

САМООЦІНКА ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ ЖИТТЄВИХ ПЕРСПЕКТИВ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Басюк Віталіна Сергіївна,

здобувач вищої освіти, магістр
природничого факультету
vitalinabas@ukr.net

Стахова Ольга Олександрівна,

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології, логопедії та інклюзивної освіти
stakhova.ol@gmail.com

Житомирський державний університет
імені Івана Франка, Україна

Однією із актуальних проблем сучасної психологічної науки є проблема вивчення впливу самооцінки на подальші перспективи життя студентської молоді.

Розкриваючи сутність центрального поняття нашого дослідження, необхідно зазначити, що самооцінка – це «...цінність, значущість, якою індивід наділяє себе загалом і окремі сторони своєї особистості, діяльності, поведінки. Самооцінка є відносно стійким структурним утворенням, компонентом Я-концепції, самосвідомості і водночас процесом самооцінювання» [4, с. 162].

Як зауважують укладачі «Психологічного словника-довідника» Ю. Приходько та В. Юрченко, самооцінка виконує регуляторну й захисну функції, впливає на поведінку, діяльність і розвиток особистості, її взаємини з іншими людьми. Відображаючи ступінь задоволення чи незадоволення собою, рівень самоповаги, самооцінка створює основу для сприйняття власного успіху та неуспіху, постановки цілей певного ступеня [4].

Як показав проведений нами теоретичний аналіз наукових джерел, зокрема праць Л. Березовської, О. Гречановської, Н. Іщук, О. Кириченко, Н. Пасічник, С. Пухно, Ю. Сидоренко, А. Слободянюк, Л. Співак, І. Тичини та ін., предметом якого є розкриття особливостей розвитку й впливу самооцінки на особистісно-професійне самовизначення студентської молоді, самооцінка дійсно впливає на формування життєвих перспектив останньої.

Так, О. Гречановська, А. Слободянюк, досліджуючи роль самооцінки у формуванні професійного майбутнього випускників закладів вищої освіти, підкреслили, що самооцінка студентів є незамінним чинником професійного розвитку завтрашніх фахівців [6].

Утім, з огляду на науковий доробок Н. Пасічник, Ю. Сидоренко, самооцінка визначає майбутню успішність особистості у житті, особливо на етапі активного його планування у старших класах, а з часом, при вступі у заклад вищої освіти, – рівень соціально-психологічної адаптованості першокурсників щодо нових умов навчання [3, с. 61-62].

Думку, ідентичну вищевказаній, висловили й Н. Іщук, В. Лесовий, С. Пухно, які дійшли висновку, що юнаки з високою об'єктивною оцінкою, які вступили до ЗВО, краще і швидше пристосовуються до нових умов навчання, а з низькою самооцінкою – складно та важко, тому виникає необхідність посилити мотиваційні складники навчання [1], [5].

Як бачимо, студенти з адекватною або високою самооцінкою краще підготовлені для того, щоб справлятися з помилками, розчаруваннями та невдачами, а також, швидше за все, виконувати складні завдання й ставити власні цілі на майбутнє.

У свою чергу, О. Кириченко, розкриваючи специфіку самооцінки студентів-психологів, серед особистісних проявів адекватної самооцінки виокремила гіпотимію, реактивну урівноваженість, консерватизм, конформність-домінантність, освіченість, самодостатність, дипломатичність, силу «Я» (стриманість, емоційну стійкість), високе Супер-его, незалежність тощо. Студенти ж із підвищеним критичним відношенням до себе й у результаті низькою самооцінкою мають такі особистісні особливості, як скритність, стриманість, підозрілість, нерішучість, боязкість тощо. Неадекватно завищена самооцінка, тобто переоцінка себе, викликають такі якості, як самоконтроль, самовпевненість, самолюбність, непоступливість, схильність до ризику тощо [2].

Рівень самооцінки особистості базується на вірі людини у власну здатність виконувати завдання та досягати цілей.

Відтак, визначаючи вплив самооцінки різного рівня на формування життєвих перспектив студентської молоді, слід відмітити, що юнаки з низькою самооцінкою, як правило, відчувають невпевненість у власних силах і можуть коливатися в процесі прийняття рішень, уникати речей, які їм здаються складними. У короткостроковій перспективі подібне уникнення викликів і тяжких рішень може допомогти таким студентам почуватися в безпеці. Проте у довгостроковій перспективі це може мати негативні наслідки, оскільки сприяє посиленню глибинних сумнівів та страхів. Така тактика поведінки вчить марному правилу, що єдиний спосіб впоратися – уникати складнощів. Життя з низькою самооцінкою може завдати шкоди психічному здоров'ю й призвести до таких проблем, як депресія та тривога.

Студентська молодь із надмірно високою самооцінкою, як правило, переоцінює свої навички та відчуває право на успіх, навіть не маючи здібностей підтвердити власну віру в себе. Такі юнаки можуть боротися з проблемами стосунків і блокувати себе від самовдосконалення, оскільки вони зосереджені лише на тому, щоб бачити себе ідеальними. Студенти із завищеною самооцінкою здебільшого не вбачають у собі негативних рис характеру, ставлять високі цілі на майбутнє, не оцінюють себе реально та не мають чіткого уявлення між «Я-ідеальним» й «Я-реальним».

Адекватна самооцінка робить юнаків впевненими у своїх силах. Завдяки такій високій упевненості в собі студенти відкриті до нового досвіду, навчання та розвитку значущих стосунків.

Таким чином, самооцінка виступає важливою складовою фізичного й психічного благополуччя студентської молоді. Гарний фізичний стан, позитивне психічне здоров'я, задоволення життям і благополуччя людини чітко визначаються самооцінкою. З її допомогою юнацтво мотивує себе через цілі, які ставить перед собою, і те, як воно пододало труднощі під час досягнення цих цілей. Саме тому заклад вищої освіти має сприяти формуванню адекватної самооцінки майбутніх фахівців, позитивно-психологічного, наповненого сенсом сприйняття ними життя і навколишнього оточення, задоволеності від самореалізації.

Список використаних джерел:

1. Іщук Н.Ю., Лесовий В.Ю. Проблеми адаптації студентів-першокурсників до навчання у ВНЗ. *Наукові записки Кіровоградського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка. Серія «Проблеми методики фізико-математичної і технологічної освіти»*. Кіровоград, 2013. №4 (1). С. 39-43.
2. Кириченко О.М. Дослідження самооцінки студентів-психологів. *Наука і освіта*. Одеса, 2016. №5. С.113-116.
3. Пасічник Н.С., Сидоренко Ю.В. Особливості формування самооцінки в умовах соціально-психологічної адаптації студентів-першокурсників. *Габітус*. Одеса, 2020. №19. С. 181-184.
4. Приходько Ю.О., Юрченко В.І. Психологічний словник-довідник: Навч. посіб. Київ, 2012. 328 с.
5. Пухно С.В. Самооцінка студентів закладів вищої освіти як чинник успішності навчання. *Слобожанський науковий вісник. Серія Психологія*. Суми, 2023. №2. С. 35-39.
6. Слободянюк А.О., Гречановська О.В. Самооцінка та її вплив на професійне майбутнє випускників ВНЗ. *Матеріали XLVII наук.-техн. конф. підрозділів ВНТУ: збірник доповідей*. Вінниця, 14-23 берез. 2018 р. Вінниця, 2018. С.125-129.