

**Міністерство освіти і науки України**  
**Чернівецький національний університет**  
**імені Юрія Федьковича**

факультет педагогіки, психології та соціальної роботи  
(повна назва інституту/факультету)

кафедра психології  
(повна назва кафедри)

**САМООЦІНКА ЯК ЧИННИК САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ**

**Дипломна робота**

**Рівень вищої освіти – другий (магістерський)**

**Виконав:**

студент VI курсу, групи 603  
спеціальності «Психологія»

(назва спеціальності)

Коровицький Данило Олександрович

(прізвище, ім'я та по-батькові)

**Керівник:**

д. психол. н., доцент Гуляс І.А.

(науковий ступінь, вчене звання, прізвище та ініціали)

**До захисту допущено:**

**Протокол засідання кафедри № \_\_\_\_**

від „\_\_” \_\_\_\_\_ 2022 р.

зав. кафедри \_\_\_\_\_ доц. **Ярослава АНДРЕЄВА**

Чернівці – 2022

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП .....</b>	<b>3</b>
<b>РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ</b>	
<b>САМООЦІНКИ І САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ .....</b>	<b>6</b>
1.1 Я-концепція. Визначення та складові. .....	6 1.2
Самооцінка як визначальна складова Я-концепції.....	11 1.3
Самосвідомість як складова Я-концепції.....	19 1.4
Дослідження самоактуалізації особистості.....	22
<b>РОЗДІЛ 2 КОНЦЕПТУАЛЬНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ</b>	
<b>ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ .....</b>	<b>29</b>
2.1 Опис вибірки .....	29
2.2 Методи і методики дослідження .....	32
<b>РОЗДІЛ 3 ОПИС РЕЗУЛЬТАТІВ ЕМПІРИЧНОГО</b>	
<b>ДОСЛІДЖЕННЯ .....</b>	<b>39</b>
3.1 Рівні особливостей самооцінки та самоактуалізації особистості.....	39
3.2 Особливості кореляційних зв'язків змінних за тестом Спірмана .....	44
3.3. Особливості прояву відмінностей вимірюваних ознак за однофакторним дисперсійним аналізом ANOVA.....	52
3.4 Вплив самооцінки на рівень успішності професійної діяльності .....	64
<b>ВИСНОВКИ .....</b>	<b>71</b>
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ .....</b>	<b>74</b>
<b>ДОДАТКИ</b>	

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** У зв'язку із сучасною тенденцією розвитку суспільства увага звертається до тих якостей особистості, які несуть провідну роль у розвитку особистості. Самооцінка є частиною фундаментальних рис особистості, яка тлумачиться як особистісне утворення, яке регулює поведінку людини та певним чином відображає особливість її внутрішнього світу.

Самооцінка впливає на взаємини людини з оточенням, її самокритичність, самоактуалізованість та ставлення до її успіхів та поразок, а отже й визначає успішність діяльності людини і якість її розвитку.

Самооцінка безпосередньо визначає й центральну потребу людини – у самоактуалізації, яка являється прагненням людини до викання тих діянь, які її вдовольняють, які відповідають тому, на що вона претендує.

Вперше про самооцінку заговорив Вільям Джеймс, як про образ себе в середині самої особистості людини та виділяв 3 частини структури особистості:

- складники особистості;
- реакція на відчуття цих складників;
- поведінка, яка обумовлена обома елементами.

В тому числі й Карл Роджерс брав участь у формуванні обґрунтування самооцінки. Він визначав головною мотивацією людини прагнення до самоактуалізації. Розвиваючи можливості свого «Я», людина призводить до реалізації своїх здібностей, які, своєю чергою, роблять людину незалежною, особливою, компетентною та самодостатньою.

Проблема самооцінки має велике значення для психології кожної людини, а отже й для усього людства в цілому, адже від розвитку самооцінки безпосередньо залежить успішність діяльності особистості, суттєво впливаючи на її результати. Від самооцінки залежать і реакції людини на її успіхи та поразки, її думки стосовно своєї ефективності в особистому чи професійному житті, що, своєю чергою, регулює успіх людини в цілому.

Вплив самооцінки на різні сфери життя особистості, її структура та види вивчали такі вчені як В. Джемс, С. Л. Рубінштейн, Дж. Мід, Н. В. Самоукіна, А. К. Маркова та ін.

Самооцінка є складовою іншого цікавого для нас процесу – самоактуалізації особистості. Глобалізація світової політики, економіки, спілкування та усіх інших сфер діяльності людини вимагає від особистості всебічного та повноцінного розвитку своїх здібностей задля конкурентного функціонування у суспільстві. У процесі самоактуалізації формується, винаходиться та розвивається вроджений потенціал особистості, що допомагає людині знайти місце в актуальному світі, розв'язувати задачі та долати труднощі на процесі самостановлення, та має собою на увазі максимальне втілення можливостей людини.

Усі люди, так чи інакше, прагнуть самоактуалізуватися, знайти своє місце у світі, адже це є основною умовою комфортного існування.

Проблемами самоактуалізації та самореалізації особистості досліджували такі вчені як А. Маслоу, К. Роджерс, О. Бондаренко, О. Леонтьєв, К. Гольдштейн та ін.

**Об'єкт дослідження:** самооцінка і самоактуалізація особисті.

**Предмет дослідження:** Психологічні особливості самооцінки у контексті самоактуалізації особистості.

**Мета дослідження:** теоретично обґрунтувати й емпірично дослідити самооцінку особистості юнацького віку в контексті її самоактуалізації.

**Гіпотезою дослідження є припущення про те, що:**

1. Самооцінка є чинником самоактуалізації особистості.
2. Прояви самооцінки та самоактуалізованості відрізняються у студентів «педагогічної спеціальності» та студентів спеціальності «комп'ютерні науки».

Для досягнення мети дослідження і доведення його гіпотези було поставлено такі **завдання:**

1. Теоретично проаналізувати проблему самооцінки у контексті самоактуалізації особистості.
2. Дібрати релевантні методи та методики дослідження.
3. Виявити та проаналізувати самооцінку респондентів у контексті самоактуалізації особистості.

**Методи дослідження:** для розв'язання поставлених завдань і сформульованої мети, використовувались такі методи дослідження:

- *теоретичні* – аналіз, синтез, узагальнення, конкретизація наукових положень використаної літератури.
- *емпіричні* – методи письмового опитування (анкетування, тестування), які реалізовано через використання психологічного інструментарію: 1) методики «Діагностика мотиваторів соціально-психологічної активності»; 2) «Тесту-опитувальника для визначення самоставлення» В.В. Століна, С.Р. Пантелєєва; 3) методики «Мотивація успіху і страх невдачі» А.А. Реана»; 4) «Методики вимірювання мотиву у досягненні» Ю.М. Орлова; 5) «Самоактуалізаційного тесту» Ю.О. Альшиної, Л.Я. Гозмана;
- *математично статистичні* – обчислення відсотків, середнього значення, достовірності відмінностей; однофакторний дисперсійний (ANOVA) і кореляційний аналізи.

**Емпірична база дослідження.** У дослідженні взяли участь 50 респондентів, з яких 25 – студенти 2-го курсу спеціальності «Комп'ютерні науки» і 25 студентів 2-го курсу спеціальності «Початкова освіта». Дослідження проводили на базі Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича.

**Структура й обсяг роботи.** Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків і переліку використаної літератури, який налічує 63 найменувань. Загальний обсяг роботи складає 79 сторінок. Робота ілюстрована 2 таблицями та 5 рисунками.

## РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ САМООЦІНКИ І САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

### 1.1. Я-концепція. Визначення та складові

«Я-концепція» є важливою складовою становлення та самосприйняття людини. Із появою потреби у більш глибокому дослідженні процесів і структур особистості у психології, поняття «Я-концепція» почали частіше застосовувати у контексті таких феноменів, як «самооцінка», «самосприйняття», «самосвідомість» і безпосередньо їх пов'язувати.

Намагаючись дослідити та описати поведінку людини, дослідники тісно пов'язують її із «Я-концепцією», вважаючи її суб'єктивним полем сприйняття людини. Не зважаючи на те, що сприйняття людини відрізняється від об'єктивної істини, для самої ж людини воно є єдиною «робочою» реальністю, на яку вона спирається, за допомогою якого керує своєю діяльністю.

Багато чого зробив для висвітлення цього питання американський психолог Р. Бернс, який трактує «Я-концепцію», у взаємозв'язку із самооцінкою, як «інтегральну установку», тобто установку на себе, а отже, як загальну суму усіх уявлень індивіда про себе ж [3].

Визначаючи цю «інтегральну установку», Бернс виділяв три основні елементи:

- переконання особистості, обґрунтовані або ж необґрунтовані (когнітивна складова);
- емоційне ставлення особистості до цих переконань (емоційна складова); - реакція, яка відображається у поведінці (поведінкова складова).

Конкретизуючи це у контексті «Я-концепції», можна сказати, що:

- я-образ є уявленнями індивіда про самого себе;
- самооцінка є оцінкою індивідом цих уявлень із різною інтенсивністю, в залежності від конкретного предмета оцінки, від конкретного уявлення індивіда про себе яке трактується (враховуючи впливи станів «прийняття» та «відторгнення»);

- поведінкова реакція уособлює конкретні дії індивіда, які викликаються власне образом Я та самооцінкою.

Зазвичай, описуючи особистість із психологічного боку використовуються такі абстрактні характеристики, як «відчайдушній», «розумний», «харизматичний», «відважний» і ін., але вони не обов'язково пов'язані з конкретною подією чи ситуацією. Вони є елементом узагальненого образу індивіда, які, зі свого боку, відображає певні стійкі тенденції у поведінці індивіда. Це зумовлено тим, що, описуючи себе словесно, ми прагнемо виразити основні характеристики через самоприйняття. Це можуть бути, як психологічні характеристики індивіда, так і рольові чи статусні. Вони всі і формують образ Я.

Усвідомлення власного образу Я є ключовим положення при становленні особистості людини та для її успішної діяльності. Це визначає межі можливостей особистості, що безпосередньо впливає на її результативність у житті [24].

Розуміння людиною її Я-образу, в тому числі освітлює і концепцію позитивного мислення і роз'яснює, чому в деяких випадках людина сприймає себе позитивно, а в інших – негативно. Позитивне мислення найкраще виявляється тоді, коли збігається із самооцінкою людини себе, своїх вчинків та можливостей. Якщо ці поняття не сходяться, то людині доводиться змінювати саме уявлення.

Суть позитивного мислення полягає у наданні людиною вірних оцінок своїм вчинкам, щоб, з одного боку, підкріпити позитивний самообраз людини, а з другого боку – не дозволити зруйнувати цей образ у випадку невдач людини

Тобто, успіхи людини повинні підкріплювати її Я-образ шляхом трактування оцінок її вчинків, а невдачі людини – не дозволяти руйнувати цей же образ.

Успіхи повинні підкріплювати самосприйняття людини, а невдачі – повинні нести собою корекційну функцію, задля посилення самокоординації та особистісного зростання людини.

Розуміючи особливості власного образу, можна створювати ефективне підґрунтя для самонаслідування та формування позитивної самооцінки. Вартує зауважити, що мінімальним терміном для більш-менш позитивних змін в уявленнях людині потрібно, щонайменше, 21 день.

Наприклад, після пластичної операції, зазвичай проходять приблизно три тижні до того, як пацієнт звикне до нових рис обличчя. Якщо людині ампутують ногу чи руку, то вона часто продовжує відчувати її ще протягом 21 дня. Багато інших життєвих ситуацій потрібно й навіть більше часу – до трьох тижнів [55]

Наш образ-Я відображається й у найменших поведінкових образах людини і формується на самооцінці людини. Самооцінка людини формується під враженням набутого досвіду (успішного та невдалого) та ставлення до навколишнього світу [9].

Образ-Я людини повинен відповідати реальності ситуації, для того, щоб людина мала змогу адекватно функціонувати. Отже, потрібно себе чесно оцінювати, вибудовуючи самооцінку на ґрунті гідності, щирості із собою та з навколишніми, щоб зовнішній образ-Я людини відповідав внутрішньому самосприйняттю індивіда. Таким чином людина буде довіряти собі, набуватиме впевненості у власних силах, що приведе до ефективної самореалізації [39].

Основу наукового тлумачення Я-концепції поклали західні психологи-класики- Р. Бернс, К. Роджерс, А. Маслоу та ін. За характером вони вирізили позитивну та негативну Я-концепції.

Наприклад, Р. Бернс наголошує, що позитивну Я-концепцію характеризує «тверда переконаність у прихильності до інших людей, впевненість у можливості виконувати певний вид діяльності та почуття власної значущості» [2].

Загалом, позитивна Я-концепція подібна до позитивного ставлення до своєї особи, тобто до самоповаги, відчуття власної гідності, спроможності та самоцінності. Отже, й навпаки, негативна Я-концепція характеризується внутрішнім неприйняттям людиною себе, відчуттям власної неповноцінності та меншовартості.



Обидва види Я-концепції відображаються й у поведінці людини. Якщо в особистості сформована позитивна Я-концепція, то й поведінка такої людини буде більш гуманною, щирою і адекватною. А коли ж у людини сформована негативна Я-концепція, якщо її самооцінка занижена і людина себе негативно сприймає, то й відповідно її поведінка і її складові загалом будуть негативними.

Очевидно, що люди не завжди відповідають у своїй поведінці своїм же переконанням. Наприклад, людина, яка вважає себе здібною, відповідальною і суворою, не завжди проявлятиме ці риси, особливо в стресових ситуаціях. Це означає те, що людина не здатна уникнути себе і своїх переконань, навіть маючи можливість якийсь час від них тікати [33].

*Теоретична модель глобальної Я-Концепції Р.Бернса.* Р. Бернс запропонував таку модель Я-концепції, яка містить в собі певну ієрархічну структуру. Вершину його концепції займає глобальна Я-концепція, яка містить усі особливості самосвідомості індивіда.

Глобальна Я-концепція містить усі установки людини, які спрямовані на неї ж саму і має різні рівні та сторони, основними з яких є:

- я-реальне – установки, через які індивід сприймає свої наявні здібності, ролі й статуси (тобто уявлення людини про себе справжню);
- я-дзеркальне – установки про те, якою людиною бачать оточуючі (найближчі та пересічні);
- я-ідеальне – установки, з якими уявлення людині пов'язані із тим, якою вона хоче себе бачити.

Я-ідеальне формується із цілого комплексу уявлень людини, яка виражає її приховані прагнення та мотиватори. Як стверджує К. Хорні [11], Я-ідеальні уявлення часто відірвані від реальності, при великій відмінності яких нерідко виникає депресія, яка викликана миттєвою недосяжністю свого ідеального.

Найважчим для людини вважається відмовитись від свого недосяжного ідеального Я, яке нав'язує особистості недосяжні цілі. Г. Олпорт пропонує розірвати цей зв'язок задля покращення психічного здоров'я, вважаючи, що Я-ідеальне відображає ті цілі, які особистість ототожнює зі своїм майбутнім [18].

Я-ідеальне також часто пов'язують із впливом культурних і суспільних зразків та уявленнями про норми поведінки в суспільстві, які вже людина переймає як свої особисті.

Я-концепція, як складова самоактуалізації особистості, формується під впливом багатьох зовнішніх чинників. Особливо впливовими вважаються ті чинники, які надходять від контактів особистості з оточуючими і які, як вже зазначалось, визначають і її уявлення про саму себе.

Як зазначає вже згаданий Р. Бернс, Я-концепція, у контексті самоактуалізації особистості, відіграє такі ролі у становленні особистості:

- виступає джерелом очікувань для індивіда;
- сприяє самостановленню особистості;
- і формує інтерпретацію подальшого досвіду;

Ще однією функцією Я-концепції для самоактуалізації є забезпечення збалансованого і сприятливого психічного здоров'я особистості, яке полягає у гармонійному становленні особистісної продуктивності людини. Неузгодженість уявлень і почуттів людини з її реальними переживаннями сприяє дисгармонізації особистості, що може породжувати постійний внутрішній дискомфорт.

Л. Фестінгер визначає ці стани як «когнітивний дисонанс» - відчуваючи на собі тиск потреби у досягненні узгодження між внутрішніми переживаннями та станами, людина вдається до таких дій, які сприятимуть відновлення внутрішньої гармонії. Людина часто не здатна впоратися із неузгоджень образу її Я і, прагнучі самоактуалізованості, вдається до певних захисних психологічних механізмів, як, наприклад, раціоналізація [30].

Найбільш стійкі установки, ті, що людина підтримує протягом усього життя, найточніші визначення своєї самооцінки та життєвих орієнтирів, закладаються протягом всього життя людини. Я-концепція виступає основним стовбуром особистісного розвитку людини і визначає її потенціал діяльності, вигляд самосприйняття, образ свого Я та, відповідно, її самоактуалізованість.

## 1.2. Самооцінка як визначальна складова Я-концепції

Характеристики, які людина приписує собі, не завжди є об'єктивними та, часто, з ними не завжди погоджуються оточуючі. Більшість властивостей особистості, особливостей її самооцінки, зумовлені соціальними процесами, як, наприклад, стереотипами. Наприклад, через сприйняття людиною своєї надмірної ваги як негативної характеристики, індивід починає впадати у відчай, почуватися неповноцінною, хоча його найближче оточення може бути й не згідним з його таким негативним самосприйняттям, може сприймати його інакше, більш позитивно. Це тільки підтверджує той факт, що такі потужні соціальні процеси, як формування стереотипів, можуть не залежати від однієї конкретної людини, її саморефлексії чи самооцінки, та навіть не залежати від думок найближчих їй людей [32].

Стереотипізація феноменів чи понять скорше залежить від широких процесів, які впливають на більшість суспільства, які може, хоч і по-своєму, зрозуміти кожен. А коли такі поняття, як надмірна вага, зустрічаються кожній людині з дуже різною частотою, у дуже рідних умовах, тоді й індивід починає переймати вже загально прийняті, іншими людьми, за інших умов, думки про цей феномен.

Самооцінка є центральною конструкцією в клінічній психології, психології розвитку, особистості та соціальній психології. Її роль у функціонуванні психіки вивчається більше століття. Конструкція самооцінки породила дослідницьку літературу такого масштабу та багатства, що її неможливо узагальнити [17].

За коротку історію психології небагато особистісних конструктів отримали більшу теоретичну та емпіричну увагу, ніж самооцінка. У 2004 році Гейне та Леман [46] заявили, що за останні 35 років було опубліковано понад 18 000 досліджень, присвячених дослідженню самооцінки (це більше однієї публікації на день!).

Значущість самооцінки часто перебільшується до такої міри, що низька самооцінка розглядається як причина всього зла, а висока самооцінка як причина всього хорошого [49].

У подібному ключі Г'юїтт [47] заявив, що традиційний підхід до самооцінки породив дослідницьку літературу такого масштабу та багатства, що її неможливо узагальнити.

Кожна людина повинна любити себе понад будь-яку іншу людину чи річ або принаймні рівною мірою. Це могло б пояснити золоте правило, яке існує в більшості релігій, «любити інших, як ви любите себе». Збіг між різними культурами та релігіями щодо цієї важливої частки мудрості, ставитися до інших і любити їх так, як ви б хотіли, щоб вони ставилися до вас і любили вас, все ж дивує.

Об'єктивним є той факт, що маючи, наприклад, непривабливу зовнішність, чи якийсь фізичні вади і при цьому чинячи неадекватно, люди отримують негативні оцінки з боку оточуючих, посилені сукупністю саме цих конкретних фізичних особливостей людини та її поведінки, які супроводжуватимуть її протягом усієї її соціальної активності.

В такому випадку, протягом розвитку позитивної самооцінки у людини можуть виникати серйозні ускладнення, внутрішні розлади у зв'язку із порушенням наявної Я-концепції шляхом примусу людини до особистісних змін через критику соціуму чи навіть найближчого оточення. Іноді, навіть нейтрально забарвлені характеристики містять приховану оцінку – позитивну чи негативну, мають під собою підґрунтя та уявлення людини, що характеризує [6].

Наприклад, надаючи місцю проживання конкретної людини додаткових характеристик, як престижність чи соціальна бажаність, можна оцінювати інших людей на додаткову рівні.

Ця, та інші характеристики мають одну спільну особливість – більшість з них є суб'єктивно інтерпретованими та приховують оцінювальний смисл, зумовлені обставинами, в яких ці люди опинилися (і відтак в яких формувалися їхні уявлення), як культурні особливості середовища в якому, згідно з груповими

чи індивідуальними стандартами, їхні Я-концепції й формуються, після чого й демонструються шляхом поведінки чи взаємодії з іншими людьми у інший спосіб.

Цілком зрозуміло, що оцінюючий смисл тих чи інших характеристик людина пізнає через властивості власної Я-концепції. Не зважаючи на те, що старі смисли не вмирають, коли народжуються нові, вони все ще можуть замінювати один одного.

