

УДК: 159.923.2

© Меднікова Г.І., 2012 р.

Г.І. Меднікова

Національний педагогічний університет

ім. Г.С. Сковороди, м. Харків

СПЕЦИФІКА САМОРЕГУЛЯЦІЇ ПОВЕДІНКИ У ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ З РІЗНИМ РІВНЕМ ПОЗИТИВНОСТІ-НЕГАТИВНОСТІ СТАВЛЕННЯ ДО СЕБЕ

У статті наведено результати дослідження саморегуляції довільної активності та ставлення до себе осіб юнацького віку з різним рівнем внутрішньої конфліктності та самозвинувачення.

Ключові слова: ставлення до себе, саморегуляція, внутрішня конфліктність, самозвинувачення, психологічний захист.

А.И. Медникова

СПЕЦИФИКА САМОРЕГУЛЯЦИИ ПОВЕДЕНИЯ У ЛИЦ ЮНОШЕСКОГО ВОЗРАСТА С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ПОЗИТИВНОСТИ-НЕГАТИВНОСТИ САМООТНОШЕНИЯ

В статье приведены результаты исследования саморегуляции произвольной активности и самоотношения лиц юношеского возраста с разным уровнем внутренней конфликтности и самообвинения.

Ключевые слова: самоотношение, саморегуляция, внутренняя конфликтность, самообвинение, психологическая защита.

A.I. Mednikova

SPECIFIC OF SELF-REGULATION OF BEHAVIOR AT PERSONS OF YOUTH AGE WITH DIFFERENT LEVEL OF POSITIVENESS-NEGATIVITY OF SELF-RELATIONSHIP

In the article the results of research of self-regulation of arbitrary activity and selfrelation of persons of youth age are resulted with the different level of internal conflict and self-accusation.

Key words: self-relationship, self-regulation, internal conflict, self-accusation, psychological defense.

В умовах глобальних соціальних та економічних перетворень, що притаманні сучасному етапу розвитку суспільства, ефективність діяльності та поведінки людини в мінливих, напружених ситуаціях багато в чому обумовлена її здатністю до саморегуляції власної активності. Саме цим можна пояснити зростання інтересу наукової спільноти до проблеми саморегуляції.

У дослідженнях К.О. Абульханової, Д.Г. Бадмаєвої, О.О. Конопкіна, Ю.О. Міславського, В.І. Моросанової, О.К. Осницького, Г.С. Пригіна, Т.В. Сбор-

цевої, Т.С. Чуйкової та інших описані рівні та механізми саморегуляції, визначені її структурні компоненти, стильові особливості. Психічна саморегуляція розглядається не тільки як інтегральна характеристика індивідуальності, свідомий, цілеспрямований процес самовпливу, залежний від особистісних особливостей людини, але й як компонент самосвідомості особистості поряд із самопізнанням та емоційно-ціннісним ставленням до себе (М.Й. Боришевський, О.Т. Соколова, І.І. Чеснокова, П.Р. Чамата та інші). Звідси останнім часом інтерес науковців повертають питання взаємозв'язку саморегуляції та інших складових самосвідомості, у тому числі, ставлення до себе.

О.О. Ароною, В.І. Моросановою, Т.В. Сборцевою визначено особливості ставлення до себе осіб юнацького віку з різним рівнем саморегуляції довільної активності. При організації досліджень дані автори виходили з положення, згідно якого особистісні змісти виступають засобами процесу саморегуляції, забезпечують спрямованість та індивідуальні способи його здійснення.

Однак слід зазначити, що ставлення до себе являє собою складне за будовою утворення, яке включає такі структурні компоненти: позитивне оцінне ставлення до себе або самоповага, позитивне емоційне ставлення до себе або аутосимпатія і негативне ставлення до себе або самоприниження (О.М. Колишко, С.Р. Панталеєв, О.Т. Соколова). Кожна з цих складових містить у собі цілий ряд різних за змістом модальностей: самоповага складається з «відкритості», «самовпевненості», «самокерівництва» і «відображеного ставлення до себе», аутосимпатія – з «самоцінності», «самоприйняття» і «самоприхильності», а самоприниження – з «самозвинувачення» і «внутрішньої конфліктності» (С.Р. Панталеєв).

