

Р. С. Кулаков

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ СТАНОВЛЕННЯ САМООЦІНКИ ТА РІВНЯ ДОМАГАНЬ ЯК ОСНОВНИХ КОНСТРУКТІВ САМОСВІДОМОСТІ В ПРОЦЕСІ ОСОБИСТІСНОГО ЗРОСТАННЯ

У статті висвітлюється проблема становлення самооцінки та рівня домагань як особистісних конструктів самосвідомості особистості. На основі досліджень вітчизняних та зарубіжних вчених встановлено значущість варіативності та гнучкості взаємозв'язку самооцінки й рівня домагань у розвитку особистості, її активності та цілеспрямованості. Зазначено, що закономірності функціонального перебігу самооцінки й рівня домагань людини визначають можливості розведення в часі ідеальної, загальної та актуальної цілі. Означене вище положення забезпечує особистості можливість об'єктивно оцінювати ситуацію, побачити її у розгорнутій часовій перспективі і віднайти можливість постановки реальних цілей при виборі майбутньої професії.

Ключові слова: самосвідомість, самооцінка, рівень домагань, активність, мотивація, досягнення.

В статье освещается проблема становления самооценки и уровня притязаний как личностных конструктов самосознания личности. На основе исследований отечественных и зарубежных ученых установлено значимость вариативности и гибкости взаимосвязи самооценки и уровня притязаний в развитии личности, ее активности и целеустремленности. Отмечено, что закономерности функционального изменения самооценки и уровня притязаний человека определяют возможности разведения во времени идеальной, общей и актуальной цели. Указанное выше положение обеспечивает личности возможность объективно оценивать ситуацию, увидеть ее в развернутой временной перспективе и найти возможность постановки реальных целей при выборе будущей профессии.

Ключевые слова: самосознание, самооценка, уровень притязаний, активность, мотивация, достижения.

The issue of self-appraisal formation and level of claims as personal constructs of personality self-consciousness is demonstrated in the article. On the basis of native and foreign scientists researches the value of variation and flexibility of self-appraisal and claims level in personality development, her/his activity and purpose fullness is defined. It is mentioned that regularities of functional course of self-appraisal and human claims level define possibilities of ideal, general and actual aims separation in temporal plane. The above mentioned statement provides for personality possibility to evaluate situation objectively, to see it in extensive temporal perspective and to find possibility of real aims formation while choosing future occupation.

Keywords: self-consciousness, self-appraisal, claims level, activity, motivation, achievements.

Сучасні широкомасштабні процеси соціально-економічних, політичних, культурних змін у суспільстві зумовлюють певні суперечності та деформаційні процеси у становленні особистості, що значно утруднює особистісне та професійне самовизначення в ранньому юнацькому віці. Професійне самовизначення як незалежне проектування життєвої траєкторії та вибір майбутньої професії як активний пошук людиною свого місця у системі суспільних стосунків є найголовнішим завданням розвитку в ранньому юнацтві, а тому є надзвичайно актуальним для досліджень. Основою цього процесу є акт вибору професії – однієї з найважливіших подій у цілісному житті людини, що бере участь у формуванні загального образу «Я» людини, визначаючи плин її життя. Розглядаючи вибір професії як систему суб'єкт-об'єктних відносин, необхідно зупинитися на вивченні теоретико-методологічних засад дослідження проблеми становлення самооцінки й рівня домагань особистості в процесі розвитку її свідомості та самосвідомості у психологічній науці, що і є основною проблемою, яка порушена в цій статті.

Теоретичне значення розв'язання цієї проблеми полягає у розгляді особливостей взаємозв'язку самооцінки й рівня домагань як рушійних сил розвитку особистості, а практичне – у виявленні закономірностей функціонального перебігу самооцінки й рівня домагань людини в експериментально змодельованих ситуаціях прийняття рішення щодо вибору майбутньої професії.

