

Шибрук О.В.

Самооцінка та рівень домагань у структурі Я-концепції курсантів

*Шибрук Оксана Вячеславівна, психолог сектору психологічного забезпечення
Львівський державний університет безпеки життєдіяльності, м. Львів, Україна*

Анотація. В статті представлена роль самооцінки та рівня домагань у структурі Я-концепції. Запропоноване теоретичне обґрунтування самооцінки та рівня домагань. Визначено, що особистість сприймає, зокрема, себе та свої стосунки з людьми і ставлення до явищ свого оточення так, щоб це відповідало її Я-структурі. Ставлення до світу і оточуючих, здатність приймати самостійні рішення, чинити вільні і відповідальні дії визначаються характером уявлень індивіда про себе. У зв'язку з цим формування адекватного Я-образу вважається одним з найважливіших завдань у процесі розвитку гармонійної особистості професіонала. Як структурний компонент Я-концепції самооцінка характеризується передусім, відмінністю між реальним та ідеальним Я, до якого суб'єкт прагне. Основними вимірами самооцінки є: ступінь її адекватності, висота та міра її стійкості. Вказано, що від правильності самооцінки своїх можливостей залежить рівень домагань особистості. Рівень домагань суттєво залежить від образу Я, зокрема Я-ідеального (відповідно до образу себе в майбутньому людина ставить завдання досягнути цього образу). Самооцінка особистістю своїх якостей визначає оцінку можливостей в досягненні цілей в різних сферах поведінки і діяльності. Виявлено, що при гармонійному поєднанні самооцінки та рівня домагань може формуватися збалансована особистість, з позитивною Я-концепцією, а при розбіжності цих параметрів - дискомфорт, що викликає підвищення тривожності. Курсант із заниженим рівнем, зустрівшись із новими завданнями, переживає невпевненість, тривогу, боїться втратити свій авторитет, а тому намагається відмовитися від них, тому й не використовує свої потенційні можливості. При завищеному рівні домагань індивід береться вирішувати непосильні проблеми, а тому часто зазнає невдач. Проведено дослідження у якому, встановлено, що є багато курсантів із відповідною самооцінкою і рівнем домагань, що є сприятливим показником для формування майбутніх професіоналів, але виявлено значну кількість осіб, яких необхідно спрямувати на реальну оцінку себе і різноманітних труднощів.

Ключові слова: самооцінка, рівень домагань, рівень диференціації, Я-концепція, самореалізація

Вступ. Самооцінка виступає одним із найважливіших компонентів структури Я-концепції особистості та водночас є одним із основних джерел її створення. Уявлення індивіда про себе ніколи не існують безвідносно до емоційно забарвленої їх оцінки. Навіть такі характеристики, які здається і не стосуються особистості людини - місце проживання, фізичні дані, стать, тощо, містять у собі прихований оцінний момент. Автором таких оцінок є сама людина, яка до їх змісту вкладає своє суб'єктивне пояснення реакцій інших людей на такі характеристики, сприймаючи їх під кутом зору засвоєних упродовж життя загальнокультурних, групових та індивідуальних цінностей. Отже, джерелами становлення самооцінки є власні судження індивіда про себе та оцінки індивіда з боку інших людей.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Багато українських психологів (С.Д. Максименко, Г.П. Васянович, О.В. Каламаж, Н.І. Жигайло) відносять особливе місце самооцінці у формуванні особистості майбутніх фахівців. Аналіз літератури дає можливість констатувати, що на сьогодні накопичений певний досвід із підготовки професіоналів. Проте залишається невизначеною проблема рівня самооцінки та рівня домагань у Я-концепції особистості майбутніх рятівників.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати і провести дослідження щодо відповідності рівня самооцінки та рівня домагань майбутніх рятівників.

Результати дослідження. Характер самооцінки безпосередньо залежить від співвідношення між раціональним та емоційним компонентами, зокрема переважання раціонального компоненту призводить до утворення реальної самооцінки, тоді як переважання оцінного – стає чинником, що зумовлює формування розбіжності між оцінками судженнями людини про себе і реальністю.

