СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL FACTORS OF SELF-ESTEEM FORMATION IN ADOLESCENT AGE

УДК 159.923.
DOI https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.48.15

Спринська З.В.
к.психол.н.,
доцент кафедри психології
Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка

Сорочич Н.
студентка спеціальності «Психологія»
Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка

У статті розглянуто роль соціально-психологічних чинників, які впливають на розвиток самооцінки у підлітковому віці. Проаналізовано самооцінку як загальну оцінку людиною своєї цінності, що виражається в позитивній або негативній спрямованості по відношенню до себе. Її розвиток починається з народження і постійно змінюється під впливом досвіду. Виділяють два основні види самооцінки: адекватну та неадекватну. Також на формування самооцінки впливає ціла низка різноманітних соціально-психологічних чинників. У багатьох дослідженнях підкреслюється важлива роль сім'ї у становленні самооцінки. Не менш важливим соціальним чинником формування самооцінки є регіональний фактор.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити регіональний чинник формування самооцінки у підлітків.

Проведене дослідження регіональних особливостей самооцінки підлітків, які проживають у місті та селі, показало, що порівняно з підлітками, які проживають у місті, середній рівень самооцінки переважає у підлітків із села. Високий рівень самооцінки притаманний досліджуваним із міста. Низький рівень представлений однаковою мірою у двох групах досліджуваних. За рівнем самооцінки значних відмінностей у досліджуваних підлітків немає. Відмінності є у показниках рівня домагань, а саме – у підлітків із села порівняно з учнями з міста переважає середній рівень домагань. У підлітків із міста порівняно з підлітками, які проживають у селі, переважає високий рівень домагань.

Ключові слова: *самооцінка, підлітковий вік, внутрішні чинники формування самооцінки, зовнішні чинники формування самооцінки, рівень домагань.*

The article examines the role of socio-psychological factors that influence the development of self-esteem in adolescence. Self-esteem is analyzed as a person's overall assessment of his value, which is expressed in a positive or negative orientation towards himself. Its development begins at birth and constantly changes under the influence of experience. There are two main types of self-esteem: adequate and inadequate. Also, its formation is influenced by a number of various social and psychological factors. In many studies, the important role of the family in the formation of self-esteem is emphasized. An equally important social factor in the formation of self-esteem is the regional factor.

The purpose of the study is to theoretically substantiate and empirically investigate the regional factor in the formation of self-esteem among teenagers.

The conducted study of regional characteristics of self-esteem of teenagers living in the city and the village showed that, compared to teenagers living in the city, the average level of self-esteem prevails among teenagers from the village. A high level of self-esteem is characteristic of the subjects from the city. The low level is equally represented in the two groups of subjects. There are no significant differences in the level of self-esteem among the studied adolescents. There are differences in the indicators of the level of harassment, namely, the average level of harassment prevails among teenagers from the village, compared to students from the city. Teenagers from the city, compared to teenagers living in the village, have a higher level of harassment.

Key words: *self-esteem, adolescence, internal factors of self-esteem formation, external factors of self-esteem formation, level of harassment.*

Термін «самооцінка» був уведений У. Джеймсом. Дослідник пропонує щонайменше два визначення самооцінки, які є актуальними і сьогодні. Самооцінка – «образ самого себе» у структурі особистості. Інше визначення, запропоноване цим автором, стосується самооцінки із цілісної перспективи, де глобальна самооцінка постає перед нами як середнє арифметичне окремих самооцінок за вимірами особистісної значущості. Згідно із цим визначенням, самооцінка більше не пов'язана з оцінкою за окремими вимірами, а відображає певний загальний показник до власного «Я», яке може бути позитивно збалансованим або негативним. Насамкінець, випливають такі два значення, які дають змогу виокремити дві форми самооцінки [7]:

1) глобальна самооцінка пов'язана із загальною оцінкою, прийняттям та оцінкою самого себе, що становлять тло афективного самозвіту;

2) специфічна самооцінка, яка стосується конкретних самооцінок за різними вимірами оцінювання.