Теоретико-методологічні засади дослідження проблеми становлення самооцінки й рівня домагань особистості в процесі розвитку її свідомості та самосвідомості розкриті в працях К. Абульханової-Славської, Б. Ананьєва, І. Беха, Л. Божович, І. Булах, Л. Виготського, Г. Костюка, О. Леонтьєва, С. Максименка, В. М'ясищева, Р. Павелківа, К. Платонова, Н. Побірченко, С. Рубінштейна та ін. Вченими виявлено психологічні особливості їх взаємозв'язку, схематично подані в наукових дослідженнях як «циркулярна реакція» (С. Рубінштейн), «афект неадекватності» (Л. Божович, Л. Славина), «тріада ризику» (Н. Білкіна-Михеєва, Б. Братусь, Л. Бороздіна, І. Альошина, Г. Меднікова, Е. Залученова, К. Сидоров та ін.), «захист самооцінки» (А. Петровський, М. Ярошевський, А. Брушлінський), «осо-

бистісна значущість» (В. Шадриков, В. Аверин та ін.), «самоповага, успіх, домагання» (В. Магун), «мотивація дефіциту, мотивація зростання» (С. Ільїн) та ін.

Зарубіжними вченими (Дж. Аткинсон, Дж. Баррет, А. Блут, Т. Дембо, У. Джеймс, Р. Дилтс, С. Кох, К. Левін, Д. Роттер, Р. Фішер, Ф. Флеммінг, Д. Френк, Х. Хекхаузен, Ф. Хоппе, К. Хорні та ін.) такі особистісні конструкти, як «самооцінка» та «рівень домагань» індивіда вивчаються в контексті мотивації досягнення, яку розглядають як ціль актуальної дії та рівень її складності, обраної на основі самооцінки попередньо виконаних різних за складністю видів завдань у визначених заздалегідь об'єктивних умовах її досягнення.

Метою статті є висвітлення досліджень проблеми становлення самооцінки та рівня домагань як особистісних конструктів самосвідомості особистості, їх взаємозв'язку, значущості у процесах розвитку особистості та виборі майбутньої професії.

Проблема становлення самооцінки й рівня домагань особистості вже не одне десятиріччя виступає як спеціальний предмет дослідження у межах вікової та педагогічної психології. Її витоки беруть початок з експериментів Т. Дембо, проведених у 20-х рр. ХХ ст., в яких нею штучно створювалися умови для провокування в людини гніву. Пропонуючи учасникам експерименту складні завдання, частина з яких не мала правильного рішення, вчена помітила цікаву закономірність. Її сутність полягала в тому, що за умови постановки занадто складної мети переважна частина з них розподіляли процес її досягнення на кілька проміжних, більш простіших, але таких, що крок за кроком наближували їх до загальної мети. Таку проміжну мету Т. Дембо назвала «рівнем домагань» [14].

Окремі дослідження вченими рівня домагань та самооцінки особистості в штучно створених умовах досягнення успіху або ж невдачі продовжувалися тривалий час (40–60 рр. ХХ ст.). Проте систематичне і спеціальне їх вивчення розпочалося з експериментів Ф. Хоппе. Розкриваючи психологічний зміст потреби людини в досягненні, в яких її прагнення підтримувати самосвідомість на максимальному рівні за допомогою високого особистого стандарту досягнень, він вводить у структуру цього поняття «Я-рівень» як ціль наступної дії. Потреба людини зберегти високий рівень самооцінки («Я-рівень») та високі особисті стандарти досягнень (рівень домагань), доводить учений, виявляється у прагненні уникати невдачі та прагненні досягати успіху в діяльності. Саме страх невдачі спонукує індивіда встановлювати низький рівень домагань і підвищувати його після успіху поступово, а бажання реалізувати гранично можливий успіх продукує високий початковий рівень домагань. Це положення дало змогу Ф. Хоппе стверджувати про тісний взаємозв'язок рівня домагань особистості й рівня «Я», реального та ідеального [15].

