

---

## Теоретико-эмпирические исследования

---

### САМООЦЕНКА: СТАБИЛЬНОСТЬ ИЛИ ИЗМЕНЧИВОСТЬ?

О.Н. МОЛЧАНОВА



Молчанова Ольга Николаевна — доцент факультета психологии ГУ ВШЭ, кандидат психологических наук. Автор более 30 научных работ в отечественных и зарубежных изданиях, в т. ч. монографии (в соавторстве с Л.В.Бороздиной) «Самооценка в разных возрастных группах: от подростков до престарелых» (2001).

Область научных интересов: психология личности, проблемы самооценки и Я-концепции, психология взрослости, геронтопсихология.

Контакты: [olmol@list.ru](mailto:olmol@list.ru)

---

#### Резюме

*В статье обсуждается проблема стабильности/изменчивости самооценки в двух планах: с точки зрения механизмов самооценивания и защиты определенного уровня самооценки и в русле психологии жизненного пути. Представлены результаты эмпирических исследований факторов, определяющих специфику самооценки: ретроспективная оценка родительской сензитивности, соматический статус, возраст и социальный контекст. Анализируются выявленные способы, поддерживающие самооценку на приемлемом для субъекта уровне, противостоящие давлению обстоятельств (здоровья, возраста) и компенсирующие их негативное воздействие. Обсуждается характер изменений самооценки лиц ранней взрослости, произошедших за последние двадцать лет.*

---

В результате многочисленных теоретических и эмпирических исследований, проведенных в отечественной и зарубежной психологии по проблемам самооценки, возникло представление, что самооценка

своим влиянием пронизывает все аспекты человеческого существования (Branden, 1994). Возможно, наиболее впечатляющим следствием активного освоения темы самооценки в западной культуре стало ее устойчивое

восприятие как важнейшего психологического ресурса человека или даже как его достоинства, что неизбежно привело западное общество к формированию массовой потребности в достижении высокого уровня самооценки, к движению за самоуважение. Н. Эмлер пишет, что люди стали стремиться к достижению высокой самооценки, подобно тому как они стремятся к благополучию, хорошему физическому здоровью или свободе мысли (Emler, 2001). Апофеозом этого движения стало появление в 1986 г. в США, в штате Калифорния, специальной бюджетной статьи, предусматривающей финансирование внушительного перечня мер по подъему уровня самооценки у жителей штата (Baumeister et.al., 2003). Несмотря на это, споры о природе, значении и механизмах самооценки не прекращаются до сих пор. Более того, как заметил К. Мрук, все теперь знают, что такое самооценка, но никто не может дать точное и исчерпывающее определение: сколько исследователей, столько и различных дефиниций (Mruk, 1999). По мнению Н. Эмлера, большинство точек зрения на суть самооценки располагается между ее определением как генерализованного чувства, аффективной оценки Я, в которой отражаются самоценность и самопринятие личности, и представлением, что самооценка — это сумма оценок специфических свойств или качеств, имманентных Я, которые взвешиваются и структурируются в глобальную самооценку (Emler, 2001). Со-

временные авторы готовы согласиться с мнением Л. Уэллса, который полагал, что большинство исследователей в области самооценки могли бы отнести к себе следующее утверждение: «Я не могу сказать, что это, но я измеряю это, и это работает» (Wells, Marwell, 1976).

Стремление к достижению высокой самооценки поставило один из наиболее существенных вопросов в данной области — вопрос о ее устойчивости. Проблема стабильности/изменчивости самооценки может быть рассмотрена в двух разных плоскостях, которые в теоретических разработках и эмпирических исследованиях обычно не пересекаются: в функциональном плане — с точки зрения механизмов самооценивания и защиты определенного уровня самооценки и в онтогенетическом — в русле психологии жизненного пути.

#### **Механизмы генезиса, функционирования и защиты самооценки**

Из всей совокупности факторов, влияющих на формирование самоуважения<sup>1</sup> личности, можно выделить две группы наиболее существенных: во-первых, *достижения субъекта в различных видах деятельности* или, скорее, восприятие своих достижений как успешных или неуспешных (данные представления развивались в русле подхода У. Джеймса); во-вторых, *отношение других людей* (теория «зеркального Я» Ч. Кули).

---

<sup>1</sup>В данной статье понятия «самоуважение» и «глобальная самооценка» рассматриваются как синонимы.

Существуют многочисленные эмпирические исследования, подтверждающие как одну, так и другую точку зрения. С. Хартер в своих работах, проведенных на детях, подростках, студентах и взрослых людях, как ни парадоксально, полностью подтвердила и предположение У. Джеймса, и теорию Ч. Кули (см.: Baumeister, 1993). Она экспериментально показывает, что эти два фактора, детерминирующие самооценку, — успехи (компетентность) и социальная поддержка — работают вместе: чем выше достижения в значимых областях и чем выше социальная поддержка, тем выше самоуважение. Данная модель детерминант самоуважения не только предсказывает его уровень, но и создает возможность для корректировки самооценки: изменение в компетентности, так же как изменения в одобрении значимых других, ведут к соответствующим изменениям в самоуважении.

Ситуация, однако, представляется намного сложнее, поскольку существуют многочисленные исследования, не просто подтверждающие положение об изменении самооценки в сторону оценок значимых других или групповых оценок (см., например: Webster, Sobieszek, 1974), но и уточняющие, что принятие этих оценок зависит от ряда факторов, таких, например, как высокая компетентность и статус значимых других, привлекательность группы, степень соответствия между желаемой и реальной самооценками, благожелательность оценок, степень доверия к «источнику» оценки и др.

