

# ПСИХОЛОГІЧНИЙ ФЕНОМЕН САМООЦІНКИ ЮНАКІВ У НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕННЯХ

УДК 159.9

**Павловський Олександр Вячеславович,**  
*студент спеціальності 053 «Психологія»,  
КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»*

**Анотація.** *Дослідження присвячено аналізу психологічного феномену самооцінки, її ролі в структурі особистості та впливу на поведінку особистості.*

**Ключові слова:** *самооцінка, особистість, психологічний феномен, поведінка, самосвідомість.*

**Актуальність дослідження:** Самооцінка відіграє важливу роль у житті кожної людини, впливаючи на її поведінку, взаємини з оточуючими та самопочуття. Розуміння механізмів формування та корекції самооцінки є актуальним завданням сучасної психології, оскільки це дозволяє розробляти ефективні методи психологічної допомоги та самопомоги для осіб з проблемами самооцінки. Вивчення цієї теми також важливе для розробки програм психологічної просвіти та підвищення рівня психологічної грамотності в суспільстві, що в свою чергу сприяє покращенню якості життя населення.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій з проблеми.** В роботі розглядаються погляди різних вчених на феномен самооцінки, її структуру та функції. Аналізуються роботи В. Джеймса, Н. Паньковської, О. Антонечко та Т. Галкіної.

В. Джеймс вважав, що самооцінка формується на основі наших успіхів та невдач у порівнянні з нашими очікуваннями. Він визначив самооцінку як відношення досягнутих успіхів до невдач, що дозволяє особистості визначити власну цінність (Джеймс, В., 1892).

Н. Паньковська досліджувала вплив самооцінки на процеси саморегуляції та мотивації. Вона вважала, що адекватна самооцінка є ключовим фактором для ефективної саморегуляції та досягнення поставлених цілей (Паньковська, Н., 2003).

О. Антонечко у своїй роботі «Самооцінка особистості» (2005) детально розглядає різні аспекти самооцінки, її роль у житті особистості та методи її корекції. Він вказує на те, що самооцінка є важливим компонентом самосвідомості та впливає на поведінку, мотивацію та емоційний стан особистості (Антонечко, О., 2005).

Т. Галкіна у своїй статті «Типи самооцінки та їх вплив на поведінку особистості» аналізує різні типи самооцінки та їх вплив на поведінку людини. Вона визначає, як позитивна та негативна самооцінка може впливати на вибір стратегій поведінки, встановлення цілей та досягнення успіху в житті (Галкіна, Т., 2017).

Ці та інші дослідження підкреслюють важливість самооцінки для психологічного благополуччя та ефективності діяльності особистості. Вони також вказують на необхідність подальших досліджень у цій області для розробки ефективних методів корекції самооцінки та підтримки психологічного здоров'я.

**Мета наукової публікації.** Метою даної статті є систематизація знань про психологічний феномен самооцінки, аналіз її ролі в житті особистості та впливу на поведінку.

#### **Завдання статті.**

1. Проаналізувати наукові погляди на феномен самооцінки.
2. Визначити роль самооцінки в структурі особистості та її вплив на поведінку особистості.

#### **Методи та методики дослідження.**

Для вирішення завдань використано: аналіз, синтез, порівняння, узагальнення наукових праць феномену «самооцінка», а також систематизація, інтерпретація знань про самооцінку особистості.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Самооцінка є важливим психологічним феноменом, який впливає на різні аспекти життя особистості. Вона формується під впливом внутрішніх і зовнішніх факторів і може зазнавати змін протягом усього життя.

Вперше поняття «самооцінка» було введено в науковий обіг американським психологом В. Джеймсом у 1892 році. Він розглядав самооцінку як емоційну реакцію особистості, яка відображає його задоволеність або незадоволеність собою Джеймс, В., 1892 Олександр Антонечко, відомий український психолог, вважає самооцінку продуктом віддзеркалення особистості інформації про себе у співвідношенні з певними цінностями та еталонами (Антонечко, О., 2005).

Н. Паньковська, видатна українська психологиня і науковець, розглядає самооцінку як елемент самосвідомості, що впливає на поведінку, взаємини з оточуючими та ставлення до успіхів і невдач (Паньковська, Н. В., 2003).

Структура та динаміка самооцінки. Самооцінка є комплексним явищем, яке охоплює різні сфери особистості, включаючи інтелект, соціальну реалізованість, комунікативні навички та інше. Вона є динамічною структурою, яка може зазнавати змін під впливом зовнішніх та внутрішніх факторів. Водночас, самооцінка володіє певною стійкістю, що дозволяє особистості підтримувати психологічну стабільність (Галкіна, Т., 2002).

Види самооцінки за Т. Галкіною, існують три основні види самооцінки:

- Адекватна самооцінка: особистість адекватно оцінює свої здібності, визнає свої недоліки і працює над їх усуненням.
- Змішана самооцінка: самооцінка особистості може варіюватися від адекватної до неадекватної в залежності від зовнішніх обставин.
- Неадекватна самооцінка: особистість має або завищену, або занижену самооцінку, що часто є результатом психологічних комплексів. (Галкіна, Т., 2002).