Наголосимо, здійснені Ф. Хоппе дослідження потреби людини в досягненні, якій притаманне прагнення підтримувати самосвідомість на максимальному рівні за допомогою високого особистого стандарту досягнень створили передумови для початку експериментального вивчення взаємозв'язку самооцінки й рівня домагань, які були розпочаті Д. Френком. Результати проведених ним досліджень засвідчили, що рівень домагань є рівнем майбутніх дій у звичному і знайомому завданні, яке він (індивід), усвідомлюючи своє попереднє його виконання, прагне здійснити. Їхню неузгодженість вчений пояснював «его-рівнем» людини, який задається її ставленням до себе й оцінкою себе (суб'єктивною, об'єктивною), а загроза цій оцінки й визначає стратегію вирішення задачі: прагнення до успіху або ж уникнення невдачі. Таким чином, на нашу думку, виявлена у дослідженнях Ф. Хоппе і Д. Френка значущість у виборі стратегії діяльності людини, сформованої в неї самооцінки, збереженні та підтримки її на відповідному рівні, уникнення загрози порушення особистого стандарту досягнень склала теоретичні передумови для вивчення психологічних особливостей функціонального перебігу самооцінки та рівня домагань особистості.

Розширення рамок дослідження взаємозв'язку самооцінки та домагань особистості згодом було здійснене К. Левіним та його послідовниками, які звернулися до аналізу актуального та потенційного у становленні рівня домагань людини. Вченим було доведено, що такий рівень залежить від цілей досягнення, їх модифікацією та реалізацією, ситуаційних, стійких, суб'єктивних та об'єктивних чинників. Активність суб'єкта, на думку К. Левіна, завжди спрямована на досягнення певної цілі, але коли її досягнення зустрічає на своєму шляху перешкоди, то людина обирає більш реальну ціль, яку він назвав ціллю дії. Відстань між ціллю досягнення, або ж за К. Левіним ідеальною ціллю, та ціллю дії, тобто реальною ціллю, є внутрішньою невідповідністю, яка й має обиратися як визначення рівня домагань. Крім того, доходить висновку вчений, цей рівень залежить від ситуаційних (емоційний стан, досвід, час досягнення результату), стійких (групові та соціокультурні чинники), суб'єктивних (рівень когнітивного розвитку) та об'єктивних (вимоги «ззовні») факторів, які у своїй сукупності й складають суть мотивації досягнення людини у різних сферах її активності та, зокрема, в питаннях її професійного розвитку [8].

Таким чином, внутрішня невідповідність між ціллю дії та реальною ціллю, яка залежить від ситуаційних, стійких, суб'єктивних та об'єктивних чинників (К. Левін), суттєво збагатила зміст взаємозв'язку

самооцінки та рівня домагань, оскільки суперечності між ними є не що інше як джерело активності особистості у визначенні цілі наступної дії (Ф. Хоппе) й організації діяльності в її досягненні. До таких висновків доходить також під час дослідження мотивації досягнення індивіда А. Маслоу. Формування й досягнення мети, стверджує вчений, залежить від індивідуальних (мотиви досягнення успіху й запобігання невдачі) та ситуаційних чинників (об'єктивно діючі) [10].

Про взаємодію соціального та індивідуального, суб'єктивного та об'єктивного наголошується також у теорії мотивації Х. Хекхаузена, який джерелами становлення, насамперед мотивації досягнення індивіда, визначає рівень когнітивного розвитку та вимоги середовища, які створюють умови для пояснення індивідуальних відмінностей у поведінці людини в ситуації досягнення. При цьому рівень домагань, на його думку, є властивістю особистості, визначальною для самооцінки сформованих здібностей і досягнутих результатів. Вчений також наголошує на тому, що більш центральною у порівнянні з конструктом «мотив» є інстанція, традиційно позначена в дослідженнях особистості терміном «Я», або ж іншими поняттями, такими як «образ Я», «Я-концепція» «уявлення про себе», «саморегуляція», «самоконтроль» і т. д. [13].