Наприклад, людина яка довго успішно займається певною професійною діяльністю, цілком справедливо може вважати себе вправною у цій професії. Ця людина задоволена собою, тому що її успішність оцінюється іншими: вправне виконання нею робочих завдань викликає схвальну реакцію з боку керівництва і задрість з боку інших працівників, отримують підтримку у вигляді, наприклад, премії. Однак, позитивна самооцінка індивіда побудована на такій основі може легко бути підірваною, у наслідок, наприклад, скорочення штату працівників чи виплатам ним, або ж зміною ціннісних орієнтирів оцінювачів (роботодавець вимагає не продуктивності, а стабільності, а колеги – не конкретності, а рівності) [12].

Крім того, індивід, у процесі соціального чи особистісного розвитку, може виявити, що успіхи у конкретному виді діяльності (професійна чи навчальна, наприклад) не обов'язково перейдуть у життєвий успіх сам по собі та не буде гарантом інших життєвих здобутків в інших життєвих ситуаціях. Відтак, загальна самооцінка може знизитись, хоча в цілому вона може залишитись і аргументованою і достатньо високою. Отож, самооцінка не є сталим параметром в частині внутрішнього світу людини, вона постійно варіюється і залежить від обставин.

Особливим джерелом різних самооцінок є його, в тому числі є й культурне середовище, в якому індивід перебуває і в якому ці оцінки й формуються залежно від особливостей цих обставин. Тобто, самооцінка являється особистісним судженням про власну цінність індивіда, яка проявляється в основних поведінкових установках особистості.

Самооцінку можна схарактеризувати за такими параметрами:

- рівневість: високий, середній чи низький рівень самооцінки;
- співвіднесеність з об'єктивною реальністю: адекватна чи неадекватна;
- особливості будови: конфліктна чи неконфліктна, наприклад.

Самооцінка формується на основі оцінок оточуючих, усвідомленість і характеристика результатів своєї діяльності, а також на основі зіставлення справжнього та ідеального уявлення про себе. Збереження ж вже сформованої та звичайної самооцінки є потребою людини, адже порушення її породжує певну неадекватну реакцію особистості.

Ця, так звана, неадекватність являється певним відносно стійким негативним емоційним станом, який провокується невдачами людини і проявляється в тому, що людина або не усвідомлює, або не хоче визнавати ці невдачі. Цей стан приходить із потребою зберегти завищену самооцінку та рівень домагань і проявляється через певну поведінкову захисну реакцію, які уможлиблюють вихід людини із цього внутрішнього конфлікту шляхом неадекватних дій. Індивід, у такий спосіб, може зберегти завищений рівень домагань та самооцінки, уникнувши факту, що причиною невдачі людини є вона сама, відкидаючи будь-які сумніви стосовно своїх оцінок її здібностей [37].

Такі особистості також здатні проявляти небачену образливість, підозрілість чи агресивну поведінку. Тривале перебування особистості у такому стані формує й відповідні риси особистості, наприклад, риси характеру. Свідомість індивіда встановлюється таким чином, щоб організувати механізм самооцінювання та зіставити її домагання і справжні досягнення.

У. Джемс визначає самооцінку за допомогою формули «самооцінка = успіх / домагання». Таким чином, самооцінку можна підвищувати двома способами: примножити власні успіхи, або ж занизити свої домагання. Тому для самооцінки й так важливі ці два показники. «Наше самопочуття в цьому світі залежить винятково від того, ким саме ми захотіли б стати і що саме задумали здійснити», як заявляє сам Джемс [48].

Очевидно, що самооцінка невід'ємно пов'язана із рівнем домагань особистості. Під рівнем домагань розуміється потреба у досягненні цілей такого рівня, який сама людина собі визначить у співвідношеннях з її здібностями. Рівень домагань може стосуватися й досягнень в окремих областях (у професійній діяльності, сімейній або навчальній), які призведуть до загального підвищення чи зниження самооцінки людини, як ми вже говорили раніше.

Чим вужчі можливості людини у спілкуванні, у діяльності, тим і вужчими будуть її можливості до досягнень, вдоволення домагань. Наприклад, дитина, яка матиме постійну любов та підтримку з боку її батьків та інших членів родини, отримує солідне «хедстарт» на своєму життєвому шляху, знаходячи підкріплення для формування своєї позитивної самооцінки, в той час, як дитина, яка отримувала від батьків більше зневаги та цькування, а ніж любові, буде позбавлена цього джерела підтримки позитивної самооцінки, вона відчуватиме розчарування і відторгнення [10].

З усім тим, Я-концепція дитини є й найбільш пластичною і менш структурованою, а монополія батьків на стосунки з дитиною становить вирішальний фактор у боротьбі за здорову самооцінку майбутньої дорослої особистості.

У соціальному середовищі, людина діє за принципом розвитку і підтримки власних оцінок себе, реагуючи на поведінку оточуючих, яка може загрожувати заниженню цих оцінок так і супроводжуватись їх підкріпленням. В житті це виглядає приблизно наступним чином: Найкраща подруга Аліни Надія щойно отримала звання «Місс-університет 2022». Як відреагує на це Аліна? Чи зрадіє вона тому, що її подруга отримала загальне визнання її переваги у виведених на конкурс якостях і поспішить розповісти про це усім підписникам у соціальних мережах, чи відчує заздрість і нещастя через те, що тегати усі будуть Надію, а не її?

У нас виникає наступне запитання: коли ж успіхи іншої людини підвищують нашу самооцінку, а коли загрожують її пониженьню?

На щастя, Е. Тессер вже має відповідь на наше запитання у вигляді розробленої нею *моделі підтримки самооцінки* [61].

Складається вона з ефектів *порівняння та відображення*:

- ефект порівняння: чим більше інші люди переважають нас у тому виді діяльності, який є визначальним у формуванні нашої самооцінки, то чим більша ця перевага над нами, тим вищою є загроза нашій самооцінці. Ми можемо відчувати фрустрацію, смуток, заздрість і навіть гнів;
- ефект відображення: чим більше успіх індивіда (у сфері важливій для нашого самооцінювання), з яким у нас тісні стосунки, тим більше це відобразатиметься на нашій же самооцінці, шляхом того, що це відображення підштовхуватиме до позитивного самосприйняття також і до більшої підтримки цієї успішної людини.

Ця модель підтримки самооцінки уможливорює певне узагальнення суспільної взаємодії. В тому випадку, коли у людини занижується самооцінка в результаті успіхів близьких їй людей, то вона може виправити це становище наступними способами:

- зменшити близькість з цими людьми (посваритись з товаришем, або почати уникати);
- змінити власне самоставлення (змінити предмет діяльності, як, наприклад, вирішити, що футбол – більше не є головною діяльністю, а краще займатися боротьбою);
- змінити сприйняття дійсності (наприклад, припустити, що ваш товариш отримав успішний результат завдяки удачі).

Отже, успіхи інших людей приносять нам як задоволення, так і засмучувати, шляхом підштовхування до зміни самооцінки [59].

Виходить, що самооцінка відображає ступінь соціальної розвиненості індивіда, демонструє його рівень самоповаги, відчуття самоцінності та позитивного самоставлення до себе. Отже, низька самооцінка являє собою неприйняття себе, самовідторгнення і негативне самоставлення. Самооцінка



також виявляється в усвідомленні власних домагань, через які людина прагне реалізувати свою індивідуальність та значущість [45].

Впродовж всієї історії вивчення самооцінки в контексті соціальних стосунків особистості формувалась низка теорій, які, так чи інакше, про це розповідають, але всі вони згодом приходять до висновку, що зв'язки з іншими людьми схоже сигналізують особистості загальну величину її вартості – людина або цінується важливими людьми у її житті та найближчим оточенням за те, ким вона є, або не цінується, а відтак вважається негідною та непотрібною особистістю.

Поширеним трендом серед головних наукових думок щодо цього питання є твердження, що соціальні стосунки людини впливають на її самооцінку протягом певного часово періоду, хоча це й залежить від особливостей цих стосунків, таких як їх важливість для особистості в той чи інший момент.

Стосовно цього приводу теж висловлюють таку думку, що деякі особистості можуть знаходити у соціальному оточенні не тільки визначальні властивості своєї самооцінки, а й взагалі місце її прояву. При спостереженні за проявами самооцінки особистості, оточення може видавати необхідні людині реакції для, наприклад, самоствердження [53].

З цієї точки зору, індивіди з високим рівнем самооцінки мали б також знаходитись у більш позитивних стосунках з оточуючими, в усякому випадку, в позитивних до тієї міри, яка дозволить отримувати авторитетні та задовільні реакції конкретній особистості від конкретних людей.

Самооцінка також може передбачати поведінку особистості в стосунках, наприклад, що при вищому рівні самооцінки індивід може частіше проявляти поведінку, яка сприятиме покращенню його соціальних стосунків, а ті, в кого самооцінка низька, можуть бути схильними до поведінки, яка б руйнували їхні соціальні контакти. Людина із низьким рівнем самооцінки може мати на меті відторгнення від друзів, рідних, а потім й взагалі розірвати міжособистісні стосунки, таким чином зменшивши міжособистісну близькість та вплив її на самооцінку людини.

Це може працювати й у зворотний бік, при якому якість сприйняття людиною її соціальних стосунків впливає на її самооцінку. Ми вже згадували, що самооцінка особистості формується на тлі того, як його сприймають інші.

Соціальні взаємні здатні, в тому числі, викликати стрес та страх у особистості, а отже й вказує на та те, що відносини кращої «якості» корисні для здорового рівня самооцінки людини.

Важливим джерелом адекватності самооцінки є наступні три принципи:

- зіставлення образу реального Я з образом ідеального Я. Тобто, уявлення людини про те, ким вона є, і ким вона хоче бути. Цей принцип також вважається важливою ознакою психічного здоров'я;
- інтеграція соціальних реакцій конкретного індивіда. Тобто, зіставлення оцінки людини іншими з її власною самооцінкою;
- оцінка індивідом успішності своєї діяльності через свою самоідентичність.

Тобто, людина отримує внутрішнє піднесення роблячи не просто щось якісно і добре, а роблячи якісно і добре саме конкретну діяльність і виконуючи її належним чином.

Отже, висновок наступний: особистість докладает найбільше зусиль до тієї діяльності, яка, як людині здається, найкраще впишеться у структуру суспільства. Особливістю психічного розвитку кожного індивіда є творення цієї Я-концепції, як обов'язкового продукту його соціальної взаємодії. А отже й встановлюється двостороння взаємодія між соціальним та культурним середовищами в яких перебуває індивід та його встановленою концепцією Я.

### 1.3. Самосвідомість як складова Я-концепції

Безумовно, Я-концепція є важливим чинником самоорганізації людини, яка визначає ефективність соціального та особистого життя особистості. У контексті самосвідомості, Я-концепція є, певною мірою, усвідомленим, динамічним та відносно стійким уявленням людини про саму себе. Вона формується під час соціальної взаємодії, культурного розвитку людини.

Я-концепція схильна структуруватися з часом та ускладнюватися із віком під впливом певних чинників біографії конкретної людини, починаючи з стосунків з батьками у дитячому віці.

Промовляючи «Я сам/а», дитина займає активну роль у сприйнятті нею пізнавального досвіду; у виконанні поставлених перед нею, або нею ж, цілей та завдань; прагне до власних оцінок своїх досягнень та постановку щодо них прогнозів та очікувань, а отже й встановлює функціональний контроль над самостановленням [45].

Становлення та розвиток Я-концепції вимагає певного часу – починає вона формуватися з дитинства при міжособистісній взаємодії діти із дорослими. У цей період вплив батьків на спілкування з дитиною є вирішальним фактором у подальшому оформленні Я-концепції, адже психіка дитини є ще цілком пластичною, через що й установки батьків несуть такий визначальний ефект.

Уявлення про свій образ в очах інших людей та саморефлексія є важливими складовими оцінкових суджень при самоорганізації особистості. Це формує її образ і, зокрема, про те, якою вона хоче бути в майбутньому та як вона повинна поводитись для оточуючих.

На основі взаємодії особистості із соціумом виникає Я-концепція, яка визначає основні межі поведінки людини в соціумі, а також і її морально-етичні норми, вона виказує не тільки особливості того, як людина себе сприймає, але й визначає потенціал її дій, так характеризує їх у контексті взаємодії людини із соціумом.

Я-концепція є важливим чинником культурно-духовного розвитку людини, і являється джерелом інтерпретацій її досвіду – вона надає йому позитивні, негативні, чи нейтральні смисли у свідомості людини, що, зокрема, впливає й на поведінку особистості.

Людина постійно діє у межах її Я-концепції, маючи розширене або звужене поле самореалізації, що, в свою чергу, знаменує її самоосягнення, яке свідчить про самостановлення людини, її самоактуалізацію, набуття нею нових особливостей та властивостей які відображатимуть її індивідуальну сутність.

Я-концепція виступає певним фільтром між людиною та оточуючим середовищем, яке характеризується особливістю сприйняття людиною ситуацій, в яких вона опиняється. Після проходження цього фільтру людина усвідомлює ситуацію так, як це відповідатиме її уявленням про себе [35].

Також, Я-концепцію визначають як «певну інформаційну базу особистості, за допомогою яких вона визначає цілі, напрями, способи та засоби своєї поведінки». Тобто людина вчиняє і поводить ся так, як це узгоджується з її бажаннями та відповідно до ієрархічних особливостей (рівня важливості) в її Я-концепції [5].

Я-образ людини виступає тут складовою загальної системи уявлень про себе – її Я-концепціях, в якій Я-концепція відображає ширше уявлення особи про себе, адже містить її Я-образ як картину самої людини; містить принципи поведінки людини, чим корегує цілі та задачі, які людина ставить перед собою у житті.

Самосвідомість є ключовою частиною Я-концепції людини. В той час як свідомість виконує сприйняття зовнішнього світу, самосвідомість же спрямована на самопізнання людини, за допомогою якої їй вдається самоактуалізовуватись, пізнавати себе та формувати свою особистість, а основним результатом «роботи» самосвідомості є уявлення людини про свою Я-концепцію.

Зародження та розвиток людської свідомості вивчав чеський психіатр Станіслав Гроф [8]. Він вивчав змінені стани свідомості, розробляв медикаментозні способи досягнення змінених станів свідомості, розробляв

картографію свідомості [31]. Результатами теоретичних досліджень, експериментальних та психотерапевтичних застосувань стала руйнація думки про свідомість як про частину матерії, як прояв нейрофізіологічних процесів у мозку, з чого виникла думка про свідомість як про універсальне всеохоплюючий феномен, який охоплює людину і весь навколишній світ [7].

Нідерландський колишній професор психології в Університеті Штату Нью-Йорк Бернард Баарс інтерпретував свідомість як театральну сцену, що означає, що людина усвідомлює тільки процеси які відбуваються на самій сцені і добре освітлюються місцевими прожекторами. Всі ж інші процеси та життєві ситуації підлаштовуються під те, що «розігрується» на сцені, знаходячись чи за кулісами, чи за межами світла прожекторів і, отже залишають мало- або взагалі неусвідомлюваними [30].

Свідомість визначає людину з-поміж інших істот, вона визначає її спосіб життя та місце у світі. С.Л. Рубінштейн вважає, що свідомість, стосовно речей які перебувають за межею радіуса її дії, працює за допомогою допущень. Відносно ж нагальних і об'єктивних умов свідомість регулює поведінку людини та корегує людську діяльність відповідно до них [21]. Усвідомлення власної діяльності чи поведінки і є особливими умовами існування людини [19].

За І.І. Чесноковою [36], в процесу життєдіяльності людини самосвідомість являє собою неподільну сукупність окремих компонентів – самопізнання, емоційне та ціннісне становлення та саморегуляція поведінки та проявляється у багатьох формах функціонування особистості у суспільстві.

**Чудові висновки** з цього питання зробив український психолог М. Й. Боришевський, який визначив Я-концепцію у контексті самосвідомості як своєрідну картину бажаного майбутнього, на яку індивід спирається у процесі свого самостановлення та самоактуалізації [4].

Свого часу ще Г. Сковорода зазначав важливість самопізнання для пізнання світу навколишнього: «якщо хочете виміряти небо, землю чи море – виміряйте спочатку себе» [23]. Отож, щоб людина могла віднайти та розвинути свої вроджені здібності, самоактуалізуватися у світі об'єктивному, вона повинна

спершу пізнати себе, а згодом й навколишній світ. Тому й особисте щастя кожної особистості досягається лише шляхом самопізнання та слідування бажанням тієї «внутрішньої людини», «сердечної людини» [34].

Відтак що людина є безпосереднім творцем свого життєвого шляху; її творчість є обов'язковою передумовою та наслідком самотворення людини, її самоактуалізації, чим вона й демонструє свою самостійність, самодостатність та повноту психічно-духовного розвитку. Людина користується як власним минулим, так і майбутнім, щоб повною мірою розгорнути свій життєвий шлях для успішного творчого існування на ньому у сьогоднішні. Той сенс життя, який ми постійно шукаємо і до якого кожен завжди прагне і є тим повноцінним осмисленням нашого життєвого шляху, наша творчість, яка полягає у самопізнанні та самоактуалізації у контексті наявної Я-концепції.

#### **1.4. Дослідження самоактуалізації особистості**

Самоактуалізацію (яку також називають самореалізацією або самостановленням) можна описати як повну реалізацію свого потенціалу, який проявляється в піковому досвіді, який включає повний розвиток своїх здібностей і оцінку життя [16].

У контексті сучасного світу, з усіма його соціально-економічними особливостями, людина не може існувати не ставлячи собі цілі. Коли сучасна особистість може розвиватися у будь-чому та будь-коли, то знаходження життєвого призначення (тобто самоактуалізація) є головним чинником життєвого успіху особистості. Самоактуалізована особистість, за К.О. Абульхановою [1], це особа що живе розвиваючи свій творчий потенціал, формує адекватну самооцінку, впевненість в собі так у власних силах та проявляє високий рівень здібностей.

С.Д. Максименко ж ототожнює поняття «вчинок» із «самореалізацією», а отже й трактує самореалізацію як динамічний та тривалий процес реалізації

людиною її творчого потенціалу, який відображає життєвий шлях, обраний людиною, на якому особа проявляє й інші важливі якості.

Отже, потреба в самореалізації виступає в активностях особистості в тих видах діяльності, в яких ця потреба реалізується.

Досягнення самоактуалізації передбачає повну участь людини в житті та усвідомлення того, що вона здатна досягти. Як правило, стан самоактуалізації вважається досягнутим лише після того, як фундаментальні потреби людини у виживанні, безпеці, любові та самооцінці задоволені [52].

### ➤ Курт Гольдштейн

Попри те, що термін «самоактуалізація» найбільше асоціюється з Абрахамом Маслоу, спочатку його ввів Курт Гольдштейн, лікар, який спеціалізується на психіатрії та нейроанатомії на початку 20 століття.

Гольдштейн [44] розглядав самоактуалізацію як кінцеву мету кожного організму і мав на увазі прагнення людини до самореалізації та схильність індивіда актуалізувати свій потенціал. Він стверджував, що кожна людина, рослина і тварина мають вроджену мету актуалізувати себе такими, якими вони є. Гольдштейн зазначив, що організми, таким чином, поведуться відповідно до цієї головної мотивації [43].

Гольдштейн вважав проявляється лише у хворих організмів. Для здорового організму первинною метою є формування певного рівня напруги, при якому уможлиблюється подальша впорядковано діяльність, що послаблення спрямованості в напрямку самоактуалізації потужним чином [42].

Гольдштейн вважає, що нормально функціонуючий організм може тимчасово відкинути на другий план такі важливі мотиви діяльності як їжа чи секс задля уникнення «голоду» до самоактуалізації.

За Гольдштейном, організм часто, в процесі самоактуалізації, може входити у шоківі стани й таким чином задавати собі стимул використовувати усі свої можливості.

У своїй книзі «Організм: цілісний підхід до біології, отриманої з патологічних даних у людини» Гольдштейн стверджував, що самоактуалізація передбачає тенденцію максимально реалізувати індивідуальні здібності організму [44].

Згідно з поглядом Гольдштейна (1940), самоактуалізація — це не обов'язково мета, яку потрібно досягти в майбутньому, а вроджена схильність організму реалізувати свій потенціал у будь-який момент за даних обставин [41].

### ➤ Карл Роджерс

Карл Роджерс описав самоактуалізацію як безперервний процес, що триває протягом усього життя, за допомогою якого самооцінка індивіда підтримується та зміцнюється шляхом рефлексії та переосмислення різноманітного досвіду, що дозволяє індивіду відновлюватися, змінюватися та розвиватися (Роджерс, 1951) [19].

Відповідно до Роджерса [56], людський організм має основну «тенденцію до актуалізації», яка спрямована на розвиток усіх здібностей таким чином, щоб підтримувати або покращувати організм і рухати його до автономії.

