

УДК 159.923-057.87 (043.2)

Соколовська Л.О.

Національний авіаційний університет, Київ

ЗВ'ЯЗОК САМООЦІНКИ ЗІ СТРЕСОСТІЙКІСТЮ СТУДЕНТІВ

До поняття самооцінки зверталися у свої роботах такі зарубіжні вчені, як У. Джеймс, К. Левін, Р. Бернс. У вітчизняній психології різні аспекти проблеми самооцінки знайшли своє відображення у роботах Б.Г. Ананьєва, Л.І. Божович, А.В. Захарової, О.О. Залученової, В.В. Століна та багатьох інших. Самооцінкою називають суб'єктивні уявлення та оцінку особистості відносно самої себе, своїх можливостей та якостей. Самооцінка є необхідним компонентом усвідомлення людиною самої себе, своїх сил, здібностей, мотивів та цілей своєї поведінки, ставлення до навколишнього світу та до інших людей.

Досить тісно самооцінка особистості пов'язана з її рівнем домагань, цей зв'язок визнається у працях К. Левіна. Рівень домагань як психологічна характеристика експериментально був вивчений К. Левіном та К. Хоппе. Як зазначає К. Левін, результати дослідження дозволили виявити таку закономірність: зазвичай особистість встановлює свій рівень домагань між дуже важкими і дуже легкими завданнями та цілями таким чином, щоб зберегти на належній висоті свою самооцінку. Також, спостерігається, що люди із завищеною самооцінкою схильні ставити перед собою досить високі цілі, що обумовлене їхньою впевненістю та ідеалізацією себе. При заниженій самооцінці рівень домагань людини часто є також заниженим, але іноді, пониження самооцінки може і підвищувати рівень домагань, наприклад, коли людина ставить перед собою дуже високу мету для компенсації своїх минулих невдач. На підставі цього можна зробити припущення про те, що самооцінка пов'язана зі стійкістю до стресових ситуацій, тобто зі стресостійкістю особистості.

Стресостійкість розглядають (Г. Сельє, Р. Лазарус, С. Суботін) як комплексну індивідуальну психологічну особливість, яка полягає в специфічному взаємозв'язку різнорівневих властивостей індивідуальності, що забезпечує біологічний, фізіологічний і психологічний гомеостаз системи і веде до оптимальної взаємодії суб'єкта з навколишнім середовищем в різних умовах життєдіяльності. Виходячи із зазначеного вище, припущення про зв'язок самооцінки зі стресостійкістю може ґрунтуватися на кількох положеннях: по-перше, самооцінка пов'язана з рівнем домагань, при завищенні якого можуть виникати стресові ситуації; по-друге, рівень стресостійкості значно залежить від того, наскільки особистість впевнена, або ж, навпаки, невпевнена в собі, наскільки критично вона до себе відноситься тощо. Надалі планується проведення емпіричного дослідження, метою якого є виявлення зв'язку самооцінки зі стресостійкістю студентів. Отримані результати можуть бути корисними при розробці рекомендацій, тренінгових програм, спрямованих на підвищення стресостійкості та роботу з самооцінкою.

Науковий керівник: Барабаш С.Г., викладач