Особистість сприймає, зокрема, себе та свої стосунки з людьми і ставлення до явищ свого оточення так, щоб це відповідало її Я-структурі. Тому особистість схильна до заперечень або спотворення будь-якого

переживання, що не відповідає її теперішньому Я-образу, оскільки вона відчуває тривогу, загрозу, розлад. Оскільки Я – це результат відображення самого себе, ніби погляд зсередини, внаслідок чого в особистості формується власний (для себе) Я-образ. А. Маслоу, К. Роджерс, Р. Бернс вважають пріоритетом самої особистості вибір дій і вчинків, самовизначення і формування себе. Вони зосереджують увагу на усвідомленні і розвиткові внутрішніх сил особистості, її емоціях, стосунках, переконаннях, цінностях сприйняття і проблемах. Ставлення до світу і оточуючих, здатність приймати самостійні рішення, чинити вільні і відповідальні дії визначаються характером уявлень індивіда про себе. У зв'язку з цим формування адекватного Я-образу вважається одним з найважливіших завдань у процесі розвитку гармонійної особистості професіонала [2, с.53].

Аналізуючи Я-образ як узагальнений механізм саморегуляції поведінки на особистому рівні, М. Борішевський підкреслює його роль у забезпеченні виникнення фундаментального почуття ідентичності, самототожності людини. Саме це почуття, яке невіддільне від уявлень про себе протягом більш чи менш тривалих життєвих періодів, дозволяє людині усвідомити необхідні межі між Я і не-Я, що є важливим моментом, з яким пов'язані такі детермінанти саморегуляції поведінки, як особиста відповідальність, обов'язок, почуття соціальної причетності, зіставлення власних бажань з інтересами оточення. Крім того, почуття ідентичності образу-Я імпліцитно потенціює усвідомлення індивідом змін, які відбуваються в ньому самому, що виражає діалектичну єдність таких протилежностей, як мінливість і сталість [1, с. 34].

Спеціальне дослідження, проведене Г. Уайттом, показало специфічне співвідношення двох взаємодоповнюючих компонентів Я-концепції – самоефективності та самоцінності Я – в їх впливі на поведінку. Г. Уайтт вивчав характер впливу Я-концепції на процес прийняття рішень в ситуації ризику. Результати

дослідження продемонстрували концептуальну відмінність понять самоефективності та самоцінності, причому "самоефективність виступила як принципова змінна, яка впливає на прийняття чи уникнення ризику при прийнятті рішень". Підвищення самоефективності призводить до зростання схильності до ризику, оскільки суб'єкт вважає, що власне він сам здатний контролювати ситуацію, а підвищення самоцінності Я знижує схильність до ризику, так як люди з високим рівнем самоцінності мотивовані підтримувати цей рівень, уникаючи занадто ризикованих ситуацій, а люди з низьким рівнем самоцінності можуть більше ризикувати, або для самоствердження, або в силу того, що їм вже немає, що втрачати [5, с. 82].

Як структурний компонент Я-концепції, самооцінка характеризується передусім, відмінністю між реальним та ідеальним Я, до якого суб'єкт прагне. Тобто, самооцінка також визначається як судження людини про ступінь наявності в неї певних якостей у співвідношенні їх з певним еталоном.

Основними вимірами самооцінки є: ступінь її адекватності, висота та міра її стійкості. Адекватність характеризує самооцінку щодо її відповідності чи розходження з фактичною мірою певної якості в суб'єкта самооцінки. До неадекватних самооцінок відносять завищену чи занижену самооцінку. Занижена самооцінка виявляється в постійній тривожності, в страхові перед негативною думкою про себе, в загостреній ранимості, що спонукає людину обмежувати контакти з іншими людьми. Вкрай завищена самооцінка виявляється в тому, що людина керується своїми принципами, незважаючи на думки оточуючих про ці принципи. Якщо самооцінка не дуже завищена, то вона може позитивно впливати на самопочуття, формуючи стійкість до критики. Адекватна самооцінка сприяє формуванню позитивної Я-концепції, тоді як неадекватна самооцінка виступає одним із чинників формування негативної Я-концепції [3, с. 139].

