
ХАРАКТЕРИСТИКИ САМООЦІНКИ ПРИ ЇЇ СТІЙКОСТІ ТА НЕСТІЙКОСТІ

УДК 159.9.072

Зінько О.В. (Zin'ko O.V.)

Національний університет кораблебудування імені адмірала С.О. Макарова

Проаналізовано особливості стійкої та нестійкої самооцінки на матеріалі ранньої зрілості. Виявлені зниження висоти профілів і модифікація структури самооцінки при її нестабільності; розглядаються змістовні змінення оцінки себе, а також ймовірні причини виникнення нестійкої самооцінки.

Ключові слова: самооцінка, стійкість/нестійкість, впевненість у собі, соціальні контакти.

Features of stable and flexible self-esteem have been analyzed in the context of early maturity. Reduction of height profiles and modification in the structure of self-esteem in its instability have been identified; substantial self-assessment changes, as well as probable causes of non-self-esteem are discussing.

Key words: self-esteem, stability/instability, self-confidence, social contacts.

Протягом останніх десятиріч дослідженню самооцінки (СО) приділяється значна увага. На сьогодні розроблені теоретичні положення, які визначають місце СО у структурі самосвідомості [2; 3; 13; 18; 19], визначена вікова динаміка оцінки себе [3; 7; 8], її структура [3], зв'язок з рисами особистості [5; 6; 10; 12]. Однак в широкому спектрі робіт невинновдано мале місце відведено вивченню такого важливого параметра СО, як стійкість.

З точки зору Л.І.Божович [1], характеристика стабільності СО передбачає рівновіддаленність від двох полярних її значень: 1) надгнучкості, нестійкості, залежності від ситуації, оцінок інших; 2) ригідності, нерухомості.

В експериментальних дослідях деяких авторів [14; 16] стійкість СО розглядається через співвідношення орієнтації особистості на СО та на оцінку іншими. Але припущення Е.І.Савонько щодо більшої стабільності СО у людей

зі зниженою орієнтацією на зовнішні оцінки підтвердилось лише частково, що є свідомством більш складного характеру залежності стійкості СО від її орієнтації на зовнішні оцінки.

Проблема збереження стійкості СО аналізується В.Ф.Сафінім [15]. В якості механізмів самозбереження стабільної СО автор описує підвищення загального рівня оцінки себе до середнього за рахунок: а) моделі: „Я не гірший і не кращий за інших”; б) сполучення неадекватно високих та адекватно низьких СО - модель: „Я гірший в цьому, але кращий в тому”; в) перенесення високого адекватного рівня СО результатів в одному виді діяльності в інші сфери; г) неадекватного зниження рівня СО оточуючих до рівня власної СО.

Багато авторів в своїх дослідженнях розглядають фактори, які впливають на стійкість СО: складність завдання, що виконується [16], вплив неуспіху [11], орієнтація на оцінку оточуючих [14], зміна уявлень про себе і трансформація ієрархії шкал-цінностей, в системі яких проводиться оцінювання [17], тим не менш питання про причини виникнення нестійкості СО залишається відкритим.

Задача представленого дослідження полягала в тому, щоб прояснити питання: чи є різниця між стабільною та флексибельною СО за змістом і висотою і якщо - так, то в чому вона полягає?

Методика. Для діагностики СО була використана модифікована методика Дембо-Рубінштейн [4]. Виключення респондентів з вираженими показниками невротизму здійснювалось за допомогою тесту Хека-Хес.

В експерименті взяли участь 20 чоловіків та 20 жінок віком від 18 до 23 років, з вищою та середньою освітою.

Результати і обговорення. За параметром стійкості СО всі випробовувані відбирались по двом групам: I - особи з нестійкою СО: 10 жінок та 10 чоловіків, (20 осіб); II - суб'єкти зі стійкою СО: 10 жінок та 10 чоловіків (20 осіб).

Першим кроком аналізу було порівняння усереднених профілів СО респондентів I та II груп за параметром висоти. Виявилось, що СО при її стабільності значно вища, ніж при нестійкості за реальною позицією в СО

(крит. Манна-Уїтні, $p=0,01$), досяжною ($p=0,01$), та ідеальною ($p=0,05$). У суб'єктів зі стабільною СО їх оцінка себе відповідає віковим нормам [7, 8]. Крива реальної СО майже повністю розташована в верхньому секторі. Крива „можу” знаходиться в півінтервалі між профілями ідеальної та реальної СО, хоча й трохи ближче до ідеальної по ряду шкал. Ідеали випробовуваних зі стійкою СО дуже високі та осмислені. У осіб І групи профіль реальної СО розташований у середньо-низькій зоні, що невластиве для даного віку. Ідеали знижені, часто не наповнені смисловим змістом. Крива досяжної СО наближається до ідеальної по ряду шкал, по більшій частині - знаходиться в півінтервалі між реальною та ідеальною. Таким чином, якщо особи ІІ групи працюють у властивому їм віковому діапазоні, то випробовувані І групи оцінюють себе набагато нижче, притому, як правило, неадекватно нижче.