Карл Роджерс вважав, що для того, щоб людина досягла самоактуалізації, вона повинна перебувати в стані конгруентності. Це означає, що самоактуалізація відбувається, коли «ідеальне Я» людини (тобто те, ким вона хотіла б бути) збігається з її фактичною поведінкою (образом «Я»).

Роджерс [58] стверджує, що структура Я є послідовним, але мінливим шаблоном сприйняття себе, який організований і сформований через оцінювальні взаємодії. Однак напруженість між ідеальним самопочуттям людини та її досвідом (або самоуявленням) може спричинити невідповідність, психопатологічний стан, що виникає внаслідок спотворень унітарних актуалізацій нової тенденції.

Для Роджерса людина, яка перебуває в процесі самореалізації, активно досліджує потенціал і здібності та відчуває збіг між реальними та ідеальними полицями, є повноцінно функціонуючою людиною [20].



Стати людиною, що повноцінно функціонує, означає, що «індивід рухається до «буття», свідомо та приймаючи процес, яким він внутрішньо і насправді «є». Він відходить від того, чим він не є, від того, щоб бути фасадом. Він не намагається бути більшим, ніж він є, із супутніми почуттями незахищеності чи пихатим захистом. Він не намагається бути меншим, ніж він є, із супутніми почуттями провини чи самоприниження. Він усе частіше прислухається до найглибших куточків свого психологічного та емоційна істота, і виявляє, що все більше бажає бути, з більшою точністю та глибиною, тим, ким він насправді є» [57].

Повністю функціонуючі люди знаходяться в контакті зі своїми почуттями та здібностями та можуть довіряти своїм найпотаємнішим бажанням та інтуїції. Щоб повноцінно функціонувати, людина потребує безумовного позитивного ставлення з боку оточуючих, особливо батьків у дитинстві. Безумовне позитивне ставлення - це ставлення до прийняття інших, попри їхні недоліки.

Однак більшість людей не сприймають позитивне ставлення інших як безумовне. Вони схильні думати, що їх любитимуть і цінуватимуть лише тоді, коли вони відповідатимуть певним умовам гідності.

Ці умови цінності створюють невідповідність всередині особистості між реальним Я (якою є людина) та ідеальною Я (якою вона вважає, що має бути чи хоче бути).

### ➤ **Абрахам Маслоу**

Маслоу, як і Гольдштейн, розглядав самоактуалізацію як реалізацію свого потенціалу. Однак Маслоу [53] описав самоактуалізацію більш вузько, ніж Гольдштейн, застосовуючи її виключно до людей, а не до всіх організмів.

Маслоу зазначив, що люди мають потреби нижчого порядку, які, як правило, повинні бути задоволені, перш ніж задовольнити потреби вищого порядку, такі як самоактуалізація. Він класифікував ці потреби наступним чином [15]:

1. Основні потреби:
  - a) фізіологічні потреби (наприклад, у воді, їжі, теплі та відпочинку);
  - b) потреби безпеки (колишня безпека та захист).
  
2. Психологічні потреби:
  - a) потреби приналежності (колишні близькі стосунки з коханими та друзями);
  - b) потреби в повазі (відчуття досягнення та престижу).

Самореалізація є завершальним етапом ієрархії потреб Маслоу, тому не кожна людина досягає його.

Для Маслоу самоактуалізація означала прагнення до самореалізації або схильність людини актуалізуватися в тому, ким вона потенційно є.

Люди можуть сприймати або зосереджуватися на цій потребі дуже конкретно. Наприклад, одна людина може мати сильне бажання стати ідеальним батьком. В іншому, бажання може бути виражене економічно, академічно або спортивно. Для інших це може бути виражено творчо, у картинах, малюнках або винаходах.

Далі Маслоу пояснив, що самоактуалізація містить в собі внутрішній розвиток організму. Він стверджував, що самоактуалізація більше орієнтована на зростання, ніж на недоліки [41].

Маслоу визнавав очевидну рідкість самоактуалізованих людей і стверджував, що більшість людей страждає від психопатології нормального життя.

На відміну від Зигмунда Фрейда, чий психодинамічний підхід був зосереджений на нездорових індивідах, які займаються тривожною поведінкою, Маслоу асоціювався з гуманістичним підходом, який зосереджувався на здорових індивідах.

Отже, точка зору Маслоу більш узгоджується з позитивним поглядом на людську природу, який бачить, що індивіди прагнуть реалізувати свій потенціал. Ця гуманістична перспектива помітно відрізняється від фрейдистського погляду на людей як на організми, що зменшують напругу.

### ➤ **Характеристики самоактуалізованої особистості**

Абрахам Маслоу заснував свою теорію на тематичних дослідженнях історичних діячів, яких він бачив як приклади самоактуалізованих особистостей, включаючи Альберта Ейнштейна, Рут Бенедикт і Елеонор Рузвельт. Маслоу досліджував життя кожного з цих людей, щоб оцінити загальні якості, які спонукали кожного до самореалізації.

Грунтуючись на описі Маслоу самоактуалізаторів, можна знайти кілька різючих подібностей, які поділяють ці нібито самоактуалізовані особи.

Деякі з таких характеристик, які відрізняють самоактуалізованих індивідів від решти людства, такі [51]:

Самореалізовані люди приймають як чужі, так і власні недоліки, часто з гумором і толерантністю. Самореалізовані люди не тільки повністю приймають інших, вони також вірні собі, а не прикидаються, щоб справити враження на інших.

Самореалізовані люди також мають тенденцію бути незалежними та винахідливими: вони рідше покладаються на зовнішні авторитети, щоб керувати своїм життям [50]:

- може розвивати глибокі та люблячі стосунки з іншими;
- схильність випромінювати вдячність і зберігати глибоку вдячність навіть за звичайні благословення в житті;
- часто може розрізнити поверхнєве та реальне, оцінюючи ситуації;
- формування думки рідко залежить від середовища чи культури;
- схильність розглядати життя як місію, яка кличе їх до мети, що виходить за рамки їх самих.

Попри популярність самоактуалізації як концепції, пов'язаної з позитивною психологією та теоріями мотивації, вона не перестає викликати критику.

Канадський психіатр Ерік Берн, наприклад, назвав самоактуалізацію грою на самовираження, яка базується на вірі в те, що потрібно прагнути до хороших почуттів [38].

Крім того, критики зазначають, що тенденції до самоактуалізації можуть призвести до позитивного, але незалежного підходу до людей [62]. Щобільше, Фріц Перлз зауважив, що фокус може легко переміститися з прагнення актуалізувати власне почуття до простої спроби створити видимість самоактуалізації, яка може ввести в оману [54].

Вітц [63] стверджував, що Маслоу і Роджерс перетворили психологічну концепцію самоактуалізації на моральну норму. Нарешті, можливість самореалізації також стала розглядатися як особливий привілей, збережений лише для небагатьох обраних.

У відповідь на ці занепокоєння Маслоу визнав, що вираження нестримних примх і гонитва за приватними задоволеннями часто неправильно називають самореалізацією [40]. Маслоу також поділився занепокоєнням, що концепція може бути неправильно зрозуміла.

Фактично, коли багато людей писали Маслоу, описуючи себе як самореалізованих людей, Маслоу сумнівався, чи достатньо він сформулював свою теорію [60].

Однак Маслоу не вважав, що лише небагатьох представників еліти можуть досягти стану самоактуалізації. Навпаки, він зазначив, що часто люди, які живуть у різьчє схожих обставинах, переживають надзвичайно різні результати життя. Він міркував, що така реальність підкреслює важливість ставлення як фактора, який впливає на долю людини.

Підбити підсумок до розділу можна сказавши, що багато вчених вбачали самоактуалізацію як основну бажану мету для особистості, адже саме самореалізація (з чим багато вчених ототожнюють самоактуалізацію) є основним способом самовираження індивіда, його способів впливу на оточуючий світ та активної діяльності людини у ньому, а також ознакою психічного добробуту особистості, до чого вартує прагнути усім людям.

## РОЗДІЛ 2. КОНЦЕПТУАЛЬНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

### 2.1. Опис вибірки

Для реалізації дослідження нами було сформовано вибірку із 50-ти респондентів (25 студентів 2-го курсу спеціальності «комп'ютерні науки» і 25 студентів 2-го курсу спеціальності «педагогіка»). Процедура передбачала заповнення респондентами бланків електронного зразка створених за платформи Google Forms. З огляду на те, що студенти 2-го курсу це особистості які підпадають під вік 17-19 років, то, згідно з віковою періодизацією, це стосується юнацького віку.

Тому, конкретизуємо: рання юність вважається окремим періодом між дитинством та дорослістю. У цей період, опинившись на порозі справжнього дорослого життя, юнаки шукають смислу своєму життю і починають розглядати його з позиції майбутнього. З позиції суто психічного розвитку, цей період характеризується тим, що основні особистісні утворення вже сформувались під час підліткового віку і тепер закріплюються і вдосконалюються. Відтак деякі автори характеризують цей період, як час завершення психічних новоутворень підліткового віку.

Завершивши навчання у школі, юні студенти повинні відгодуватися до дорослого життя, тобто формувати, в першу чергу, «психологічну готовність». Це поняття, у нашому випадку, має на увазі формування потреб та навичок їх задовольняти, щоб зможти реалізувати свою особистість у професійній, соціально-громадській та особистій діяльності. У першу чергу, це має собою на увазі реалізацію потреби у спілкуванні з іншими людьми, потреби у творчому самовиявленні, потреби у теоретичному осмисленні світу (у формі наукового чи релігійно-духовного сприйняття); по друге, це формування навички до критичної рефлексії, себто самосприйнятті, що зможе забезпечити юнака критичним ставленням до себе.

Наявність цих якостей формує психологічну базу, яка дозволить юнакам соціально та особистісно самовизначитись. Це і є головними новоутвореннями раннього юнацького віку.

Головним завданням юнаків у цей період є зайняття ними внутрішньої позиції як вже дорослої особистості: визначитись із професійним напрямком, зі своїм місцем в суспільстві як повноправним його членом, обрати життєвий шлях, а відтак і сформувати власний світогляд.

Самовизначенням у такому віці виступатиме не позбуття певної залежності від інших дорослих, а постання гідного, рівного місця серед тих же дорослих особистостей.

Що ж стосується фізичного розвитку, цей період характеризується стабільністю, «спокійністю» розвитку. Збільшується вага тіла людини відносно її розвитку. Тіло людини набуває таких любих людям пропорційності і позбувається невпевненості рухів. Стрімко розвивається мускулатура тіла людини (ріст м'язів і кісток); мозок і нервова система. Усі ці процеси вказують на готовність юнака до фізичних та розумових викликів дорослого життя.

Розвиток же особистості у період переходу до дорослості проходить радше поступово, а ніж *стрибкоподібно*. У цей період мотивації, потреби та інтереси особистості піддаються потужним випробуванням. Деякі риси виникають або видозмінюються. Цьому сприяють біологічні та когнітивні зміни організму.

Тобто, потреба, наприклад, у сексуальному задоволенні набуває пріоритетності тільки після розвитку певних біологічних механізмів, а самоактуалізуватися людина починає тільки після задоволення певних когнітивних та соціальних умов.

Що ж до потреби у самореалізації та саморозвитку, то вони реалізуються через прояв власних здібностей та їх удосконалення. Це стосується мотивації досягнень, потреби у визнанні та прийнятті людини як повноправного члена суспільства. Юнацький вік характеризується збільшенням особистісної «потужності», здатності зберігати та проявляти свою індивідуальність в умовах

соціальної діяльності та особистісних близьких стосунків (дружби, кохання, сімейних стосунків).

Юнаків цікавить, ким вони є, ким вони будуть і на що вони здатні. Користуючись вже набутим досвідом власних досягнень, вони встановлюють і утримують домагання. Лишень брак соціального досвіду у особистостей цього віку ускладнює цей процес. Люди у такому віці часто чинять негідно, необдуманно, ганебно саме тому, що цього вимагає їхнє бажання перевірити власні можливості: рішучість, мужність, статність.

Формування власного «Я» у юнаків сходиться до формування «Я-реального» та «Я-ідеального», із подальшим зіставленням цих двох «Я».

Часто, цей процес не проходить успішно. Коли, наприклад, у юнака вищий рівень домагань за глибину його усвідомлення власних можливостей, то це може призвести до втрати упевненості в собі, що вже вражатиметься, наприклад, в агресії та роздратованості.

Необґрунтоване, поспішне формування «Я-концепції» призводитиме до різноманітних психічних порушень, таких як:

- ✓ соціальна дезінтеграція (яка згодом може вилитись у злочинність);
- ✓ конформація реакцій (що стимулюватиме легшу піддатливість юнаків зовнішнім впливам);
- ✓ глибинне переналаштування сприйняття особистістю себе і навколишнього світу (низька самооцінка не дозволить особистості усвідомити, що скоює гарні вчинки, адже людині здається, що вона не здатна до них).

Але, попри таку різноманітність можливостей розвитку (чи деградації) особистості юнака, можна вважати цей період достатньо стабільним у плані морального становлення особистості.

## 2.2. Методи і методики дослідження

Для розв'язання поставлених завдань і сформульованої мети, використовувались такі теоретичні методи дослідження:

- аналіз, синтез, узагальнення, конкретизація наукових положень використаної літератури.

Для реалізації поставленої мети та завдань емпіричного дослідження, використовувались наступні психодіагностичні методики: *Методика «Діагностика мотиваторів соціально-психологічної активності» Д. Макклеланда; Тест-опитувальник для вимірювання самоствавлення особистості В.В. Століна, С.Р. Пантелєєв; Опитувальник А.О. Реана «Мотивація успіху і боязнь невдачі»; Методика вимірювання потреб (мотивів) в досягненні Ю.М. Орлова та Самоактуалізаційний тест – САТ Е. Шострома.*

### **Методика «Діагностика мотиваторів соціально-психологічної активності» Д. Макклеланда**

Методика допомагає визначити провідні потреби-мотиватори особистості.

Інструкція до тесту: «Вам пропонується 15 тверджень. Висловіть свою згоду («Повністю згоден – ПЗ) або незгоду («не згоден» - НЗ) за п'ятибальною системою шляхом натискання відповідного кружечка у формі.

Обробка та інтерпретація результатів: методика визначає домінуючу потребу респондентів шляхом підрахування та додавання підходящих відповідей на кожне з питань:

- досягнення успіху в цілому;
- прагнення до влади;
- тенденція до афіліації.



Методологічною основою служить теорія мотивації Д. Макклелланда, а також ряд її більш сучасних інтерпретацій. Знання основних потреб - вихідний момент самомотивації, особистісного менеджменту.

Теорія МакКлелланда стверджує, що людські потреби набуваються на основі їх життєвого досвіду.

Автор виділяє три види потреб: успіх, приналежність і влада:

- потреба до успіху проявляється у бажанні людини досягати встановлених цілей шляхом більшого залучання зусиль. Ефективні особистості зазвичай ставлять ціни самостійно і таким чином, щоб вони були адекватними та було можливо отримати гарантований результат;
- потреба у приналежності особистість реалізує через добрі стосунки з оточенням шляхом його підтримки. Для задоволення цієї потреби особистості необхідні постійні, активні, впливові контакти з навколишнім світом;
- потреба у владі реалізується у бажанні впливу на інших людей, їх поведінку, у бажанні брати на себе відповідальність за їх вчинки. Ця потреба містить в собі й адміністративну владу, і про авторитетну владу, що охоплює й впливи через прихильність оточуючих (медійність, популярність від таланту).

Для кожної конкретної особистості та чи інша потреба (мотив) може бути більш чи менш вираженою, і кожна людина об'єднує унікальну конфігурацію цих мотивів. Але для успішної діяльності існує певне «оптимальне» поєднання цих мотивів.

Саму теорію можна угрупувати у вигляді декількох положень:

- будь-яка людина (вроджено або набуто), з урахуванням набутого життєвого досвіду, здебільшого орієнтована саме на одну конкретну потребу (але не уникаючи при цьому й усіх інших);
- основні потреби здебільшого залишаються сталими та не значним чином не змінюються протягом життя без потужного зовнішнього впливу на саму

особистість і можуть легко бути визначеними психодіагностичними методами;

- люди з високою потребою до приналежності (афіліації) не здатні ефективно працювати самостійно і вправно керувати іншими людьми, але також і є ефективними у встановленні комунікативних зав'язків. Також здатні вкладатися у прийняття спільних рішень і потужно мотивуються груповими стимулами;
- індивіди з високою мотивацією до успіху не можуть виконувати монотонну роботу довготривалий час, тим паче працювати над віддаленими цілями. Але вони ж і здатні ефективно діяти у ризикованих умовах, мають хист до керування великими групами людей, а найпотужнішим мотиватором для них виступає великі винагороди.

### **Тест-опитувальник для вимірювання самоствавлення особистості В.В.**

**Століна, С.Р. Пантелєєв**

*Методика дозволяє оцінити показники самоствавлення особистості, які визначають можливість особистості сприймати своє «Я» як особливе та неповторне, турбуватися про себе, здатність особистості відчувати самопатію, власні потреби у житті та реалізовувати свої можливості.*

Інструкція: «Уважно прочитайте запропоновані Вам твердження та натисніть на одну з двох відповідей у бланку поряд із номером кожного твердження: натисніть на знак «+» якщо Ви погоджуєтесь або на знак «-» якщо не погоджуєтесь. Довго не роздумуйте над твердженнями. Правильних чи неправильних відповідей немає».

Методика містить 110 тверджень, які, при оброщі, виливаються у шкали: -

відвертість;

- самовпевненість;
- самокерівництво;
- дзеркальне «Я»;
- самоцінність;

- самоприйняття;
- самоприв'язаність;
- конфліктність;
- самозвинувачення;

Методика базується на тому, що у процесі буття людина пізнає себе і ці знання накопичує. Вони й виступають об'єктом її оцінок, емоцій і становлять предмет її відносно стійкого самоствавлення.

В. Столін визначає самоствавлення як відображення у свідомості людини смислу її «Я», під чим Столін розуміє безпосереднє вираження особистістю смислу свого «Я» для самої ж особистості. Особливості даного переживання особистості визнають її позиція в соціумі та саме буття суб'єкта.

Згідно ж з С. Пантелєєвим самоствавлення є цілісним, універсальним та однорідним утворенням, яке визначає міру відношення індивіда до власного образу «Я».

На їхню думку, самоствавлення містить в собі такі компоненти як емоційне самосприйняття та самооцінююче самоприйняття.

Основою самоствавлення, на думку Століна, становить процес самореалізації особистості. Відтак структура самоствавлення складають такі емоційні прояви особистості, як: самоповага, аутосимпатія та самоінтерес. Ці компоненти інтегруються у загальне негативне чи позитивне ставлення до себе та є сукупністю глобального самоствавлення.

С. Пантелєєв же вважає, що у кожній особистості міра вираження цих емоційних компонентів відрізнятиметься: в одній людині самоствавлення значною мірою може базуватися суто, наприклад, на самоповазі, в той час, як у іншої людини – на самосимпатії.

С. Пантелєєв виділяє дві підсистеми у структурі самоствавлення:

*Оцінну*, до якої включено самоповагу, почуття компетентності та ефективності; та емоційно-ціннісну, до якої входять аутосимпатія, почуття власної гідності та самоцінність із самоприйняттям;

Таким чином, самоствалення це не просто сума емоційних проявів, а є певною унікальною формою зі специфічними сематичними забарвленнями та тоном.

### **Опитувальник А.О. Реана «Мотивація успіху і боязнь невдачі»**

Цей тест дозволяє оцінити, яке спрямування, здебільшого, визначає поведінку особистості: бажання досягти успіху чи бажання уникнути невдачі.

Перевага одного бажання над іншим багато у чому й буде визначати рівень домагань особистості – чи готова людина виставляти перед собою складні задачі, щоб досягти значного успіху, або ж людина встановлює для себе більш скромні цілі, щоб не відчути розчарування.

У результаті комбінації мотиваційних тенденцій у людини виявляють тип особистості та пояснюють відмінність поведінки.

Визначений «напрямок мотивації» у будь-якій сфері діяльності людини обумовлює психологічну готовність людини до діяльності та рівень її ініціативності. Від цього буде залежати здатність особистості до діяльності в умовах постійної конкуренції.

Мотивація на усіх є позитивно мотивацією «до» та сприяє тому, що людина починає справу із метою досягнення позитивного та якісного результату. У людей із тенденцією до мотивації на успіх присутня справжня наполегливість та цілеспрямованість до досягнення результату. Такі особистості вирізняються своєю ініціативністю, активністю та самовпевненістю.

Люди, які мотивуються «невдачею» зазвичай уникають відповідальних завдань, адже часто це спричиняє у них близько-панічний стан. У них підвищена тривожність та низька самовпевненість. Якщо ж людина, якій належить тенденція до мотивації невдачею, постійно знаходиться в умовах відповідальності, то вона й постійно знаходитиметься у стані надмірного стресу.