Что касается соотношения успеха и притязаний, то ряд исследований показал, что между «реальным» и

«идеальным» Я существуют более сложные взаимосвязи: оптимальное расхождение между ними, обуславливая неудовлетворенность собой, отражает тем не менее не сниженную самооценку, а повышенную потребность в самоосуществлении, стимул к самосовершенствованию (Wells, Marwell, 1976, и др.). Однако здесь возникает необходимость прояснения по крайней мере двух вопросов: первый касается определения этой самой «оптимальной разницы» между реалом и идеалом, а второй требует учета собственно локализации реальной самооценки. Кроме того, обнаружено, что расхождения актуального Я не только с положительным, но и с отрицательным идеальным Я (каким я ни в коем случае не хотел бы быть) значимо коррелируют с самооценкой (Yumi, 1992). Поэтому отрицательный Я-идеал также может служить основанием при самооценивании.

Еще один механизм самооценивания предлагает теория социального сравнения, основное предположение которой состоит в том, что потребность в точной оценке своих взглядов и способностей удовлетворяется через сравнение с другими людьми (при условии отсутствия объективных критериев). Для сравнения человек обычно выбирает тех, чьи характеристики являются сходными с его собственными, поскольку такой выбор способствует достижению наиболее точных самооценок. Однако в случае угрозы своему Я субъект прибегает к «защитному сравнению», т. е. начинает сравнивать себя с теми, кто «еще хуже» (Hakmiller, 1968; Miller, 1977).

Теория самовосприятия, разработанная Д. Бемом (Bem, 1967), рассматривает *самоатрибуцию* как один

из механизмов генезиса и функционирования самооценки: субъект получает информацию и формирует представление о самом себе путем наблюдения и оценки своего поведения и анализа внешних условий, в которых данное поведение разворачивается. С точки зрения теории самовосприятия человек имеет достаточно стабильную картину своего Я, которая не изменяется под влиянием противоречащих ей оценок других людей и преобразующегося социального контекста при условии, естественно, что поведение также остается неизменным.

Самооценивание и формирование представлений о себе может осуществляться и посредством *временного* сравнения, суть которого заключается в склонности ориентироваться на свой личный опыт, свое Я в цикле жизни, производя сравнение на континууме «Я был — Я есть» (Suls, Mullen, 1982). Здесь можно выделить два основных подхода: неконгруэнтный и конгруэнтный (см.: Спиридонова, 2002). Согласно первому, временное сравнение рассматривается как механизм, действующий по принципу контраста: предполагается, что сравнение настоящих Я с негативным прошлым Я усиливает позитивные переживания в настоящем, а сравнение с позитивным прошлым Я может вести к снижению самооценок (Higgins et al., 1986). С точки зрения конгруэнтного подхода временной механизм действует по принципу соответствия: как субъект оценивает свое Я в прошлом (негативно или позитивно), так он оценивает и свое актуальное Я.

Авторы модели фокусирующего внимания (Beike, Neidenthal, 1998)

пытаются примирить конгруэнтный и неконгруэнтный подходы временного сравнения. Согласно данной модели, процесс сравнения зависит от фокусировки внимания на том или другом «временном Я»: если прошлое Я сравнивается с настоящим, то доминируют особенности первого, если же настоящее Я сравнивается с прошлым, то в оценке преобладают характеристики настоящего. Модель фокусирующего внимания, таким образом, может объяснить некоторые феномены неустойчивости самооценки. Однако необходимо отметить, что фокусировка на прошлом или настоящем еще не объясняет эффектов самооценивания, важно не просто знать, где — в прошлом или настоящем — расположен фокус внимания, но и как человек оценивает свою жизнь и свое Я в эти временные интервалы.

За самооценкой всегда стоят определенные мотивы, смысловые образования, ценности, в зависимости от которых используется (осознанно или неосознанно) тот или иной механизм формирования Я-образа и самооценки. Исследование мотивов, лежащих в основе процесса самооценивания, ведется чаще всего в русле альтернативных теорий — Я-соответствия и самоуважения. Авторы теорий Я-соответствия рассматривают самооценку как стабильную личностную черту, которую человек стремится сохранить неизменной в течение всей жизни (Dutton et al., 1971; Swann et al., 1992), т. е. *мотив Я-соответствия* является основным. Согласно теориям самоуважения (Jones, 1968; Skolnik, 1971), базовым является *мотив самовозвышения, максимизации самооценки*, состоящий

в том, что субъект независимо от личного уровня самоуважения желает повысить его. Кроме названных мотивов, связанных с Я, выделяют также *мотив самопознания*, отражающий потребность в точной и адекватной оценке собственных взглядов и способностей; *мотив самоверификации*, отражающий желание подтвердить (проверить) имеющиеся представления и оценки себя, *мотив самосовершенствования*, связанный с желанием стать лучше и направленный на развитие своих способностей (Sedikides, Gregg, 2002).

На основании анализа механизмов самооценивания можно говорить о возможной динамике самооценки, хотя вопрос о том, как изменяется самооценка, в каком направлении, под влиянием каких мотивов и факторов, остается открытым и является предметом специальных научных дискуссий и экспериментальных исследований.

