

О. В. БЛІНОВА, студентка III курсу
(Національний педагогічний університет ім. М. П. Драгоманова, м. Київ)

ТРИВОЖНІСТЬ ЯК ПРОЯВ СУПЕРЕЧНОСТЕЙ Я-КОНЦЕПЦІЇ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Наукові праці МАУП, 2003, вип. 12, с. 19–20

Я-концепція є складною ієрархічною системою, яка обов'язково містить внутрішні суперечності. Одним із їх проявів є тривожність, що виникає через нереалізацію одного з найважливіших регуляторів функціонування Я-концепції — позитивної оцінки самого себе. Це підтвердили дослідження, проведені серед студентів.

Психічні елементи тривожності є низкою таких специфічних переживань, що включають суб'єктивний стан напруженості, стурбованості і хвилювання, похмурих передчуттів, переживання особистісної загрози, почуття безпомічності й неповноцінності, невдоволення собою.

З боку фізіологічних змін тривожність виявляється в активізації вегетативної нервової системи, про що свідчить прискорення серцебиття й дихання, підвищення артеріального тиску, прискорення обмінних процесів, низка біологічних зрушень тощо. Крім того, можна зазначити зміну поведінкових реакцій людини під впливом тривожних переживань. Тривожність характеризується негативним, песимістичним відтінком (чекання небезпеки) і, як правило, пов'язується із загрозою власній особистості.

Р. Мей розглядає тривогу як первинну, більш елементарну, менш специфічну, безпредметну реакцію на загрозу, ніж страх. А. Р. Лазарус, наприклад, вважав, що тривога більшою мірою пов'язана із загрозою концептуальній системі особистості, ніж з фізичним благополуччям організму.

Отже, тривожність можна визначити як специфічний неприємний стан, викликаний передчуттям невизначеної, але невідвратною загрози, пов'язаної найчастіше із собою, власним Я [3].

Я-концепція — суб'єктно значуща для людини система диференційованих уявлень про самого себе, що забезпечує внутрішню визначеність і відносну стійкість його дій, стосунків і поведінки, на її основі вона будує свою взаємодію з оточуючим світом. Я-концепція як особистісне утворення забезпечує стійкість психічної реальності людини, значущої з точки зору інших, яка визначає межу змін, забезпечує інтегрованість особистості й до-

зволяє розрізнити Я і не-Я. Але якщо єдність і цілісність Я руйнуються, то спостерігається хворобливе функціонування особистості: порушується здатність прогнозувати, керувати своєю поведінкою, передбачувати оцінку оточуючих, точно оцінювати себе, коригувати неадекватне уявлення про себе. Це супроводжується складними комплексами емоційних переживань, які носять тривожний характер. Це відбувається тому, що Я-концепція є складною ієрархічною системою, яка обов'язково містить внутрішні суперечності. Ці суперечності виявляють себе в реалізації компонентів — когнітивного, емоційного, вольового і поведінкового — на різних рівнях: феноменальному, екзистенціальному, рефлексивному, духовному.

Когнітивний компонент Я-концепції забезпечує уявлення про якості, здібності, зовнішність, соціальну значущість, такі категорії, в яких суб'єкт усвідомлює свої особливості.

Емоційний компонент Я-концепції пов'язаний з оцінкою суб'єктом самого себе, своїх можливостей, потреб, бажань, інтересів, ідеалів, цінностей, виражає ставлення до себе загалом і окремих сторін своєї особистості. Самооцінка як система об'єднується в Я-концепції, що й утворює ціннісне ставлення до себе самого. Воно включає рівень домагань, загальну спрямованість мотиваційної сфери. Мотивація досягнень, орієнтована на успіх, і реальна успішність діяльності свідчать про адекватність самооцінки. Мотивація уникнення невдач пов'язана з неадекватною самооцінкою: завищеною чи заниженою. Я-концепція у цьому виступає як системна саморегуляція людини. Порушення емоційного механізму Я-концепції призводить до різних психічних розладів.

Вольовий компонент Я-концепції у вітчизняній психології розглядається як складна динамічна система психічної регуляції діяльності особистості, спрямованої на досягнення мети, як особлива форма внутрішньої активності суб'єкта, як складна функціональна система інтегрованих афективних і когнітивних процесів.

Поведінковий компонент виступає як деякий інтеграл, перетворюючи дію когнітивного, емоційного та вольового начала у процес прийняття рішення, керування своєю поведінкою, відповідальності за свій вибір [2].