На думку Р.В. Каламаж, самооцінка особи може призвести до професійної деформації. Так, завищена самооцінка призводить до того, що людина починає переоцінювати себе в ситуаціях, які не дають для цього жодного приводу. Внаслідок цього вона може натикатись на протидію оточуючих людей, які відкидають її претензії, що призводить до агресивності, пихатості. Занадто низька самооцінка часто свідчить про розвиток комплексу неповноцінності, стійкої невпевненості в собі. Значні відхилення самооцінки від реального рівня можуть спровокувати порушення людичо моральних та правових норм, вчиняти дії всупереч своїм професійним обов'язкам [4, с. 154].

Кожна нормальна, психічно здорова людина прагне до позитивної самооцінки, що необхідна їй для самоповаги. Самоповага - це особистісне ціннісне судження, яке виявляється в установках індивіда щодо самого себе. Іншими словами, до поняття самоповаги входить задоволення собою, самосприйняття, почуття власної гідності, узгодженість між реальним та ідеальним Я. Висока самоповага свідчить про віру в себе, про те, що індивід позитивно ставиться до себе як до особистості. Низька самоповага може вказувати, з одного боку, на почуття неповноцінності, зневаги до себе, негативну оцінку власної особистості, що нега-

тивно впливає на емоційне самопочуття і соціальну поведінку особистості, а з іншого боку, може бути закономірним результатом розвитку самосвідомості та виступати необхідною передумовою цілеспрямованого самовиховання.

Самооцінка виступає необхідною внутрішньою умовою регуляції поведінки і діяльності. За допомогою включення самооцінки до структури мотивації діяльності, особистість здійснює безперервне співвідношення своїх можливостей, внутрішніх психологічних резервів з метою і засобами діяльності. Саморегуляцію поведінки здійснює самосвідомість, постійно порівнюючи реальну поведінку з Я-концепцією. Під саморегуляцією розуміють процес організації особистістю своєї поведінки з використанням результатів самопізнання та емоційно-ціннісного самоставлення на всіх етапах процесу поведінки, розпочинаючи з мотивації і завершуючи оцінкою результатів [1, с.72].

Згідно з таким розумінням саморегуляції, що є однією з підструктур поведінкового компонента Я-концепції, виокремлюється два рівні саморегулювання. На першому рівні саморегулювання відбувається управління особистістю протіканням процесу поведінки, безпосередньо, від мотивуючих детермінант до кінцевого результату та його оцінки. На другому рівні саморегулювання розпочинається складна дія самоконтролю, а саме, простеження особистістю всіх ланок регуляції поведінки, зв'язків між ними, внутрішньої логіки, постійний "звіт" особистості перед собою про співвідношення мети, мотиву дії та ходу самої дії; а також планування дії у відповідності до певної мети поведінкового акту.

Самоконтроль – це усвідомлення та оцінка індивідом власних дій, психічних процесів і станів. Самоконтроль передбачає наявність еталону (зразка) і можливості отримання інформації про дії та стани, що контролюються.

Результативність самоконтролю в поведінковій діяльності залежить від різноманітних зовнішніх і внутрішніх умов. До зовнішніх умов продуктивності самоконтролю належать: контроль і вимоги викладачів, оцінка знань, створення установки на самоконтроль, підключення курсантів до самоконтролю. З-поміж внутрішніх умов продуктивності самоконтролю виокремлюються: 1) ступінь усвідомлення особистістю відповідності власної поведінки об'єктивним вимогам і необхідності контролювати свою поведінку згідно з цими вимогами; 2) наявність зразків поведінки (правила поведінки, соціальні норми, образи конкретних людей та ін.); 3) наявність певного мотиву, що забезпечує позитивне ставлення суб'єкта до тієї поведінки, в процесі якої він повинен здійснити самоконтроль [2, с. 93].