Ставлення до себе має індивідуальну специфіку, обумовлену тим, що його компоненти організовані за принципом динамічної ієрархічної системи. Саме тому одні люди глобальне ставлення до себе переживають переважно у формі самоповаги, а інші – у формі симпатії до себе. Але в обох цих випадках мова може йти про позитивно зафарбоване глобальне ставлення до себе. У випадку переважаючого переживання ставлення до себе у формі самоприниження спостерігається центрованість на негативних переживаннях «Я», підвищена внутрішня конфлікт-

ність та схильність до самозвинувачення, що не може не позначатися на специфіці процесів саморегуляції. Урахування специфіки саморегуляції у осіб з різним рівнем позитивності-негативності ставлення до себе може підвищити ефективність психологічних програм, спрямованих на розвиток саморегуляції поведінки та корекцію негативного ставлення до себе представників різних вікових груп.

Мета даної статті полягає у визначенні специфіки саморегуляції у осіб юнацького віку з різним рівнем внутрішньої конфліктності та самозвинувачення.

Дослідження проводилося із використанням опитувальників «Методика дослідження ставлення до себе» С.Р. Панталеєва і «Стиль саморегуляції поведінки - ССП-98» В.І. Моросанової. У дослідженні брали участь 150 студентів Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди віком 19-20 років. За результатами застосування опитувальника С.Р. Панталеєва досліджувані були об'єднані у групи з високим, середнім та низьким рівнем внутрішньої конфліктності та самозвинувачення, тобто з відповідним рівнем самоприниження. До групи з високим рівнем внутрішньої конфліктності та самозвинувачення увійшло 38 студентів, що за обома шкалами опитувальника «Методика дослідження ставлення до себе» отримали 8 стенів і більше, до групи з середнім рівнем (4-7 стенів) увійшло 64 досліджувані, а до групи з низьким рівнем (1-3 стени) – 48 досліджуваних.

Високі показники за шкалою внутрішньої конфліктності свідчать про наявність внутрішніх конфліктів, сумнівів, незгоди із собою, тривожно-депресивних станів, що супроводжуються переживанням почуття провини. Постійна незадоволеність і спори протікають на тлі неадекватно заниженої самооцінки, що приводить до сумнівів у своїй здатності щось почати або змінити. Надмірні самокопання й рефлексія протікають на загальному негативному емоційному тлі стосовно себе. Причому конфліктна аутокомунікація не тільки не приносить полегшення, а, навпаки, лише збільшує негативні емоції. Середні показники за шкалою внутрішньої конфліктності вказують на підвищену рефлексію, глибоке проникнення в себе, усвідомлення своїх труднощів, адекватний образ Я и відсутності витиснення. Низькі значення за даною шкалою свідчать про заперечення проблем, закритість,

самовдоволення. Високі показники за шкалою самозвинувачення говорять про інтрапунітивність, готовність поставити собі за провину свої невдачі, власні недоліки. Навіть за наявності високої самооцінки власних якостей наявні негативні емоції на свою адресу.

Результати кожної з груп, отримані у ході тестування обома методиками, були піддані факторному аналізу (метод головних компонент з подальшим «варімакс»-обертанням). Статистична обробка даних здійснювалася за допомогою пакету статистичних програм SPSS 20.0. Зупинимося на аналізі результатів факторного аналізу у кожній з груп досліджуваних.