Сторонники другого направления полагают, что у взрослого человека самооценка представляет собой достаточно устойчивую личностную диспозицию. Решая вопрос о механизмах данной стабильности, зарубежные и отечественные исследователи выделяют несколько способов защиты определенного уровня самооценки. В первую очередь они касаются взаимоотношений человека с другими людьми. В частности, человек может избирательно подходить к выбору круга знакомств, предпочитая общаться с теми, чье поведение и оценки не противоречат его Я-образу; дискредитировать тех, чье мнение и оценки не совпадают с его собственным представлением о себе; преуменьшать успех других, чтобы

выиграть в «соревновании»; делать выбор в пользу поведения, опровергающего дурную репутацию (Сафин, 1975; Столин, 1983; Swann, 1992; Sedikides, Gregg, 2002). К названным способам можно добавить феномен компенсации: компенсация низкого самоуважения повышением симпатии к себе и наоборот или компенсация низких оценок себя по одним параметрам повышением самооценки по другим («Я хуже в этом, но лучше в том»). Может также возникать генерализация высокой (или низкой) самооценки, распространяясь из одной области на все другие, и это поддерживает стабильность высокой или низкой самооценки.

Устойчивость определенного уровня самооценки зависит и от некоторых личностных черт человека, от уровня притязаний, содержательных и структурных составляющих системы личностных смыслов и др. (Бороздина, Залученова, 1993; Соколова, 1989; Хекхаузен, 1986).

Известно, что лица с высокой и низкой самооценкой могут использовать разные стратегии поддержания собственного Я (Baumeister, 1993). В ситуации угрозы Я люди с высокой самооценкой используют стратегию *самовозвышения*, прибегая к «позитивным иллюзиям», повышая значимость и ценность своих позитивных качеств и считая свои слабости незначимыми («Пусть у меня не получается это задание, но я красив, у меня хорошие друзья, я прекрасно играю на гитаре» и проч.) Люди с низким уровнем самооценки не способны минимизировать значимость своих недостатков, они «застревают» на неудачах и промахах. Кроме того, у них меньше ресурсов

самооценки (т. е. позитивных качеств, способностей, которые они могли бы привлечь в случае неуспеха), поэтому в ситуации угрозы собственному Я они используют *защитную стратегию*, часто стратегию «умаления других»: «Я так себе, но он... совсем ужасен».

Лица с низкой самооценкой, согласно обзору литературы Р. Баумейстера (Baumeister, 1993), обладают «путаной» Я-концепцией, т. е. неопределенной, противоречивой, изменчивой. Отсутствие точных знаний о собственных возможностях и способностях делает людей с низкой самооценкой чувствительными к социальным оценкам, что способствует неустойчивости их представлений о себе.

С точки зрения Е.П. Белинской (Белинская, Тихомандрицкая, 2001), противоречие между устойчивостью и изменчивостью Я-концепции снимается введением понятия «рабочая Я-концепция». Рабочая Я-концепция — это часть общего репертуара представлений о себе, которыми человек обладает в данный момент времени и в заданном социальном контексте (Markus, Nurius, 1986). Поскольку одни рабочие Я-концепции актуализируются чаще, а другие — реже, то вопрос о стабильности/изменчивости, по мнению Е.П. Белинской, начинает звучать как вопрос *вероятности* появления той или иной частной Я-концепции в ситуации конкретного социального взаимодействия. Однако, с точки зрения Х. Маркус, есть Я-схемы, или центральные, привычные, стержневые представления о себе, и собственно «рабочие», или актуальные Я. Таким образом, подлинное, истинное Я, или глобаль-

ное самоуважение, достаточно устойчиво, но может быть «завуалировано» неустойчивыми, множественными «рабочими Я», частными самооценками.

Соотношение общей и частных самооценок, Я-схемы и рабочих «Я», позволяет по-новому взглянуть на проблему стабильности/изменчивости: изменения в самооценке могут иметь либо временный статус, быть краткосрочными (что означает временное повышение или понижение самооценок в ответ на определенные события или социальный контекст), при этом долгосрочных изменений в самоуважении может и не наблюдаться, либо быть долгосрочными, проявляющимися в медленном, постепенном изменении индивидуального уровня самоуважения. Исследования М. Кернис (Kernis, Waschull, 1995) показывают, что лица со стабильным или нестабильным (краткосрочными колебаниями) высоким или низким уровнем самооценки обнаруживают разные реакции на обратную межличностную связь, отличаются по проявлениям гнева, депрессии, а также по многим другим эмоциональным и поведенческим реакциям. Долгосрочные изменения в самооценке обычно происходят в переходные периоды жизни (Baumeister, 1993), при значимых изменениях в собственной жизненной структуре, когда наблюдаются значительные изменения в социальных ролях, статусах, взаимоотношениях (брак, развод, выход на пенсию, окончание школы и проч.).

### **Возрастная динамика самооценки**

В психологических исследованиях изучению самооценки в рамках

психологии жизненного пути уделяется весьма значительное внимание. Но в широком спектре работ неоправданно малое место отведено проблеме ее возрастной динамики на этапе взрослости. По замечанию Д. Демо (Demo, 1992), картина исследований выглядит удивительно однобоко: весь корпус данных по возрастной динамике самооценки получен при работе с выборками испытуемых от 12–13 до 18–22 лет, информации о ее развитии до и после указанных возрастов очень мало. В отечественной психологии обнаруживается та же картина.