Порівняння висоти профілів реальної, ідеальної і можливої СО показало, що у випадку стійкості профілі розташовуються компактно, в високому або середньо-високому секторі; при лабільності фіксується не тільки зниження всіх графіків, але й загальна модифікація самооціночної конструкції: структура СО розтягнута за рахунок зміни її локалізації по більшості шкал. Хоча ідеали респондентів І групи значимо нижче, ніж у випробовуваних ІІ групи, вони все ж таки доволі високі; але профілі реальної й досяжної СО осіб з флексибельною оцінкою себе значимо нижче, ніж аналогічні профілі суб'єктів зі стійкою СО, тому інтервали між графіками виявляються суттєво більшими.

Цікаво, що у випробовуваних обох груп спостерігається зниження позиції за шкалою «характер». Однак цей різкий спад СО не є емоційно обтяженим. Респонденти, вказуючи на такі риси характеру, як запальність, роздратованість, впертість, агресивність, невміння поступатися і вислуховувати інших, відсутність терпіння, лінь, або виражають надію на те, що у майбутньому їм вдасться легко викорінити небажані якості, або вказують на те, що мати гарний характер погано, незручно, люди з гарним характером опиняються на нижньому полюсі шкали.

Аналізуючи профіль реальної СО осіб І групи в цілому, необхідно звернути увагу на низьку позицію на шкалі впевненості в собі. Важливо, що

навіть на усередненому графіку спостерігається різкий спад профілю по даній шкалі, який є інтегральним слідством того, що всі або майже всі суб'єкти І групи відчувають невпевненість в собі, і більшість з них усвідомлює це.

На відміну від спаду по шкалі „характер” зниження СО по впевненості в собі емоційно дуже важко емоційно переживається випробовуваними. Найчастіше вони пов'язують свої невдачі в інших сферах життя саме з відсутністю впевненості в собі. Респонденти відмічають, що ця шкала є для них найбільш значимою або однією з найважливіших. На питання, що таке впевненість в собі, багато учасників утрудняються дати відповідь, інші ж пояснюють, що це вміння постояти за себе, впевненість в правильності власних рішень, вміння вільно спілкуватися з людьми, здатність подолати комплекси; невпевненість несе в собі гнетуче відчуття недоліків, неможливість перебороти їх. З точки зору учасників, джерелом невпевненості в собі є: незадоволеність власною зовнішністю, загальним розвитком, характером, вольовими якостями, вмінням зайняти позицію лідера в групі. Однак першопричини виникнення невпевненості в собі залишаються неясними. Самі випробовувані або взагалі не можуть відповісти на це питання, або вважають, що виною всьому виховання, хоча це мало прояснює становище. Намагаючись здолати невпевненість в собі, одні респонденти сподіваються на допомогу оточуючих, інші розраховують на свої сили, не маючи, однак, ясних засобів корекції, треті намагаються розвинути впевненість в собі за допомогою досягнень.

У суб'єктів І групи яскраво виражені орієнтація на оцінку оточуючих, залежність від соціуму, конформність і бажання відповідати нормам, прийнятим у суспільстві, часто громадська думка для них виявляється набагато важливішою за власну. Пояснюючи проставлені відмітки по шкалі „соціальні контакти”, випробовувані з нестійкою СО визначають свою позицію в групі і відношення до них оточуючих, в той час як для осіб зі стабільною СО більш значними є задоволення від спілкування та їх особисте ставлення до інших людей. Потрібно відзначити, що теми невпевненості в собі і орієнтування на думку соціуму звучать у багатьох респондентів при обговоренні більшої

частини шкал, що вказує на деяку ригідність, невміння переключатися і, безумовно, на високу значимість „впевненості в собі” і „соціальних контактів”.

Сеанси клінічної бесіди дозволяють уточнити механізм самооцінювання. Суб'єкти зі стійкою СО, розкриваючи оцінку себе, незважаючи на графічні позиції, обговорюють питання: чому вони не поставили вище? (що є відмітною особливістю даного віку [7]), а особи з лабільною СО, як правило, намагаються впевнити експериментатора, що не даремно поставили відмітку так високо, обговорюючи питання: чому вони не поставили нижче?

Суб'єкти зі стабільною СО в більшості випадків аргументують тільки те, чому не оцінюють себе вище, але не можуть пояснити, що дозволяє їм оцінювати себе зараз на такому рівні, або добре аргументують позицію по одним шкалам і зовсім не розкривають по іншим. Респонденти з нестійкою СО, коментуючи свою позицію на одній зі шкал, часто переходять до обговорення впевненості в собі або соціальних контактів, таким чином занижуючи СО по іншим шкалам за рахунок низьких оцінок по найбільш значимим. Цікавою особливістю цих обстежуваних є також те, що вони з набагато більшою легкістю пояснюють високі СО, ніж низькі. Це перекликається з дослідженням Т. Heatherton, N. Ambary [20], в якому було виявлено, що люди з високою СО здатні компенсувати загрозу одному виміру СО через підкріплення інших, а суб'єкти з низькою СО переносять зниження СО в одній сфері на інші.