Так, І. С. Кон підкреслює функціональний взаємозв'язок і одночасно автономію рівнів Я-концепції: "Вищий рівень регуляції, змінюючи значення і питому вагу нижчих рівнів ієрархії Я, не знищує їх відносної автономії, так що між ними можуть виникнути суперечності і конфлікти. Хоча самосвідомість вирівнює когнітивні компоненти образу Я, підлаштовуючи їх до рівня вищих ціннісних орієнтацій особистості, у реальній поведінці на людину впливають не тільки вищі судження, а й особливості ситуації, спонтанні емоційні імпульси тощо" [4].

Суперечності, які виникають між рівнями компонентів Я-концепції або окремими групами Я-образів, усередині них, безперечно, за певних умов, можуть викликати сильний комплекс переживань, тривожність, а також розлади нервової системи — невроз і т. ін. [1]. Фактично суперечності можуть виникати, коли індивід реалізує два процеси самооцінки:

- порівняння реального "Я" з ідеальним "Я";
- порівняння реального "Я" із соціальним "Я" (за Джемсом).

Нашим завданням було дослідити особливості прояву тривожності як суперечностей Я-концепції серед студентської молоді. У дослідженні брали участь студенти III курсу факультету української філології (віком 19–20 років).

Використано такі методики: шкала прояву тривожності (Тейлор, 1953), запитальник щодо визначення рівня самооцінки "Особистісний диференціал".

За результатами методики з визначення рівня самооцінки серед усіх опитаних 79 % мають низький рівень самооцінки і 21 % середній рівень. Відповідно серед тих, у кого низький рівень самооцінки, 53 % виявляють високий рівень тривожності (запитальник Тейлора); 45 % — середній рівень з тенденцією до високого і тільки 2 % респондентів — середній рівень тривожності з тенденцією до низького. В іншій категорії опиту-

ваних, із середнім рівнем самооцінки, зафіксовано 80 % тривожності середнього рівня з тенденцією до низького і 20 % — середнього рівня з тенденцією до високого. Отже, в опитаних з низькою самооцінкою — висока тривожність або тенденція до високої (разом — 98 %). На нашу думку, це підтверджує розгляд цього питання в науковій літературі, де вказується, що наслідком зміненої самооцінки є тривожність. Методика "Особистісний диференціал" підтвердила результати попередніх двох досліджень. За її допомогою визначено рівень прояву фактора Сили (С), який за показниками самооцінки свідчить про розвиток вольових якостей, усвідомлення їх особистістю. Його високі значення говорять про впевненість у собі, незалежність, схильність розраховувати на власні сили у складних ситуаціях. Такі високі показники зафіксовано у 12 % опитуваних. Низькі значення свідчать про недостатній самоконтроль, нездатність додержуватися прийнятої лінії поведінки, залежність від зовнішніх обставин і оцінок. Такі значення виявлено у 79 % респондентів. Надзвичайно низькі самооцінки вказують на стан астенизації і тривожності. Такі показники зафіксовано у 8 %. Отже, більшість (79 %) має низьку самооцінку і тенденцію до прояву тривожності, а 8 % опитуваних характеризуються надзвичайно низькою самооцінкою і тривожністю. Разом — 88 % опитуваних.

Отже, тривожність у студентської молоді є наслідком прояву суперечностей Я-концепції, що виникають через нереалізованість одного з найважливіших регуляторів функціонування Я-концепції — позитивної оцінки самого себе. Формування особистісної цінності майбутніх педагогів є складним генетичним процесом, особливо важливим для подальшої діяльності вчителя, вихователя тощо, адже високий рівень тривожності й низька самооцінка перешкоджають адекватно сприймати свої дії, мету своєї діяльності та мотиви поведінки.



Література

1. Бодалев А. А. О психологическом понимании Я-человека // Мир психологии. — 2002. — № 2. — С. 12–17.
2. Иващенко А. В., Агапов В. С., Барышникова И. В. Проблемы Я-концепции личности в отечественной психологии // Мир психологии. — 2002. — № 2. — С. 17–29.
3. Пономарева Е. В. Понятие тревожности в современной психологии // Вестн. Вятского гос. ун-та. — 1999. — № 1. — С. 37–38.
4. Сайко Е. В. Я как феномен социальной эволюции // Мир психологии. — 2002. — № 2. — С. 3–10.