Самооцінка та рівень домагань є досить поширеними конструктами, з якими працюють психологи. Однак у численних роботах, присвячених вивченню даних утворень, невивражено мало приділяється питанню про характер взаємозв'язку самооцінки та рівня домагань. Тривалий час самооцінка ототожнювалася з рівнем домагань або вважалася його відображенням у ситуації, пов'язаної з постановкою мети, що дозволяло дослідникам використовувати техніку вимірювання домагань для діагностики самооцінки. Подібне

застосування показників рівня домагань виявило ознаки неузгодженості рівнів названих конструктів.

На сьогоднішній день вивчено співвідношення самооцінки та рівня домагань за параметром висоти і зв'язок різних варіантів з низкою особистісних особливостей. Від правильності самооцінки своїх можливостей залежить рівень домагань особистості. Рівень домагань – це система перспективних завдань, які людина ставить для власного досягнення. Рівень домагань суттєво залежить від образу Я, зокрема Я-ідеального (відповідно до образу себе в майбутньому людина ставить завдання досягнути цього образу) та самооцінки (зазвичай висока самооцінка формує високий рівень домагань). Розглядаючи рівень домагань особистості в трудовій діяльності, вчені простежують його залежність від віку, освіти, статі й соціального становища особистості. Зокрема виявлено, що з віком (до певного періоду) рівень домагань, пов'язаний із творчими потребами, підвищується, а потім знижується [5, с. 126].

Виявлено, що при гармонійному поєднанні самооцінки та рівня домагань може формуватися збалансована особистість, з позитивною Я-концепцією, а при розбіжності цих параметрів – дискомфорт, що викликає підвищення тривожності. А підвищення самооцінки та рівня домагань може сприятливо позначитися на навчальній діяльності, а може викликати негативні наслідки. При підйомі самооцінки над рівнем домагань може виникати захисна стратегія по уникненню невдач. Це багато в чому залежить від прагнення людини до їх подолання та його здібностей, які підвищують його самооцінку і рівень домагань. Студент із заниженим рівнем, зустрівшись із новими завданнями, переживає невпевненість, тривогу, боїться втратити свій авторитет, а тому намагається відмовитися від них. Тому й не використовує свої потенційні можливості. При завищеному рівні домагань індивід береться вирішувати непосильні проблеми, а тому часто зазнає невдач. Студентський період життя людини припадає переважно на період пізньої юності або ранньої дорослості, який характеризується оволодінням усім різноманіттям соціальних ролей дорослої людини, можливістю включення в усі види соціальної активності, здобуттям вищої освіти та опануванням професією. Головними сферами життєдіяльності студентів є професійне навчання, особистісне зростання та самоствердження, розвиток інтелектуального потенціалу, моральне, фізичне самовдосконалення. Навчання набуває життєвого сенсу, якщо приносить переживання успіху, усвідомлення свого просування вперед. Тому самооцінку треба підвищувати за рахунок успіху, а не зниженням рівня домагань.

У період пізньої юності відбувається суттєва перебудова особистості, зумовлена змінами соціальної ситуації розвитку. У цьому віці молода людина мусить самостійно приймати рішення, розробляти життєві плани. Нерідко ускладнюють входження у самостійне життя низький рівень домагань, інфантильність, несформованість системи життєвих цінностей. Позитивна «Я-концепція», почуття самоповаги, самоцінності сприятливо відображається на постановці перспек-

тивних цілей й активному прагненні до їх досягнення. Разом з тим, переоцінка власних можливостей зустрічається досить часто й часом штовхає молодих людей на невиправданий ризик. Негативна «Я-концепція», проявами якої є низька самооцінка й низький рівень домагань, слабка віра в свої сили, страх отримати відмову впливає найбільш негативно на розвиток особистості молодих людей. З низькою самоповагою пов'язують соціальну пасивність, самотність, конформістську позицію, агресивність. У зв'язку з цим важливо допомогти молодій людині виробити адекватне уявлення про своє життя і про себе, що є важливою передумовою успішного здійснення життєвих намірів. В період пізньої юності рівень домагань особистості стабілізується, самооцінка стає незалежною від зовнішніх оцінок. За допомогою рефлексії відбувається реалізація потреби в самоусвідомленні через прагнення самоствердження, незалежності, пошуку реалістичного погляду на світ і себе.