Таким чином, у теорії мотивації досягнення Х. Хекхаузена через припущення й уведення до предмету вивчення складових самосвідомості особистості («образ Я»), суттєво розширюється сутність функціонального взаємозв'язку самооцінки та домагань особистості й актуалізується проблема внутрішніх джерел її активності. До них належить і узгодженість (неузгодженість) самооцінки як особистого стандарту досягнення, який індивід прагне вберегти від порушення, та рівень домагань майбутніх дій, утворених на основі усвідомленого досвіду попереднього їх виконання.

Зазначимо, крім експериментального доведення значущості самооцінки й рівня домагань людини у формуванні мотивації її досягнення, увага приділялася вивченню впливу індивідуально-типологічних і статево-рольових особливостей вибору стратегії діяльності або ж поведінки. Взаємозв'язок самооцінки, рівня домагань та індивідуально-типологічних особливостей людини розкривається у теорії соціального навчання Д. Роттера. Вчений розглядає такий взаємозв'язок залежно від домінування зовнішнього (екстернального) або ж внутрішнього (інтернального) локусу контролю. При цьому локus контролю, на думку Д. Роттера, є не що інше як узагальнене очікування людиною досягнення успіху й невдачі, який залежить від зовнішніх чинників (доля, вдача, випадок, впливові люди тощо) або ж від внутрішніх, індивідуальних (власні дії, здібності, особистісні фактори). Люди з інтернальним локusом контролю, за результатами дослідника, і це підтверджується численними сучасними експериментами, мають високий рівень домагань і самооцінку, вони виявляються більш здоровими фізично й душевно, ніж люди із зовнішнім, екстернальним локusом контролю [1].

Згодом проблема взаємозв'язку самооцінки та рівня домагань інтенсивно вивчається в зарубіжній психології представниками американської прагматичної бізнес-психології (Дж. Баррет, А. Блут, У. Джеймс, Р. Дилтс, С. Кох, Ф. Флеммінг, Р. Фіше та ін.), які зосереджуються на пошуку ефективних засобів досягнення особистісних, насамперед, зовнішньо репрезентованих цілей. Ці засоби спрямовувалися на формування високого рівня домагань (досягнення матеріального процвітання, успішної кар'єри та слави, які дають змогу споживати різноманітні життєві задоволення в необмежених розмірах) та самооцінки (я наполеглива, активна, діяльна людина) [5; 13].

Загалом можна стверджувати, що поняття «самооцінка» і «рівень домагань» використовується зарубіжними вченими в контексті мотивації досягнення індивіда. Виявлені ними закономірності функціонального перебігу самооцінки й рівня домагань використовувалися для допомоги людині у виборі реальної цілі, передбачення нею заздалегідь результатів досягнення через співвіднесення своїх можливостей з об'єктивними умовами досягнення. Але у цьому контексті Л. Божович було висловлено припущення щодо обмежено-прагматичного використання конструктів «самооцінка» і «рівень домагань» у контексті мотивації досягнення індивіда в зарубіжних теоріях, яка моделюється лише в експериментально створених умовах без врахування їх функціонального взаємозв'язку в процесі генези свідомості та самосвідомості особистості, що підрастає.

У вітчизняній віковій та педагогічній психології фундаментальні дослідження проблеми взаємозв'язку самооцінки й рівня домагань розпочалися з фіксації вченими (Л. Божович, Л. Славіна та ін.) стійкого негативного емоційного стану особистості в підлітковому віці, який було визначено як «афект неадекватності». Отримані експериментальні результати свідчили, що згаданий афект виникає внаслідок невміння дитини правильно співвіднести свої можливості з дійсністю, свої домагання з реальними результатами діяльності. Наслідком такого стану виступало сформоване неадекватне ставлення особистості до себе та до навколишнього середовища, що, врешті-решт, накопичувалося й детермінувало зростання домагань аж до рівня їх ідеалістичності [2, с. 255].

Теоретичним підґрунтям таких досліджень виступили праці С. Рубінштейна та Л. Виготського, в яких суттєво розширюються і задаються рамки експериментальних досліджень взаємозв'язку самооцінки й рівня домагань, їх генетичне становлення та структурна будова, взаємозв'язок і значущість у формуванні діяльності особистості, її мотивації й інших рушійних джерел розвитку [4; 12].