## **Методика вимірювання потреб (мотивів) в досягненні Ю.М. Орлова**

Методика спрямована на виявлення ступня виваженості потреби людини в досягненні успіху у тому чи іншому виді діяльності.

Інструкція: «Вам пропонується ряд положень. Якщо Ви згодні, то натисніть на відповідний кружечок поряд із номером положення у формі, обравши «так» чи «ні».

Процес формування цілей у житті особистістю пов'язаний із її рівнем домагань. Потреба у досягненні лежить в основі цілеспрямованості особистості при доланні перешкод. Вона являє собою певне суцільне прагнення до загального покращення. Людина прагне отримати особливе задоволення від розв'язання задач, а не тільки їх завершити найбільш ефективно.

Деякі потреби особистості можуть сприяти неправильному функціонуванню організму, психіки та інших її соціально-психічних механізмів. Стосовно ж потреби у досягненні, то вона може виступати й в якості гнітючої для особистості потреби.

У цьому контексті, людина прагне до перевершення вже досягнутих результатів, краще реалізуватися у певній діяльності, змагатися з іншими та самою собою. Зазвичай, ця потреба проявляється у тенденції до планомірного (або, у крайньому прояві, до постійного) покращення результатів, переживати успіх в будь-якій діяльності знов і знов, не завжди залежно від його значущості, і у прагненні завершувати роботу чого б те не вартувало.

## **Самоактуалізаційний тест – САТ Е. Шострома**

Опитувальник особистісної орієнтації (Personal Orientation Inventory - POI) був розроблений Евереттом Шостромом у 1963 році, та був призначений для вимірювання самоактуалізації, як багатовимірної величини. Розвиваючи ідею Абрама Маслоу, Шостром надав власну характеристику самоактуалізованій особистості.

Шостром вважав самоактуалізацію складним і багатогранним феноменом і відтак стверджував, що самоактуалізацію неможливо вирахувати як одновимірну величину. Таким чином, Шостром і розробляв структуру самоактуалізації як багатовимірної величини, яка уможливила б визначати загальний рівень самоактуалізації та, зокрема, рівень її складових.

Ці складові елементи структури самоактуалізації були розроблені на основі наступних концепцій:

- теорія самоактуалізації Маслоу;
- концепція орієнтованості в часі Ролло;
- і концепція орієнтації особистості Девіда.

За Е. Шостромом, структура самоактуалізації має два базових і десять вторинних частин, за якими визначаються рівень самоактуалізації особистості та виразні життєві сфери людини. Прояви самоактуалізації Шостром пов'язує із поняттям «компетентність у часі» та «опора на себе». Він вважає, що самоактуалізована особистість повинна бути достатньо компетентною у часі. Вона веде життя цілком у теперішньому, користуючись як власним минулим, так і майбутнім, надаючи таким чином більшого сенсу сьогоденню.

Опора ж на себе має на увазі властивість індивіда реагувати з орієнтацією на себе (або ж на інших). За Шостромом, індивіди з опорою на себе, здебільшого орієнтуються на власні принципи і мотиви, а люди ж з опорою на інших, більшість залежить від оточення.

Як додаткові елементи Шостром визначає:

- здатність людини реагувати на ситуацію без ризику подальшої ригідності;
- наявність в індивіда цінностей характерних самоактуалізованій особі;
- чуйність до своїх потреб, потреб інших людей тощо.

Метою розробки своєї моделі Шостром вбачав покращення психічного здоров'я своїх пацієнтів під психотерапії із ними шляхом діагностики рівня їхньої самоактуалізованості.

## РОЗДІЛ 3. ОПИС РЕЗУЛЬТАТІВ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

### 3.1. Рівні особливостей самооцінки та самоактуалізації особистості

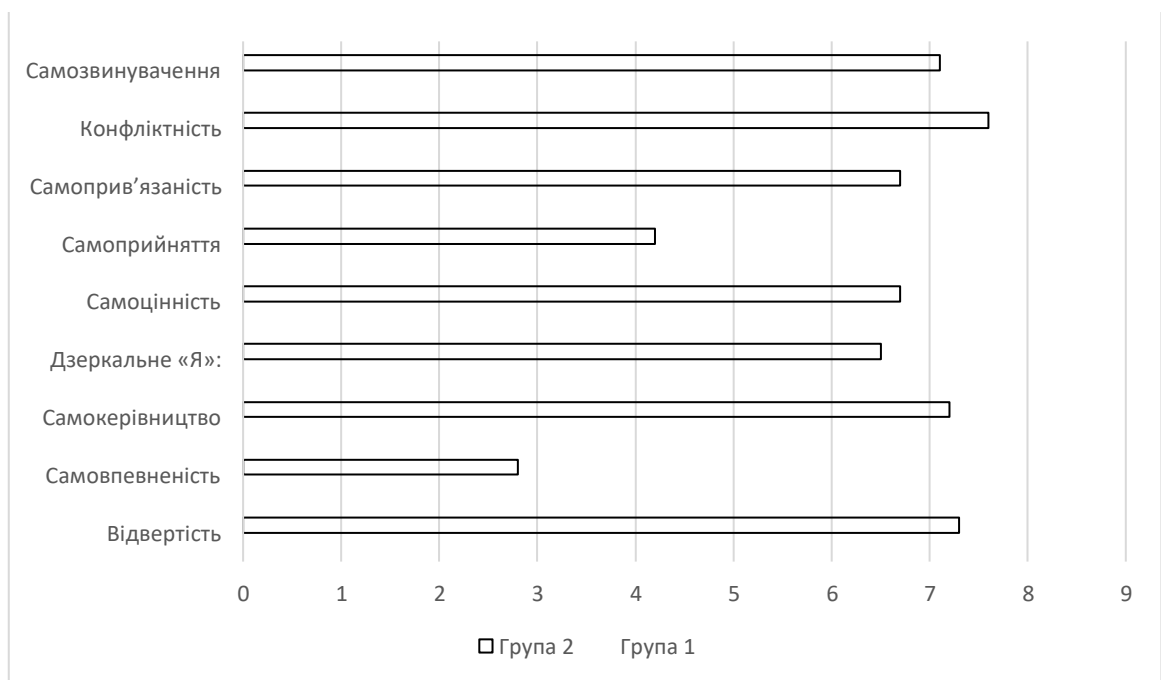
*Особливості рівня самооцінки у випробуваних групах.* Наступні методики із діагностичного інструментарію спрямовані на вивчення особливостей прояву самооцінки респондентів двох вибірок: «Діагностика мотиваторів соціально-психологічної активності»; «Тест-опитувальник для визначення самоставлення особистості» та «Мотивація успіху і Боязнь невдачі». В наведених нижче таблицях продемонстровані результати у формі таблиць з статистичними даними.

Таблиця 3.1

#### Рівні прояву провідних потреб-мотиваторів у респондентів 1 та 2 групи за методикою «Діагностика мотиваторів соціально-психологічної активності» Д. Макклеланда

Шкали	Рівні прояву					
	Низький		Середній		Високий	
	1 група (к-сть. Респонден тів)	2 група (к-сть. Респонден тів)	1 група (к-сть. Респонден тів)	4 група (к-сть. Респонден тів)	1 група (к-сть. Респонден тів)	2 група (к-сть. Респонден тів)
Досягнен ня успіху	6	4	8	21	11	0
Прагнен ня до влади	10	2	10	16	5	7
Тенденці я до афіліації	13	1	11	9	1	15

Як ми бачимо, досягнення успіху виступає провідною потребою лише у першій групі (44%), в той час, як в другій групі ця потреба на високому рівні не виражена взагалі, а основне вираження припадає на середній рівень (84%). «Прагнення до влади» виступає мотиватором на середньому рівні в більшості для другої групи (64%), в той час, як у першій групі здебільшого це виражено на низькому (40%) та середньому рівнях (40%). «Тенденція до афіліації» виступає провідною потребою для другої групи (60%), в той час, як для першої групи рівень прояву виявився здебільшого низьким (52%).



**Рисунок 3.1 Рівні прояву вимірювальних ознак у респондентів 1 та 2 групи за методикою «Тест-опитувальник для визначення самоствавлення особистості»**

*Примітка: 0-9 – показники середнього рівня прояву вимірювальних ознак у балах.*

За отриманими результатами за шкалою «самозвинувачення» видно, що, в середньому, 2 група (7.1 сер.) значно переважає за показниками 1 групи (4 сер.). Показники по шкалі «Конфліктність» також значно переважають у другій групі (7.6 сер.) ніж у першій групі (3.2 сер.), так само як і за шкалами «Самоприв'язаність» (6.7 сер. і 3.5 сер.), «Самоцінність» (6.7 сер. та 4.2 сер.), «Дзеркальне Я» (6.5 сер. та 4.5 сер.), «Самокерівництво» (7.2 сер. та 3.4 сер.) та



за шкалою «Відвертість» (7.3 сер. та 3.3 сер.). Обернена ситуація у респондентів за шкалами «Самоприйняття» та «Самовпевненість», де показники першої групи переважають показники другої групи за шкалою «Самоприйняття» (6.8 сер. та 4.2 сер.) і значно переважають за шкалою «Самовпевненість» (8.2 сер. та 2.8 сер.).

Таблиця 3.2

**Рівні прояву мотиваторів у респондентів 1 та 2 групи за методикою  
«Мотивація успіху і Боязнь невдачі»**

Групи	Частота прояву			
	Боязнь невдачі	Яскраво не виражений		Надія на успіх
		Тенденція до невдачі	Тенденція до успіху	
1 Група (к-сть. Респондентів)	0	0	7	18
2 Група (к-сть. Респондентів)	9	4	11	1

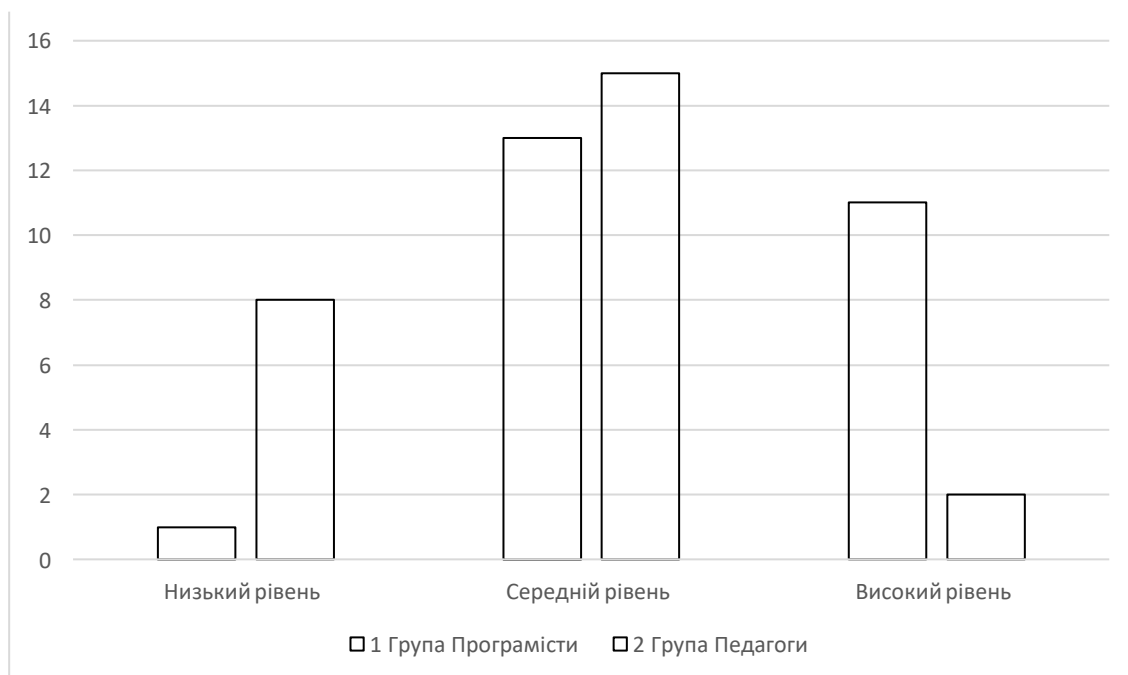
За результатами проведеної методики можна побачити, що страхом невдачі мотивується тільки друга група (9 респондентів), яка також і має виражену тенденцію до мотивації страхом невдачі (4 респонденти), на відміну від першої групи.

Певна тенденція до мотивації успіхом присутня в обох груп – у 11 респондентів у другої групи, та 7 респондентів у першої групи.

Безпосередньою надією на успіх з другої групи мотивується лише 1 респондент, в той час, як в першій групі надією на успіх мотивується переважна частина респондентів – 18 людей.

*Особливості емоційного інтелекту (EQ) у двох випробуваних групах.* Блок діагностичного інструментарію спрямований на вивчення EQ (тест емоційного інтелекту Холла та опитувальник «ЕмІн» Д.В. Люсін) дав можливість дослідити показники та виявити рівні розвитку емоційного інтелекту у двох випробуваних групах: жінок, які постраждали від психологічного та фізичного насильства та жінок, які не зазнавали подібного досвіду у родині. Аналізуючи отримані результати було виявлено наступні статистичні дані.

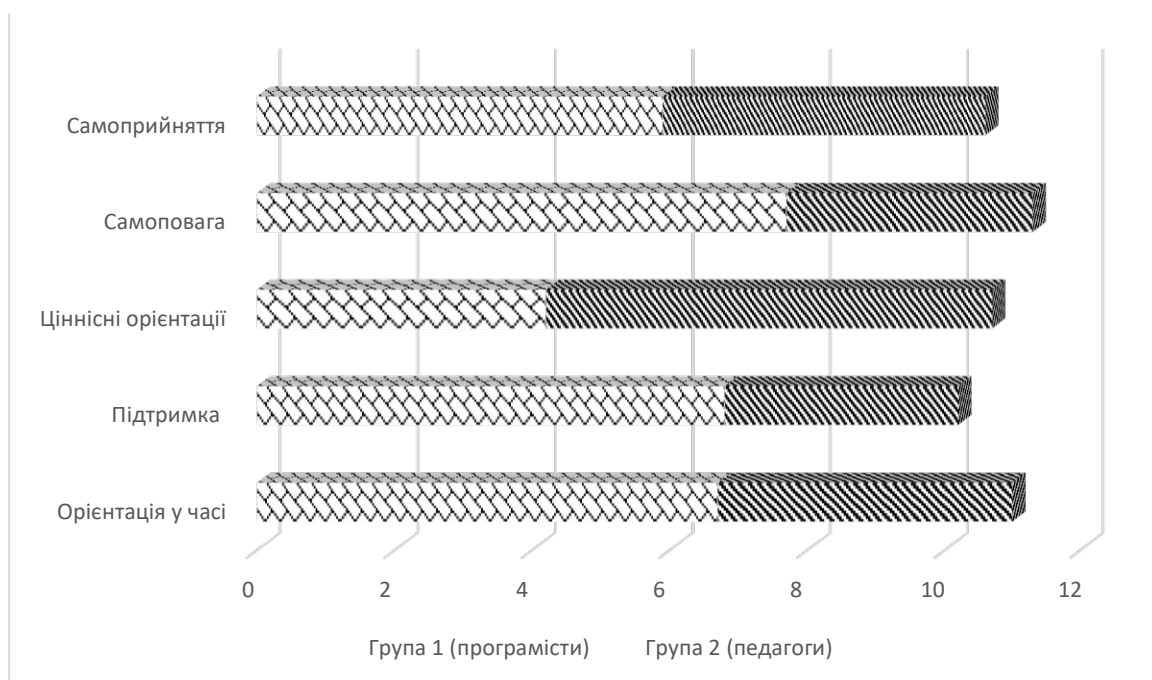
*Особливості прояву самоактуалізації особистості і якість цього процесу несе в собі відбиток багатьох психологічно-особистісних проявів людини, зокрема і самооцінки.* Для досягнення мети із вимірювання особливостей прояву самоактуалізації та її взаємодії із самооцінкою було використано методику «Вимірювання потреби у досягненні» Ю. М. Орлова та «Самоактуалізаційний тест – САТ».



**Рисунок 3.2 Рівні прояву потреби у досягненнях у респондентів 1 та 2 групи за методикою «Вимірювання потреби у досягненні Ю. М. Орлова»**

На представленому рисунку можна побачити, що потреба у досягненнях проявляється так:

- на високому рівні потреба у досягненнях проявляється більше у першої групи (на 90%);
- на середньому рівні потреба у досягненнях вже переважно проявляється у другої групи, хоча не набагато більше ніж у першої (на 15%);
- низький же рівень прояву значно переважає у другій групі, ніж у першій (на 60%).



**Рис. 3.3 Рівні прояву потреби у досягненнях у респондентів 1 та 2 групи за методикою «Самоактуалізаційний тест – САТ»**

*Примітка: 0-12 – показники середнього рівня прояву вимірювальних ознак у балах.*

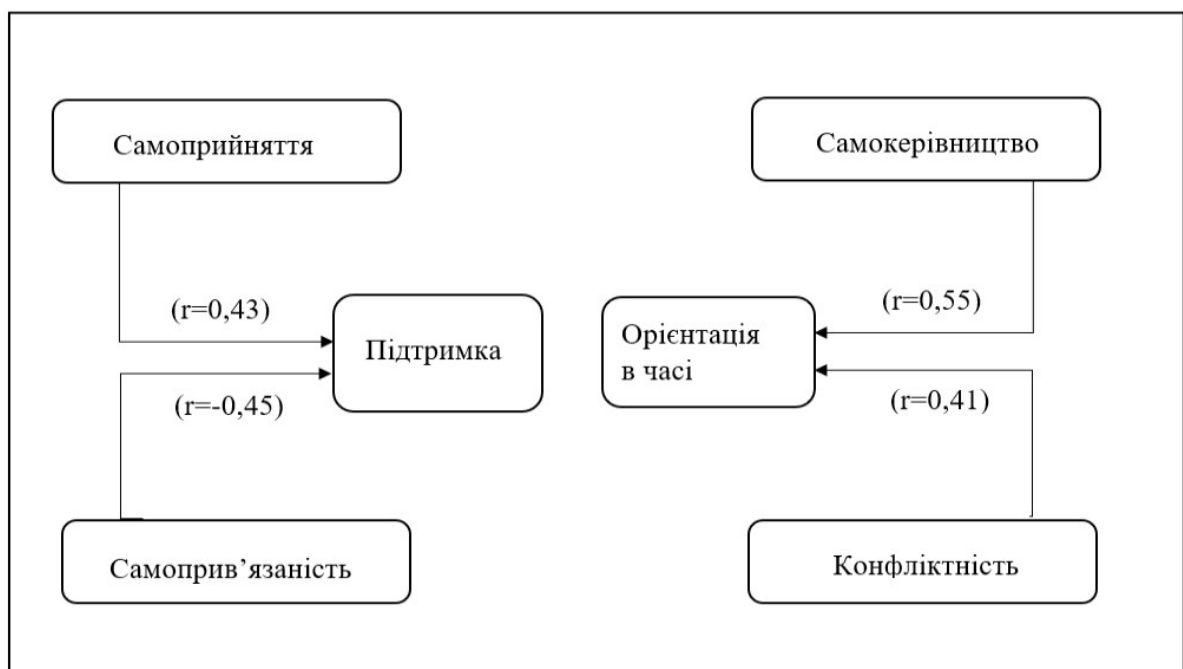
З наведеного рисунка можна побачити, що середні показники вимірювальних ознак першої групи значно переважають результати другої групи за шкалами «Самоповага» (7.7 сер. та 3.6 сер.), «Підтримка» (6.8 сер. та 3.4 сер.), і «Орієнтація у часі» (6.7 сер. та 4.3 сер.);

Не дуже виражено переважають результати першої групи над результатами другої групи за шкалою «Самоприйняття» (5.9 сер. та 4.7 сер.), а за

шкалою «Ціннісні орієнтації» результати вже другої групи значно переважають результати першої групи (6.5 сер. та 4.2 сер. відповідно).

### 3.2. Особливості кореляційних зв'язків змінних за тестом Спірмана

Для перевірки взаємозалежності рівня самоактуалізованості респондентів із рівнем їх самооцінки нами було використано метод рангової кореляції Спірмана. Відповідно була складена кореляційна матриця з отриманих результатів, яка вказує на зв'язки між шкалами з обраних нами методик. Результати, які представлені на рис. 3.4, вказують на те, що між проявами самоактуалізованості респондентів та їх самооцінкою виражені певні статистично значущі кореляційні зв'язки.



**Рис. 3.4 Кореляційна взаємодія складових самоактуалізації та самооцінки респондентів**

Ми можемо побачити виражений помірний кореляційний зв'язок між однією із головних шкал, «**Підтримка**», яка вимірює ступінь незалежності цінностей і поведінки респондента від зовнішніх впливів (тобто визначає

«внутрішню» чи «зовнішню підтримку») та шкалою «**Самоприйняття**» ( $r=0,43$ ), яка визначає ступінь прийняття людиною себе незалежно від оцінок її достоїнств чи недоліків або навіть всупереч ним.