З метою вивчення самооцінки та рівня домагань дослідження проводилось в групі досліджуваних Львівського державного університету безпеки життєдіяльності (281 особа). Для дослідження використовували методiku А. Прихожан «Визначення самооцінки та рівня домагань».

За допомогою даної методики виявлено що, у 84,4% осіб дуже високий рівень самооцінки, у 13,4% високий, у 1,3% середній рівень і у 0,9% низький.

Аналізуючи рівень самооцінки та рівень домагань, було визначено, що у 25,1% курсантів із дуже високою самооцінкою спостерігається високий рівень домагань та сильний рівень диференціації. Тобто, дані курсанти реально оцінюють свої можливості і досягнення, та знають власні недоліки, враховують можливі перешкоди на шляху досягнення мети. Такі якості є дуже важливими для майбутніх рятувальників, адже вони повинні завжди бути готовими до ризику, бути впевненими у собі, своїй професійності та бути готовими до невдач.

У 74,9% осіб із дуже високою самооцінкою встановлено середній, слабо диференційований та недиференційований рівень домагань, що свідчить про деяку невідповідність своїх бажань і можливостей. З однієї сторони такі люди впевнені в собі, знають собі ціну, але не завжди враховують можливі перешкоди і невдачі, що різко може викликати у них небажання працювати і уникати виникаючі перепони.

Висновок. Аналізуючи проведене дослідження, потрібно зазначити, що є багато курсантів із відповідною самооцінкою і рівнем домагань, що є сприятливим показником для формування майбутніх професіоналів. Але виявлено значну кількість осіб, яких необхідно спрямувати на реальну оцінку себе і різноманітних труднощів. Саме тому, подальшим нашим завданням є провести корекційну роботу, з метою підвищення рівня відповідності самооцінки курсантів та їхнього рівня домагань. Тобто, проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів розглянутої проблеми. Воно буде проводитись в напрямку розробки та вдосконалення конкретних методів формування й розвитку професійно значущих якостей рятувальника з урахуванням специфіки військового закладу, тощо.

ЛІТЕРАТУРА (REFERENCES TRANSLATED AND TRANSLITERATED)

1. Варій М.Й. Військова психологія і педагогіка : Навчальний посібник / Мирон Йосипович Варій, Михайло Миколайович Козяр, Мирослав Стефанович Коваль; В.о. Нац. ун-т "Львівська політехніка". Львів. військ. ін-т ім. гетьмана П. Сагайдачного; За ред. Мирон Йосипович Варій.– Львів : Сполом, 2003.
Vary M.I. Military Psychology and Pedagogy: Textbook / Myron I. Vary, Mikhail Kozyar, Mirosлав Stefanovic Smith; Nat. University "Lviv Polytechnic". Lviv. Troops. Inst. named after Hetman Sagaidachnyi; Ed. Myron I. Vary.- Lviv, spol, 2003.
2. Васянович Г.П. Морально-правова відповідальність: теоретико-методологічний аспект: Монографія. — Львів: Ліга-Прес, 2000. – с.87.
Vasyanovych G.P. The moral and legal responsibility: Theoretical aspects: Monograph. - Lviv: Li-ha-Press, 2000. - p.87.
3. Жигайло Н.І. Соціально-економічна діагностика: Навчальний посібник. – Львів, Новий Світ-2000, 2008.
Zhyhaylo N.I. Socio-economic diagnosis: Textbook. - Lviv, New World-2000, 2008.
4. Каламаж Р.В. Я-концепція як складова професійної самосвідомості юристів / Р.В. Каламаж // Наукові записки. Серія «Психологія і педагогіка». – Острог, 2006.
Kalamazh R.V. Self-concept as a part of professional identity of lawyers / R.V. Kalamazh // Scientific Notes. A series of "Psychology and Pedagogy." - Ostrog, 2006.
5. Максименко С.Д. Основи генетичної психології. – К.: НПУ Перспектива, 1998.
Maksimenko S.D. Basics of genetic psychology. - K.: NPU Perspektiva, 1998.

