

Марина Анатоліївна Пирлик,

аспірант Бердянського державного педагогічного університету

СТРУКТУРНО-ДИНАМІЧНА МОДЕЛЬ САМООЦІНКИ

У статті відображено актуальне психологічне питання – визначення структури самооцінки. Детально проаналізовано підходи до вивчення самооцінки, визначено місце самооцінки в структурі самосвідомості особистості, розглянуто складові самооцінки, шляхи її розвитку, визначено особливості формування самооцінки на різних вікових етапах розвитку особистості, охарактеризовано самооцінку як регулятор поведінки особистості. Результат теоретичного дослідження – побудова структурно-динамічної моделі самооцінки особистості.

Ключові слова: самооцінка, структура самооцінки, Я-концепція, самосвідомість.

Постановка проблеми у загальному вигляді. Розвиток суспільства передбачає активне залучення кожного індивіда до суспільних процесів. Сучасний темп життя диктує нові і більш високі вимоги до особистості, яка має бути активною, цілеспрямованою, стійкою до стресів, легко адаптуватися до нових соціальних умов та вирішувати професійні завдання і, як результат, бути успішною, самостверджуватися. Як зазначають психологи, значний вплив на поведінку, діяльність, спілкування людини має самооцінка. Тому у сучасній психології проблема самооцінки, її формування, структура, функції, зв'язок з іншими особистісними утвореннями постійно привертає увагу вчених.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започатковано вирішення даної проблеми та на які опирається автор. У вітчизняній та зарубіжній психології вивченню самооцінки присвячено велику кількість робіт видатних науковців. Теоретичні аспекти самооцінки розробляли у своїх роботах В. Г. Абдрахманова, Б. Г. Ананьєв, Л. В. Захарова, Г. К. Радчук, А. Р. Ратінов, С. Л. Рубінштейн, І. С. Кон, М. І. Лісіна, С. Д. Максименко, С. Ф. Спичак, В. В. Столін, І. І. Чеснокова, Р. Бенс, К. Левін, Дж. Мід, К. Роджерс,

С. Куперсміт та ін. У працях вищезгаданих дослідників було розкрито сутність, механізми виникнення, структура і функції самооцінки.

Самооцінку як складне внутрішнє утворення, що відіграє важливу роль у регуляції поведінки і діяльності, вивчали Л. І. Божович, М. Й. Боришевський, Л. Ф. Бурлачук, А. І. Ліпкіна, С. Д. Максименко. Характеристики самооцінки, які визначають її рівень та адекватність у своїх дослідженнях, подали В. І. Батов, В. В. Волков, Н. Я. Константинов, А. І. Мокрецов, А. Р. Ратінов. На те, що неадекватна самооцінка може негативно впливати на особистість, звертали особливу увагу В. А. Бараннік, Г. К. Валіцкас, Ю. Б. Гіппенрейтер, А. І. Ліпкіна, А. Є. Личко, Н. О. Ратінов, О. А. Реан, О. Л. Рибак, С. М. Хоружий та ін. Підходи до вирішення проблеми подолання негативної самооцінки запропонували А. Адлер, А. Маслоу, К. Роджерс, Л. І. Божович, Л. С. Виготський, О. М. Прихожан, П. Р. Чамата та ін.

Багатоаспектне вивчення самооцінки підтверджує її складність і багатозначність як психологічного феномену, її вплив на розвиток та функціонування різних психологічних виявів особистості. Складність дослідження самооцінки також вбачається в органічному поєднанні процесуального і структурного компонентів: самооцінка може змінюватися в процесі діяльності та водночас впливати на неї. Ці непрості взаємозв'язки ми вирішили зобразити графічно, побудувавши структурно-динамічну модель самооцінки шляхом аналізу підходів до вивчення самооцінки.

Метою статті є теоретичний аналіз, узагальнення і систематизація основних досліджень самооцінки, які розкривають її структуру та процес формування; побудова структурно-динамічної моделі самооцінки.

Виклад основного матеріалу дослідження.