В существующих исследованиях преобладают две точки зрения. Согласно первой, субъект формируется примерно до возраста ранней взрослости и далее он в течение всей жизни уже не изменяется. Действительно, общий вывод лонгитюдных исследований гласит: устойчивость и преемственность индивидуально-личностных черт на всех стадиях развития выражены сильнее, чем изменчивость качеств; через всю жизнь мы проносим устойчивое ядро своего Я (Erdwins, Mellinger, 1984; Field, 1991). В других исследованиях факт возрастной динамики самооценки на протяжении взрослых лет жизни не подвергается сомнению. Однако надо заметить, что приводимые в работах сведения нередко противоречивы. Во всяком случае, Р. Уайли, предпринявшая попытку проанализировать всю литературу по данной теме, не только не обнаружила сколько-нибудь устоявшейся, общепринятой точки зрения на проблему динамики самооценки в течение жизни человека, но и выдвинула гипотезу об отсутствии системной возрастной из-

менчивости самооценки (Wylie, 1979). И хотя эта гипотеза оспаривалась рядом авторов (McCarthy, Hoge, 1982; O'Malley, Bachman, 1983; Rosenberg, 1986), к консенсусному соглашению о характере и динамике влияния возраста на самооценку исследователи не пришли. В ряде работ показано, что именно молодым взрослым присущи высокое самоуважение и наиболее благоприятный образ Я, которые с возрастом постепенно снижаются и становятся более негативными; согласно другим данным, обнаруживается противоположная картина (Gove et al., 1989; Kastenbaum, 1979; Malatesta, Kalnok, 1984; Newman, Newman, 1975; Ranzijn et al., 1998).

Недавно проведенное исследование по изучению динамики самооценки в течение жизни (беспрецедентное по объему благодаря использованию интернет-коммуникаций — 326 641 респондента!) позволило авторам получить данные в возрастном диапазоне от 9 до 90 лет (Robins et al., 2002). В результате картина выглядит следующим образом: высота самооценки с высокого уровня в детстве существенно снижается в подростковом возрасте, затем постепенно поднимается в период взрослости и, наконец, стремительно падает в старости. Эта траектория сохраняет свой характер независимо от половых, этнических различий и инвариантна относительно социально-экономического статуса. Однако даже такое обширное исследование оставляет открытым вопрос динамики самооценки на протяжении всего жизненного пути индивида, поскольку имеет ряд существенных ограничений, характерных в целом для метода поперечных срезов: исключается

возможность ответить на вопрос об индивидуальной стабильности во времени, не учитывается эффект поколения, не решена проблема эквивалентности измерений.

\*\*\*

Итак, только что приведенные факты и обозначенные подходы открывают достаточно пеструю картину в решении проблемы стабильности/изменчивости самооценки на этапе взрослости, что говорит о необходимости дальнейших исследований в этой области.

Представляется необходимым прояснить ряд вопросов: изменяется ли самооценка взрослого человека на разных ступенях жизни? Если да, то что именно меняется: содержание самооценки, ее формальные параметры, структура, механизмы? Какая самооценка меняется: общая, интегральная или частные самооценки; реальная или идеальная? Одинаковы ли линии изменения самооценки для всех людей? Откуда берется устойчивое ядро самооценки и самоотношения? Что позволяет, несмотря на все неблагоприятные условия, сохранить позитивный взгляд на самого себя и приемлемый для субъекта уровень самооценки? Каковы механизмы, противостоящие снижению ценности собственного Я? Являются ли детско-родительские отношения предиктором самооценки взрослого человека? Столь разноплановые исследовательские вопросы, представляя некое эклектическое «нагромождение», на самом

деле отражают многомерность и многозначность феномена самооценки.

Комплекс этих вопросов стал предметом отдельных исследований, объединенных проблемой стабильности/изменчивости самооценки или, точнее, о меры этой изменчивости.

### **Родительская сензитивность как предиктор особенностей самооценки взрослого человека<sup>2</sup>**

Отношение родителей (как наиболее значимых других) к детям традиционно рассматривается как один из важнейших факторов влияния на самооценку и Я-концепцию детей и подростков (см., например: Бернс, 1986; Соколова, Чеснова, 1986; Rosenberg, 1965; Wells, Marwell, 1976, и др.). Родительская поддержка и забота, атмосфера тепла и предоставление свободы в действиях, проявление интереса к детям очень важны для формирования самооценки. Сохраняется ли влияние детско-родительских отношений на самооценку взрослого человека? Ведь последняя зависит не только от стиля семейного воспитания, но, как было сказано выше, и от других факторов: от оценок «чужих» взрослых, отношений со сверстниками, уровня идеального Я, успехов в деятельности, конкретного жизненного опыта и пр. Кроме того, важен не только реально существовавший в детстве тип семейных отношений, но и то представление о нем, которое сохранилось в воспоминаниях взрослых.

---

<sup>2</sup>Автор выражает искреннюю признательность Н.Б. Кузнецовой за помощь в сборе данных.



С целью выявления связи между ретроспективной оценкой своих детско-родительских отношений и самооценкой, а также другими, связанными с ней феноменами нами было проведено эмпирическое исследование.

### Методики

1. Для исследования родительской сензитивности использовался опросник, состоящий из шести вопросов, три из которых направлены на определение отношений с матерью, а три — с отцом (Hoiat, 1998).

2. Тест-опросник самоотношения В.В. Столина, С.Р. Пантिलеева.

3. Версия шкалы общей самоэффективности (Шварцер и др., 1996).

4. Тест К. Муздыбаева на измерение диспозиционной надежды. Автор рассматривает надежду как диспозицию личности, состоящую из двух компонентов — силы воли и способности личности «находить пути» для достижения поставленной цели.