Тут ми можемо споглядати цікавий збіг інтерпретації шкал та їхньою корельованістю, адже результати показують нам фактично зв'язок залежності поведінки людини поведінки від зовнішніх впливів із залежністю самосприйняття людини від зовнішніх впливів/оцінок. Це може свідчити про наявність у респондентів тенденції (адже кореляція між шкали не те що б дуже виражена) то регулювання своєї поведінки та формування своїх цінностей в залежності від її самосприйняття – якщо респондент не здатен сприймати себе незалежно від оцінок позитивних чи негативних оцінок оточуючих, то і його поведінка радше теж буде упередженою до зовнішніх оцінок.

Це дуже важливий результат, адже це підтверджує частину нашої гіпотези – самоактуалізація, як форма поведінки, все ж таки залежить від самосприйняття людини, але не стільки від рівня оцінок себе, скільки від напряму оцінювання себе (спираючись на внутрішнє відчуття чи на зовнішні оцінки).

Водночас, здатність людини незалежно формувати свої цінності та поводитись обернено залежить від того, на скільки добре ця людина свої почуття власне відчуває і на скільки рефлексує стосовно них, за шкалою «**Самоприв'язаність**» або ж «**Сензитивність до себе**» ( $r=-0.45$ ). Це може означати, що незважаючи на залежність зовнішньої безумовності поведінки людини від напряму формування її самоприйняття (внутрішні чинники переважають чи зовнішні), перша не залежить від рівня осмисленості цих відчуттів/почуттів людини та пророблення їх шляхом внутрішньої рефлексії.

Отже, можна зробити висновок, що «Підтримка», як ступінь залежності цінностей і поведінки особистості (а отже й прояву особливостей її самоактуалізації) від зовнішніх впливів якимось чином залежний від спрямування самооцінки особистості (Внутрішнє чи зовнішнє) і обернено залежний від здатності особистості рефлексувати, обґрунтовувати свої почуття та якості цього процесу, що може вказувати на високу рефлексивність наших

респондентів, що не зважає їм мати переконання що до особливостей їх поведінки та самооцінювання.

У шкали «Сенситивність до себе» був виявлений і ще один кореляційний зв'язок, цього разу – прямий, зі шкалою «Ціннісних орієнтацій» ( $r = 0.45$ ). За результатами шкали «Ціннісні орієнтації» можна визначити, на скільки респондент поділяє цінності, які властиві самоактуалізованим особистостям. Отриманий результат за цією шкалою характеризує рівень самоактуалізованості особистості.

За даними кореляційного аналізу, можна побачити, що рівень самоактуалізованості особистості (показник за шкалою «Ціннісних орієнтацій»), так чи інакше, залежний від рівня самоприв'язаності особистості (чи навпаки), а отже ми можемо сказати, що характеристики «Самоприв'язаності» (як то небажання змінювати людиною свій бажаний Я-образ, неадекватне сприйняття себе при високих показниках за шкалою, чи навпаки тенденції до змін в особистості, неузгодженість я-ідеального із я-справжнім при високих показниках) тим чи іншим чином обумовлюють рівень самоактуалізованості особистості за шкалою «Ціннісних орієнтацій». Чи навпаки – рівень самоактуалізованості особистості визначає її потребу у самовдосконаленні, у потребі змінюватись задля постійно зіставлення свого реального Я з своїм Я-ідеальним; або ж рівень самоактуалізованості особистості (шляхом відповідності її цінностей цінностям самоактуалізованої особистості) обумовлює поведінку особистості, при якій вона надто прив'язана до свого актуального Я-образу (високі показники за шкалою «Внутрішня сенситивність») чим й дотримується того чи іншого рівня самоактуалізованості.

Друга найважливіша шкала у методиці - «**Орієнтація в часі**» визначає здатність людини переживати теперішнє максимально по-справжньому, а не просто як наслідок минулого чи передумова майбутнього, та вміння людини нерозривно сприймати минуле, теперішнє та майбутнє як цілісне прямо корелює зі шкалою «**Внутрішня конфліктність**» ( $r = 0.41$ ), як здатність людини

усвідомлювати та приймати свою агресію, гнів чи роздратування як невіддільну частину людської природи.

Можна сказати, що гнів, агресія чи роздратування – це, все ж таки, емоційні прояви, а вони, в свою чергу, короткотривалі та переживаються людиною у конкретний момент в теперішньому. Так, емоції можуть закарбуватися та перерости в стани, але це ніяк не заважає певному рівню самоусвідомлення та саморефлексії бути визначальним чинником, або ж просто ознакою, здатності людини переживати теперішнє як цілісне, повноцінно. Зрештою, успішність орієнтації людини при сприйнятті теперішнього й уможлиблює такі процеси як саморефлексія чи/та подальша оцінка людиною себе.

Отже, можна сказати, що «Внутрішня конфліктність» особистості є ознакою її, наприклад, високої «орієнтації у часі», а високі показники за «Орієнтацією у часі» є передумовою, наприклад, високого рівня самоусвідомлення чи саморефлексії.

Показники шкали «**Орієнтація у часі**», у тому числі, позитивно корелюють зі шкалою «**Самокерівництво**» ( $r=0.50$ ), яка, в свою чергу, означає рівень розуміння того, що основним джерелом активності та результатів, які стосуються особистості, є сама людина. Це може бути обумовлено тим, що «Орієнтування у часі», або ж здатність людини цілісно переживати своє життя, орієнтуючись на час як неподільну сукупність минулого, теперішнього та майбутнього, вимагає від особистості певного рівня самокерівництва, щоб людина мала змогу власне свої переживання стосовно минулого, актуального чи майбутнього групувати в одну неподільну течію життя.

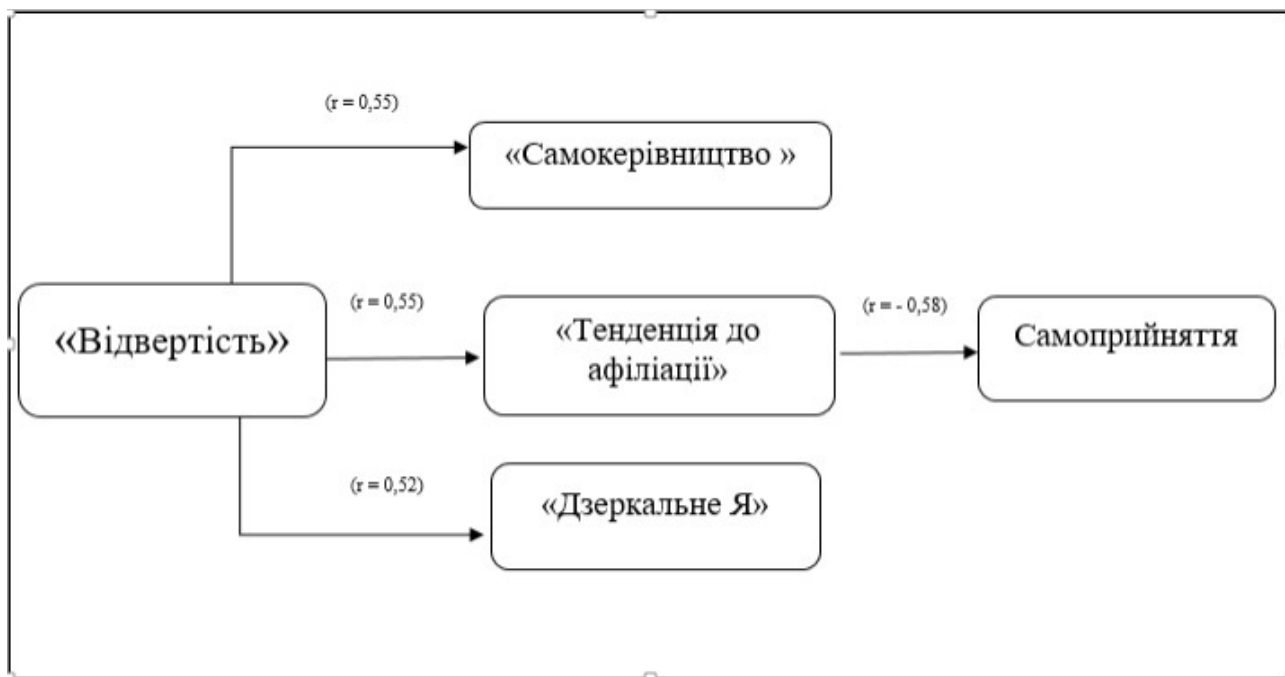
Як високі, так і низькі показники за шкалою «Самокерівництво» можуть корелювати із «Орієнтацією у часі»:

Якщо ж у людини високий рівень самокерівництва, то й вона яскравіше переживатиме власне «Я» та краще обходитиметься зі своєю долею як і із продуктом своєї життєдіяльності, та відчуває більшу обґрунтованість і послідовність своїх цілей та переконань.

Низькі ж показники можуть свідчити про розрив контролю та підвладності між людиною та її Я-образом, та підпорядкування його часовим обставинам. Також визначає погану саморегуляцію та розмите сприйняття причино-наслідкових зав'язків вчинків люди із її результатами.

А отже ми можемо припустити, що «Самокерівництво» необхідне, в тій чи іншій мір, або принаймні займає визначну роль при формуванні у людини адекватної «Орієнтації у часі» та цілісного переживання свого життя.

Також був виявлений прямий кореляційний зв'язок між шкалою «Відвертість», яка визначає те, як важливі для особистості аспекти її самообразу допускаються до усвідомленості, та шкалами «Самокерівництво» ( $r = 0.55$ ) і «Тенденція до афіліації» ( $r = 0.55$ ), які продемонстровані на рис 3.5.



**Рис. 3.5 Кореляційна взаємодія складових самоактуалізації та самооцінки респондентів**

Очевидно, що самокритичність особистості, можливість її не приховувати від себе та оточуючих певну, можливо, навіть не приємну інформацію є ознакою певного рівня керівництва індивідом над своїми внутрішніми процесами та над їх представленням оточуючим. З наявних кореляційних зв'язків можна припустити, що нездатність або небажання особистості усвідомлювати, аналізувати та опрацьовувати свої внутрішні негаразди чи якісь неприємні



уявлення про себе може виступати ознакою низького рівня самокерівництва, у цьому випадку, самокерівництва над процесами рефлексії щодо неприємних переживань. Іноді, високі показники за шкалою «Відвертість» можуть свідчити про свідому брехню та приховування особистістю своїх негативних переживань чи невдалих результатів своєї діяльності у бік соціальної бажаності, що аж ніяк не збігає з, наприклад, високими показниками за шкалою «Самокерівництва», які свідчать про «усвідомлення людиною результатів своєї діяльності як продуктів власної компетентності». Адекватна самооцінка є продуктом якісного самокерівництва, яке, як продемонстровано в результат, залежить від внутрішньої чесності особистості та відвертості її стосовно успіхів та невдач які з нею трапляються.

Отже, схоже, що здатність особистості глибоко розуміти власне Я та щиро рефлексувати стосовно результатів своєї діяльності за шкалою «Відвертість», так чи інакше, співвідноситься зі здатністю особистості усвідомлювати себе основним джерелом усіх своїх успіхів та невдач за шкалою «Самокерівництво».

Стосовно ж кореляції шкали «Відвертість» зі шкалою «Тенденція до афіліації» ( $r = 0.55$ ), можна припустити, що рівень прояву внутрішньої чесності особистості буде залежати або продукувати її тенденцію до афіліації, як зовнішнє джерело формування самооцінки, від якого можна або приховувати неприємну інформацію про себе, чим самооцінку захищаючи, або кому цю неприємну інформацію про себе висвітлювати, розділяючи її з оточенням як спосіб підвищення, розвитку самооцінки.

Респонденти із високими показниками за шкалою «Тенденція до афіліації» знаходять в оточенні джерело підтримки та, загалом, й зовнішніх ресурсів, які можуть особистості як нашкодити, так і її підтримати, в залежності від того, чим це оточення для індивіда являється. Якщо ж індивід орієнтується на оточення, як на фактор формування своєї самооцінки, то, відповідно, в нього повинен бути присутній певний задовільний рівень внутрішньої чесності, яка визначатиме важливість результатів його рефлексії для його взаємодії з оточенням.

У такому випадку індивід може вдаватися навіть до відвертої фальсифікації інформації про себе задля того, щоб дотримуватись певного рівня соціального вподобання, наприклад.

«Тенденція до афіліації» у тому числі обернено корелює зі шкалою «Самоприйняття» ( $r = -0.58$ ), що може підтвердити наші висновки стосовно попередніх кореляційних зв'язків шкали «Тенденція до афіліації» зі шкалою «Відвертість», адже обернений кореляційний зв'язок зі шкалою «Самоприйняття» свідчить про те, що особистість нездатна приймати безумовно, з усіма недоліками, а отже це їй не сприятиме її благому соціальному становленню, у випадку якщо її соціальне оточення є джерелом самооцінки особистості.

При даних обставинах, особистість може або уникати соціальної близькості як такої, або ж намагатися активно приховувати свої негативні сторони, перебуваючи у постійному внутрішньому конфлікті, який може призвести до соціальної дезадаптації.

У такому випадку, бажання розділяти з оточуючими переживання можуть не узгоджуватись із нездатністю людини прийняти свої переживання за дійсне, що може призвести до соціального уникнення або ж навіть відчуження, приховуванню власних емоцій від себе та від оточуючих, що аж ніяк не є умовою ефективною соціальної взаємодії та орієнтації на соціум як на джерело самооцінки чи поле для самоактуалізації.

Показники за шкалою «Відвертість» у тому числі позитивно корелюють із шкалою «Дзеркальне Я» ( $r = 0.52$ ). Це, фактично, означає, що важливі аспекти самоставлення особистості, її значені образи певним чином залежать від або впливають на те очікуване ставлення до себе, яке особистість розраховує отримувати від навколишніх за шкалою «Дзеркальне Я».

Можливо, зв'язок між шкалами пояснюється тим, що люди із глибокою самоусвідомленістю, із підвищеною рефлексивністю та самокритичністю (за шкалою «Відвертість») мають такий рівень самооцінки, який формує в особистості певний рівень очікувань щодо бачення її оточуючими. Особистість

із високими показниками за шкалою «Дзеркальне Я» наполегливо вимагає від інших схвалення, поваги та симпатії, як результат, на їх думку, об'єктивного зовнішнього образу, який вони сформували шляхом самооцінювання.

Як неодноразово згадувалось, особистості із залежною від доповнення оточуючими самооцінкою часто потребують їх схвалення і для самоактуалізації, яку якраз і можна проводити шляхом саморефлексії та якісним (або негативним) добором тих особистісних характеристик які, відповідно до думки оточуючих, є схвальними, потрібними.

У такому випадку, самоактуалізаційний шлях особистості може певною мірою регулюватися її оточенням, а самоактуалізації образ – корегуватися відповідно до тих форм, які є схвальними у суспільстві (принаймні у тій частині, до якої належить конкретна особистість) та які заохочуються, є актуальними та потрібними у соціумі.

Отже, з наведених результатів кореляційного аналізу можна побачити, що наша гіпотеза про взаємозалежність самооцінки та самоактуалізації особистості частково підтверджується. Самооцінка справді виступає чинником самоактуалізації, що можна побачити за результатами шкал «Підтримка» - «Самоприйняття» ( $r = 0.43$ ); «Підтримка» - «Сенситивність до себе» ( $r = -0.45$ ); «Відвертість» - «Самокерівництво» ( $r = 0.55$ ) та «Тенденція до афіліації» ( $r = 0.55$ ); «Тенденція до афіліації» = «Самоприйняття» ( $r = -0.58$ ) «Орієнтація в часі» - «Внутрішня конфліктність» ( $r = 0.41$ ) та «Самокерівництво» ( $r = 0.50$ ).

Вимушені зробити висновок, що гіпотеза підтвердилась лише частково, адже показники кореляційних зв'язків не надто значні.

Хоча це й не було основним предметом нашого дослідження, ми прослідкували ще одну цікаву тенденцію з отриманих результатів – більшість кореляційних зв'язків присутні між шкалами, які, так чи інакше, визначають взаємодію особистості із соціумом. Це шкали «Тенденція до афіліації», «Відвертість», «Підтримка» та «Дзеркальне Я».

З цього можна зробити висновок, що самооцінка наших респондентів значною мірою залежить від їх взаємодії із соціумом, який часто виступає

джерелом та мірилом для неї, а також, схоже, наші респонденти знаходять соціальні комунікації визначним фактором для їх самоактуалізації та вбачають соціальне поле місцем для їх самореалізації.

### **3.3. Особливості прояву відмінностей вимірювальних ознак за однофакторним дисперсійним аналізом ANOVA**

Наша гіпотеза проведеного дослідження стверджує, що між обраними вибірками (студентами педагогічної спеціальності та студентами спеціальності «комп'ютерні науки») повинна бути певна різниця (не бути різниці) у вимірюваних показниках, а отже ми вирішили за необхідне застосувати однофакторний дисперсійний аналіз ANOVA, для визначення наявності (відсутності) відмінностей між вибірками.

Задля перевірки придатності даних дослідження для застосування дисперсійного аналізу ми використали критерій Левіна (Levene's test). Далі описуватимуться самі ті вимірювані ознаки, які пройшли цю перевірку і являються достовірними.

При зіставленні двох вибірок були виявлені значущі відмінності між ними за наступними шкалами: «досягнення успіху в цілому» ( $F(1,48) = 5,802$  при  $p = 0,020$ ); «прагнення до влади» ( $F(1,48) = 6,785$  при  $p = 0,012$ ); «тенденція до афіліації» ( $F(1,48) = 33,102$  при  $p = 0,000$ ); «мотивація» ( $F(1,48) = 64,566$  при  $p = 0,000$ ); «потреба мотиву» ( $F(1,48) = 17,959$  при  $p = 0,000$ ); «самоприв'язаність» ( $F(1,48) = 53,834$  при  $p = 0,000$ ); «шкала ціннісної орієнтації» ( $F(1,48) = 13,158$  при  $p = 0,001$ ); «шкала підтримки» ( $F(1,48) = 6,975$  при  $p = 0,011$ ); «шкала орієнтації в часі» ( $F(1,48) = 12,049$  при  $p = 0,001$ ); «самозвинувачення» ( $F(1,48) = 18,989$  при  $p = 0,000$ ); «конфліктність» ( $F(1,48) = 30,368$  при  $p = 0,000$ ); «самоцінність» ( $F(1,48) = 7,783$  при  $p = 0,008$ ); «дзеркальне Я» ( $F(1,48) = 10,052$  при  $p = 0,003$ ); «самокерівництво» ( $F(1,48) = 17,528$  при  $p = 0,000$ ); «самовпевненість» ( $F(1,48) = 26,158$  при  $p = 0,000$ ); «відвертість» ( $F(1,48) = 42,178$  при  $p = 0,000$ );

Аналіз вище наведених характеристик спонукав нас до наступних висновків:

1. За шкалою «Досягнення успіху в цілому» показники студентів комп'ютерних наук ( $M=6.340$ ,  $SD=2.97$ ) переважають ті, що були виявлені у студентів-педагогів ( $M=4.72$ ,  $SD=1.56$ ). На нашу думку, це може бути спричинено тим, що діяльність програміста має на увазі інтелектуальне створення нових рядків коду (залежно від індивідуальної інтерпретації діяльності особистістю, звісно) з, фактично, нічого, встановлення зав'язків між ними і доведення їх до того рівня функціональності, який заведений вимогами. Тобто, програмування саме по собі вважається успішним тільки по завершенню завдання, чого, рано чи пізно, досягне кожен програміст. І це не займає багато часу і проміжні результати набагато легше можна помітити. Якщо людина, яка займається програмуванням як основним видом діяльності (навчально чи професійно), вбачає будь-який інтерес у цьому, то вона, так чи інакше, досягне успіху у ній не вкладаючи багато часу у це. І, взагалі результативність діяльності програміста вимірюється саме по успішному її завершенню, а отже, будь-який програміст, який виконує свою діяльність ефективно, так чи інакше буде успішним.

Тому, на нашу думку, у цьому випадку успішність може замінюватись результативністю діяльності студента чи працівника, тому й такий високий показник у цієї вибірки, адже це є фактично прямою вимогою до бодай якої-небудь результативності.