Феномен самооцінки вивчався багатьма науковцями, що призвело до формування різних підходів до її вивчення: 1) особистісний підхід розглядає самооцінку як важливий компонент самосвідомості особистості; 2) структурно-цілісний підхід вивчає самооцінку як один із компонентів цілісної структури особистості й одночасно як складне системне за своєю природою утворення:

вона є цілісною і водночас багатоаспектною, має багаторівневу будову та ієрархічну структуру, міжсистемні зв'язки з іншими утвореннями; 3) діяльнісний підхід пропонує розглядати самооцінку як чинник, що впливає на якість результатів діяльності особистості; 4) динамічний підхід використовується під час аналізу самооцінки у процесі вікової зміни індивіда у взаємозв'язку зі становленням особистості; 5) психопатологічний підхід розглядає самооцінку як показник психічного здоров'я особистості; 6) функціональний підхід передбачає вивчення самооцінки як однієї з основних функцій особистості [8, с. 460–461].

Самооцінка – оцінка особистістю самої себе, своїх можливостей, якостей, місця серед інших людей; належить до ядра особистості, є важливим регулятором її поведінки [11]. Таке тлумачення поняття “самооцінки” є актуальним для *особистісного підходу*, який розглядає самооцінку як важливий компонент самосвідомості особистості.

Одне з найосновніших місць у дослідженні особистості С. Л. Рубінштейн [9] відводить самосвідомості. За словами психолога, процес становлення людської особистості містить у собі невід'ємний компонент формування її свідомості і самосвідомості. Особистість як свідомий суб'єкт усвідомлює не лише весь навколишній світ, але й себе в своїх відношеннях з оточуючими. Розвиток самосвідомості, як вважає психолог, проходить низку ступенів: від найвного незнання стосовно самого себе до глибшого самопізнання, яке поєднується з більш визначеною та іноді різкою несформованою самооцінкою.

Як компонент самосвідомості самооцінку розглядав І. С. Кон [6]. На його думку самосвідомість складається з трьох компонентів: активне “Я” (саморегуляція і самоконтроль), рефлексивне “Я” (самопізнання та самооцінка), пережите “Я” (процес самовідчуттів). Психолог зазначав: поняття “самосвідомості” є набагато ширшим і не може порівнюватися з набором різноманітних самооцінок; образ “Я” утворюється набагато раніше, ніж самооцінка.

Дослідження Л. С. Виготського [4] також було присвячено проблемі самосвідомості. Науковець звертає увагу на шість напрямків, що характеризують її структуру: 1) накопичення знань про себе, зростання їх зв'язності, обґрунтованості; 2) поглиблення знань про себе, психологізація; 3) інтеграція; 4) усвідомлення власної індивідуальності; 5) розвиток внутрішніх моральних критеріїв при оцінюванні себе, своєї особистості; 6) розвиток індивідуальних особливостей процесів самосвідомості.

Структуру самосвідомості як складного утворення М. Й. Боришевський [3] розуміє як взаємозалежність таких одиниць: самооцінка, домагання, соціально-психологічні очікування й образ “Я”.

Отже, зазначені вище науковці виокремлювали у структурі самосвідомості компонент “самооцінка”. Подібної думки дотримувались і вважали самооцінку важливим компонентом самосвідомості у своїх роботах Л. В. Бороздіна, О. А. Белобрикіна, Т. В. Дмитрова, В. С. Мухіна, Л. Д. Олійник, С. М. Петрова, Ю. О. Рождественський, О. Т. Соколова, В. В. Столін та ін.

Наступним кроком нашого дослідження став аналіз самооцінки як *складного системного* утворення за своєю природою.

За Р. Бернсом [1], самооцінка – це особистісне судження про власну цінність, яке виражається в установках, що притаманні індивіду. Психолог визначає самооцінку як емоційно-ціннісну структуру і вважає її засобом та умовою формування “Я”-концепції: 1) когнітивний аспект – знання про власну особистість у всіх сферах; 2) самооцінка або прийняття себе – сукупність оціночних характеристик, емоційно-ціннісне ставлення людини до себе; 3) поведінкові установки – дії, що породжуються образом Я і ставленням до себе та реалізуються у процесі спілкування з оточуючими.