С. Рубінштейн керувався важливим експериментальним чинником у дослідженні – значущість діяльності для особистості, у якій вивчається й формується її самооцінка та рівень домагань, їх конструктивний вплив на результати цієї діяльності. Вчений наголошує, що в межах особливо значущої сфери діяльності на чуттєвість людини до тієї чи іншої оцінки впливає рівень домагань особистості... Характер і рівень домагань людини, зазвичай, залежать від рівня її досягнень у цій сфері. З підвищенням рівня її досягнень, як правило, підвищується також і рівень її домагань. У такий спосіб, наголошує С. Рубінштейн, результати діяльності змінюють умови цієї діяльності: створюється своєрідна «циркулярна реакція», яка особливо яскраво виявляється у впливі емоційних чинників на перебіг дій [12, с. 412–413].

Тривале накопичення емпіричних даних щодо негативного впливу порушення взаємозв'язку між самооцінкою та рівнем домагань індивіда суттєво поглибили знання про їх зміст та структуру. Такі дослідження спрямовувалися на виявлення відхилень в оволодінні різними формами поведінки й діяльності особистості, на аналізі детермінант формування негативних станів і їх вплив на різноманітні аспекти життєдіяльності індивіда, розробку корекційно-розвивальних програм. Так, зокрема, під час дослідження рівня домагань у нормі та випадках аномального розвитку особистості (Б. Братусь, Б. Зейгарник) було виявлено, що їх адекватність тісно пов'язана зі здібністю суб'єкта розмежовувати різні рівні цілей, які свідчать про зрілість і врівноваженість особистості, захист її самооцінки, раціональну тактику цілепокладання [6].

Згодом цей напрям досліджень був розширений у дослідженнях Л. Бороздіної та Н. Білкіної-Михеєвої. Ними було введено до науково-термінологічного апарату вікової та педагогічної психології поняття «тріада ризику», яке використовувалося в численних дослідженнях для пояснення взаємозв'язку самооцінки, рівня домагань та особистісної тривожності. Результати цих досліджень засвідчили про те, що неузгодженість рівня самооцінки та домагань корелює зі зростанням особистісної тривоги. Ця тривога в «тріаді ризику», з переважанням високої самооцінки та домагань, є патогенним чинником виникнення різноманітних захворювань у юнацькому віці, зниження продуктивності навчальної діяльності, порушення об'єктивно-заданих норм і правил поведінки тощо [3].

Таким чином, зафіксовані нами вище висновки вітчизняних вчених суттєво розширили уявлення дослідників про значущість варіативності та гнучкості взаємозв'язку самооцінки й рівня домагань у розвитку особистості, її активності та цілеспрямованості. Варіативність і гнучкість тут виявляється в тому (за Б. Братусем), що врівноважена людина в змозі без напруження і легко для захисту своєї самооцінки доповнити ідеальну, загальну та актуальну ціль. Таким чином, доводить вчений, у неї формується вкрай важливе в житті вміння більш-менш об'єктивно оцінювати ситуацію, побачити її у розгорнутій часовій перспективі і віднайти можливість постановки реальних цілей, виконання яких наблизить її до майбутньої ідеальної мети. При цьому нереалізована задана актуальна ціль не призводить до краху високих ідеальних домагань [6].

Згадані й розкриті нами різноманітні поєднання самооцінки, рівня домагань особистості та рівня її бажаних або ж реалізованих досягнень, їх взаємозв'язок та ієрархія в регулюванні активності, виявлені і накопичені вченими в експериментальних дослідженнях, були узагальнено представлені В. Магуном за допомогою математичної формули «самоповага = успіх/домагання». Згадана формула була складена на основі праць У. Джеймса, в яких самооцінка розглядається ним як величина, прямо пропорційна успіху й обернено пропорційна домаганням. При цьому у формулі У. Джеймса «самоцінка = успіх/домагання» зменшення знаменника та підвищення чисельника завжди підвищує результат [5, с. 143].