Вітчизняні дослідники виділяють два основні компоненти самооцінки – когнітивний та емоційний, що функціонують в єдності один з одним. Когнітивний компонент відображає знання людини про себе, другий показує ставлення до себе. Знання про себе особистість отримує у соціальному контексті, і вони завжди супроводжуються емоціями.

Ю. Ліпковська виділяє такі види самооцінки:

- Адекватна. Особистість правильно співвідносить свої можливості і досягнення, досить критично ставиться до себе, прагне реально дивитися на свої невдачі та успіхи, намагається ставити перед собою досяжні цілі, які можна здійснити насправді.
- Неадекватна (завищена, занижена). У людини виникає неправильне уявлення про себе, ідеалізований образ власної особистості

і можливостей, своєї цінності для навколишніх, для загальної справи [2].

Питання розвитку самооцінки в підлітковому віці є актуальним і значущими для сучасної психологічної науки. Підлітковий вік є привілейованою і суперечливою темою для психологів, що породжує думки і суперечливі дискусії.

Одним із найважливіших процесів у підлітковому віці є формування самосвідомості. Зміни у соціальній ситуації розвитку, нові ролі та взаємини вимагають посилення самоконтролю та саморегуляції. Ця потреба спонукає підлітків до зосередження на внутрішньому світі. У результаті починається відкриття свого «Я», що розглядається психологами як одне з найважливіших досягнень підліткового віку. Внутрішній світ, власні емоційні переживання, думки, здібності стають для підлітка головною реальністю, яка набуває значення тла, на якому в цей період розгортається суб'єктивний досвід особистості.

Самооцінка є фундаментальним компонентом самосвідомості. Вона посідає ключове місце у структурі особистості підлітка, оскільки пов'язана з психічним здоров'ям та визначенням життєвих цілей. Процеси, пов'язані з формуванням та розвитком самооцінки, визначають периметр взаємовідносин підлітка з навколишнім світом, сприяють розвитку його компетентності та якості виконуваної діяльності.

Із віком чинники формування самооцінки змінюються: на передній план виходять особистий досвід, власна оцінка своїх учинків та особистісних якостей. Людина починає зіставляти своє реальне «Я» з тим, якого внутрішньо прагне. Думка оточуючих, як і раніше, має значення, але коригується власними уявленнями про «правильне» і «неправильне». Успішна кар'єра, гарна фізична форма, щасливий шлюб сприяють зміцненню високої самооцінки. І навпаки, постійні докори з боку близьких, невдачі на роботі, фінансові проблеми здатні загнати людину в пастку низької самооцінки [1].

У багатьох дослідженнях підкреслюється важлива роль сімейного оточення у формуванні особистості, особливо в ранньому дитинстві. Ранні дослідження Розенберга та Куперсміта показали, що залученість батьків та їх готовність надавати підліткам автономію і свободу позитивно корелюють із високою самооцінкою у підлітків.

Підтримка є дуже важливою у дитячому та підлітковому віці. Дослідження, описані у психології, стверджують, що підлітки, «які відчувають, що їх люблять і приймають такими, якими вони є, мають вищу самооцінку, ніж ті, кого не люблять, або об'єктивно чи суб'єктивно звинувачують у відсутності цієї підтримки. Дорослі – важливі рольові моделі для дітей, їхня роль у формуванні самооцінки дуже важлива. Дорослій людині важко прийняти негативні почуття від дитини. Часто власні емоції лякають дітей, якщо вони дуже сильні. Якщо ці емоції маркуються як «погані», придушуються, заперечуються, то у дитини може розвиватися низька самооцінка, яка характеризується демонстративно неадекватною поведінкою та нездатністю розрізняти негативні та позитивні емоції. Для уникнення такої ситуації необхідна допомога дорослого, щоб допомогти дитині висловитися, правильно усвідомити ці негативні емоції та зрозуміти їх.

Початки самооцінки можна співвіднести з початками самосвідомості, складовою частиною якої вона є. Часта поява усміхнених батьківських облич та увага відіграють важливу роль у формуванні майбутньої самооцінки у малюків.