Самооцінку, як єдність раціонального й емоційного компонентів, розглядає І. І. Чеснокова [12]. Раціональний компонент складається зі знань особистості про себе, розвивається від пізнання зовнішнього світу, інших людей, взаємовідносин. Спочатку помітним є лише видимий бік власних

вчинків, а згодом відбувається усвідомлення глибинних механізмів діяльності та поведінки. Від розвитку емоційної сфери дитини залежить генезис емоційного компонента самооцінки: ситуативні і неглибокі емоції еволюціонують у стійкі форми вияву.

Самооцінку у світлі людських потреб розглядав М. Вагнер. Він запропонував перелік взаємозалежних чинників, з яких складається самооцінка:

1) відчуття себе потрібним, бажаним, коханим є центральним стрижнем самооцінки (людина повинна належати родині, суспільству; відсутність любові створює цілий комплекс емоційних проблем, що турбуватимуть людину впродовж більшої частини життя);

2) почуття гідності тісно пов'язано з першим компонентом: якщо людина відчуває любов, повагу, підтримку з боку оточуючих, вона швидше за все буде сприймати себе;

3) почуття компетентності – люди, які мають здорове уявлення про себе, оптимістичний та впевнений погляд на речі, легко вирішують проблеми, з радістю й ентузіазмом зустрічають новий день.

Отже, за М. Вагнером, найближче оточення впливає на формування самооцінки як чинник впливу на її компоненти та є референтною групою для особистості. Особливої актуальності ця теза набуває під час розгляду *динамічного підходу* (розвиток самооцінки у процесі вікової зміни індивіда у взаємозв'язку зі становленням особистості).

Психологами встановлено, що батьки впливають на самооцінку дитини ще від моменту зачаття. Наприклад, М. Томенн-Спіч прийшла до такого висновку, досліджуючи вагітних жінок. Вона встановила, що бажані діти народжуються більш здоровими, бо відчувають любов батьків. Якщо ж вагітність є неприємною, невчасною звісткою для батьків – дитина відчуває емоційне напруження, а згодом відчуття непотрібності буде переслідувати людину і в дорослому житті, впливаючи на формування самооцінки.

Становлення самосвідомості та розвиток самооцінки розпочинається у дітей 1–2 років, хоча вони і не мають чітких “кордонів” свого існування, не

розуміють, що вони – особлива, окрема від іншого світу його частина. Дитина не знає, де закінчується вона сама та починається інша людина. Проте дорослі, які оточують дитину, є джерелом інформації про власну зовнішність, певні фізичні якості, поведінку. Трирічні діти починають порівнювати себе з іншими людьми, намагаються відповідати вимогам дорослих. Саме від схвалення оточуючих залежить самооцінка дитини цього віку. Під час порівняння дитина, як правило, орієнтується на соціальні норми, прийняті в її оточенні.

Самооцінка дошкільнят в основному залежить від характеру спілкування з дорослими також. Для формування адекватної самооцінки дитини оцінні судження дорослих щодо діяльності і поведінки мають бути точними й аргументованими, відігравати стимулюючу роль, мобілізувати зусилля дитини на отримання результату.

До 4–5 років у багатьох дітей формується здатність правильно оцінювати себе, свої особистісні якості, досягнення та невдачі. Причому, якщо раніше це, зазвичай, стосувалося гри, то тепер переноситься і на спілкування, працю, навчання. Таке досягнення Р. С. Немов [7] розглядає як ще один крок до психологічної готовності до навчання у школі, де учень має оцінювати себе у різних видах діяльності.

Особливістю дітей молодшого шкільного віку є повне визнання ними авторитету дорослого (на відміну від дошкільного періоду, на перший план виходить авторитет вчителя). Р. С. Немов [7] наголошує, що безмежна довіра до дорослих, особливо до вчителя, покора та наслідування створюють сприятливі умови для виховання дитини як особистості, але вимагають від дорослих великої відповідальності, уважного контролю за власними діями і судженнями. Важливо підкреслювати успіхи дитини, його позитивні сторони, а труднощі долати разом.