Удосконалення В. Магуном згаданої вище формули ґрунтувалося на положенні про те, що результатом співвідношення досягнень людини та її домагань має бути не самооцінка, а її самоповага. Підставою для цього стала позиція вченого щодо правомірності обернено пропорційної залежності між потужністю потреби та задоволенням від її досягнення. Адже, на його думку, рівень домагань у знаменнику можна як підвищувати, так і знижувати. За умови незначного рівня домагань й досягнення успіху в нескладній задачі досягнуте значення самооцінки не повною мірою буде розкривати її значущість у структурі мотивації досягнень. Отримана в такий спосіб самооцінка буде розкривати через вибір певного рівня складності домагань самоповагу людини, а не її самооцінку [9, с. 89].

Формула В. Магуна дала можливість Є. Ільїну, спираючись на поняття «мотивація дефіциту» та «мотивація зростання» (А. Маслоу), збагатити зміст поняття «рівень домагань» їх цінністю для людини. У праці «Мотиви людини: теорія і методи вивчення» Є. Ільїн наголошує: «... В. Магун має говорити про задоволення, а не про задоволеність, оскільки остання свідчить про позитивне ставлення до певного факту життя, праці в результаті багаторазового його підкріплення і повторення в майбутньому. Тут йдеться про цінність потреби в досягненні (такий чинник є для людини цінністю) ...» [7, с. 12]. Таким чином, активність особистості не лише задається співвідношенням самооцінки (самоповаги за В. Магуном), рівня домагань і рівня досягнень, а й їх особистісною значущістю для індивіда, її цінністю (за Є. Ільїним).

Цінність і значущість діяльності для індивіда достатньо ґрунтовно охарактеризована у концепції психології ставлень В. М'ясищева. Саме у значущій діяльності повною мірою розкривається вплив суб'єктивних чинників та об'єктивних умов становлення самооцінки й рівня домагань. Суб'єктивно-особистісна складова домагань тісно пов'язана із самооцінкою особистості, почуттям неповноцінності, тенденцією самоствердження і бажанням бачити в показниках праці підвищення або ж зниження її престижу. Об'єктивно-принципова складова пов'язана із усвідомленням значущості роботи, почуттям соціальної відповідальності, вимогливістю до себе, основу якої становить почуття обов'язку [11, с. 26].

Наголосимо, рівень домагань виступає як особлива детермінанта процесу цілепокладання лише у тих випадках, коли індивід внутрішньо прийняв ціль і пристрасно ставиться до бажаного результату діяльності. Якщо ж ціль для нього виступає лише як зовнішній фактор (наприклад, інструкція, наказ, бажання іншої особи або ж коли досягнення мети неповною мірою залежить від суб'єкта), то рівень домагань не формується. Це яскраво виявляється у тих випадках, коли, незважаючи на існування цілі дії, взагалі не утворюється жодного або ж майже ніякого рівня домагань.

Узагальнивши проведенний нами теоретичний аналіз проблеми, можемо дійти висновку, що такі особистісні конструкти, як «самооцінка» і «рівень домагань» індивіда, використовуються ще й до цього часу зарубіжними вченими (Дж. Аткинсон, Дж. Баррет, А. Блут, Т. Дембо, У. Джеймс, Р. Дилтс, С. Кох, К. Левін, Д. Роттер, Р. Фішер, Ф. Флеммінг, Д. Френк, Х. Хекхаузена, Ф. Хоппе, К. Хорні та ін.) у контексті мотивації досягнення. Їх розглядають як ціль актуальної дії та рівень її складності, яка обирається на основі самооцінки попередньо виконаних різних за складністю видів задач. Практична значущість таких досліджень полягає в тому, що виявлені за допомогою факторного аналізу закономірності функціонального перебігу самооцінки й рівня домагань людини в експериментально змодельованих ситуаціях прийняття рішення щодо вибору стратегії діяльності, використовується для допомоги людині у конструюванні реальної цілі з передбаченими нею заздалегідь результатами.

