

УДК

Думич Л. – ст. гр. ДП - 35

Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка

РОЛЬ САМООЦІНКИ У МІЖОСОБИСТІСНІЙ ВЗАЄМОДІЇ

Науковий керівник: канд. псих. н., доц.. Спринська З. В.

Кожна людина, живучи у цьому світі, знає собі ціну, тобто здатна до само оцінювання.

Самооцінка – це цінність, якою людина наділяє себе в цілому і окремі сторони своєї особистості, діяльності, поведінки[2]. Основними характеристиками самооцінки є:

- адекватність, яка вказує на те, наскільки точно, правильно виражена та чи інша якість у індивіда. Критерієм адекватності є порівняння своєї самооцінки з оцінками тих самих якостей з боку оточуючих. Якщо ж самооцінка є аналогічною з оцінкою оточуючих, то вона є адекватною і передбачає забезпечення сприятливого емоційного стану людини, підтримує її гідність, приносить задоволення . Водночас передбачає критичне ставлення до себе, постійне порівняння своїх можливостей з вимогами життя, вміння ставити перед собою відповідну мету. Якщо ж відрізняється (не збігається власна самооцінка із оцінкою оточуючих), то вона (самооцінка) неадекватна і може бути причиною постійних конфліктів і приводити до невротичного стану.

- рівень характеризується мірою збігу самооцінки з оцінкою свого ідеалу: чим ближча самооцінка до оцінки ідеалу, тим вона вища, і навпаки, чим далі самооцінка від оцінки ідеалу, тим вона нижча. Самооцінка буває високою, середньою і низькою і може бути як адекватною, так і неадекватною. Вважається що, адекватна висока, середня і низька самооцінка не загрожує нормальному розвитку самосвідомості людини, а от у випадку неадекватності – може виникнути така загроза (людина з неадекватною високою самооцінкою ставить перед собою вищі цілі, ніж ті, яких вона може досягти, незалежно ставиться до думки оточуючих. Людина з низькою неадекватною самооцінкою, навпаки, ставить перед собою нижчі цілі, ніж ті, які може досягти, перебільшує значення своїх невдач і їй необхідна підтримка оточуючих. Такі люди є несміливими, нерішучими, сором'язливими, невпевненими у своїх силах[3].

- стійкість самооцінки характеризується тим, що її рівень, упродовж певного часу залишається незмінним незалежно від ситуації.

Отже, підставами для формування самооцінки є: оцінювання оточуючих і власне оцінювання результатів своєї діяльності і співвідношенні реального та ідеального уявлення про себе [1].

Також немалу роль у формуванні самооцінки має оцінка оточення, людина починає правильно ставитись до самої себе, коли навчиться прислухатись до думки інших, жити сьогоднішнім днем і навіювати в себе впевненість, розуміння, що вона не гірша за інших, а в якійсь справі - навіть краща.

Список використаних джерел:

1. Загальна психологія/ за загал. Редакцією академіка С. Д. Максименка. Підручник – 2-ге вид., переробл. і допов. – Вінниця: Нова Книга, 2004. – 704 с.
2. Загальна психологія: підручник для студентів ВНЗ / Т. Б. Партико. – К.: Видавничий Дім " Ін Юре" , 2008.- 416 с.
3. Загальна психологія : підручник / О. В. Скрипченко, Л. В. Роменська, З. В. Огороднійчук та ін. - К.: Либідь, 2005. – 464 с.