Найбільш важливими напрямами у формуванні самооцінки у дітей та підлітків є зовнішність, спортивні здібності, популярність у групах та академічна успішність. Важливість, яку діти надають різним аспектам самооцінки, залежить не лише від власних суджень, а й від того, що про них думають інші люди. Основні джерела суттєвих суджень – це батьки, вчителі, друзі та однолітки. Це на додаток до джерел суджень та джерела тиску на дитину. Разом вони дають змогу самооцінці процвітати і ставати більш міцною. Якщо одного з них не вистачає, то інші можуть його доповнити.

Підвищення самооцінки варіюється залежно від віку, причому дуже маленькі діти підкреслюють батьків, і поступово цей акцент із часом переорієнтовується на друзів.

Самооцінка – це складний суб'єктивний конструкт, який відображає сприйняття, емоційну оцінку та прийняття індивідом самого себе. Дослідники стверджують, що самооцінка є відносно стабільною протягом усього життя, зростає в молодому віці, [6] і варіюється в різних культурах. У деяких соціальних контекстах і релігіях самооцінка та самоповага випливають із самого факту людського буття, а в інших – самооцінка залежить від того, ким є або що робить людина.

Розглядаючи іншу точку зору, деякі теоретики підкреслюють, що самооцінка людини може бути змінною результату [4] і залежить від декількох чинників, таких як процеси соціалізації, соціальні, когнітивні та біологічні зміни, якість міжособистісних відносин, схвалення/включення або відторгнення/виключення з боку інших, особисті переконання, цінності та успіх або невдачі у досягненні своїх цілей. Іншими словами, самооцінка людей залежить від того, наскільки вони задоволені в різних сферах життя.

Огляд літератури свідчить про те, що спрямованість зв'язків між самооцінкою та загаль-

ною задоволеністю або її різними типами є незрозумілою. Останні дослідження переважно показали, що самооцінка виступає сильним предиктором задоволеності життям [3; 5]. Такий підхід відображає висхідні теорії самооцінки, які розглядають конкретні змінні як детермінанти задоволеності життям. Менше уваги, однак, було приділено тому, чи може загальна задоволеність або її різні виміри бути предикторами самооцінки. Цей підхід представляє теорії, які розглядають задоволеність життям як чинник, що призводить до певних результатів. Відповідно до цієї точки зору, люди спочатку оцінюють свою загальну задоволеність життям, а потім залежать від цієї оцінки під час розгляду більш конкретних сфер. Іншими словами, усебічна схильність до позитивного сприйняття речей впливає на взаємодію людей зі світом і самим собою.

Важливим соціальним чинником формування самооцінки є регіональний, тобто місце проживання. Так, якщо порівнювати життя у селі 15 років тому і зараз, то можемо говорити, що економічний рівень сіл зростає, сучасні механізми певною мірою дають змогу отримати нові можливості. Відповідно, рівень життя людей поліпшується, що дає можливість говорити і про рівень задоволеності життям.

Існуючі дослідження щодо рівня самооцінки підлітків, які проживають у містах і селах, доводять, що не існує значимої відмінності між самооцінкою підлітків різних населених пунктів. Так, села стають сучаснішими, що позитивно впливає на самооцінку жителів.

Нами було організовано психодіагностичне дослідження, метою якого було емпірично вивчити особливості самооцінки підлітків, які проживають у місті та селі. У процесі організації емпіричного дослідження були виділені такі завдання: дослідити рівень самооцінки підлітків, рівень домагань підлітків та визначити відмінності рівнів самооцінки досліджуваних підлітків, які живуть у місті та селі. Для виконання поставлених завдань були підібрані такі методики: «Методика Дембо – Рубінштейн» (модифікований варіант М. Парафіян), «Тест на визначення самооцінки підлітків» (Р. Овчарова).

Розглянемо результати, отримані після діагностики підлітків. Завданням було визначити відмінності у самооцінці підлітків, які живуть у різних населених пунктах, тому отримані результати будемо розглядати окремо.

Показники рівня домагань підлітків, які проживають у селі та місті, представлено на рис. 1.