Зазначимо, взаємозв'язок самооцінки, рівня домагань та її досягнень у діяльності, їх єдність та суперечності, схематично окреслені в наукових дослідженнях як «циркулярна реакція» (С. Рубінштейн), «афект неадекватності» (Л. Божович, Л. Славина), «тріада ризику» (Н. Білкіна-Михеєва, Б. Братусь, Л. Бороздіна, І. Альошина, Г. Меднікова, Е. Залученова та ін.), «особистісна значущість» (В. Шадриков, В. Аверин та ін.), «самоповага, успіх, домагання» (В. Магун), «мотивація дефіциту, мотивація зростання» (Є. Ільїн), свідчить про те, що згадані конструкти розглядаються як джерело розвитку особистості. Психологічними особливостями такого взаємозв'язку є варіативність, гнучкість та значущість сформованого на основі самооцінки рівня домагань. Такі характеристики забезпечують людині без напруження і легко для захисту своєї самооцінки розвести ідеальну, загальну та актуальну ціль, які виступають як кількісні та якісні характеристики особистісно значущої мети, або ж рівня домагань. Співвідношення між ідеальною, загальною та актуальною цілями, які задані й особистісно прийняті особистістю з пристрасним бажанням досягнути результату, виступає як детермінанта цілепокладання, а суперечності між ними необхідною умовою, рушійною силою, джерелом розвитку особистості.

Література:

1. Бандура А. Теория социального научения / [А. Бандура ; перевод с англ. и ред. Н. Н. Чубарь]. – Санкт-Петербург : Издательство «Евразия», 2000. – 191 с.
2. Божович Л. И. Проблемы формирования личности : избр. психолог. труды (изд. 2-е) / [Л. И. Божович ; под ред. Д. И. Фельдштейна]. – Москва-Воронеж, 1997. – 351 с.
3. Бороздина Л. В. Увеличение индекса тревожности при расхождении уровней самооценки и притязаний / Л. В. Бороздина, Е. А. Залучёнова // Вопросы психологии, 1993. – № 1. – С. 104–113.
4. Выготский Л. С Психология развития человека / Л. С. Выготский. – М. : Смысл : Эксмо, 2005. – 1136 с.
5. Джеймс У. Психология: [пер. с англ.] / Уильям Джеймс. – М. : Гаудеамус : Акад. Проект, 2011. – 316 с.
6. Зейгарник Б. В. Очерки по психологии аномального развития личности / Б. В. Зейгарник, Б. С. Братусь. – М.: Изд-во Московского ун-та, 1980. – 157 с.
7. Ильин Е. П. Мотивы человека: теория и методы изучения / Е. П. Ильин. – К. : Вища школа, 1998. – 293 с.
8. Левин К. Теория поля в социальных науках / К. Левин ; [пер. Е. Сурпина]. – СПб. : Речь, 2000. – 364 с.
9. Магун В. Динамика притязаний и изменение ресурсных стратегий молодежи (1985-2005 годы) / В. Магун, М. Энговатов // Отечественные записки. – 2006. – № 3. – С. 198–219.
10. Маслоу А. Г. Мотивация и личность / А. Г. Маслоу ; [пер. с англ. Татлыбаева А. М.]. – СПб. : Евразия, 2001. – 479 с.
11. Мясищев В.Н. Психология отношений [избр. психол. труды] / В. Я. Мясищев – М. : НПО МОДЭК, 1995. – 356 с.
12. Рубинштейн С. Л. Человек и мир / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер-Юг, 2003. – 512 с.
13. Флемминг Ф. Пути преобразования : учебник по практическим техникам для содействия личностным изменениям (пер. с англ.) / Ф. Флемминг. – Киев : Д. А. Ивахненко, 1997. – 400 с.
14. Dembo T. Der Arger als dynamisches Problem / T. Dembo // Psychol. Forsch., 1931. – В. 15. – S. 1–114.
15. Hoppe F. Erfolg und Misserfolg / F. Hoppe // Psychol. Forsch., 1930. – В. 14. – S. 1–62.