Серед учнів молодшої школи, на відміну від дошкільнят, уже зустрічаються самооцінки різних типів: адекватні, завищені або занижені. Одним з новоутворень у молодшому шкільному віці є рефлексія – усвідомлення дитиною того, як її сприймають інші (якою дитина є насправді, якою дитина

бачить себе, якою вона здається іншому). Тобто вміння “з боку” розглядати й оцінювати власні думки та дії є основою відображення (або рефлексії) рівня адекватності власної спрямованості, схильності до самоаналізу (В. М. Поліщук). Добре розвинута рефлексія – крок до формування адекватної самооцінки у підлітковому віці. На думку В. В. Давидова, дитина стає підлітком, коли набуває рефлексії. У молодшому шкільному віці значущою є рефлексія розумової сфери, у старшому – моральної.

Самооцінка підлітка найчастіше є нестабільною і недиференційованою. У різні вікові періоди підліток оцінює себе по-різному. Розвиток психологічних особливостей підлітка (виникнення у цьому віці відносно стійких ідеалів, прагнення зрозуміти себе) Л. І. Божович [2] вважає підґрунтям для активного розвитку самооцінки.

На думку А. В. Петровського, самооцінка змінюється не “прямо пропорційно” вікові, а на основі змінення провідної діяльності особистості й усвідомлення дитиною себе членом колективу. Отже, вплив на становлення самооцінки у кожний віковий період найбільш продуктивно здійснювати через відповідну йому провідну діяльність. З переходом до нового вікового періоду самооцінка збагачується різним змістом, змінює структуру у зв’язку зі зміною типу провідної діяльності. У підлітковому та юнацькому віці в результаті включення в суспільне життя і трудову діяльність формується розгорнута система соціально-моральних самооцінок, завершується розвиток самосвідомості та складається образ “Я”.

Психопатологічний підхід: самооцінка розглядається як показник психічного здоров’я особистості. Психічне здоров’я – стан психічної сфери, основою якого є загальний душевний комфорт, що забезпечує адекватну психоемоційну та поведінкову реакцію, зумовлюється як біологічними, так і соціальними потребами, а також можливостями їх задоволення. О. Б. Сидоренко зазначає, що на стан психічного здоров’я впливають гігієнічні, соціальні, економічні, а особливо психологічні чинники, серед яких самооцінка є важливим чинником емоційного благополуччя [10, с. 43].

Дослідження психологів переконливо доводять, що самооцінка може як стимулювати, так і пригнічувати активність людини. Невпевненість у собі, тривожність, негативні настрої й емоції, втрата почуття власної гідності, хворобливе ставлення до невдач пов'язані з неадекватно заниженою самооцінкою. Підозрлість, упертість, агресивність, недовіра, безтактність, грубість, надмірна вразливість, конфліктність, нетерпимість до зауважень – ознаки неадекватно завищеної самооцінки.

Невідповідність самооцінки суб'єкта та оцінки значущого оточення може призвести до емоційних зривів, внутрішніх конфліктів. Тому особливу увагу потрібно приділяти особистості, яка формується, акцентувати позитивні моменти і долати перешкоди разом, розкривати потенціал дитини, підлітка.

Функціональний підхід передбачає вивчення самооцінки як однієї з основних функцій особистості. З урахуванням часового аспекту А. В. Захарова [5] виокремлює види самооцінки, за допомогою яких описує функції самооцінки:

1) прогностична самооцінка надає можливість суб'єкту оцінити свої можливості, визначити ставлення до них; вона набуває актуальності від початку діяльності та до здійснення вчинку. Однією з характеристик прогностичної самооцінки є рівень домагань, основу якого складає оцінка суб'єктом своїх можливостей. Емоційний компонент прогностичної самооцінки виявляє міру сформованості у суб'єкта почуття відповідальності за можливий результат власних дій;

2) актуальна самооцінка оцінює і корегує виконавчі дії під час здійснення вчинку. Таку самооцінку Х. Хекхаузен називав “поточною” або “інтроспективною”, звертав увагу на те, що вона фіксує емоційні стани, зміни очікувань, ступінь “вдалої діяльності”. Слід зазначити, що важливим психологічним механізмом цього виду самооцінки є дії самоконтролю;

3) ретроспективна самооцінка аналізує досягнутий рівень розвитку, підсумків діяльності, наслідків, вчинків. Також вона бере участь у визначенні суб'єктом перспектив свого розвитку, оскільки під час її актуалізації людина

відзначає як позитивні, так і негативні сторони своєї діяльності й особистості. Цей вид самооцінки детермінує процеси “каузальної атрибуції” – пояснення суб’єктом причин успіху чи невдач власної поведінки і діяльності.