Бачимо, що серед підлітків, які проживають у селі, переважає середній рівень домагань (66,67%). Дані говорять про те, що досліджувані адекватно оцінюють свої здібності. Високий рівень притаманний 26,67% підлітків. Це свідчить про нереалістичне відношення до своїх можливостей. Низький рівень наявний у 6,67% досліджуваних.

У 53,33% підлітків, які проживають у місті, переважає середній рівень домагань, у 40% – високий. Дані свідчать про відсутність самокритики у досліджуваних. Низький рівень домагань у 6,67%. У цьому разі спостерігається повна відсутність прагнень для досягнення цілей.

На рис. 2 бачимо, що у підлітків із села переважає адекватний рівень самооцінки – 73%, серед досліджуваних із міста – 53%, тобто досліджувані реалістично себе оцінюють.

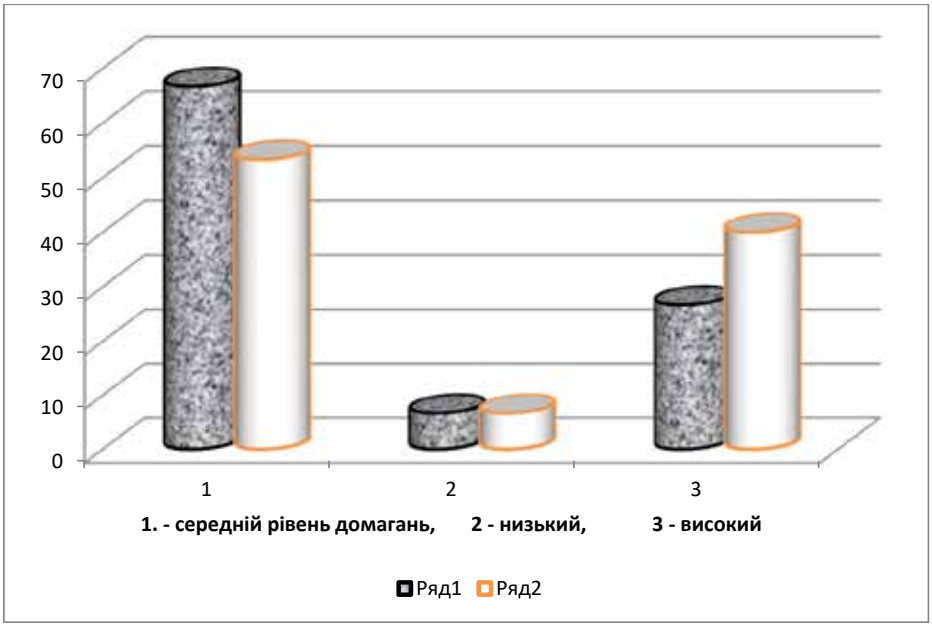

Рис. 1. Показники рівня домагань підлітків із різних населених пунктів

Примітка: Ряд 1 – показники підлітків із села, ряд 2 – показники підлітків із міста

Високий рівень самооцінки переважає у підлітків, які проживають у місті, – 40%, у досліджуваних із села – 20%. У досліджуваних із таким рівнем можуть спостерігатися деякі проблеми у формуванні особистісних якостей. Можливо, підлітки не можуть правильно оцінити свою трудову діяльність (її результати), спілкування. Спостерігається таке явище, як «закритість для досвіду», тобто нечутливі до зауважень, порад і оцінок людей. Наявна однакова тенденція низького рівня у досліджуваних як із міста, так і з села – 7%. Дуже високий рівень самооцінки наявний у 1% досліджуваних.

На рис. 3 зображено показники рівня самооцінки підлітків із села. Переважає середній рівень самооцінки у 73,33% досліджуваних. Високий рівень властивий 20% підлітків. Із таким рівнем самооцінки можливі деякі проблеми у формуванні особистісних якостей. Низький рівень притаманний 6,67% учнів. Це може свідчити про можливу наявність таких проблем, як: неготовність для отримання нового досвіду, боязнь розвитку в професійній сфері, відсутність віри у власну мрію.

