

САМООЦЕНКА И РАЗНООБРАЗНЫЕ ПОДХОДЫ К ЕЕ ИССЛЕДОВАНИЮ

Самоосознание играет центральную роль в становлении личности, в ее социальном и духовном развитии. Положительная самооценка и самоуважение являются необходимыми для того, чтобы человек смог реализовать важнейшие экзистенциальные потребности – в самоактуализации, в поисках смысла своего существования – и, в итоге смог достичь ощущения целостности, значимости своей жизни, гармонии с миром и счастья. Поэтому не удивительно, что проблема Я – как в философии, так и в психологии – и по сей день остается одной из самых интересных, глубоких и широко обсуждаемых в науке.

Ведущая роль в исследовании проблемы самосознания отводится самооценке. В работах отечественных психологов (Б.Г. Ананьева, Л.И. Божович, И.С. Кона, С.Л. Рубинштейна, И.И. Чесноковой) самооценка рассматривается как центральный, объединяющий феномен самопознания, несущий функции оценки и формирования эмоционально-ценностного отношения личности к себе; самооценка нередко трактуется и в качестве индикатора индивидуального уровня развития самосознания [3].

Акцент здесь ставится в основном на теоретические аспекты. Коренными вопросами, обсуждаемыми в этом русле, являются природа и онтогенез самооценки [2, 7, 11, 14, 19], ее внутреннее строение и позиция в структуре самосознания [4, 7, 10, 12, 19]; виды самооценки, ее функций [7, 10, 14], механизмы защиты, взаимосвязь с другими психическими конструктами и поведением [2, 4, 6, 7, 9, 10, 11, 12, 14, 16, 18, 19, 22].

В зарубежной психологии, наравне с теоретическими исследованиями при изучении самооценки весьма широко практикуется и эксперимент. Это отражено в работах У. Джемса, К. Роджерса, М. Розенберга, Дж. Хаттэе, Х.В. Марша, Р.Дж. Щавельсона, Р.Ф. Баумайстера и др.

В дополнение к вышеперечисленным вопросам, в сферу научных интересов зарубежных психологических школ входит эмпирическое исследование взаимосвязи самооценки и факторов внешней среды [6, 12, 14, 19, 22].

Вслед за А.В.Захаровой [7], мы выделяем два подхода к изучению самооценки в психологии: как *центрального личностного образования* и как *компонента самосознания* (однако, в отличие от названного автора, относим данное утверждение не только к отечественной психологии, но и к зарубежной). Можно обозначить и третий подход: самооценка как *компонент психического здоровья и исследование (взаимной или односторонней) детерминации самооценки и факторов внешней среды*. К последней категории относятся и исследования, посвященные изучению влияния социального явления «безработица» на психическое здоровье безработных граждан [9, 17, 18, 20, 21, 22].

К.А. Абульханова-Славская, Л.И. Божович, У. Джемс, И.С. Кон, К. Левин, А.В. Петровский и многие другие авторы относят самооценку к *важнейшим личностным образованиям* [1, 3, 6, 7, 10, 14, 19].

Обусловлена такая точка зрения тем, что изучаемый феномен, во-первых, функционально связан с основными личностными структурами (в частности, мотивационно-потребностной сферой личности). Самооценка – это также важнейший фактор мобилизации человеком своих способностей и творческой самореализации [7]. Во-вторых, самооценка несет на себе регулятивную функцию по отношению к поведению и деятельности [14]. Изучение этой важнейшей функции самооценки становится невозможным вне контекста целостной личности, так как в качестве механизма саморегуляции самооценка принимает участие во всех сферах жизнедеятельности субъекта [7].

Исследование самооценки в качестве личностного образования является наиболее традиционным для психологии. Так, У. Джемс (1982) относил самооценку к эмоциональной сфере личности. Он также связывал между собой самоотношение субъекта, мотивационную сферу личности

(уровень притязаний) и успех в достижении планируемых результатов (успешность деятельности) [6].

В этом же русле велись разработки К. Левина и его последователей (1982), считавших, что формирование уровня притязаний возможно лишь в процессе конкретной деятельности и зависит от успеха или неуспеха. К. Левин занимался изучением взаимосвязи этих факторов с самооценкой, потребностями и активностью личности и некоторых черт ее характера [14].

Р. Бернс, С. Куперсмит, К. Роджерс, С.Л. Рубинштейн, В.В. Столин рассматривают самооценку в несколько ином контексте: как *компонент самосознания*. Однако и эти авторы апеллируют, в конечном счете, к интегральной личности [2, 12, 13, 14, 16].