Перша група (високий рівень внутрішньої конфліктності та самозвинувачення). За діаграмою «кам'янистого осипу» та власними значеннями факторів (більше одиниці) для інтерпретації було відібрано 5 факторів, сукупна дисперсія яких становить 96,07 %. Перший фактор пояснює 42,252% дисперсії, другий фактор – 18,690%, третій фактор – 14,95%, четвертий фактор – 12,751%, п'ятий фактор – 7,419%. До першого фактору увійшли такі складові ставлення до себе та саморегуляції: оцінка результатів (-0,976), програмування (-0,923), внутрішня конфліктність (0,855), самоприйняття (0,736), самозвинувачення (-0,736), планування (0,595), самокерівництво (0,495), самоцінність (0,49), моделювання (0,484). До другого фактору увійшли такі складові ставлення до себе та саморегуляції: загальний рівень саморегуляції (0,787), відображене ставлення до себе (-0,778), планування (0,720), самостійність (-0,609), самоприйняття (0,577), внутрішня конфліктність (0,489). До третього фактору увійшли такі складові ставлення до себе та саморегуляції: самоприв'язаність (0,846), гнучкість (0,766), моделювання (0,705), самокерівництво (-0,694), самозвинувачення (-0,505). До четвертого фактору увійшли такі складові ставлення до себе та саморегуляції: самовпевненість (0,967), самоцінність (0,783), відображене ставлення (0,471), моделювання (0,454). До п'ятого фактору увійшли такі складові ставлення до себе та саморегуляції: відкритість (-0,956), самостійність (0,772).

Друга група (середній рівень внутрішньої конфліктності та самозвинувачення). За діаграмою «кам'янистого осипу» та власними значеннями факторів

(більше одиниці) для інтерпретації було відібрано 5 факторів, сукупна дисперсія яких становить 67,805%. Перший фактор пояснює 28,29% дисперсії, другий фактор – 12,319%, третій фактор – 10,422%, четвертий фактор – 9,821%, п'ятий фактор – 6,952%. До першого фактору увійшли такі складові ставлення до себе та саморегуляції: моделювання (0,803), оцінка результатів (0,761), загальний рівень саморегуляції (0,741), програмування (0,66), планування (0,411). До другого фактору увійшли такі складові ставлення до себе та саморегуляції: відображене ставлення до себе (0,739), планування (0,641), внутрішня конфліктність (0,592), самоцінність (0,588), самоприв'язаність (0,567), самокерівництво (0,409). До третього фактору увійшли такі складові ставлення до себе та саморегуляції: самозвинувачення (-0,689), самовпевненість (0,654), самостійність (0,567), самоцінність (0,485), внутрішня конфліктність (-0,466). До четвертого фактору увійшли такі складові ставлення до себе та саморегуляції: відкритість (0,765), самокерівництво (0,690), самоприв'язаність (0,466), самостійність (-0,409). До п'ятого фактору увійшли такі складові ставлення до себе та саморегуляції: само прийняття (0,802), гнучкість (0,682), самостійність (0,461).

Третя група (низький рівень внутрішньої конфліктності та самозвинувачення). За діаграмою «кам'янистого осипу» та власними значеннями факторів (більше одиниці) для інтерпретації було відібрано 5 факторів, сукупна дисперсія яких становить 70,334%. Перший фактор пояснює 23,626% дисперсії, другий фактор – 17,819%, третій фактор – 11,884%, четвертий фактор – 9,283%, п'ятий фактор – 7,723%. До першого фактору увійшли такі складові ставлення до себе та саморегуляції: гнучкість (0,825), загальний рівень саморегуляції (0,764), самовпевненість (0,741), програмування (0,529), оцінка результатів (0,482), моделювання (0,426). До другого фактору увійшли такі складові ставлення до себе та саморегуляції: самокерівництво (0,855), самозвинувачення (-0,739), оцінка результатів (0,705), моделювання (0,444). До третього фактору увійшли такі складові ставлення до себе та саморегуляції: самоприв'язаність (0,775), самостійність (0,773), внутрішня конфліктність (0,641). До четвертого фактору увійшли такі складові ставлення до себе та саморегуляції: відкритість (0,795), самоприйняття (0,768), відображене

ставлення до себе (0,555). До п'ятого фактору увійшли такі складові ставлення до себе та саморегуляції: самоцінність (0,708), відображене ставлення до себе (0,649), планування (-0,629), самовпевненість (0,41).