В исследовании приняли участие 74 человека в возрасте от 25 до 35 лет (из них женщин — 50, мужчин — 24), имеющих высшее образование и проживающих в Москве.

### Результаты и обсуждение

Анализ корреляционных связей показателей отраженной сензитивности матери и отца с показателями опросника самоотношения («Интегральное самоотношение», «Самоуважение», «Аутосимпатия», «Самообвинение», «Отношение окружающих»), теста на измерение диспозиционной надежды и шкалы самоэффективности показал, что оценка своих отноше-

ний с отцом в детстве не связана ни с одним из изучаемых параметров и в группе мужчин, и в группе женщин.

Оценка сензитивности матери в группе женщин значимо коррелирует лишь со шкалой «Отношение окружающих» (коэффициент корреляции равен  $-0.36$ ,  $p < 0.05$ ), причем прослеживается обратная зависимость: чем больше внимания и заботы со стороны матери ощущала по отношению к себе девочка, тем более требовательна женщина во взрослом возрасте к отношению окружающих, тем более негативно истолковывается ею отношение других к себе. По-видимому, очень высокая сензитивность матери ведет к формированию завышенной самооценки, и если при столкновении с действительностью она не находит подтверждения, то происходит конфликт между собственным представлением о себе и отношением других людей.

В группе мужчин высокая оценка материнской сензитивности значимо коррелирует только с самоуважением (коэффициент корреляции равен  $0.47$ ,  $p < 0.05$ ), т. е. позитивное, чуткое, внимательное отношение матери к сыну в детстве, по всей вероятности, может выступать предиктором его высокой самооценки в период взрослости.

Согласно полученным в исследовании М. Хайят (Hoiat, 1998) результатам, выявляется преимущественное влияние удовлетворенности отношениями с матерью (но не с отцом) на психосоциальные установки человека в период взрослости. Установлено, что взрослые, воспринимающие своих матерей как заботливых и внимательных, реже и менее остро переживают чувство одиночества, имеют

удовлетворительные отношения со сверстниками, более стрессоустойчивы, обладают более высокой самооценкой, меньше подвержены депрессиям и тревожности. Полученные в настоящем исследовании результаты лишь частично соотносятся с приведенными данными, и это касается факта отсутствия значимых связей между оценкой отношений с отцом в детстве и самооценкой взрослого человека. Что касается ретроспективной оценки материнской сензитивности по отношению к ребенку, то она, согласно нашей работе, на этапе ранней взрослости только у мужчин значимо связана с высокой самооценкой, а у женщин обнаруживает лишь обратно пропорциональную зависимость от ожидаемых отношений окружающих.

Полученные результаты корректно считать предварительными, они нуждаются в дальнейшей верификации на более широкой выборке и при использовании большего арсенала методических средств. В то же время они позволяют говорить, что самооценка человека на этапе взрослости достаточно независима от родительской сензитивности, по крайней мере у женщин. Если самооценка мужчин на протяжении многих лет несет на себе отпечаток материнской заботы и внимания, то можно предположить, что она более стабильна у мужчин, чем у женщин. Самооценка последних, по-видимому, либо меняется с возрастом, либо формируется под влиянием иного опыта (например, родительского контроля, оценок

учителей и сверстников, собственных успехов и неудач и т. п.).

### **Фактор нездоровья как предиктор особенностей самооценки<sup>3</sup>**

На специфику детско-родительских отношений влияют не только личность и жизненный опыт родителей, но и особенности самого ребенка. Такой травмирующий фактор, как болезнь ребенка, особенно неизлечимая болезнь, по-видимому, будет влиять на его самооценку через создание особой атмосферы вокруг больного ребенка, своеобразного типа взаимоотношений с ним, через оценки значимых людей, устанавливаемые ими уровни достижений и стандарты поведения. Однако не только близкие люди влияют на развитие Я больного ребенка — отражение собственной телесности, особенно тогда, когда она отличается от большинства других людей (Ложкин, Рождественский, 2004), не может не оказать влияние на самооценку человека.

Целью проведенного нами исследования было выявление специфики самооценки юношей и девушек с патологией опорно-двигательного аппарата в сравнении с их физически здоровыми сверстниками.

### **Методики**

1. Тест двадцати утверждений (Kuhn, McPartland, 1954).
2. Методика исследования самооотношения (Пантилеев, 1993).

---

<sup>3</sup>Исследование выполнено под руководством автора в рамках диссертационной работы Д.В. Юшкова.

3. Шкала самоуважения М. Розенберга (Rosenberg, 1965).

4. Опросник самооффективности (Шварцер и др., 1996).

5. Вариант методики Дембо–Рубинштейн.

6. Методика «подставной» самооценки (Уварина, 1989).

Методическая процедура «подставной» самооценки включает два этапа. Первый из них представляет собой традиционный вариант самооценочной процедуры по методике Дембо–Рубинштейн. Вторым этапом, проводимым спустя две недели, заключался в том, что испытуемых просили повторно оценить себя по тем же параметрам, что и на первом этапе исследования. При этом со ссылкой на отсутствие чистых бланков предлагалось выполнить задание на уже заполненных другими испытуемыми листах: в группе лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата давался бланк якобы учащегося школы-гимназии или студента первого курса университета того же возраста и пола; в группе здоровых респондентов — инвалида, страдающего детским церебральным параличом. На самом деле каждому участнику эксперимента был предъявлен его собственный бланк.