С.Л. Рубинштейн (1989) представил основные направления *развития* самооценки как компонента самосознания. По его мнению, развитие самосознания, проходя через ряд ступеней, начиная с наивного неведения в отношении самого себя, приходит ко все более углубленному самопознанию, которое соединяется затем с самооценкой – все более определенной и иногда резко колеблющейся [13]. Общую тенденцию развития самооценки он видит в растущей концентрации внимания на внутреннюю сторону личности, от отражения более или менее поверхностных черт к целостному характеру, к осознанию своей индивидуальности, что в конечном итоге определяет переход к духовным масштабам самооценки.

Наиболее общепринятой является точка зрения на самооценку как *аффективный компонент самосознания личности*. Р. Бернс (1986) трактует самооценку в качестве традиционно выделяемого эмоционального компонента применительно к «Я-концепции» следующим образом. *Самооценка* – это аффективная оценка содержания образа Я; причем ее интенсивность может варьировать в связи с тем, что определенные когнитивные представления о себе модулируют эмоции различной силы и модальности (позитивная или негативная оценка себя). Иначе говоря, при восприятии субъектом когнитивной составляющей «Я-концепции», неизбежно возник-

кают оценки и эмоции, интенсивность которых определяется самим когнитивным содержанием [2].

К психологическим исследованиям, интегрирующим два подхода к самооценке – как личностному образованию и как компоненту самосознания, можно отнести работы К. Роджерса. Основное внимание этот автор уделяет различию и соотношению «Я-реального» и «Я-идеального»; в рамках данных категорий выводится и генезис самооценки. Рассматривая последнюю как компонент самосознания, К.Роджерс определяет в то же время целостную «Я-концепцию» как основное образование личности.

Общим для многих авторов является понимание самооценки как аффективного уровня на шкале «самоотчуждение и чувство собственной неполноценности – самоуважение, самооффективность». Так, С. Куперсмит (1967), понимая под самооценкой постепенно формирующееся и приобретающее привычный характер отношение индивидуума к себе, отмечает, что самооценка выступает в качестве ощущения принятия или непринятия себя. Причем сила и выраженность этого ощущения зависит от того, насколько человек уверен в ценности себя и в собственной значимости [12, 16].

И.С. Кон (1978) дает сходное определение самооценке, говоря, что последняя «является общим знаменателем, итоговым измерением Я, выражающим меру принятия или непринятия индивидом самого себя, положительное или отрицательное отношение к себе» [10, с. 71].

По мнению М. Розенберга (1965), чьи взгляды на изучаемый феномен нам наиболее близки, (*глобальная самооценка* (self-esteem (англ.), Selbstwertgefühl (нем.) и др.) отражает степень развития у индивидуума чувства самоуважения (self-regard (англ.), Selbstachtung (нем.) и др.). Таким образом, высокая самооценка свидетельствует об общем позитивном отношении субъекта к своему Я и ощущении им собственной ценности; пониженная – предполагает неприятие себя, самоотрицание, негативное отношение к своей личности [19].

Рассмотрение самооценки как компонента психического здоровья (Р.Ф. Баумайстер, М. Розенберг), а также исследование детерминации самооценки факторами внешней среды (У. Джемс, Х.В. Марш, Дж. Хаттье, Р.Дж. Щавельсон) являются приоритетным для западных исследований [6, 9, 12, 19, 22].

В теоретическом плане принято толкование позитивной самооценки как важнейшей составной части и индикатора психического здоровья (например, в рамках «теории приобретенной беспомощности»). И, напротив, «потеря самоуверенности и самооценки» относится к классическим симптомам легких депрессивных проявлений [9, 20, 21, 22].

В качестве компонента психического здоровья наиболее глубоко и всесторонне самооценка рассматривалась в эмпирических исследованиях, отображающих негативное воздействие безработицы на психическое здоровье безработных граждан (А. Вакер, 1981, 1997; А. Вакер, А.И. Колобкова, 1998). В рамках нынешнего столетия выделяют три основные фазы, сориентированные по этапам экономического развития [20]. Они различаются интенсивностью и направленностью исследовательского интереса (в том числе и в психологической науке) к данной проблеме, постановкой решаемых задач и методологическим уровнем экспериментальных разработок. Критический анализ англо- и немецкоязычной литературы по данному вопросу показывает, что детерминация психического здоровья социальным явлением «безработица» изучена далеко не полностью.

Одним из центральных противоречий, остающимся неразрешенным до сегодняшнего дня, является разрешение дилеммы между «селекционной» и «причинной» гипотезами [9, 22].