Усі види самооцінки тісно пов’язано між собою, а у реальній діяльності самооцінювання постійно спостерігаються їх взаємні переходи, трансформації одна в одну. Виконуючи регулятивну функцію, самооцінка є необхідною внутрішньою умовою організації суб’єктом своєї поведінки.

За скерованістю та остаточним результатом регулятивні функції самооцінки поділяються на оціночні, контрольні, стимулюючі, блокуючі, захисні. Її функції не обмежуються вирішенням завдань адаптації, пристосування суб’єкта до нових умов. Самооцінка є важливим чинником мобілізації людиною своїх сил, реалізації прихованих можливостей, творчого потенціалу. Як механізм саморегуляції самооцінка задіяна в усіх сферах життєдіяльності людини – діяльності, поведінці, пізнанні, спілкуванні.

Діяльнісний підхід пропонує розглядати самооцінку як чинник, що впливає на якість результатів діяльності особистості, надає можливість виокремити ті основи, на які об’єкт опирається, оцінюючи свої можливості або результати роботи. Цей підхід невід’ємно пов’язано з попереднім. Успішна, результативна діяльність сприяє підвищенню самооцінки і навпаки. Особистість має усвідомлювати свої досягнення та невдачі у певній діяльності, а також порівнювати їх з досягненнями інших людей.

Отже, аналіз різних підходів до вивчення самооцінки надав нам змогу розробити структурно-динамічну модель самооцінки (див. рисунок).

Дослідники наголошують, що самооцінка є невід’ємною частиною, компонентом самосвідомості, тому ми включили до нашої моделі структуру самосвідомості за І. С. Коном, графічно продемонстрували місце самооцінки в структурі самосвідомості.

Самооцінку часто розглядають з точки зору “Я-концепції”. Адекватність уявлень людини про себе, за К. Роджерсом, характеризує співвідношення між “Я-реальним” (уявлення індивіда про себе у сучасний момент, у момент самого

переживання) і “Я-ідеальним” (уявлення людини про те, якою вона повинна бути, щоб відповідати власним уявленням про ідеал). Опираючись на досвід відомого психолога, ми зобразили самооцінку як результат взаємодії “Я-реального” та “Я-ідеального”.