В исследовании приняли участие 180 человек в возрасте от 15 до 17 лет, из них 70 (44 девушки и 26 юношей) с диагнозом детский церебральный паралич (ДЦП) в форме спастической диплегии (средняя или легкая форма, выражающиеся в тетрапарезе), проходящие реабилитацию на базе Центра реабилитации инвалидов и пожилых людей «Сосновый бор» г. Липецка (группа 1), и 110 (70 девушек и 40 юношей — группа 2) уча-

щихся старших классов и студентов первого курса различных специальностей Государственного технического университета г. Липецка.

### Результаты и обсуждение

**Содержание самооценки.** В результате обработки полученных данных по методике «Тест двадцати утверждений» было выделено 15 основных категорий самоописаний (табл. 1).

Из таблицы следует: респонденты изучаемых групп выделяют сходные категории, что свидетельствует не только о высокой значимости этих сфер в жизни лиц данного возраста, но и о сходстве содержания самооценки респондентов обеих групп. Наряду с этим выявляются и специфические черты: юноши и девушки первой группы в значительно большей степени ориентированы на «внешность» и «увлечения» и в меньшей степени подвергают анализу и рефлексии по поводу типичных для периода юности сфер жизни — социальных контактов и учебно-профессиональной деятельности.

Кроме того, они чаще упоминают свое будущее, причем в отличие от своих здоровых сверстников оценка этого будущего амбивалентна: в ней сочетаются оптимизм, надежда и страх, тревога, неуверенность в реализации собственных желаний и стремлений («хочу быть счастливой», «хочу самореализоваться», «боюсь, у меня ничего не получится», «боюсь, что не смогу найти хорошую работу»).

**Высота самооценки.** Исследование по методике Дембо–Рубинштейн (рис. 1) обнаружило, что у юношей и девушек первой группы

Табл. 1

## Содержание самоописаний по методике «Кто Я?»

№	Категории	Частота упоминаний (в % от общего числа ответов)	
		Группа № 1	Группа № 2
1	личностные характеристики	22	21
2	увлечения и интересы	16	3
3	страхи и опасения	13	5
4	внешность	11	6
5	стремления и желания	8,7	12
6	интеллектуальные характеристики	7	8
7	социальные контакты	6,5	10
8	деловая (учебная) сфера	5	10
9	человек	3	2,5
10	родственные узы и семейные взаимоотношения	2	9
11	пол	1,8	1
12	национальность	1,7	4
13	возраст	1	1,7
14	место жительства	1	3,5
15	гражданство	0,1	3
16	другие ответы	0,2	0,3

самооценка имеет более низкие уровневые характеристики в сравнении с их здоровыми сверстниками. Исследуемые группы значительно отличаются по высоте самооценки (критерий Манна–Уитни,  $p < 0.05$ ) по шкалам: «Здоровье», «Счастье», «Общая оценка себя», «Внешность», «Удовлетворенность общением».

Беседа с респондентами выявила, что для первой группы критерием оценок по многим шкалам нередко выступали собственное здоровье и внешность («я могла бы стать счастливой, будь у меня другая фигура», «если бы я

была здорова, у меня была бы здоровая семья, и я была бы счастлива»).

Обнаруженная более низкая локализация идеальных самооценок в первой группе (рис. 2), по-видимому, играет защитную роль, предохраняя от разочарований («я не хочу многого, так как вряд ли получу») и позволяя наметить более реалистичные перспективы. Однако этот механизм не «срабатывает» на эмоционально нагруженных шкалах «Здоровья», «Внешности», «Счастья». Стремление к максимальным позициям идеальной самооценки по характеристикам,