Первая из них относит психические особенности, выявляемые у безработных граждан, на счет выборочной стратегии работодателей при увольнении (и, в меньшей степени, при приеме на работу).

Вторая, иначе называемая «каузальной», – причинно обуславливает их появление воздействием безработицы [15, 17, 21].

К сожалению, даже очевидное улучшение методологического уровня исследований пока не приближает нас к однозначному ответу на данный вопрос [20]. Малоисследованной остается и специфика взаимосвязи между безработицей и психологическими особенностями самооценки безработных граждан.

Итак, критический анализ трех основных подходов к изучению самооценки показывает: относительную стройность ее теоретического объяснения в качестве центрального личностного образования и высокую степень несогласованности взглядов различных авторов относительно самооценки как компонента самосознания и составляющей психического здоровья. Последнее замечание особенно справедливо в отношении интерпретации глобальной самооценки и влияния на нее различного рода внешних факторов, в том числе критического жизненного события, связанного с потерей и отсутствием работы [9].

Проблема занятости населения в настоящее время является одним из наиболее острых вопросов в жизни общества. Решение проблем, вызванных высоким уровнем безработицы, затрудняется еще и тем, что в силу исторических причин это социальное явление в нашей стране относительно молодо. К сожалению, до сегодняшнего дня безработица, ее влияние на психику безработных граждан оставались вне поля зрения отечественной психологии, несмотря на то что аналогичные работы западных исследователей со всей очевидностью показывают связь между этим социальным явлением и нарушением психического здоровья. Оставаясь в рамках отечественной психологии, можно предложить ряд теоретических конструкций, позволяющих объяснить обусловленность самооценки потерей и отсутствием работы.

Одна из таких концепций заключается в оценке субъективной значимости потери работы для личности. В этом русле особенно интересны труды В.С. Мерлина (1990), где им было сформулировано положение о высокой степени обобщенности, активности, и устойчивости симптомокомплекса, который обусловлен отношением к труду.

В.С. Мерлин пишет: «Типичное для личности отношение к труду одновременно и наиболее обобщенное, и активное, и устойчивое... Подобно тому, как стержневая роль отношения к труду в психологической характеристике активной личности проявляется в его большой обобщенности и активности, не в меньшей степени она проявляется также и в большой его устойчивости». И далее: «Определяемые ими [отношениями к коллективу и труду] симптомокомплексы психических свойств являются стержневыми» [11, с. 66, 70].

Далее автор пишет об определенной закономерности, обнаруживаемой при изучении природы психологических конфликтов, которая заключается в том, что психологический конфликт и обусловленный им психогенный невроз чаще всего возникают в ситуации фрустрации, затрагивающей наиболее активное отношение личности [11].

Исходя из высказанных соображений, можно выстроить следующую логическую цепочку. Во-первых, вынужденное исключение из трудовой деятельности является фрустрирующей ситуацией [20, 21]. Во-вторых, эта фрустрирующая ситуация, вызванная безработицей, затрагивает одно из стержневых отношений личности – отношение к труду [11]. В результате становится объяснимой высокая вероятность патогенного воздействия социального явления «безработица» на психическое здоровье безработного (развитие психологического конфликта, депрессивного состояния) и на его самооценку, в частности [20, 21].

Другая теоретическая гипотеза такого рода состоит в попытке связать между собой, с одной стороны, ситуацию потери и тщетного поиска рабочего места в качестве критического этапа в жизни личности и, с другой – ее самооценку, являющуюся составной частью «ядра» личности [3, 9].

По мнению К.А. Абульхановой-Славской (1982), личность является собой устойчивую систему характерных для нее отношений. Ее развитие связано с основными личностными отношениями, которые, будучи относительно стабильными, составляют «ядро» личности [1].

Одна из наиболее весомых составляющих «ядра» личности, важнейший регулятор ее поведения – это *самооценка*, иначе говоря, оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей [4].

Изменение личности (включая ее «ядро») обусловлено влиянием трех факторов: времени, обстоятельств и *критических, поворотных событий* в жизни человека [1]. «Поворотные» («критические») события в жизни человека влекут за собой резкое изменение социальной ситуации развития личности (приобретение статуса безработного) и связанную с этим смену социальных ролей, образа жизни, круга общения, вызывают к жизни новые серьезные проблемы (в частности, материальные затруднения), благодаря чему происходит изменение самоотношения безработного [4, 9].

Понятия критических этапов, кризисов широко эксплуатируются и в психологии профессионализма и профессионального становления личности [5, 8]. В этом русле в качестве поворотных событий также рассматриваются потеря рабочего места и собственно безработица, что подтверждается некоторыми западными психологами [18].