Згідно з рис. 4, у підлітків із міста переважає середній рівень самооцінки – 53,33%. Високий рівень наявний у 40% досліджуваних. Низький рівень виявлений у 6,67%. Варто зазначити, що показники рівня самооцінки та рівня домагань у підлітків, які проживають у місті, співпадають.

Аналізуючи рівні самооцінки підлітків за регіональним критерієм (рис. 5), можна сказати, що порівняно з підлітками з міста середній рівень самооцінки переважає у підлітків із села. Високий рівень самооцінки притаманний досліджуваним із міста. Низький рівень знаходиться на однаковому рівні в обох групах. За рівнем самооцінки досліджувані підлітки не різняться. Відмінності є у показниках рівня домагань, а саме: у підлітків із села середній рівень характерний для 66,67% учнів, низький – для 6,67% підлітків, високий – 26,67% тинейджерів відповідно. У підлітків із міста середній рівень домагань властивий 53,33% досліджуваних, низький – 6,67% учнів, високий – 40% респондентів відповідно.

Таким чином, самооцінка – це позитивна оцінка особистістю самої себе та своїх якостей. Складається з двох різних вимірів: компетентності та цінності. На основі цих двох компонентів самооцінка визначається як «досвід

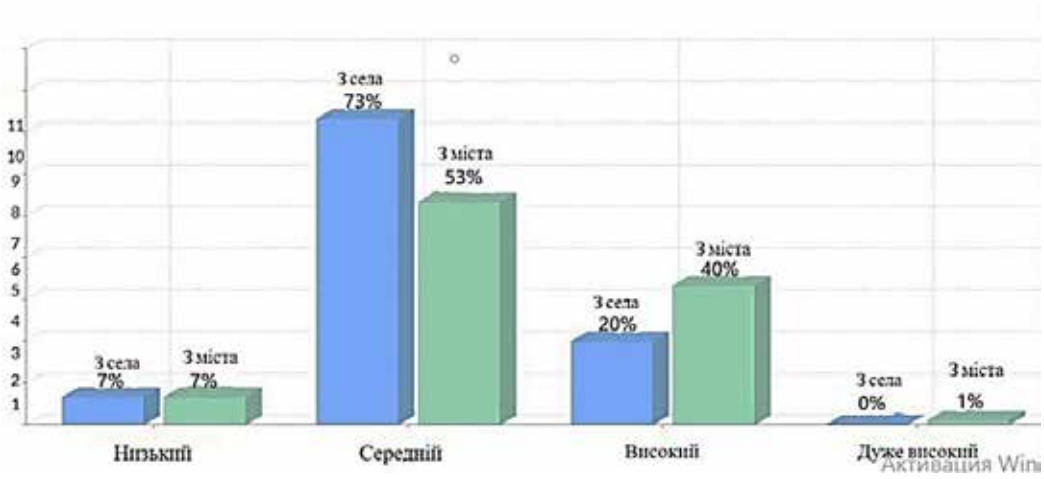

Рис. 2. Показники рівня самооцінки підлітків

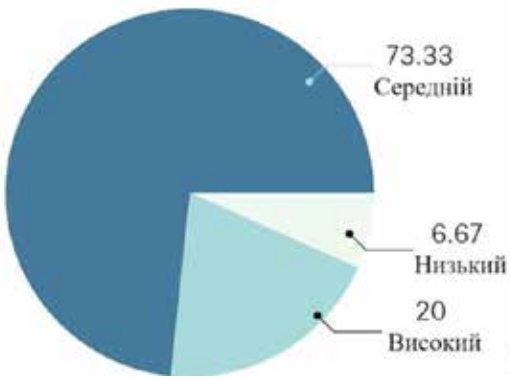

Рис. 3. Показники рівня самооцінки підлітків, які проживають у селі

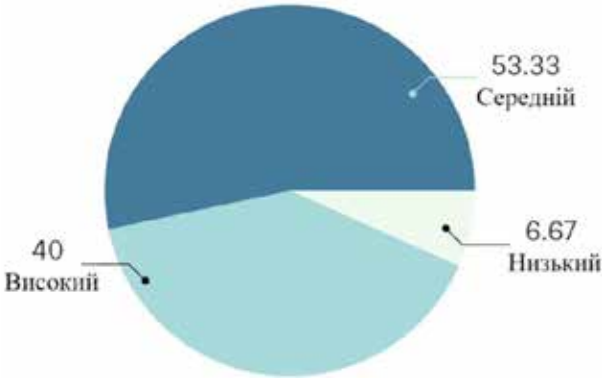

Рис. 4. Показники рівня самооцінки підлітків, які проживають у місті

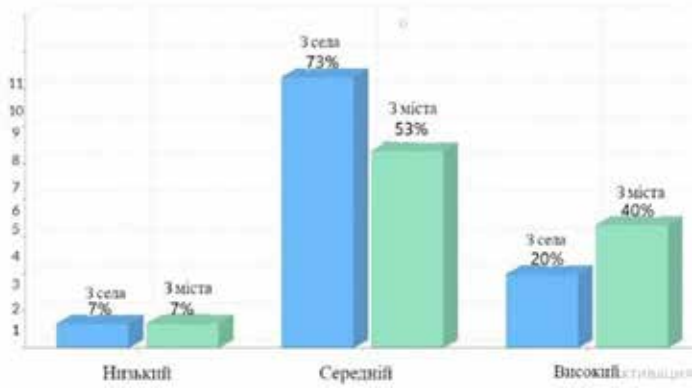

Рис. 5. Порівняльна характеристика показників рівня самооцінки підлітків, які проживають у селі та місті

того, що людина здатна відповідати на життєві виклики та бути гідною людиною». Було розглянуто соціально-психологічні чинники формування самооцінки. Першочерговий вплив на формування самооцінки у дітей має структура сім'ї. Залежно від моделі виховання самооцінка може формуватися як позитивна і негативна. Формування адекватної, позитивної самооцінки залежить саме від відносин батьків до дитини, їх виховання. У підлітків рівень самооцінки складається з двох рівнозначних