст] / Л. И. Божович. – М.: Изд-во «Институт практической психологии», 1997. – 352 с.
2. Бороздина Л. В., Видинская Л. Н. Притязания и самооценка [Текст] / Л. В. Бороздина, Л. Н. Видинская. – М.: Изд-во МГУ, 1996. – 312 с.
3. Мерлин В. С. Проблемы экспериментальной психологии личности [Текст] / В. С. Мерлин. – Пермь, 1970. – Вып. 6.
4. Мясцев В. Н. Проблема личности и ее роль в вопросах соотношения психологии и психофизиологии [Текст] / В. Н. Мясцев // Исследование личности в клинике и экстремальных условиях. – Л., 1969. – С. 37–54.
5. Чопик С. В. Рівень домагань як психологічна детермінанта особистісного розвитку молодшого школяра [Текст] / С. В. Чопик: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07, 2012. – 20 с.
6. Hoppe F. Erfolg und Misserfolg // Psychol. – Forsch., 1930, Bd. 14. – 162 p.
7. Lewin K. Dynamic theory of personality: Selected Papers. – NY., 1975. – 286 p.

Bibliography

1. Bozhovych L. Y. Problemy formirovaniya lychnosti [Tekst] / L. Y. Bozhovych. – M.: Yzd-vo «Ynstytut praktycheskoi psykholohyy», 1997. – 352 s.
2. Borozdyna L. V., Vydynskaia L. N. Prytiazaniya y samoosenka [Tekst] / L. V. Borozdyna, L. N. Vydynskaia. – M.: Yzdatelstvo MNU, 1996. – 312 s.
3. Merlyn V. S. Problemy eksperymentalnoi psykholohyy lychnosti [Tekst] / V. S. Merlyn. – Perm, 1970. – Vyp. 6.
4. Miasyshchev V. N. Problema lychnosti y ee rol v voprosakh sootnosheniya psykholohyy y psykhoфизиологii [Text] / V. N. Miashchev // Yssledovanye lychnosti v klynyke y ekstremalnykh uslovyakh. – L., 1969. – S. 37–54.
5. Chopyk S. V. Riven domahan yak psykholohichna determinanta osobystisnoho rozvytku molodshoho shkoliara [Tekst] / S. V. Chopyk: avtoref. dys. ... kand. psykhol. nauk: 19.00.07, 2012. – 20 s.
6. Hoppe F. Erfolg und Misserfolg [Text]// Psychol. – Forsch., 1930, Bd. 14. – 162 p.
7. Lewin K. Dynamic theory of personality: Selected Papers. – NY., 1975. – 286 p.