Интерпретируя вынужденный разрыв в трудовом стаже в качестве «критического» этапа и учитывая его резко негативную окраску, исследователи предполагают, что деформация глобальной самооценки, происходящая под его влиянием, будет выражена достаточно контрастно и болезненно. Таким образом, индивидуумы, вынужденно являющиеся безработными, должны обладать более низкой глобальной самооценкой по сравнению с работающими.

Последнее положение явилось центральной гипотезой нашего исследования. При ее формулировании нами был сознательно оставлен открытым вопрос о том, чем вызвано указанное различие, так как причинно-следственную связь невозможно выявить в рамках метода поперечного среза.

Все же, соглашаясь с Л.И. Пеарлином и С. Шулером, мы исходим из «казуальной» гипотезы, на основании которой именно ситуация потери работы и тщетность попыток нового трудоустройства рассматриваются в качестве причины нарушения позитивной концепции Я [22].

К участию в исследовании привлекались работающие и безработные граждане Германии. Причина проведения экспериментальной части исследования в Германии заключалась в следующем: для наиболее глубокого и адекватного изучения возможных личностных деформаций, вызываемых безработицей с течением времени в самооценке безработных граждан, обязательным условием стало присутствие в исследуемой группе лиц, исключенных из трудового стажа на срок более года (учет этого требования не позволил авторам прибегнуть к исследованию российских граждан).

В исследованной нами выборке средняя продолжительность безработицы в группе долговременных безработных превышает 3 года, причем сбор подобного фактического материала – неординарное событие даже для западных исследований.

Экспериментальная группа составила 48 безработных (28 мужчин и 20 женщин; средний возраст – 35 лет; средняя продолжительность безработицы – 3 года). Контрольная группа – 49 работающих граждан (25 мужчин и 24 женщины; средний возраст – 35,4 лет), проживающих в Ганновере и Биллифельде (Германия). При формировании выборки акцент ставился на то, чтобы привлечь к опросу «проигравших» на рынке труда, т.е. наименее квалифицированных работающих и долговременных безработных. Дополнительную особенность выборки составлял этнический аспект: 58 человек (35 мужчин и 23 женщины) имели немецкое происхождение (т.е. родились и воспитывались в Германии), а 40 человек (18 мужчин и 22 женщины) являлись переселенцами из стран, входящих ранее в состав Советского Союза.

Цели и специфика проводимого эксперимента и исследуемой выборки обусловили некоторые общие требования к применяемой методике. Поскольку исследовался параметр, по определению являющийся субъективно

переживаемым, – самооценка, в качестве адекватной методики измерения мог выступить какой-либо интроспективно-ориентированный опросник, т.е. опросник самоочета. Опрос проводился в основном паспортным методом, поэтому опросник должен был быть как можно более сжатым.

Тем не менее он должен был оставаться информативным, что и было осуществлено путем сокращения и комбинирования трех методик, измеряющих различные грани самооценки. Это шкалы «mastery», «self-denigration» и «self-esteem» (Л. Пеарлин и С. Шулер), «Rosenberg-Self-Esteem-Scale» (М. Розенберг) и «Generalisierten Kompetenzskala» (Р. Шварц) [9, 22].

Другое важнейшее требование к опроснику состояло в том, что получаемые результаты должны быть сравнимы с другими исследованиями. Это условие определило выбор исходных методик: все они широко используются в аналогичных исследованиях. Основная «нагрузка» при составлении опросника пришлась на известную методику М. Розенберга, которая включает примерно равное количество позитивно и негативно сформулированных вопросов, что сделало возможной проверку наличия специфичности позитивной и негативной самооценки. Комбинирование упомянутых шкал в общую шкалу самооценки (ОШсо), трактуемую в качестве глобальной [19], дало возможность измерения следующих граней исследуемого феномена: позитивной самооценки (F II-шкала; самостоятельно по шкале М. Розенберга – СО+), тенденции к самообесцениванию или чувства собственной неполноценности (F I-шкала; самостоятельно по шкале М. Розенберга – СО-), общих ожиданий по поводу своей компетенции (ООК), экстернального или интернального локуса контроля (MAS), а также глобальной самооценки по шкале М. Розенберга (RSES).

Наряду с методикой измерения самооценки, информации о принадлежности к группе работающих или безработных, а также с субъективно оцениваемыми длительностью безработицы и финансовым положением, опросный лист содержал пункты по некоторым основным социодемографическим данным опрашиваемых граждан (пол, возраст, страна происхожде-

ния, профессиональная квалификация). В ходе исследования апробируемая методика показала себя как удобный, надежный и валидный метод измерения самооценки работающих и безработных граждан Германии.