Таким чином, проведений аналіз показав, що між випробовуваними I та II груп є статистично значимі відмінності за висотою реальної, досяжної та ідеальної СО: всі три профілі оцінки себе осіб з лабільною СО розташовані нижче, ніж профілі респондентів зі стійкою СО. Суб'єкти I групи демонструють відсутність впевненості в собі і виражене орієнтування на оцінку соціуму. Вони усвідомлюють власну невпевненість, вказують на її можливі джерела, але не можуть скорегувати її і зрозуміти причини виникнення.

Проведений експеримент не стільки претендує на описання конкретних відмінностей, скільки задає зону пошуку. Очевидно, що останній повинен бути направлений не просто на розширення статистики, але й на збільшення вікового

діапазону випробовуваного контингенту, оскільки маються дані про доволі ранні прояви особливостей СО [9; 21]. Суттєвим є питання про те, що стоїть за отриманими відмінностями: властивості темпераменту, особливості виховання? Відповідь на нього потребує глибокого та ретельного вивчення.

Американські дослідники показали, що стійкість СО може служити фактором, діагностуючим ендogenous депресію, особливо в дитячому віці: чим стабільніше СО, тим менше схильність до депресивних станів [21]. Отже, представляє інтерес зв'язок нестійкості СО з особливостями емоційно-мотиваційної сфери суб'єкта, ступінь адекватності нестійкої СО. Це в свою чергу може мати значення для профвідбіру, практики виховання, діагностики особистісних якостей людини та ефективної їх корекції.

Література:

1. Божович Л.И. Избранные психологические труды. М. 1995.
2. Бороздина Л.В. Что такое самооценка? // Психол. журн. 1992. № 4.
3. Бороздина Л.В. Теоретико-экспериментальное исследование самооценки: Докт. дис. М. 1999.
4. Бороздина Л.В., Видинска Л. Притязания и самооценка // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14. Психология. 1986. № 3.
5. Бороздина Л.В., Залученова Е.А. Увеличение индекса тревожности при расхождении уровней самооценки и притязаний // Вопр. психол. 1993. №1.
6. Бороздина Л.В., Капник Т.М. Реакция на фрустрацию при несоответствии уровня самооценки и притязаний // Ученые записки кафедры общей психологии ф-та психологии МГУ. Вып. 1. М. 2002.
7. Бороздина Л.В., Молчанова О.Н. Самооценка в разных возрастных группах: от подростков до престарелых. М. 2001.
8. Бороздина Л.В., Рудова Е.В., Соломина Л.В. Самооценка и возраст // Тезисы научных сообщений советских психологов VI Всесоюзному съезду Общества психологов СССР. М. 1983.
9. Боязитова И.В. Взаимосвязь самооценки и волевой регуляции при переходе детей от дошкольного к младшему школьному возрасту. Автореф.

канд. дис. М. 1998.

10. Былкина И.Д. Соотношение самооценки и уровня притязаний в норме и при психосоматической патологии: Канд. дис. М. 1995.

11. Гульянова Н.А. О связи самопринятия и осознания Я-образа в ситуации неуспеха // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14. Психология. 2001. № 3.

12. Залученова Е.А. Соотношение самооценки и уровня притязаний и его влияние на личностные особенности: Автореф. канд. дис. М. 1995.

13. Кон И.С. В поисках себя. Личность и ее самосознание. М. 1984.

14. Савонько Е.И. Возрастные особенности соотношения ориентации на самооценку и на оценку другими людьми // Изучение мотивации поведения детей и подростков / Под ред. Л.И. Божович. М. 1972.

15. Сафин В.Ф. Устойчивость самооценки и механизм ее сохранения // Вопросы психологии. 1975. № 3.

16. Симоненко И.А. Развитие адекватности и устойчивости самооценки младшего школьника в учебной деятельности: Канд. дис. СПб. 2000.

17. Соколова Е.Т., Федотова Е.О. Влияние мотивационного конфликта и когнитивной недифференцированности на устойчивость самооценки // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14. Психология. 1986. № 1.

18. Спиркин А.Г. Сознание и самосознание. М. 1972.

19. Чеснокова И.И. Проблема самосознания в психологии. М. 1977.

20. Heatherton T.D., Ambary N. Self-Esteem, Self-Prediction and Living-up to commitments // Self-esteem: the puzzle of low self-regard / Ed. by R.F. Baumeister. N.Y., 1993.

21. Kernis M.H. The Roles of stability and level of Self-Esteem in Psychological Functioning // Self-esteem: the puzzle of low self-regard / Ed. by R.F. Baumeister. N.Y. 1993.