Що ж до педагогів, успішність їх діяльності є більш розтягнутою у часі. Педагогу важче визначити чіткі ознаки своєї успішності тут та зараз, адже навчання, саме по собі, є довготривалим процесом, який вимагає постійного нагромадження знань та їх засвоєння і повторення. У звичайних буднях педагога важко прослідкувати за цими процесами у всіх його учнях/студентах і, загалом, успішність навчання самих студентів визначається (в основному) їхніми заліковими чи контрольними роботами, які проходять з певною періодичністю (раз у семестр, наприклад), що і є основним критерієм визначення успішності як

учня, так і педагога, вже після результатів яких педагог може застосовувати певні заходи для покращення своєї професійної діяльності. В той час, як ми вже зазначали, програмісти можуть визначити успішність своєї діяльності в той же день, що й почали працювати.

Мотивація є не тільки передумовою, а ще й слідством успішності людини. Відтак, логічно було б припустити, що педагоги керуються віддаленішими результатами ніж програмісти, а відтак отримують психологічне обґрунтування своєї успішності набагато рідше.

2. За шкалою «**Прагнення до влади**» показники студентів комп'ютерних наук ( $M=4.620$ ,  $SD=2.52$ ) виявились нижчими, ніж ті, що були виявлені у студентів-педагогів ( $M=6.280$ ,  $SD=1.94$ ).

Що ж стосується прагнення успіху, було виявлено, що прагнення до влади більше виражено саме у педагогів, що, на нашу думку, можна пояснити тим, що педагогіка як соціальний процес має під собою певну ієрархію стосунків: Педагог на те й навчає людей, тому що він вже навчений, він вже тямучий, він вже кращий (у конкретному контексті предмета навчання), а учень прийшов отримати щось, чого в нього немає. Раніше, у стародавній Греції, педагогікою займалися взагалі індивідуально – до юнака приписувався чоловік, який не тільки почав його наукам, а й життю в цілому. Педагогіка має собою на увазі владу розуму могутнього, сповненого знань над розумом, який ще цих знань повинен набути. Очевидно, що знання – це сила, але не можна сказати, що педагоги мають владу тільки через те, що мають перевагу в знаннях над учнями (здебільшого). Також не можна стверджувати, що педагог обов'язково більш інтелектуальний за будь-якого програміста.

Але якщо ж справа не в загальному рівні інтелекту, то що може спричинити такі відмінності між групами? Ми дійшли висновку, що «влада» педагога над його учнями проявляється у конкретному вагомому впливі на становлення своїх учнів. В якомусь сенсі, на педагогах лежить ледь не найбільша відповідальність за майбутнє цілого суспільства,

майбутніх поколінь, в яке вони входять. Неможливо відповідати за те, над чим в тебе немає влади та можливостей впливу. Відтак, ми гадаємо, що ці відмінності можна пояснити тим, що педагоги постійно знаходяться у контексті прямої, вагомої відповідальності за свою професійну діяльність, а чим більше у людини відповідальності, тим більше вона прагне влади над предметом відповідальності.

3. За шкалою «**Тенденція до афіліації**» показники студентів комп'ютерних наук ( $M=4.080$ ,  $SD=2.24$ ) нижчі тих, що були виявлені у студентів-педагогів ( $M=7.320$ ,  $SD=1.70$ ). Тенденція до афіліації має собою на увазі, що людина прагне до товариства інших людей, до створення теплих і значених стосунків з іншими людьми. Очевидно, що діяльність педагога має собою на увазі, точніше, навіть вимагає встановлення теплих емоційно-особистісних стосунків з усіма учнями педагога та й з кожним студентом окремо. Але так само очевидно, що багато студентів комп'ютерних наук досить товариські, як мінімум, один з одним. Тоді чим же обумовлена така яскрава відмінність між цими групами? На нашу думку, це спричинено суто специфікою спеціальності – педагог в принципі не може працювати зі студентами чи учнями без встановлення теплих і тісних стосунків. В той час, як тісні стосунки програміста, здебільшого, є міжособистісними, а не професійними і його емоційна включеність навіть у професійні стосунки (з колегами, наприклад) не впливає безпосередньо на успішність його діяльності.
4. За шкалою «**Мотивація успіху і боязнь невдачі**» показники опитуваних за спеціальністю «комп'ютерні науки» ( $M=7.460$ ,  $SD=1.66$ ) переважають ті, що були виявлені у студентів-педагогів ( $M=3.600$ ,  $SD=1.73$ ). Згідно з специфікою вимірюваної шкали, вищий показник означає мотивацію особистості досягненням успіху, а нижчий - мотивацію уникненням невдачі. Як можна побачити, у студентів комп'ютерних наук переважає мотивація саме досягненням успіху. Я неодноразово чув від своїх товаришів-програмістів, що виразною позитивною особливістю цієї

діяльності є можливість чітко бачити свої успіхи та зіставляти їх із затраченими зусиллями, в той час, як ми вже зазначили, педагогові набагато важче формулювати успішність своєї діяльності у зв'язку із її протяжністю. Також, вже було зазначено, що успіх у діяльності програміста безпосередньо визначається його ефективністю. На нашу думку, педагогам легше формулювати свої цілі виходячи із того, що для них буде невдачею (як, наприклад, виключення студента чи постійна погана поведінка учня, запізнення), а ніж від того, що буде для нього вважатися успіхом (відмінні оцінки учня, завершення навчання з відзнакою, становлення учня, як висококласного професіонала). В той час, як програмістам дещо важко мотивуватися уникненням невдачі, адже, як декілька разів зазначалось, найменша ефективність вже буде успіхом для професійної діяльності програміста.

5. За шкалою «**Потреба в досягненнях**» показники студентів комп'ютерних наук ( $M=6.920$ ,  $SD=2.20$ ) дещо переважають ті, що були виявлені у студентів-педагогів ( $M=4.300$ ,  $SD=2.16$ ). Ця шкала визначає потребу індивіда досягати бажаних і вимушених цілей як таких. Можна побачити, як показники студентів спеціальності «комп'ютерні науки» переважають показники студентів-педагогів за цією шкалою, і, на нашу думку, це може бути поясненим тим, що, можливо, респонденти-педагоги не встановили собі ті цілі, які б їх достатньо мотивували і які вони б могли назвати «досягненнями». Одного разу, видатний педагог Ніл деГрейс Тайсон сказав, що його визначає як педагога: «Для мене, повчання (когось) – це уможливлення вас (моїх учнів) розуміти будь-що, про що ви говорите, без будь-якого посилання на мене взагалі. Таким чином ви набуваєте право власності свого особистого просвітлення». Аналізуючи твердження Тайсона можна зрозуміти, що, для найвидатніших педагогів сьогодення, навчання когось це радше про сам процес формування особистості учня таким чином, щоб йому надалі не були потрібні педагоги взагалі. Можливо, цим керується і наша вибірка студентів-педагогів? З іншого ж



боку, можна сказати, що особливість протікання професійної діяльності може виступати для якоїсь людини особистим досягненням (як для Нііла, наприклад), а отже, і виступати потребою. Напевно, наші опитувані скорше не визначили, що для них у професійній діяльності буде досягненням, а отже й не мотивується до цього.

6. За шкалою «**Самоприв'язаність**» показники студентів комп'ютерних наук ( $M=3.780$ ,  $SD=1.56$ ) нижчі тих, що були виявлені у студентів-педагогів ( $M=6.580$ ,  $SD=1.09$ ). Високі значення за цією шкалою означають прив'язаність людини до свого сформованого Я, небажання змінюватись на фоні загального позитивного уявлення про себе. Також, ці переживання часто можуть супроводжуватися прив'язаністю людини й до свого неадекватного Я. Також, ці тенденції до збереження зручного образу Я можуть провокувати певні захисні психологічні особистості. Як ми вже зазначали у нашій роботі, соціальна взаємодія потужно формує самоставлення людини, а педагоги, як відомо, є членами свого міні суспільства (навчальної групи чи класу), а відтак, під загрозою впливів колективу та/чи учнів на їх уявлення про себе. Так само ми вже розповідали про соціальну взаємодію програмістів: людям цієї спеціальності геть не обов'язково якісно взаємодіяти з оточуючими, щоб ефективно працювати. Також, можливо, педагоги на стільки Я-фіксовані тому, що педагогіка має взагалі-то собою на увазі передачу частинку своєї особистості іншим людям. Це і знання безпосередньо, це і подача цих знань, це і позитивні настанови учням. Це й, на нашу думку, спричинило такі відмінності між групами за цією шкалою.
7. За шкалою «**Ціннісні орієнтації**» показники студентів комп'ютерних наук ( $M=4.300$ ,  $SD=1.67$ ) нижчі за ті, що були виявлені у студентів-педагогів ( $M=6.520$ ,  $SD=2.56$ ). Така відмінність зумовлена, як ми гадаємо, тим, що можливість виховувати, передавати знання і допомагати молодим особистостям – це вже саме по собі цінність. Програмісти обділені в цьому, адже їхня професійна діяльність не вимагає від них, а ні певного

світобачення, а ні конкретного Я-образу чи рівня самоактуалізації, в той час, як педагог просто повинен любити й своїх учнів і свою шляхетну справу. Дуже приємно спостерігати, що саме респонденти-педагоги переважають у цій шкалі, адже це вселяє певну надію щодо їхньої подальшої професійної ефективності. Здатність цінувати – неймовірна важлива педагогу, адже, на відміну від програміста, він не може просто стерти продукт своєї роботи (код) і надрукувати його наново. Як вже зазначалось, ми вважаємо, що програмістам не такою необхідною є конкретна картина світу (а, отже, й себе) щоб ефективно працювати, в той час, як світобачення педагога просто повинно включати любов, турботу та відчайдушність до своєї діяльності та до тих на кого вона спрямована. Також, можливо припустити, що сама діяльність педагога вибудовує певні цінності (у соціальній чи особистісній сферах), які необхідні йому для, банально, комфортної професійної діяльності. Педагог із хибними цінностями щодо предмету його діяльності – неефективний та нездалий педагог, адже може, як вже зазначалось, спричинити непоправну шкоду своїм учням.

8. За шкалою «Підтримка» показники студентів комп'ютерних наук ( $M=6.375$ ,  $SD=2.12$ ) переважають ті, що були виявлені у студентів-педагогів ( $M=4.640$ ,  $SD=2.45$ ). Ця шкала визначає незалежність цінностей і поведінки індивіда від впливу ззовні. Респонденти із високими показниками більш незалежні у своїх вчинках та прагнуть керуватися власними цілями, переконанням, принципами та установками у житті. Це дещо корелює із тим, що ми казали раніше (про незалежність і залежність якості професійної діяльності людини від її особливостей) та з нашим загальним уявленням про самотніх, відлюдних та самодостатніх програмістів. Особисто знаю декілька випадків, де це не відповідає дійсності, а отже облишимо життєві приклади та спробуємо обґрунтувати думку науково: схоже, що, у зв'язку із соціальною позицією педагога як предмета уваги цілої спільноти (учнів/студентів), він дещо вимушений

залежати від впливів ззовні, адже це і є ознакою успішності його діяльності – відгуки його учнів, колег-спеціалістів. В той час, як небагатьом роботодавцям є діло до того, яка особистість створює його продукт по той бік екрана, відтак від програміста його зовнішній світ і не вимагає особливого пристосування, а, отже, не чинить впливу. Тобто, можна припустити, що різниця зумовлена скорше особливостями професійної діяльності: респонденти-програмісти тому й прагнуть до більшого самоконтролю, адже це і найвагомим джерелом контролю їхнього життя (особливого враховуючи переваги можливості роботи дистанційно і на будь-кого).

9. За шкалою «Самозвинувачення» показники студентів комп'ютерних наук ( $M=4.160$ ,  $SD=2.43$ ) виявились нижчими за ті, що були виявлені у студентів-педагогів ( $M=6.780$ ,  $SD=1.75$ ). Ця шкала визначає здатність особистості критично сприймати власні недоліки та невдачі. Вона індикує відсутність симпатії до своїх невдач, що супроводжується негативними переживаннями, попри жаючи на свою високу самооцінку та оцінку своїх досягнень. Відмінність між групами за цією шкалою можна спробувати пояснити тим, що педагогічна професійна діяльність має собою на увазі й внутрішню рефлексію. Цей процес необхідний педагогам набагато більше ніж програмістам, адже, як вже зазначалось, ми вважаємо, що професійна діяльність програміста не вимагає яскраво виражених особистісних рис для її успішності, в той час, як постійна самокритика допомагає педагогу покращити своє сприйняття його професійної діяльності. Педагог зустрічається з багатьма дуже різними людьми (учнями/студентами) і постійно опиняється в досить різних умовах праці. Критика своїх недоліків та невдач допоможе педагогу сформувати потрібний Я-образ для ефективної діяльності, допоможе самоактуалізуватися як професіонал високого класу. Без цього, внутрішні конфлікти педагога обов'язково погіршаться через їх не вирішення та нагромадження, що призведе до стрімкого падіння ефективності професійної діяльності. Можливо,

доцільно припустити, що саме наша вибірка є більш самокритичною, ніж більшість педагогів, а отже й більш профпридатною.

10. За шкалою «**Внутрішня конфліктність**» показники студентів комп'ютерних наук ( $M=3.920$ ,  $SD=1.96$ ) теж нижчі за ті, що були виявлені у студентів-педагогів ( $M=6.800$ ,  $SD=1.71$ ). Високі показники за цією шкалою означають наявність внутрішніх конфліктів у індивіда, наявність сумнівів та внутрішніх неузгоджень (як у респондентів-педагогів), а помірні показники (як у респондентів-програмістів) свідчать про підвищену рефлексію і глибоке проникнення у себе, адекватність образу «Я». Відмінності між групами за цією шкалою можуть свідчити про підвищену сенситивність респондентів-педагогів, що може викликати й поширеність внутрішніх неузгоджень серед наших респондентів, у зв'язку із можливою неспроможністю ці конфлікти вирішувати. Як вже зазначалось, враховуючи особливості професійної діяльності педагогів, вони піддаються більшій кількості (і набагато частіше) зовнішніх впливів, а ніж програмісти. Внутрішня конфліктність може супроводжуватись глибоким почуттям провини, що є цілком реальним, враховуючи що педагог, фактично, відповідає за успішність цілої купи маленьких життів. В той час, як саме наші респонденти-програмісти, схоже, є цілком самодостатніми особистостями (що підтверджувалось раніше нижчими показниками за шкалою «тенденція до афіліації», наприклад), а також і менш соціально інтегрованими особистостями, що й може пояснити їх глибоке внутрішнє проникнення та адекватність їх Я-образу.

11. За шкалою «**Самоцінність**» показники студентів-педагогів ( $M=6.380$ ,  $SD=1.75$ ) переважають ті, що були виявлені у студентів комп'ютерних наук ( $M=4.640$ ,  $SD=2.57$ ). Ця шкала допомагає визначити емоційну оцінку свого Я-образу через критерії любові, духовності та багатства внутрішнього світу. Високі показники за цією шкалою у наших респондентів-педагогів означають їхню любов до себе, відчуття цінності власної особистості також і для інших людей. Це чудово пояснюється і за

допомогою тлумачення попередньої шкали «Внутрішня конфліктність» - наші респонденти усвідомлюють свою відповідальність за своїх учнів (відтак і свою цінність для них), завдяки їх можливості (і професійного зобов'язання) допомагати самостановленню молодих особистостей. Самокритика виникає, в тому числі через відповідальність за свої вчинки та гостру потребу до самоактуалізації як професіонала своєї діяльності.

З іншого ж боку, нижчі показники респондентів-програмістів не суперечать нашим попереднім висновкам – відстороненість від оточуючого світу, відсутність інтересу до нього та байдужість до свого Я-образу не обов'язково повинні бути відсутні у самоцентричних та самовдоволених особистостей. Ба більше – менша кількість внутрішніх конфліктів, може й бути ознакою нижчу само-концентрацію, спрямовану на зміни в собі у зв'язку із внутрішніми протиріччями через брак інтересу до формування та утримання свого Я-образу.

12. За шкалою «Дзеркальне Я» показники студентів комп'ютерних наук ( $M=4.520$ ,  $SD=2.27$ ) нижчі за ті, що були виявлені у студентів-педагогів ( $M=6.560$ ,  $SD=2.27$ ). Ця шкала відображає самоставлення особистості відносно ставлення до неї з боку інших людей. Вищі показники наших педагогів означають, що, на їхню думку, їх особистість, діяльність та характер здатні викликати повагу оточуючих, їх симпатію та розуміння. Можливо, низькі показники вже програмістів пояснюються тим, що вони очікуються зовсім протилежного від оточуючих, через що і є більш внутрішньо-центрованими, через їхню соціальну неспроможність, відразу чи побоювання. Усамітнення із машиною цілком можливо викликати саме такі реакції в особистості, в той час, як педагоги постійно отримують це віддзеркалене відображення себе через особливості своєї професійної діяльності, адже, як вже зазначалось, визначення ефективності роботи педагога має собою на увазі постійні відгуки оточуючих, відтак, при ефективній діяльності педагога, він очікує і повагу і симпатію і схвалення з боку оточуючих. А респонденти-програмісти ж, схоже, цього не

потребують, а, навіть, очікують зворотного, через особливості формування їхньої особистості як висококласного професіонала своєї спеціальності.

13. За шкалою «**Самовпевненість**» показники студентів комп'ютерних наук ( $M=6.980$ ,  $SD=1.91$ ) переважають ті, що були виявлені у студентів-педагогів ( $M=3.960$ ,  $SD=2.24$ ). Високі показники у респондентів спеціальності «комп'ютерні науки» свідчать про їх самостійність, самовпевненість і вміння себе поважати. Можливо, це пояснюється тим, про що ми вже говорили – їхньою самофіксацією, меншою залежністю думки про себе від думок оточуючих про них. В той час як нижчі показники за цією шкалою у респондентів-педагогів означають незадоволеність собою ними, боязнь нездатності викликати повагу оточуючих (що, як ми вже зазначали, є важливим аспектом професійності педагога). Схоже, попри високі показники у потребі поваги і визнання з боку з оточуючих, наші респонденти спеціальності «педагогіка» не впевнені у своїй здатності її викликати. Можливо, це спричинено певними наявними внутрішніми протиріччями респондентів, які вони ще не подолали, і вирішення яких, як ми вже визначили, є обов'язковою передумовою до професійного становлення педагога.

14. За шкалою «**Відвертість, внутрішня чесність**» показники студентів комп'ютерних наук ( $M=3.600$ ,  $SD=1.99$ ) нижчі за ті, що були виявлені у студентів-педагогів ( $M=7.260$ ,  $SD=1.99$ ). Ця шкала визначає такі аспекти особистості, як самоствавлення та поведінка, які вважаються особистістю значущими та які, здебільшого, важко обробляються і усвідомлюються особистістю. Вищі значення респондентів-педагогів можуть означати нездатність їх або небажання усвідомлювати ними або видавати значну інформацію про себе. Іноді навіть це може означати бажання приховати інформацію, або викривляти її у бік соціальної бажаності. В той час як, нижчі значення респондентів спеціальності «комп'ютерні науки» можуть свідчити про їх відвертість стосовно неприємної інформації, не бажання приховувати її від себе та від інших. Зіставляючи ці результати із

результатами попередніх шкал, можна припустити, що наші респонденти-педагоги все ж таки орієнтуються на соціальні оцінки (важливість яких ми вже неодноразово зазначали) і тому й можуть викривляти чи приховувати деякі інформацію про себе, яка може підірвати ці оцінки, або ж схилити їх у бік небажаних. В той час як програмісти навпаки – не так сильно залежать від соціальних оцінок, тому, схоже, й не цураються бути відвертими про себе з оточуючими. Можливо, це спричинено сильним соціальним тиском на педагогів з боку оточуючих що й викликає в них потребу (у зв'язку з, можливо, неприйняттям певних своїх рис або з баченням загрози від їх оприлюднення) уникати розголошення усіх особливостей їхньої особистості.

Отже, спираючись на отримані дані, можна сказати, наша гіпотеза про відмінності у проявах самооцінки та самоактуалізованості між групами частково підтвердилась, адже, сперечаючись на відмінності між групами за шкалами «Внутрішня чесність», «Мотивація», «Потреба в досягненнях», «Самовпевненість» та «Конфліктність», можна побачити, що між групами присутні суттєві відмінності у статистично виражених показниках самооцінки.

Певні відмінності також присутні за іншими ознаками прояву самооцінки, такими як шкали «Дзеркальне Я», «Самоцінність» та «Самозвинувачення», але показники відмінностей менш значущі, а отже потребують подальшого дослідження.

Відмінності у прояві самоактуалізації також присутні між групами за шкалами «Підтримка», «Ціннісна орієнтація», «Тенденція до афіліації», «Прагнення до влади» та «Досягнення успіху», але вони є не дуже значущими.

Можемо зробити висновок про те, що між групами існують суттєві відмінності між прояви самооцінками та не дуже значущі відмінності між прояви самоактуалізованості.

### 3.4. Вплив самооцінки на рівень успішності професійної діяльності

Особливим видом діяльності людини є її професійна діяльність, адже саме їй більшість людей і присвячують більшу кількість свого часу протягом життя та яка є одним з головних напрямків становлення людини.