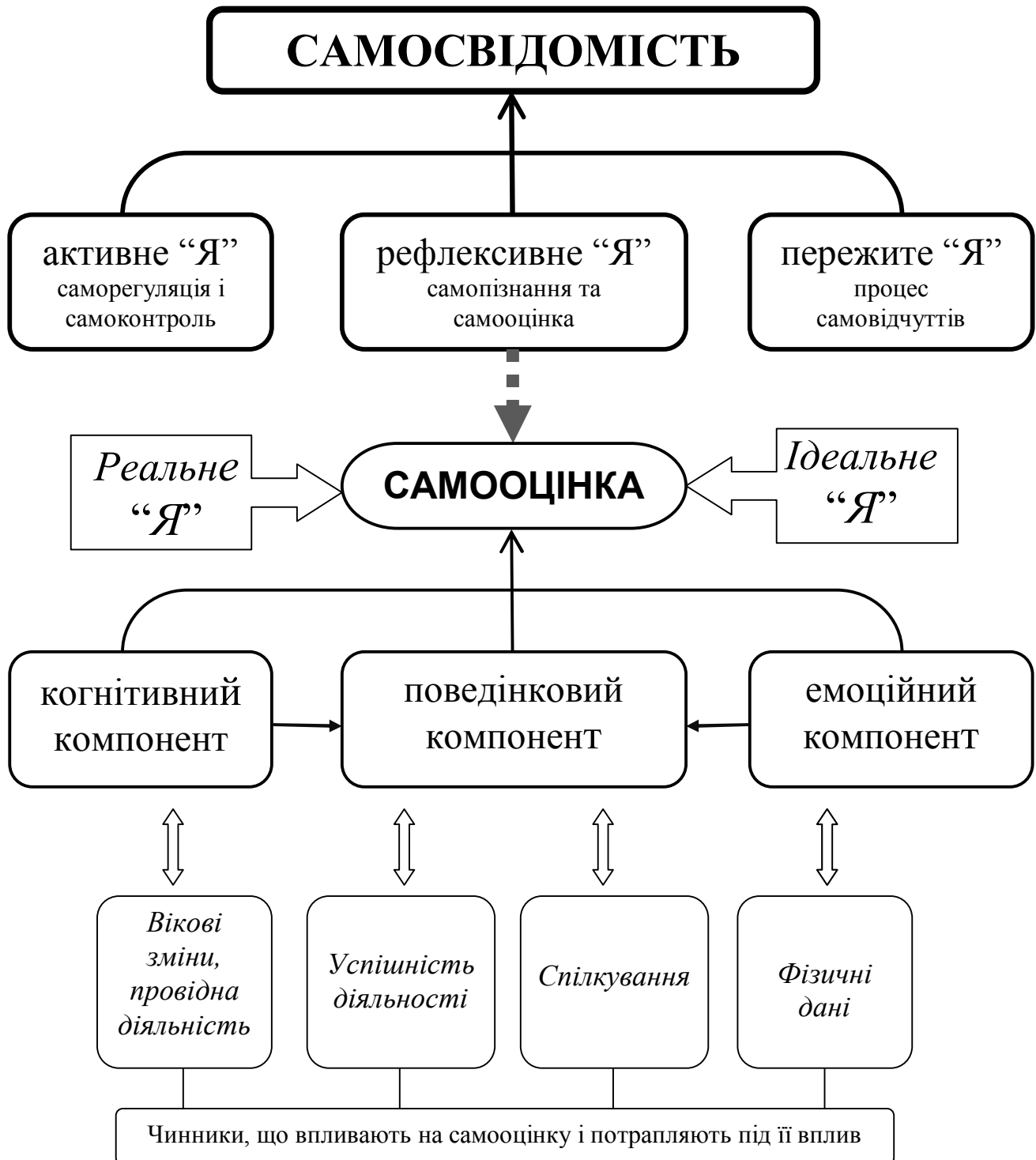


Рисунок – Структурно-динамічна модель самооцінки

Як уже зазначалося, самооцінка є важливим компонентом, структурною частиною і водночас має складну структуру. Ознайомившись з дослідженнями І. І. Чеснокової, І. С. Кона, ми зобразили самооцінку як взаємодію когнітивного, емоційного та поведінкового компоненту. Багато науковців наполягають на думці, що поведінковий компонент є результатом взаємодії когнітивного й емоційного, що також відображено у моделі.

На формування, розвиток самооцінки впливає низка чинників: провідна діяльність, яка змінюється з віком особистості; ступінь її успішності; характер спілкування з найближчим оточенням, відчуття підтримки, захищеності; фізичні дані, а саме: зріст, фізична сила, наявність чи відсутність фізичних недоліків та серйозних хвороб (особливо серед представниць жіночої статі). Проте, слід зазначити, що і самооцінка має вплив на діяльність, спілкування, поведінку людини.

Висновки. Маючи великий вплив на формування особистості, питання самооцінки приваблює багато дослідників. Численні підходи до вивчення самооцінки дають суперечливі результати, які вимагають систематизації й узагальнення. Проте, однозначним є те, що самооцінка – результат тривалого процесу, який відбувається під впливом різноманітних детермінант і не припиняється впродовж усього життя людини. Самооцінка не лише залежить від оточення особистості, її стилю спілкування, успіхів у діяльності, а й впливає на всі сфери життя людини, корегує її поведінку. Подана нами модель демонструє самооцінку в структурі самосвідомості, подає її як результат взаємодії “Я-реального” та “Я-ідеального”, розкриває структуру самооцінки й особливостей її формування і впливу на поведінку людини.