Shybruk O. Self-esteem and level of claims in the structure of self-concept of students

Abstract. The paper presents the role of self-esteem and level of aspiration in the structure of self-concept. The theoretical justification of self-esteem and level of aspiration. Determined that a person sees, including yourself and your relationships with people and the attitude to the phenomena of their environment in a way that is consistent with its self-structure. The attitude toward the world and others, the ability to make independent decisions, to do free and responsible actions determined by the nature of the individual perceptions of themselves. In this regard, the formation of an adequate self-image is one of the major challenges in the development of harmonious personality professional. As a structural component of self-concept self-esteem is characterized first of all, the difference between the real and the ideal I, to which the subject seeks. The main dimensions of self-esteem are: the degree of adequacy, a measure of height and stability. Pointed out that the validity of self-esteem depends on their capacity level of aspiration. The level of claims substantially dependent on the image of self, including self-ideal (in the image of himself in the future, man sets targets to achieve that image). Self personality traits determine their assessment of the possibilities to achieve goals in various areas of behavior and activity. Found that the harmonious combination of self-esteem and level of aspiration may form a balanced personality, with a positive self-kontseptsiyeyi and differences in these parameters - discomfort, causing anxiety. A student with a low level, having met with new challenges, experiences self-doubt, anxiety, fear of losing its credibility, and therefore tries to give them, so do not use their potential. When overestimated aspirations individual is taken to solve the problem of excessive and therefore often fail. A study which found that there are many students with the appropriate level of self-esteem and aspirations, which is favorable indicator for the formation of future professionals, but the significant number of persons to be spent on a reasonable estimate of himself and various difficulties.

Keywords: *self-esteem, level of aspiration, level of differentiation, self-concept, self-realization*

Шибрук О.В. Самооценка и уровень притязаний в структуре Я-концепции курсантов

Аннотация. В статье представлена роль самооценки и уровня притязаний в структуре Я-концепции. Предложенное теоретическое обоснование самооценки и уровня притязаний. Определено, что личность воспринимает, в частности, себя и свои отношения с людьми и отношения к явлениям своего окружения так, чтобы это соответствовало ее Я-структуре. Отношение к миру и окружающим, способность принимать самостоятельные решения, оказывать свободные и ответственные действия определяются характером представлений индивида о себе. В связи с этим формирование адекватного Я-образа считается одной из важнейших задач в процессе развития гармоничной личности профессионала. Как структурный компонент Я-концепции самооценка характеризуется прежде всего различием между реальным и идеальным Я, которому субъект стремится. Основными измерениями самооценки являются: степень ее адекватности, высота и степень ее устойчивости. Указано, что от правильности самооценки своих возможностей зависит уровень притязаний личности. Уровень притязаний существенно зависит от образа Я, в частности Я-идеального (по образу себя в будущем человек ставит задачу достичь этого образа). Самооценка личностью своих качеств определяет оценку возможностей в достижении целей в различных сферах поведения и деятельности. Обнаружено, что при гармоничном сочетании самооценки и уровня притязаний может формироваться сбалансированная личность, с положительной Я-концепцией, а при несовпадении этих параметров – дискомфорт, вызывает повышение тревожности. Курсант с заниженным уровнем, встретившись с новыми задачами, переживает неуверенность, тревогу, боится потерять свой авторитет, а потому пытается отказаться от них, так и не использует свои потенциальные возможности. При завышенном уровне притязаний индивид берет за решать непосильные проблемы, а потому часто терпит неудачи. Проведено исследование в котором установлено, что есть много курсантов с соответствующей самооценкой и уровнем притязаний, является благоприятным показателем для формирования будущих профессионалов, но обнаружено значительное количество лиц, которых необходимо направить на реальную оценку себя и различных проблем.

Ключевые слова: *самооценка, уровень притязаний, уровень дифференциации Я-концепция, самореализация*