Аналіз факторної структури ставлення до себе та саморегуляції студентів з високими показниками внутрішньої конфліктності та самозвинувачення показав, що внутрішня конфліктність сполучається із достатньо розвиненими процесами планування та моделювання при низькому рівні програмування та оцінки результатів. При цьому самоповага забезпечується діями самокерівництва, а аутосимпатія виступає у модальності самоцінності та самоприйняття. Цікаво, що при цьому спостерігається зниження тенденції до самозвинувачення. Крім того, послаблення тенденції до самозвинувачення пов'язано із регуляторною гнучкістю та зниженням показників самокерівництва. Така конфігурація зв'язків у загальній структурі ставлення до себе та саморегуляції особистостей з високим рівнем внутрішньої конфліктності, на наш погляд, може бути пояснено необхідністю збереження максимально можливого рівня позитивності у ставленні до себе, зниження емоційного напруження, викликаного наявністю високої внутрішньої конфліктності.

Такий висновок підтверджується у ході аналізу факторної структури ставлення до себе та саморегуляції студентів з низьким та середнім рівнями внутрішньої конфліктності та самозвинувачення. Так, при низькому рівні внутрішньої конфліктності та самозвинувачення спостерігається наявність структурних зв'язків між самовпевненістю, моделюванням, програмуванням, оцінкою результатів та регуляторною гнучкістю, а також загальним рівнем саморегуляції. У той же час внутрішня конфліктність пов'язана лише із самоприв'язаністю та регуляторною самостійністю. Оскільки виразна самоприв'язаність відображає високу ригідність Я-концепції, прагнення зберегти в незмінному вигляді свої якості, вимоги до себе, бачення й оцінку себе, характеризується відчуттям самодостатності й досягнення ідеалу, що заважає реалізації можливості саморозвитку й самовдосконалення, а регуляторна самостійність, навпаки, характеризує зрілість особистості, що постійно перебуває у процесі саморозвитку та самовдосконалення, то саме

поєднання таких суперечливих тенденцій може бути причиною підвищення внутрішньої конфліктності.

У факторній структурі ставлення до себе та саморегуляції студентів із середніми рівнями внутрішньої конфліктності та самозвинувачення процеси саморегуляції утворюють окремий фактор. Внутрішня конфліктність пов'язана тільки із процесом планування, а також має негативний зв'язок із регуляторною самостійністю. Самоповага та аутосимпатія при цьому забезпечується максимальною кількістю (порівняно з іншими групами досліджуваних) дій на користь власного Я. Виходячи з того, що середні показники внутрішньої конфліктності за даними розробників тесту відображають найбільш зрілі риси ставлення до себе, а саме: підвищену рефлексію, глибоке проникнення в себе, усвідомлення своїх труднощів, адекватний образ Я, визначені особливості факторної структури можуть вказувати на те, що компоненти системи ставлення до себе функціонують достатньо злагоджено і збалансовано, а процеси саморегуляції поведінки виконують свої специфічні функції і мінімально залучені до підтримки позитивного ставлення особистості до себе.

При інтерпретації отриманих результатів ми виходили з уявлень про захист ставлення до себе, наведених у роботах О.М. Колишко, В.В. Століна, С.Р. Пантілеєва, О.Т. Соколової. Так О.Т. Соколова стиль захисту ставлення до себе визначає як відносно постійну на тривалих відрізках часу й індивідуально обкреслену в кожній людини систему внутрішніх і зовнішніх «психотехнічних» дій, націлених на «зняття» конфлікту в сфері самосвідомості таким чином, щоб забезпечити збереження (часткове або повне) позитивної установки на адресу Я» [4, с. 48].