Рис. 1

Усредненные значения высоты реальной самооценки испытуемых

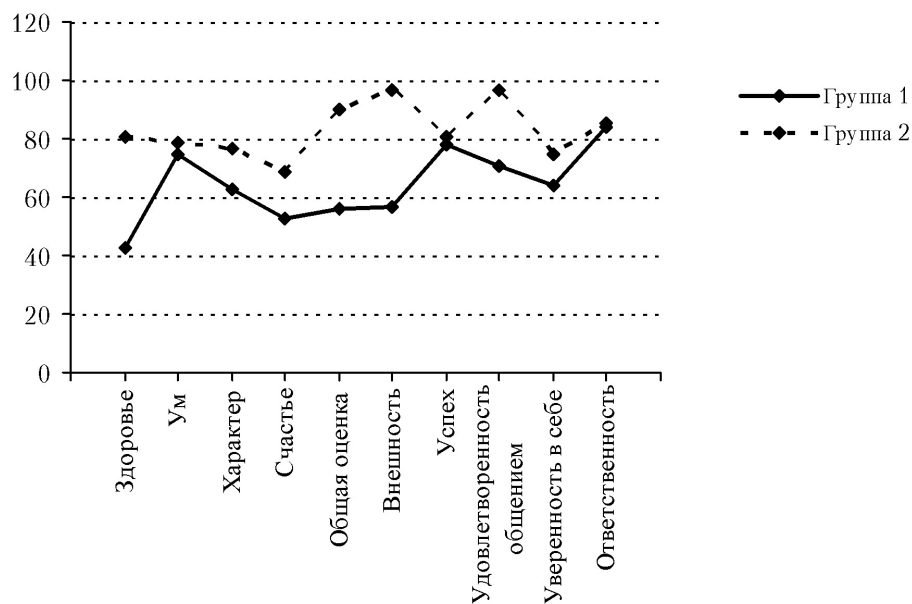
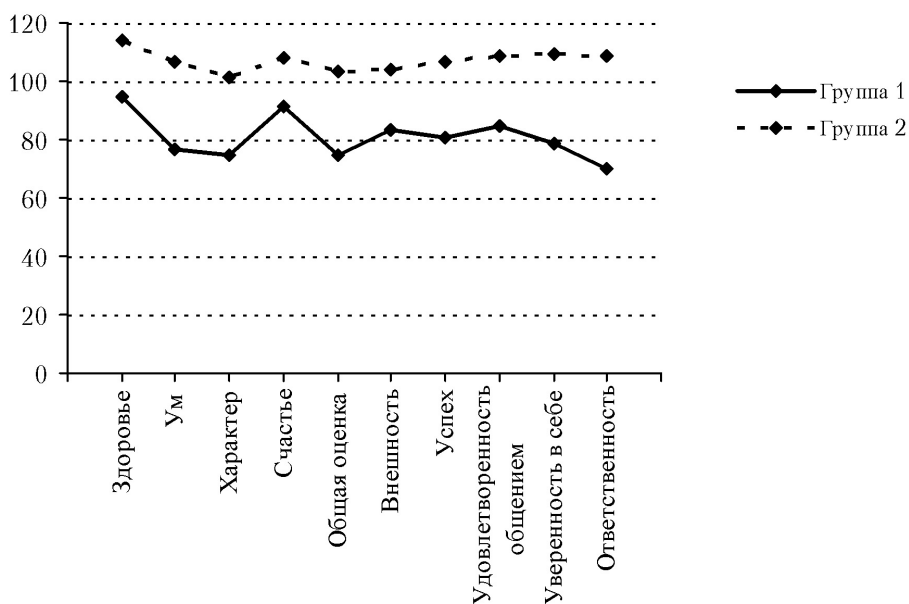


Рис. 2

Идеальная самооценка двух групп испытуемых



которые, с одной стороны, обнаруживают самые низкие реальные самооценки (здоровье, внешность), а с другой — вряд ли могут быть существенно изменены в силу сложившихся обстоятельств, формирует разрыв между «есть» и «хочу», что ведет к переживанию внутреннего, эмоционально отягощенного конфликта, вызывая дискомфорт и повышая неудовлетворенность собой.

**Устойчивость самооценки.** После поступления «подставной» информации испытуемые первой группы снизили свою и без того не очень высокую самооценку, особенно резко по шкалам «Здоровье», «Счастье» и «Уверенность в себе» (различия между опытами значимы по критерию Вилкоксона,  $p < 0.01$ ). Один из них даже нарушил инструкцию и продолжил линии, на которых нужно было проставлять оценки по параметрам «Здоровье» и «Счастье», вниз, чтобы оценить себя ниже, чем это позволяла шкала. По шкалам «Ответственность», «Ум», «Характер» испытуемые оценили себя во второй пробе выше, чем в первой (различия не значимы), что позволяет предположить существование некоторой доли защиты, стремления к компенсации своего «нездоровья» с помощью развития других качеств.

Все самооценки респондентов второй группы во второй пробе превышают оценки, полученные в первый раз.

Можно с уверенностью сказать, что «подставная» информация имела большое значение и повлияла на результаты тестирования, подтверждая тот факт, что высота самооценка зависит от критериев самооценивания. Если в первом опыте испытуемые

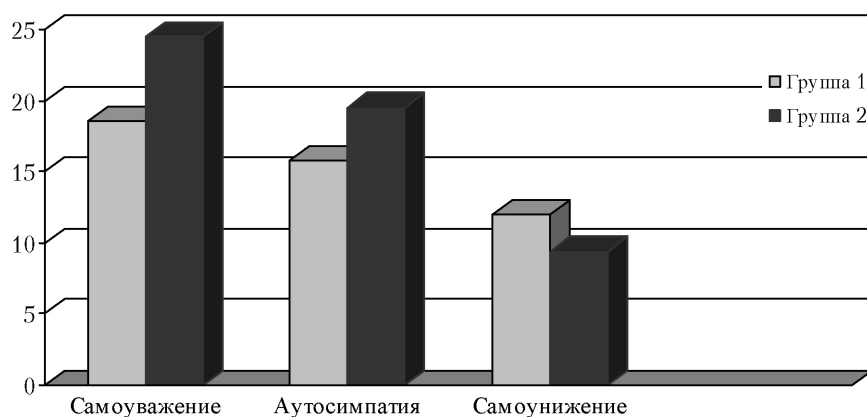
оценивали себя, ориентируясь на «сходных» других, то во втором это были «несходные» другие, что сразу же повлекло изменение самооценки. В целом вторая серия тестирования оказалась достаточно травматичной для респондентов первой группы: они осознают, что «проигрывают» здоровым ровесникам по многим позициям. Результаты тестирования свидетельствуют о «хрупкости» Я-концепции юношей и девушек с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

**Структурные особенности самоотношения и самооценки.** Сопоставление результатов двух групп респондентов по методике самоотношения показало, что для первой группы в большей степени характерны слабое Я, самокритичность, самонеприятие, внутренняя конфликтность, напряженность, неудовлетворенность собой, склонность к самообвинению, неверие в способность вызывать у других людей уважение и симпатию и в то же время признание ценности своей личности, интерес к своему внутреннему миру, высокая оценка своего духовного Я, желание изменений в соответствии с идеальным Я.