Полученные результаты подтвердили первоначальное гипотетическое положение о том, что безработица – явление, которое связано с негативными изменениями самооценки. Достоверные различия между работающими и безработными были выявлены по всем измеряемым параметрам, соответствующим различным видам самооценки (глобальной, позитивной, негативной и т.д.).

Было доказано, что даже кратковременная безработица (до одного года) вызывает негативные изменения в самоотношении. Самооценка безработных граждан, на длительные годы исключенных из трудовой деятельности, еще более негативна, и ее уровень обнаруживает обратную зависимость с длительностью безработицы. Эти данные интерпретируются как свидетельство неадаптируемости страдающих от безработицы к своему ухудшающемуся жизненному положению.

Экспериментально подтвердилась правомерность выделения позитивного и негативного компонентов самосознания, отчетливо проявляющихся на группе безработных [9].

Одним из практических результатов представленного исследования является то, что разработанная методика пригодна для проведения в дальнейшем аналогичных экспериментальных исследований по сравнительному анализу самооценки работающих и безработных граждан в России. Безусловным преимуществом этой методики является возможность сопоставления получаемых данных с результатами исследований многочисленных зарубежных школ, ведущих свои научные разработки по данной проблеме.

Поскольку образ Я несет регулятивную функцию по отношению к деятельности и активности личности, то можно предположить, что деформация Я-концепции (в частности, самооценки), в свою очередь, отрицательно повлияет на конкурентоспособность безработного, уменьшая его шансы вновь найти работу.

Таким образом, в качестве возможных путей психологической адаптации и коррекции психического здоровья безработных граждан можно предложить применение разнообразных психотехнологий, нацеленных на повышение уровня самооценки.

Литература

1. Абульханова-Славская К.А. Личностные механизмы регуляции деятельности // Проблемы психологии личности. М., 1982.
2. Бернс Р. Развитие «Я»-концепции и воспитание. М., 1986.
3. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. М., 1968.
4. Бороздина Л.В. Что такое самооценка? // Психол. журн. 1992. Т. 13, № 4.
5. Глуханюк Н.С. Психологические особенности развития деятельности и личности инженера-педагога: Дис. ... канд. психол. наук. Екатеринбург, 1991.
6. Джемс У. Личность//Психология личности: Тексты/Под ред. Ю.Б.Геппенрейтер, А.Б.Пузыря. М., 1982.
7. Захарова А.В. Генезис самооценки: Дис. ... д-ра психол. наук. М., 1989.
8. Зеер Э.Ф., Сыманюк Э.Э. Кризисы профессионального становления личности // Психол. журн. 1997. Т. 18, № 6.
9. Колобкова А.И. Особенности самооценки в связи с критическим событием – потерей и отсутствием работы (на материале безработных и работающих граждан Германии): Дис. ... канд. психол. наук. Пермь., 1999.
10. Кон И.С. Открытие «Я». М., 1978.
11. Мерлин В.С. Структура личности: характер, способности, самосознание: Учебн. пособие к спецкурсу «Основы психологии личности». Пермь, 1990.
12. Пантелеев С.Р. Стрoение самоотношения как эмоционально-оценочной системы. Дисс. ... канд. психол. наук. М., 1989.
13. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии: В 2 т. М., 1989. Т.1.
14. Столин В.В. Самосознание личности. М., 1983.
15. Büssing A. Arbeitslosigkeit - Differentielle Folgen aus psychologischer Sicht//Arbeit. 1993. № 2.
16. Coopersmith S. The antecedents of self-esteem. San Francisco, 1967.
17. Fryer D. The mental health costs of unemployment: Toward a social psychological concept of poverty // British Journal of Clinical and Social Psychology. 1990. № 7 (4).
18. Kurella S. Arbeitslosigkeit und Gesundheit. Literaturstudie für die Jahre 1985 – 1991. Berlin. 1992.
19. Rosenberg. M. Society and adolescent self-image. Princeton. 1965.

20. Wacker A. Streifzüge durch die Arbeitslosenforschung – im Abseits der Erwerbsgesellschaft. Hannover, 1997.

21. Wacker A. Vom Stock zum Fatalismus? Soziale und psychische Auswirkungen der Arbeitslosigkeit. Frankfurt a.M., 1981.

22. Wacker A., Kolobkova A. «Hin und wieder denke ich, dass ich gar nichts tauge» // Blätter der Wohlfahrts pflege: Deutsche Zeitschrift für Sozialarbeit. 1998. №7,8.