Перспективи подальших досліджень у даному напрямку вбачаються у ґрунтовному вивченні самооцінки підлітків, які схильні до агресивної поведінки, з метою розробки корекційно-розвивальної програми, спрямованої на зниження агресивності.

Список використаної літератури

1. Бернс, Р. Развитие “Я-концепции” и воспитание / Роберт Бернс. – М., 1986. – 422 с.
2. Божович, Л. И. Избранные психологические труды. Проблемы формирования личности / Л. И. Божович; под ред. Д. И. Фельдшлейна. – М. : Международная педагогическая академия, 1995. – 510 с.
3. Боришевский, М. И. Развитие саморегуляции поведения школьников : дис. ... в форме научного доклада ... доктора психол. наук : 19.00.07 / Мирослав Иосифович Боришевский. – К., 1992. – 77 с.
4. Выготский, Л. С. Вопросы теории и истории психологии / Лев Семенович Выготский // Собр. соч. : в 6 т. – М., 1984. – Т. 1. – 520 с.
5. Захарова, А. В. Деятельностный подход к изучению самооценки / А. В. Захарова // Психодиагностика и школа : тезисы симпозиума. – Таллин, 1980. – С. 11–14.
6. Кон, И. С. В поисках себя: Личность и ее самосознание / Игорь Семенович Кон. – М. : Политиздат, 1984. – 333 с.
7. Немов, Р. С. Психология : учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений : в 3 кн. / Роберт Семенович Немов. – 4-е изд. – М. : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – Кн. 2 : Психология образования. – 608 с.
8. Пастухова, М. В. Теоретические аспекты психологического изучения самооценки личности / М. В. Пастухова // Известия Самарского научного центра Российской академии наук. Т. 12. – 2010. – № 5. – С. 460–462.
9. Рубинштейн, С. Л. Проблемы общей психологии / Сергей Леонидович Рубинштейн. – М. : Педагогика, 1976. – 416 с.
10. Сидоренко, О. Б. Самооцінка як фактор психічного здоров'я та емоційного благополуччя молодшого школяра / О. Б. Сидоренко // Актуальні проблеми збереження психологічного здоров'я підростаючого покоління : матеріали Всеукраїнських психолого-педагогічних Демиденківських читань. – Бердянськ : БДПУ, 2013. – С. 43–45.
11. Общая психология. Словарь // Энциклопедический словарь : в 6 т. / ред.-сост. Л. А. Карпенко. – М. : ПЕР СЭ, 2006. – 176 с.

12. Чеснокова, И. И. Проблемы самосознания в психологии / И. И. Чеснокова. – М. : Наука, 1977. – 144 с.

Рецензент: кандидат психологічних наук, доцент Малихіна Т. П.

Стаття надійшла до редакції 22.11.2013.

Пирлик М. А. Структурно-динамическая модель самооценки

В статье отражен актуальный психологический вопрос – определение структуры самооценки. Детально проанализированы подходы к изучению самооценки, определено место самооценки в структуре самосознания личности, рассмотрены составляющие самооценки, пути ее развития, определены особенности формирования самооценки на разных возрастных этапах развития личности, охарактеризована самооценка как регулятор поведения личности. Результат теоретического исследования – построение структурно-динамической модели самооценки личности.

Ключевые слова: самооценка, структура самооценки, Я-концепция, самосознание.

Pyrlyk M. A. Structural and dynamic model of self-esteem

The article is devoted to the study of structure of self-esteem. The article analyses the approaches to the study of self-assessment, defines the place of self-assessment in the structure of consciousness of the person, considers the components of the self-assessment, ways of its development, features of formation of self-assessment at different age stages of personality development, and characterizes self-esteem as a regulator of the behaviour of a person. The result of theoretical research is the construction of structural and dynamic model for self-esteem of personality.

Key words: self-esteem, structure of self-esteem, self-concept, self-awareness.