Професійна діяльність призводить до становлення особистості, оскільки приносить певні зміни в її особистісний устрій. Під час професійного становлення людини формуються її професійні навички, її професійні наміри та активно вносяться зміни в її Я-концепцію.

В умовах професійного становлення та професійної діяльності особистість функціонує в певних умовах, в яких Н. В. Самоукіна виділяє суб'єктивні та об'єктивні чинники [22]:

- суб'єктивними чинниками вона називає певні здібності та задатки, якими володіє особистість, її індивідуальні особистісні утворення та властивості, джерела її мотивації, рівень домагань та самооцінка;
- до об'єктивних чинників відносяться певні особливості конкретного роду професійної діяльності (вимоги до неї, її правила та норми виконання), а також і професійні навички, важливі знання та вміння, і важливі для обраної професії якості особистості.

Умовою успішності професійної діяльності людини Б.М. Теплов [27] вбачає саме в індивідуальних здібностях особистості: «Лише ті індивідуальні психологічні особливості конкретної людини можна назвати здібностями, які сприяють успішному виконанню того чи іншого роду діяльності, але просто здібна людина не обов'язково приречена на успішне виконання професійної діяльності – потрібна саме певна конфігурація здібностей, що характеризують вправну особистість» - зазначає Б. М. Теплов.

Професійна діяльність може здійснюватися у багатьох сферах, але, наприклад в системі діяльності «людина-людина», Н. А. Лаврова [15] проаналізувала вплив особистісних якостей людини на успішність такої



професійної діяльності, та зробила висновок, що для неї необхідна наступна сукупність стійких особистісних утворень:

- мотиватори людини;
- особистісні установки;
- система ієрархічних міжособистісних взаємин;
- способи поведінки особистості.

Ці та інші особистісні властивості визначають особливість проведення людиною її професійної діяльності та індивідуальні прояви при цьому.

Аналізуючи вищесказане, можна зробити висновок, що успішність професійної діяльності особистості може обумовлюватись різними особистісними конструктами, але нас цікавить саме *самооцінка*.

У своїй роботі ми назвали самооцінкою сукупність оцінкових суджень, уявлень індивіда у свій бік. Вона також обумовлює й окремі сторони особистості діяльність чи поведінку [25].

Аналізуючи конструкт самооцінки можна виділити певні її функції:

- регуляція активності особистості;
- корегувальна функція, яка здійснює контроль над поведінкою і відповідно до потреб її змінює;
- ретроспективна функція, спрямована на формування людиною висновків по завершенню діяльності по зіставленню їх із результатами.

Самооцінка виступає важливим чинником професійної успішності особистості, адже вона відображає впевненість людини у своїх, у тому числі й професійних здібностях та самоповаги.

Надто низька самооцінка може спричинити відчуття безпорадності у людини, що призведе до почавленості, опускання нею рук, втрату інтересу та хисту до професійної діяльності через можливі труднощі чи проблеми які вона не здатна вирішити.

Надто висока ж самооцінка може сприяти викривленню сприйняття людини, у тому числі й про її професійну діяльність, що може спричинити неадекватні реакції на події що стаються у її професійному житті.

До нашого питання можна додати й думку Л.Н. Корнєєвої стосовно впливу самооцінки на якість професійної діяльності фахівця. Відомо, що рівень самооцінки впливає, можна навіть сказати що визначає планку цілей особистості та її професійні нахили [14].

А отже, адекватна самооцінка працівника визначатиме на скільки рівень його домагань буде сходиться зі справжньою результативністю його професійної діяльності, а також його психо-емоційну реакцію на ці самі результати.

Завищена ж самооцінка може спричинити постановку таких цілей, яких індивід не здатен досягнути – тобто завищених, які не відповідатимуть його професійним вмінням. Такий працівник орієнтуватиметься на успіх та нехтуватиме важливою інформацією, яка може вказувати на результативність його діяльності на тому чи іншому проміжку її виконання. Завищена самооцінка не дозволить індивіду розвивати в собі установки, які змушуватимуть докладати його великі, а іноді й надзусилля для досягнення результату, адже присутнє неадекватне сприйняття своєї ефективності при будь-якому рівні залученості особистості у діяльність [26].

Занижена самооцінка може спричиняти пасивне ставлення індивіда до професійної діяльності, розвивати в нього страх відповідальності та схилитиме працівника до постановки легко досяжних професійних цілей, а отже й сприятиме зниженню результативності його роботи.

Неадекватна самооцінка унеможливить працівника ставити перед собою адекватні, досяжні професійні цілі та досягати їх, адже працівник не зможе по-справжньому реалізувати свій особистісний потенціал у тій чи іншій сфері професійної діяльності [13].

У цьому контексті самооцінка виступає засобом проміжного дослідження своєї професійної успішності, адже, навіть мимовільно, особистість безперервно та постійно себе оцінює, а об'єктивний погляд на себе, свої здібності та адекватна оцінка своїх результатів дозволить виправляти можливі недоліки в професійній діяльності, а також і закарбовувати успішні особистісні конструкти, які сприятимуть подальшому розвитку спіху.

Професійна самооцінка людини являється певним відображенням та формується із наявних індивідуальних особливостей і особистісного досвіду. Ступінь адекватності професійної самооцінки людини вимірюється у процесі безпосередньо професійної діяльності, а характер її розвитку обумовлений певними психологічними особливостями індивідами, як унікальність його життєвого шляху, міжособистісних стосунків в родині чи з найближчим оточенням та особливостями цих процесів [28].

Самооцінка є важливою складовою саморегуляції психічних процесів особистості та відповідає за її, відповідно, зростання та самоактуалізацію. Професійна ж самооцінка особистості залежить від багатьох факторів, які приносить з собою та чи інша обрана професійна діяльність.

Досвідченні фахівці здатні вибудовувати думку про свою професійну успішність не тільки на їхніх власних теперішніх переживаннях та оцінках, але й на попередніх:

- адекватна самооцінка дозволить фахівцеві надійно прогнозувати свою ефективність, передбачати потреби того чи іншого завдання, а також визначати необхідну кількість зусиль потрібних для його якісного та успішного виконання;
- працівники із високою самооцінкою схильні робити висновки що до своєї ефективності після виконання посадового завдання, після досягнення задовільних результатів, що дає фахівцю можливість зосередитись на процесі виконання самого завдання, адже важливо його саме завершити;
- люди ж з низькою самооцінкою більше орієнтуються на неуспішне виконання завдання при визначенні своєї професійної ефективності. Такі працівники зазвичай виражають збентеженість та розгубленість через власні почуття, адже очікують невдачу та більше переймаються реакцією на неї (що обумовлено правилами роботи та вимога що до ефективної праці), що не дозволяє працівнику зосередитись на безпосередній роботі та заважає процесам пізнання та самопізнання у процесі професійної діяльності.

Зокрема самооцінка є важливою передумовою вмотивованості людини та є частиною процесу її самопізнання. Набуваючи якихось знань про себе, особистість неодмінно притягуватиме до них емоційні переживання, активність яких визначається значущістю наданих собі оцінок. Отже, можна висновлювати про те, що рівень самооцінки суттєво впливатиме на психічний стан працівника.

Достатньо адекватна самооцінка є основою гармонійного життя особистості, у тому числі й на робочому місці. У сучасному світі, де еталонні моделі особистості та фахівця безперервно підтримуються та оцінюються навколишніми людьми, співвідношення моделі фахівця із нею є надважливим фактором у професійній діяльності, яка, так чи інакше. Є видом соціальної діяльності особистості [29].

Людина, яка здатна адекватно оцінити свою особистість буде певною у своїх судженнях, вчинках та поведінці та досягатиме поставлених, у тому числі й професійних завдань. Бачення та орієнтація на успіх, на щасливе майбутнє створює навколо людини гармонійне середовище для взаємодії з колегами на роботі та й взагалі з оточуючим. Такий фахівець завжди може розраховувати на відповідно тепле ставлення до нього з боку колег (хоче це й не гарантовано) та завжди матиме високий рівень довіри начальства до нього і схвалення його успішної професійної діяльності.

Отже, зрозуміємо, що, будучи важливим механізмом, самооцінка, будучи важливим механізмом саморегуляції працівника, має суттєвий вплив на результати його професійної діяльності. Самооцінка безперечно проявляється у професійній діяльності особистості та виконує ті самі функції. Вона визначає ставлення особистості до своїх професійних знань та навичок, їх співвідношення із її баченням бажаного/ідеального їх рівня, а також відповідає за усвідомлення особистістю рівня своїх професійних досягнень та визначає його.

Ми вважаємо, що адекватне оцінювання керівником свого виробничого потенціалу сприятиме привнесенню ясності у робочий процес – керівникові буде легше ставити цілі для компаній та формулювати завдання відповідно до справжніх виробничих потужностей його персоналу. Працівник з адекватною

самооцінкою матиме додаткову точку зору що до виробничого потенціалу себе, як частини корпоративної потуги, а отже й матиме раціональну точку зору щодо, наприклад, вірогідності успішності того чи іншого завдання, в якому він бере участь.

Неадекватна самооцінка завжди постає фактором дестабілізації гармонійної праці людини. При неадекватній самооцінці знижується рівень надійності працівника як ланки робочого процесу, адже неадекватно трактуються його потенційний вклад у кінцевий продукт діяльності шляхом створення марних сподівань. Вартує також згадати, що неадекватне усвідомлення своїх професійних досягнень та своєї професійної ролі сприяє виникненню конфліктів у колективі.

Щоб уникнути негативних впливів неадекватної самооцінки ми б рекомендували керівникам вчасно визначати, в кого з працівників присутні неадекватні реакції та поведінка, потрібно фіксувати та дізнаватись чому той чи інший працівник не зміг виконати вправно завдання – можливо, такому працівнику важко реалізуватися у створених в компанії умовах, через що зниження його самооцінки в таких умовах призводить до втрати концентрації на діяльності або до розпаду професійних рис.

Звісно, також важливим фактором може виступати й некомпетентність роботодавця як керівника. Постановка нереалістичних (або навіть недосяжних) цілей своїм працівникам може призвести до їх пригнічення на тлі недієздатності в неадекватних умовах. Працівник почуватиметься неспроможним, що запустить ланцюжок реакцій, які деформують його самооцінку та до яких йому доведеться підлаштовуватися, шукати виходи та пояснювати для себе свій стан, зазвичай шляхом неадекватності цієї ж самооцінки.

Безпосередньо ж працівникам, для збереження здорового та адекватного рівня самооцінки, можна порекомендувати роботу над саморефлексією – вона є основним процесом та передумовою самооцінювання. А для якісної саморефлексії потрібні певний рівень професійної компетентності,

відповідальності та внутрішньої чесності, що й рекомендується розвивати працівникам будь-яких видів професійної діяльності.

Підбиваючи підсумки до розділу можна наголосити на самооцінці як на визначальному факторі успішної інтеграції особистості в колектив, робочий процес та у роль конкретної посади, адже без якісного самоаналізу із подальшими результатами та корегуванням поведінки та уявлень неможливо довго втриматися налюбій посаді, оскільки відсутність здорової самооцінки спричиняє дезінтеграцію Я-реального образу людини із Я-ідеальним образом людини, присутність якого так бажає кожен зацікавлений в успішності своєї організації керівник.

## ВИСНОВКИ

Отже, на основі отриманих результатів проведеного теоретичного і емпіричного дослідження, можна зробити такі висновки:

- самоактуалізованість є важливою та показовою ознакою успіху особистості, як унікального та неповторного члена роду людського; процес самоактуалізації особистості є формою її самовираження та самостановлення; самоактуалізовані члени суспільства володіють найважливішим ресурсом людства – різноманітністю; у процесі самоактуалізації та по його завершенню індивід виражає ті індивідуальні особливості та тим чином, як це відповідає його натурі;
- упродовж означеного процесу індивід проходить як розвиток своїх власних здібностей, так і реалізує їх у соціальному середовищі, в якому перебуває. Багато вчених визначають самоактуалізацію як головний чинник досягнення життєвого успіху особистості, адже саме таким чином особистість здатна розвивати свій творчий потенціал та проявляти його, застосовуючи у своєму соціально-професійному житті;
- самоактуалізацію називають «життєвим шляхом» особистості та визначають як динамічний процес який складається з постійно саморефлексії, самооцінювання та відповідної поведінки. Цей «життєвий шлях» особистості бере безпосередню участь у формуванні образу особистості – її Я-концепції;
- я-концепцію людини визначають як продукт успішної самоактуалізації особистості завдяки, у тому числі адекватній та стабільній самооцінці. Я-концепція також працює й у зворотний бік – завдяки потребі відповідати їй людина визначає свої цілі, напрями діяльності та способи поведінки. Особистість постійно повинна узгоджувати свою поведінку із наявною та бажаним, «ідеальним» образом свого Я;
- самоактуалізована особистість є тією рушійною силою у суспільстві (і серед людства в цілому), яка визначає хід історії усієї людської раси, адже, незалежно від форм реалізації чи намірів, тільки самоактуалізована

особистість, особистість яка бачить чітке місце для себе у цьому світі, здатна творити значені продукти;

- самооцінка займає далеко не останню роль у здоровому функціонуванні особистості та у добробуті життя людини в цілому. В роботі було неодноразово висвітлено та обговорено, яке місце самооцінка займає у становленні здорової та продуктивної особистості, та як саме це відбувається;
- самооцінка є визначальним процесом самостановлення та самоактуалізації особистості, адже виступає джерелом оцінкових даних про самого індивіда. За результатами самооцінювання формується Я-образ людини та визначається парадигма її самоактуалізації. Формування самооцінки виявляє, на скільки особистість задоволення результатами своєї діяльності та своєї наявної Я-концепції, що, в свою чергу, дозволяє особистості відповідно корегувати свою поведінку як основний чинник формування самооцінки;
- результати емпіричного дослідження свідчать про те, що основною проблемою, притаманною показникам самооцінки, є те, наскільки на самооцінювання впливає самопрезентація. Існуючі способи часто виявляються забрудненими соціальною бажаністю; самооцінка, у тому числі виступає мірилом потреби та бажаності людини того чи іншого виду діяльності, що сприятиме більш ефективному процесу самоактуалізації індивіда;
- за результатами однофакторного дисперсійного аналізу виявлено між групами суттєві відмінності за статистично вираженими показниками самооцінки. Виявлено також і відмінності у прояві самоактуалізованості між групами досліджуваних за відповідними шкалами (проте, незначущі).
- між групами існують суттєві відмінності у проявах самооцінки та не значущі відмінності між проявами самоактуалізованості;
- Результати проведеного кореляційного аналізу (за Спірменом) підтверджують гіпотезу про взаємозалежність самооцінки та самоактуалізації особистості частково підтверджується;



- самооцінка є чинником самоактуалізації, однак зазначмо, що гіпотеза підтвердилась лише частково з огляду на те, що показники кореляційних зв'язків виявилися не значними;
- зазначмо що, у процесі дослідження означеного феномена ми простежили ще одну цікаву тенденцію – переважна більшість кореляційних зв'язків присутня між шкалами, які, так чи інакше, визначають взаємодію особистості із соціумом (однак це не було чи не входило в предмет нашого дослідження, що потребує подальшого пояснення та аналізу); у зв'язку з цим можна висновувати, що самооцінка досліджуваних значно залежить від їхньої взаємодії із соціумом, який часто є джерелом і мірилом для неї, а також, схоже, що респонденти вважають соціальні комунікації визначним фактором для їх самоактуалізації та вбачають соціальне поле місцем для їх самореалізації.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Абульханова, К. А.; Березина, Т. Н. Время личности и время жизни. СПб.: Алетейя, 2001. 304 с.
2. Бернс Р. Вибране / Р. Бернс. – К. : Держ. вид-во худ. л-ри, 1959. 255 с.
3. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание / Р. Бернс; пер. с англ. М.Б. Гнедовского, М.А. Ковальчук / под общ. ред. В.Я. Пилиповского. – М.: Прогресс, 1986. 422 с.
4. Боришевський, М. Самосвідомість як фактор психічного розвитку особистості [Текст] / Мирослав Боришевський // Психологія і суспільство, 2009. – № 4. С. 119-126.
5. Москалець В.П. Психологія особистості : навч. посіб. / В. П. Москалець – К. : Центр учбової літератури, 2013. 414 с.
6. Воробйов А. М. Проблема самореалізації особистості як соціального явища в системі "суспільство-індивід" / А. М. Воробйов // Оновлення змісту, форм та методів навчання і виховання в закладах освіти: зб. наук. пр. : наук. зап. Рівнен. держ. гуманіт. ун-ту. – Рівне : РДГУ, 2004. – Вип. 30. С. 9–12.
7. Гірняк, А. Психологія Зигмунда Фрейда як теорія, система і соціокультурне явище / А. Гірняк // Психологія і суспільство, 2008. – №4. С. 33-44.
8. Психологія майбутнього: уроки з сучасних досліджень свідомості = Psychology Of The Future: Lessons From Modern Consciousness Research / пер. з англ. Ярини Винницької та Олени Редчиць — Львів : Афіша, 2015. 328 с.
9. Гуменюк О. Є. Модульно-розвивальна система : соціально-психологічний аспект. - К. : Школяр, 1998. - 112 с.
10. Гуменюк, О. Самотворення Я-концепції за модульно-розвивальної оргсистем: Психологія і суспільство, 2001. – №2. С. 33-76.

11. Джемс У. Психология / Под ред. Л. А. Петровской. — М.: Педагогика, 1991. 368 с.
12. Новые пути в психоанализе: Карен Хорни: перевод с английского В. В. Старовойтова ; [вступительные статьи Дж. Л. Рубинса], 1939. С. 3-102.
13. Коростылева Л. А. Психология самореализации личности: затруднения в профессиональной сфере / Л. А. Коростылева. – Санкт-Петербург : Речь, 2005. 220 с.
14. Корнеева, Л. Н. Самооценка как механизм саморегуляции профессиональной деятельности / Л. Н. Корнеева // Вестник ЛГУ, 1989. – Вып . 4. С. 96-97.
15. Лаврова Н. А. Вплив особистісних особливостей на успіх професійної діяльності в системі «людина-людина» / Н. А. Лаврова //– М.: МИССО, 2003. 195 с.
16. Маслоу А. Новые рубежи человеческой природы / А. Маслоу. – М.: Смысл, 1999. 300 с.
17. Маслоу А. Психология бытия. – М: Рефл-бук, Киев: Ваклер, 1997. 304 с.
18. Москалец В. П. Психологія особистості: навчальний посібник для студентів, аспірантів, викладачів спеціальності психологія, соц. педагог. Та ін. / Віктор Петрович Москалец. – К.: «Центр учбової літератури», 2013. С. 55-63.
19. Личность в психологии. — «КСП+», М.; «Ювента», СПб. (При участии психологического центра «Ленато», СПб.), 1998. 345 с.
20. Роджерс К. Р. Погляд на психотерапію. Становлення людини – М.: вид. група «Прогрес», 1994. 480 с.
21. Рубинштейн С. Л. Бытие и сознаниею Человек и мир. Санкт-Петербург: Питер, 2003. 280 с.
22. Самоукина Н.В. Психология и педагогика профессиональной деятельности / Н.В. Самоукина. – М.: ЭКМОС, 2000. 281 с

- 23.Сковорода Г. Твори : в 2 т. / Григорій Сковорода ; [редкол.: О. І. Білецький, Д. Х. Острянин, П. М. Попов]. – Київ : Вид-во Акад. наук УРСР, 1961. С. 73-81.
- 24.Спиркин А. Г. Сознание и самосознание / Спиркин А. Г. – М.: Политиздат, 1972. 303 с.
- 25.Татенко, В.О. Володимир Андрійович Роменець: життя як вчинок і подія [Текст] / В.О. Татенко, Т.М. Титаренко // Роменець В.А., Маноха І.П. Історія психології ХХ століття: навч. посіб. – К.: Либідь, 1998. С. 7–37.
- 26.Татенко, В. О.Роменець, В. А. Історія психології, ХХ століття [Текст] : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. освіти / В. А. Роменець, І. П. Маноха. – К. : Либідь, 1998. 988 с.
- 27.Теплов Б.М. Способности и одарённость / Теплов Б.М. Проблемы индивидуальных различий. – М.: Издательство Академии Педагогических Наук РСФСР, 1961. С. 9-38.
- 28.Терлецька Л. Г. Психічне здоров'я особистості. Технологія самоаналізу: [монографія] / Лариса Гаррїївна Терлецька. – К.: ВПЦ «Київський університет», 2003. 150 с.
- 29.Палій А.А. Диференціальна психологія: Курс лекцій. – Івано-Франківськ: ВДВ ЦІТ Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника, 2007. С. 294-401.
- 30.Фестингер Л. Теория когнитивного диссонанса = A theory of cognitive dissonance / [Пер. А. Анистратенко, И. Знаешева]. — СПб.: Ювента, 1999. С. 45-51.
- 31.Фурман А.А. Психологія особистості: ціннісно-орієнтаційний вимір: [монографія]/ Анатолій Анатолійович Фурман. – Одеса: ОНПУ; Тернопіль: ТНЕУ, 2016. 312 с.
- 32.Фурман А.В. Свідомість як рамкова умова методологування у соціогуманітаристиці / Анатолій В. Фурман // Психологічні засади розвитку, психодіагностики та корекції особистості в системі неперервної

- освіти / за наук. ред. М.І. Томчука : [зб. мат. Подільської н.-пр. конф.]. – Вінниця: КВНЗ “Вінницька академія неперервної освіти”, 2016. С. 147-156
33. Фурман А.А. Ціннісно-смысловий аспект розвитку особистості / Актуальні дослідження в соціальній сфері: [Матеріали 6-ої міжнародної науково-практичної конференції] / А.А. Фурман. – 2015. С. 38-40.
34. Фурман (Гуменюк) О.Є. Психологія Я-концепції : [монографія] / О.Є. Фурман (Гуменюк). – Тернопіль: Економічна думка, 2002. 186 с.
35. Храмова В. До проблеми української ментальності // Українська душа. – К.: Фенікс, 1992. С. 3–35.
36. Чеснокова И.И. Проблемы самосознания в психологии. – М.: Наука, 1977. 144 с.
37. Ямницький В. М. Розвиток життєтворчої активності особистості: теорія та експеримент. / В.М. Ямницький // – Одеса: ПНЦ АПН України – СВД Черкасов М.П., 2006. 362 с.
38. Berne, E. Games people play : the psychology of human relationships. London: Penguin Life, 2016. 176 pp.
39. Daniels, M. Shadow, Self, Spirit: Essays in Transpersonal Psychology. Exeter: Imprint Academic, 2005. 300 pp.
40. Future Visions: The Unpublished Papers of Abraham Maslow (Ed: Edward Hoffman) CA: Sage Publications, Contents, 1996. 221 pp.
41. Gleitman, H., Fridlund, A. J., & Reisberg, D. Psychology (6th Ed.). New York: Norton. Goldstein K. (1940) Human Nature in the Light of Psychopathology. Cambridge, MA: Harvard University Press), 2004. Pp. 15-33.
42. Goldstein G. Contributions of Kurt Goldstein to neuropsychology. The Clinical Neuropsychologist 1990. Pp. 3–17.
43. Goldstein K. The Organism. In: A Holistic Approach to Biology Derived from Pathological Data in Man With a New Foreword by Oliver Sacks. New York: Zone Books, 2000. 424 pp.