оціночних суджень. Перше судження – це оцінка власної цінності, а друге – це оцінка якості соціальної підтримки, яку пропонує оточення. До соціально-психологічних чинників належать: оточення та його оцінка, власні навички, наявність досягнень та невдач, стан здоров'я, соціальний статус, ставлення до стереотипів, зовнішній вигляд. Із дорослішанням відбувається перехід від впливу соціальних чинників на психологічні. Чинники формування самооцінки змінюються: на передній план виходять особистий досвід, власна оцінка своїх учинків та особистісних якостей. Людина починає зіставляти своє реальне «Я» з тим, яким він внутрішньо прагне бути.

За результатами емпіричного дослідження встановлено, що у підлітків переважає адекватний (середній) рівень самооцінки та рівень домагань. У досліджуваних підлітків із міста порівняно з підлітками, які проживають у селі, переважає високий рівень самооцінки, а ось середній рівень самооцінки переважає у підлітків із села, низький рівень самооцінки знаходиться на однаковому рівні в обох групах досліджуваних.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Козлова О.А. Соціальна психологія особистості та спілкування : практикум для студентів спеціальності 6.030101 «Соціологія». Харків : НТУ «ХПІ», 2017. 172 с.

2. Ліпковська Ю. Формування адекватної самооцінки у школярів. *Психологічні виміри культури, економіки, управління*. 2016. № 9. С. 61–69.

3. Barker E.T., Bornstein M.H. Global self-esteem, appearance satisfaction, and self-reported dieting in early adolescence. *J Early Adolesc*. 2010. № 30(2). P. 205–224. DOI:10.1177/0272431609332936.

4. Brown J.D., Dutton K.A., Cook K.E. From the top down: self-esteem and self-evaluation. Cogn Emot. 2001;15(5):615–631. DOI: 10.1080/02699930143000004.

5. Diener, E., & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(4), 653–663. URL: https://doi.org/10.1037/0022-3514.68.4.653.

6. Erol R.Y., Orth U. Self-esteem development from age 14 to 30 years: a longitudinal study. *J Pers Soc Psychol*. 2011;101(3):607–619. DOI:10.1037/a0024299.

7. James W. Psychology: a monograph. M.: Pedagogics, 1991. P. 368.