Одним з аспектів захисту ставлення до себе особистості виступає організація його структурних компонентів [1], характер їхньої взаємодії [3]. Структурним чинником захисту ставлення до себе виступає розділення його негативної й позитивної складових у феноменологічному просторі індивіда. Таке розділення пояснюється необхідністю захисту «Я» від негативних емоцій і підтримкою «загального ставлення до себе» на відносно постійному рівні. Іншим чинником забезпечення захисту ставлення до себе є феноменологічне розділення оцінної й емоцій-

но-ціннісної його підсистем, що дозволяє підтримувати на високому позитивному рівні один зі структурних компонентів, незважаючи на дискредитацію іншого [5]. Ставлення до себе при цьому залишається ригідним, непроникним для досвіду реальних відносин [4].

У дослідженні, проведеному В.І. Моросановою, виявилось, що у ситуації високого ступеня особистісної конфліктності й афективної напруженості впливу несвідомого найбільш піддана ланка планування, що позначається на зниженні дієвості усвідомлено прийнятих цілей, проявляється у побудові численних нереалістичних планів. Процеси моделювання визначаються особливостями сприйняття суб'єктом реальності і теж піддані дії механізмів, оскільки їхня дієвість обумовлена тим, наскільки суб'єкт схильний не зауважувати на те, що болісно було б побачити, обмежуватися рамками сьогодення й не прислухатися до інших людей. Процес програмування при зайвій детальності і твердості програм може перешкоджати зняттю напруги засобами особистісних захистів, призводити до невротизації. Процес оцінювання результату може зазнати несприятливого впливу ригідності як способу подолання особистісної тривожності, що негативно впливає на індивідуальний рівень саморегуляції в цілому, заважає адекватно оцінювати ситуацію й ухвалювати рішення щодо необхідних дій. Зниження показників регуляторної гнучкості приводить до запобігання рефлексивної позиції й зняття напруги шляхом виходу із проблемної ситуації. Регуляторна самостійність пов'язана із мірою зрілості Его суб'єкта і його почуттям відповідальності. У такого суб'єкта переважають способи захисту, що дозволяють йому більш ефективно «гасити» внутрішньоособистісні конфлікти [2].

На основі проведеного дослідження В.І. Моросанова дійшла висновку, згідно якого, з однієї сторони, у певній мірі труднощі довільного регулювання лежать у сфері неусвідомлюваних суб'єктом установок, мотивів і відносин із навколишнім світом, з іншого, специфіка особистісних захистів, що використовуються суб'єктом, забезпечує збереження й розвиток цілісності, унікальності особистості й успішного досягнення нею життєвих цілей.

Висновок. Визначена у ході дослідження специфіка поєднання компонентів саморегуляції та ставлення до себе особистостей з різним рівнем внутрішньої конфліктності та самозвинувачення вказує на те, що при високому рівні внутрішньої конфліктності процеси саморегуляції довільної активності можуть бути залучені до системи психологічного захисту ставлення до себе, що негативно позначається на функціонуванні самих цих процесів.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у вивченні особливостей образу-Я особистостей з різним характером взаємозв'язку ставлення до себе та саморегуляції.

Список літератури

1. Кольшко А.М. Психология самоотношения. – Гродно: ГрГУ, 2004. – 102 с.
2. Моросанова В.И. Личностные аспекты саморегуляции произвольной активности человека // Психологический журнал. – Т. 23. – № 6. – 2002. – С. 5-17.
3. Пантеев С.Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1991. – 110 с.
4. Соколова Е.Т. Самосознание и самооценка при аномалиях личности. – М: Изд-во Моск. ун-та, 1989. – 215 с.
5. Столин В.В. Самосознание личности. – М: Изд-во Моск. ун-та, 1983. – 284 с.