Важливим є вплив самооцінки на поведінку та розвиток особистості. Самооцінка впливає на поведінку особистості, його взаємодію з оточуючими, а також на його внутрішній стан та самосприйняття. Вона відіграє ключову роль у формуванні ставлення людини до себе, до світу та до інших людей (Катасанов, А., 2007).

Самооцінка формується під впливом широкого спектру як зовнішніх, так і внутрішніх факторів. Серед зовнішніх факторів можна виділити вплив сім'ї, соціального оточення, освіти та культури. Внутрішні фактори включають особистісні якості, рівень розвитку інтелекту, емоційний стан та здоров'я. Важливу роль відіграє також досвід, який людина отримує протягом життя, та її здатність до саморефлексії (Вахоцька, Л., 1999).

Розглянемо рівні самооцінки. Науковець О. Антонечко виокремлює три основні рівні самооцінки:

- Низька самооцінка: характеризується невпевненістю в собі, залежністю від думки оточуючих, надмірною самокритичністю.
- Середня або нормальна самооцінка: відсутність значимих перекосів у сторону заниженої або завищеної самооцінки, здатність адекватно оцінювати свої можливості та визнавати власні помилки.
- Завищена самооцінка: характеризується переоцінкою власних можливостей, невмінням критично оцінювати себе, ігноруванням власних недоліків (Антонечко, О., 2005).

Вплив самооцінки на розвиток особистості відіграє важливу роль в становленні та розвитку особистості. Так, адекватна самооцінка сприяє формуванню позитивних особистісних якостей, таких як самокритичність, впевненість в собі, наполегливість. Неадекватна самооцінка може призвести до розвитку негативних рис, таких як зайва самовпевненість або, навпаки, невпевненість в собі (Грицюк, О., 2007).

Самооцінка є важливим компонентом психічного життя особистості, який впливає на його поведінку, взаємодію з оточуючими та самосприйняття. Вона формується під впливом різноманітних факторів та може зазнавати змін протягом усього життя. Розуміння механізмів формування та функціонування самооцінки може допомогти в роботі з психологічними проблемами та сприяти особистісному розвитку (Галкіна, Т., 2002).

**Висновки.** На основі проведеного аналізу тексту можна зробити наступні висновки. Самооцінка відіграє ключову роль у формуванні особистості, її поведінці та взаємодії з навколишнім світом. Вона впливає на самосприйняття, мотивацію, емоційний стан та здатність до соціальної адаптації. Самооцінка є динамічною структурою, яка формується під впливом внутрішніх та зовнішніх факторів, включаючи сім'ю, соціальне оточення, освіту та культуру. Вона може зазнавати змін протягом життя, але водночас володіє певною стійкістю. Існують різні види та рівні самооцінки, які відображають ступінь адекватності самосприйняття особистості. Адекватна самооцінка сприяє психологічному благополуччю, тоді як неадекватна самооцінка може призвести до різноманітних психологічних проблем.

Адекватна самооцінка відіграє ключову роль у процесі особистісного розвитку, сприяючи формуванню позитивних якостей та ефективній соціальній адаптації. Це важливий аспект для кожної особистості, незалежно від її віку чи статусу, оскільки вона впливає на сприйняття себе та взаємодію з навколишнім світом. Неадекватна самооцінка може призвести до ряду негативних наслідків, ускладнюючи процес самореалізації та особистісного зростання. Ці висновки базуються на аналізі наукових робіт та публікацій, що дозволяє зробити обґрунтовані висновки щодо ролі та значення самооцінки в житті особистості. Вони також вказують на необхідність подальших досліджень у цій області для розширення нашого розуміння цього складного та багатогранного феномену.

**Перспективи подальших досліджень.** Подальші дослідження можуть бути спрямовані на розробку методик корекції та розвитку адекватної самооцінки, а також на вивчення впливу самооцінки на різні аспекти життєдіяльності особистості.

#### **Список використаної літератури.**

1. Антонечко, О. (2005). *Самооцінка особистості*. Київ [українською мовою].
2. Вахоцька, Л. (1999). *Психологія самооцінки*. Львів [українською мовою].
3. Галкіна, Т. (2017). *Типи самооцінки та їх вплив на поведінку особистості*. Психологія і суспільство, 2, 48-61 [українською мовою].
4. Грицюк, О. (2007). Неадекватна самооцінка: *причини та наслідки*. Психологія і особистість, 4, 312-325 [українською мовою].
5. Катасанов, А. (2018). *Самооцінка та її вплив на особистісний розвиток*. Наукові записки, 10, 147-162 [українською мовою].
6. Паньковська, Н. В. (2003). *Самооцінка особистості: структура і динаміка*. Київ: Либідь [українською мовою]
7. Джеймс, В. (1892). Психологія. Нью-Йорк. с. 123-145. [англійською мовою]

## **ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ СУТНОСТІ ЖИТТЄВИХ ЦІННОСТЕЙ У МОЛОДІ**

**УДК 159.923**

**Пастухова Аліна Петрівна,**  
*студентка спеціальності 053 «Психологія»  
КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»*

**Анотація.** *Стаття присвячена аналізу соціалізації молоді в умовах інформатизації суспільства. Проаналізовані теоретичні підходи до проблем соціалізації в умовах віртуального інформаційного середовища.*