44. Goldstein K. The organism. In: A Holistic Approach To Biology Derived From Pathological Data In Man With A Fore word By K. S. Lashley. New York: American Book Co., 1939. 424 pp.
45. Greenier, K. D., Kernis, M. H. and Waschull, S. B. Not all high (or low) self-esteem people are the same: Theory and research on stability of self-esteem. In M. H. Kernis, Efficacy, agency, and self-esteem. New York: Springer. 1995. Pp. 51-71.
46. Heine, S. J. and Lehman, Move the body, change the self: Acculturative effects on the self-concept. In M. Schaller and C. S. Crandall (Eds.), The psychological foundations of culture. London: Lawrence Erlbaum, 2004. pp 305-331.
47. Hewitt, J.P. The social construction of self-esteem. In C.R. Snyder and S. Lopez (Eds.), Handbook of positive psychology. New York: Oxford University Press, 2002. pp. 135-147.
48. James, W., Bowers, F., Skrupskelis, I.K. Сенс істини. Cambridge, Harvard University Press. 1975. Pp 27-33.
49. Manning, M.A., Bear, G.G. and Minke, K.M. Self-concept and self-esteem. In G.G. Bear and K.M. Minke (Eds.), Children's needs III: Development, prevention, and intervention. Washington DC: National Association of School Psychologists, 2006. pp. 341-356.
50. Martela, F., & Pessi, A. B. Significant work is about self-realization and broader purpose: Defining the key dimensions of meaningful work. *Frontiers in Psychology*, 2018. Pp. 14-33.
51. Maslow A. Motivation and Personality. 2nd ed. — N. Y. : Harper and Row, 1970. 292 pp.
52. Maslow A. Toward a psychology of Being. 2nd ed. — N. Y. : Van Nostrand, 1968. 240 pp.
53. May R. The origins and significance of the existential movement in psychology. In: R. May, E. Angel, H. F. Ellenberger (Eds.), New York: Basic Books, 1958. pp. 45-62.

54. Perls F. S. In and out the garbage pail. Gestalt Journal Press: 1992. 270 pp.
55. Reitzes D.C., Mutran E.J. Self and health: Factors that encourage self-esteem and functional health. J. Gerontol. Soc. Sci. 2006. pp. 44-51.
56. Rogers, Carl R., and Barry Stevens. Person to Person: the Problem of Being Human: A New Trend in Psychology. Walnut Creek, CA: Real People Press, 1967. 286 pp.
57. Rogers, Carl R. Counseling and Psychotherapy: Newer Concepts in Practice. Boston: Houghton Mifflin Company, 1942. 450 pp.
58. Rogers, Carl R. On Becoming a Person: a Therapist's View of Psychotherapy. Boston: Houghton Mifflin, 1961. 367 pp.
59. Rosenberg, M. Society and the adolescent self- image. Princeton, NJ: Princeton University Press, 1965. 362 pp.
60. Stevens, B. Body work. Gestalt is, 1975. Pp. 160-191.
61. Tesser, Abraham; Pilkington, Constance; McIntosh, William D. "Self-Evaluation Maintenance and the Mediation Role of Emotion: The Perception of Friends and Strangers". Journal of Personality and Social Psychology, 1989. Pp. 27-31.
62. Thorne, B. Key figures in counselling and psychotherapy. Carl Rogers. Sage Publications, Inc., 1992. 128 pp.
63. Vitz, P. C. Psychology as religion: The cult of self-worship. Wm. B. Eerdmans Publishing, 1996. 196 pp.

## Додатки

### Статистичні дані проведеного дослідження

Додаток А1

#### Кореляційна матриця вимірюваних ознак (частина 1)

Зазначені кореляції значимі на рівні  $p < 0,05000$   $N=50$

	Середнє	Ст. відхил.	Досягнення успіху в цілому	Прагнення до влади	Тенденція до афіліації	Мотивація	Потреба мотиву	Відвертість	Самовпевненість	Самокерівництво	Дзеркальне «Я»:	Самоцінність	Самоприйняття	Самоприв'язаність	Конфліктність	Самозвинування	Орієнтації в часі	Підтримки	Ціннісної орієнтації	Самоповаги	Самоприйняття
Досягнення успіху в цілому	5,56	2,51	1,00	0,21	-0,04	0,27	0,46	-0,33	0,10	-0,22	-0,07	-0,11	0,09	-0,36	-0,25	-0,37	0,27	0,29	-0,18	0,10	0,25
Прагнення до влади	5,50	2,38	0,21	1,00	0,57	-0,27	-0,07	0,33	-0,15	0,17	0,16	0,28	-0,45	0,15	0,12	0,11	0,04	0,04	0,16	-0,28	0,18
Тенденція до афіліації	5,76	2,56	-0,04	0,57	1,00	-0,54	-0,28	0,55	-0,42	0,44	0,35	0,41	-0,58	0,39	0,22	0,26	-0,21	-0,25	0,37	-0,48	-0,18
Мотивація	5,54	2,60	0,27	-0,27	-0,54	1,00	0,32	-0,52	0,45	-0,46	-0,27	-0,24	0,46	-0,57	-0,40	-0,37	0,33	0,23	-0,47	0,41	0,02
Потреба мотиву	5,62	2,56	0,46	-0,07	-0,28	0,32	1,00	-0,38	0,17	-0,19	-0,15	-0,16	0,36	-0,42	-0,19	-0,41	0,23	0,35	-0,32	0,25	0,26
Відвертість	5,48	2,71	-0,33	0,33	0,55	-0,52	-0,38	1,00	-0,27	0,55	0,51	0,53	-0,50	0,49	0,41	0,26	-0,43	-0,24	0,36	-0,48	-0,16
Самовпевненість	5,45	2,59	0,10	-0,15	-0,42	0,45	0,17	-0,27	1,00	-0,37	-0,16	-0,12	0,22	-0,43	-0,41	-0,16	0,34	0,30	-0,20	0,28	-0,04



Самокерівництво	5,62	2,25	-0,22	0,17	0,44	-0,46	-0,19	0,55	-0,37	1,00	0,23	0,34	-0,33	0,41	0,27	0,23	0,50	-0,16	0,33	-0,23	-0,11
Дзеркальне «Я»:	5,57	2,49	-0,07	0,16	0,35	-0,27	-0,15	0,52	-0,16	0,23	1,00	0,47	-0,18	0,36	0,16	0,08	-0,30	-0,06	0,06	-0,19	-0,14
Самоцінність	5,49	2,37	-0,11	0,28	0,41	-0,24	-0,16	0,53	-0,12	0,34	0,47	1,00	-0,35	0,49	0,19	0,05	-0,04	-0,14	0,20	-0,11	-0,02
Самоприйняття	5,55	2,46	0,09	-0,45	-0,58	0,46	0,36	-0,50	0,22	-0,33	-0,18	-0,35	1,00	-0,30	-0,17	-0,28	0,21	0,44	-0,35	0,35	0,07
Самоприв'язаність	5,24	1,91	-0,36	0,15	0,39	-0,57	-0,42	0,49	-0,43	0,41	0,36	0,49	-0,30	1,00	0,36	0,12	-0,23	-0,45	0,45	-0,30	-0,13
Конфліктність	5,41	2,33	-0,25	0,12	0,22	-0,40	-0,19	0,41	-0,41	0,27	0,16	0,19	-0,17	0,36	1,00	0,54	0,41	-0,11	0,33	-0,35	-0,35
Самозвинувачення	5,50	2,50	-0,37	0,11	0,26	-0,37	-0,41	0,26	-0,16	0,23	0,08	0,05	-0,28	0,12	0,54	1,00	-0,37	-0,24	0,32	-0,38	-0,34
Орієнтації в часі	5,47	2,39	0,27	0,04	-0,21	0,33	0,23	-0,43	0,34	-0,34	-0,30	-0,04	0,21	-0,23	-0,42	-0,37	1,00	0,40	-0,14	0,19	0,29
Підтримки	5,49	2,44	0,29	0,04	-0,25	0,23	0,35	-0,24	0,30	-0,16	-0,06	-0,14	0,44	-0,45	-0,11	-0,24	0,40	1,00	-0,20	0,26	0,14
Ціннісної орієнтації	5,38	2,43	-0,18	0,16	0,37	-0,47	-0,32	0,36	-0,20	0,33	0,06	0,20	-0,35	0,45	0,33	0,32	-0,14	-0,20	1,00	-0,33	-0,05
Самоповаги	5,53	2,44	0,10	-0,28	-0,48	0,41	0,25	-0,48	0,28	-0,23	-0,19	-0,11	0,35	-0,30	-0,35	-0,38	0,19	0,26	-0,33	1,00	0,26
Самоприйняття	5,44	2,44	0,25	0,18	-0,18	0,02	0,26	-0,16	-0,04	-0,11	-0,14	-0,02	0,07	-0,13	-0,35	-0,34	0,29	0,14	-0,05	0,26	1,00

**Критерій однорідності дисперсій (Лівена)**

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Досягнення успіху в цілому	14,693	1	48	,000
Прагнення до влади	1,509	1	48	,225
Тенеднція до афіляції	1,876	1	48	,177
Мотивація	,093	1	48	,761
Потреба мотиву	,183	1	48	,671
Самоприв'язаність	6,727	1	48	,013
Шкала Самоприйняття	,702	1	48	,406
Шкала Самоповаги	,034	1	48	,854
Шкала Ціннісної орієнтації	4,667	1	48	,036
Шкала Підтримки	1,393	1	47	,244
Шкала Орієнтації в часі	,716	1	48	,402
Самозвинувачення	1,941	1	48	,170
Конфліктність	,752	1	48	,390
Самоприйняття	,000	1	48	,992
Самоцінність	2,556	1	48	,116
Дзеркальне «Я»:	,184	1	48	,670
Самокерівництво	1,455	1	48	,234
Самовпевненість	,971	1	48	,329
Відвертість	,255	1	48	,616

## Результати ANOVA

		ANOVA				
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Досягнення успіху в цілому	Between Groups	32,805	1	32,805	5,802	,020
	Within Groups	271,400	48	5,654		
	Total	304,205	49			
Прагнення до влади	Between Groups	34,445	1	34,445	6,785	,012
	Within Groups	243,680	48	5,077		
	Total	278,125	49			
Тенденція до афіліації	Between Groups	131,220	1	131,220	33,102	,000
	Within Groups	190,280	48	3,964		
	Total	321,500	49			
Мотивація	Between Groups	186,245	1	186,245	64,566	,000
	Within Groups	138,460	48	2,885		
	Total	324,705	49			
Потреба мотиву	Between Groups	85,805	1	85,805	17,959	,000
	Within Groups	229,340	48	4,778		
	Total	315,145	49			
Самоприв'язаність	Between Groups	98,000	1	98,000	53,834	,000
	Within Groups	87,380	48	1,820		
	Total	185,380	49			
Шкала Самоприйняття	Between Groups	14,045	1	14,045	2,432	,125
	Within Groups	277,200	48	5,775		
	Total	291,245	49			
Шкала Самоповаги	Between Groups	95,220	1	95,220	23,206	,000
	Within Groups	196,960	48	4,103		
	Total	292,180	49			
Шкала Ціннісної орієнтації	Between Groups	61,605	1	61,605	13,158	,001
	Within Groups	224,740	48	4,682		
	Total	286,345	49			
Шкала Підтримки	Between Groups	36,860	1	36,860	6,975	,011

	Within Groups	248,385	47	5,285		
	Total	285,245	48			
Шкала Орієнтації в часі	Between Groups	56,180	1	56,180	12,049	,001
	Within Groups	223,800	48	4,663		
	Total	279,980	49			
Самозвинувачення	Between Groups	85,805	1	85,805	18,989	,000
	Within Groups	216,900	48	4,519		
	Total	302,705	49			
Конфліктність	Between Groups	103,680	1	103,680	30,468	,000
	Within Groups	163,340	48	3,403		
	Total	267,020	49			
Самоприйняття	Between Groups	79,380	1	79,380	18,055	,000
	Within Groups	211,040	48	4,397		
	Total	290,420	49			
Самоцінність	Between Groups	37,845	1	37,845	7,783	,008
	Within Groups	233,400	48	4,863		
	Total	271,245	49			
Дзеркальне «Я»:	Between Groups	52,020	1	52,020	10,052	,003
	Within Groups	248,400	48	5,175		
	Total	300,420	49			
Самокерівництво	Between Groups	70,805	1	70,805	17,528	,000
	Within Groups	193,900	48	4,040		
	Total	264,705	49			
Самовпевненість	Between Groups	114,005	1	114,005	26,158	,000
	Within Groups	209,200	48	4,358		
	Total	323,205	49			
Відвертість	Between Groups	167,445	1	167,445	42,178	,000
	Within Groups	190,560	48	3,970		
	Total	358,005	49			

## Додаток А4

		N	Descriptives					Minimum	Maximum
			Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean			
						Lower Bound	Upper Bound		
Досягнення успіху в цілому	програмісти	25	6,340	2,9781	,5956	5,111	7,569	1,0	10,0
	педагоги	25	4,720	1,5618	,3124	4,075	5,365	1,0	6,5
	Total	50		5,530	2,4916	,3524	4,822	6,238	1,0
Прагнення до влади	програмісти	25	10,0	4,620	2,5260	,5052	3,577	5,663	1,0
	педагоги	25							10,0
	Total	50	6,280	1,9423	,3885	5,478	7,082	3,0	10,0
Тенденція до афіліації	програмісти	25	4,080	2,2439	,4488	3,154	5,006	1,0	10,0
	педагоги	25	7,320	1,7010	,3402	6,618	8,022	3,0	9,0
	Total	50	5,700	2,5615	,3622	4,972	6,428	1,0	10,0
Мотивація і успіху і боязнь невдачі	програмісти	25	7,460	1,6641	,3328	6,773	8,147	5,0	10,0
	педагоги	25	3,600	1,7321	,3464	2,885	4,315	1,0	7,0
	Total	50	5,530	2,5742	,3641	4,798	6,262	1,0	10,0
Потреба в досягненнях	програмісти	25	6,920	2,2064	,4413	6,009	7,831	3,0	10,0
	педагоги	25	4,300	2,1651	,4330	3,406	5,194	1,0	8,0
	Total	50	5,610	2,5360	,3587	4,889	6,331	1,0	10,0
Самоприв'язаність	програмісти	25	3,780	1,5618	,3124	3,135	4,425	1,0	7,0
	педагоги	25	6,580	1,0962	,2192	6,128	7,032	4,0	10,0
	Total	50	5,180	1,9451	,2751	4,627	5,733	1,0	10,0
Шкала Самоприйняття	програмісти	25	6,020	2,1865	,4373	5,117	6,923	3,0	10,0
	педагоги	25	4,960	2,6018	,5204	3,886	6,034	1,0	9,0
	Total	50		5,490	2,4380	,3448	4,797	6,183	1,0
Шкала Самоповаги	програмісти	25	10,0	6,960	1,9090	,3818	6,172	7,748	4,0
	педагоги	25					10,0		
	Total	50	4,200	2,1360	,4272	3,318	5,082	1,0	8,0
Шкала Ціннісної орієнтації	програмісти	25		5,580	2,4419	,3453	4,886	6,274	1,0
	педагоги	25	10,0	4,300	1,6708	,3342	3,610	4,990	1,0
	Total	50				7,0			
Шкала Підтримки	програмісти	24		6,520	2,5637	,5127	5,462	7,578	1,0
			10,0	5,410	2,4174	,3419	4,723	6,097	1,0
			6,375	2,1226	,4333	5,479	7,271	3,0	10,0
	педагоги	25	4,640	2,4559	,4912	3,626	5,654	1,0	8,0

	Total	49		5,490	2,4377	,3482	4,790	6,190	1,0
Шкала Орієнтації в часі	програмісти	25		10,0 6,580	2,3482	,4696	5,611	7,549	1,0
	педагоги	25							10,0
	Total	50	4,460	1,9521	,3904	3,654	5,266	1,0	7,0
Самозвинувачення	програмісти	25		5,520	2,3904	,3380	4,841	6,199	1,0
	педагоги	25		10,0 4,160	2,4398	,4880	3,153	5,167	1,0
	Total	50				10,0			
Конфліктність	програмісти	25	6,780	1,7564	,3513	6,055	7,505	3,0	10,0
	педагоги	25	5,470	2,4855	,3515	4,764	6,176	1,0	10,0
	Total	50	3,920	1,9668	,3934	3,108	4,732	1,0	7,0
Самоприйняття	програмісти	25	6,800	1,7139	,3428	6,093	7,507	4,0	9,0
	педагоги	25	5,360	2,3344	,3301	4,697	6,023	1,0	9,0
	Total	50	6,800	2,1409	,4282	5,916	7,684	2,0	10,0
Самоцінність	програмісти	25	4,280	2,0518	,4104	3,433	5,127	1,0	8,0
	педагоги	25		5,540	2,4345	,3443	4,848	6,232	1,0
	Total	50		10,0 4,640	2,5760	,5152	3,577	5,703	1,0
Дзеркальне «Я»:	програмісти	25				10,0			
	педагоги	25	6,380	1,7576	,3515	5,654	7,106	3,0	10,0
	Total	50	5,510	2,3528	,3327	4,841	6,179	1,0	10,0
Самокерівництво	програмісти	25	4,520	2,2752	,4550	3,581	5,459	1,0	10,0
	педагоги	25	6,560	2,2745	,4549	5,621	7,499	2,0	10,0
	Total	50	5,540	2,4761	,3502	4,836	6,244	1,0	10,0
Самовпевненість	програмісти	25	4,340	1,7602	,3520	3,613	5,067	1,0	8,0
	педагоги	25	6,720	2,2318	,4464	5,799	7,641	3,0	10,0
	Total	50	5,530	2,3243	,3287	4,869	6,191	1,0	10,0
Відвертість	програмісти	25	6,980	1,9120	,3824	6,191	7,769	3,0	10,0
	педагоги	25	3,960	2,2496	,4499	3,031	4,889	1,0	8,0
	Total	50	5,470	2,5683	,3632	4,740	6,200	1,0	10,0
	педагоги	25	3,600	1,9948	,3990	2,777	4,423	1,0	8,0
	Total	50	7,260	1,9902	,3980	6,438	8,082	5,0	10,0
	Total	50	5,430	2,7030	,3823	4,662	6,198	1,0	10,0