Оценка вторичных факторов самоотношения обнаруживает, что для юношей и девушек с ДЦП по сравнению с их здоровыми сверстниками свойственны более низкое самоуважение и аутосимпатия и более выраженный уровень самоуничужения (рис. 3). Результаты, полученные по шкале самоуважения Розенберга (индекс самоуважения в группе 1 — 2.38, в группе 2 — 1.28, различия значимы по критерию Манна–Уитни,  $p < 0.05$ ), также свидетельствуют о более низкой оценке себя лицами первой группы.

Рис. 3

## Особенности выраженности факторов самоотношения



Особенности самооценки респондентов с ДЦП имеют выраженные гендерные и индивидуальные различия. Для девушек характерны более высокое самоуважение, самоэффективность, уверенность в будущем, более низкая тревожность. В индивидуальных случаях интегральные показатели самоуважения, аутосимпатии и самоунижения способны расходиться: низкая самооценка может сочетаться как с самопринятием, самонеприятием, так и с отсутствием самопринятия, но и с невыраженным самонеприятием.

Для исследования структурной организации самоотношения и самооценки использовался альфа-факторный анализ с программой Varimax-вращения. Проведенный факторный анализ в *структуре самоотношения* испытуемых первой группы выявил четыре базовых фактора, объясняющие в сумме около 73% дисперсии, испытуемых второй группы — три базовых фактора, объясняющих около 63% дисперсии (табл. 2).

Следует отметить некоторое сходство в структурной организации самоотношения двух групп, однако наблюдаются и серьезные различия. Так, первый фактор в первой группе включает признаки «самоуверенность», «самоценность», «самопринятие», которые представлены в первом факторе и во второй группе, однако у них они связаны с «самопривязанностью», «самоуководством», «страженным самоотношением», т. е. с возможностью управлять собственным поведением и отношением других людей. Второй фактор включает «самообвинение» и «отраженное самоотношение» как в первой, так и во второй группе, но если у испытуемых второй группы эти признаки находятся в оппозиции, то в первой группе самообвинение имеет положительную связь с отраженным самоотношением, т. е. оказывается «выгодным» для испытуемых: поддерживая и выставляя напоказ свои слабые стороны и комплексы, занимаясь самокопанием и открыто выражая сомнение в своей

Табл. 2

## Факторная структура самооотношения у испытуемых двух групп

№ фактора	Группа 1	Группа 2
1	Самоуверенность (0.878) Самоценность (0.732) Самопринятие (0.706)	Самопринятие (0.787) Самопривязанность (0.681) Саморуководство (0.596) Самоуверенность (0.595) Отраженное самооотношение (0.590) Самоценность (0.413)
2	Самообвинение (0.907) Отраженное самооотношение (0.835)	Внутренняя конфликтность (0.868) Самообвинение (0.771) Отраженное самооотношение (-0.482) Самоценность (-0.448)
3	Открытость (0.816) Саморуководство (-0.803)	Открытость (0.916) Самоценность (0.484)
4	Внутренняя конфликтность (0.760) Самопривязанность (-0.756)	

ценности, они, как им кажется, способны привлечь внимание, получить поддержку или одобрение со стороны других. В третьем факторе в первой группе «открытость» отрицательно связана с «саморуководством», т. е. высокая честность, открытость, рефлексия связаны не с внутренним locusом контроля, а выступают как фактор привлечения к себе внимания, фактически являясь «призывом о помощи».

В *структурной организации самооценки* двух групп респондентов выявлены четыре базовых фактора, объясняющих в сумме около 70% дисперсии в первой группе и 65% во второй группе (табл. 3).

Ведущим фактором для лиц первой группы выступает «Общая оценка себя», которая связана со здоровьем, что еще раз подтверждает их озабоченность своим физическим Я и собственным соматическим стату-

сом. Об этом свидетельствует также то, что «Уверенность в себе» соотносится с «Внешностью» (третий фактор). Собственный дефект, чувство физической неполноценности — все это имеет большое значение, вокруг чего концентрируется Я респондента с ДЦП, тогда как собственные психологические качества оказываются не столь важными, как у здоровых ровесников. Умение осознанно и ответственно относиться к себе, к своей жизни, отвечать за свои собственные действия важно для лиц первой группы, именно это дает им ощущение счастья (второй фактор), тогда как для здоровых юношей и девушек счастье оказалось связанным с успехом в учебе и с удовлетворенностью общением.

Парадокс состоит в том, что в первой группе «общая оценка себя» противостоит оценке своего интеллектуального потенциала, «успех в учеб-



Табл. 3

## Факторная структура самооценивания у испытуемых двух групп

№ фактора	Группа 1	Группа 2
1	Общая оценка себя (0.747) Здоровье (0.656) Ум (-0.867)	Характер (0.803) Ум (0.738) Здоровье (0.647)
2	Ответственность (0.777) Счастье (0.771)	Уверенность в себе (0.874) Ответственность (0.775)
3	Внешность (0.694) Уверенность в себе (0.564) Успех в учебе (-0.651)	Успех в учебе (0.747) Счастье (0.735) Удовлетворенность общением (0.461)
4	Характер (0.938) Удовлетворенность общением (-0.585)	Общая оценка себя (0.796) Внешность (0.676)

ной деятельности» — «уверенности в себе», «социальные контакты» — «характеру». Двухполюсные факторы свидетельствуют не только о конфликтном строении самооценки, но, возможно, и о механизмах, позволяющих компенсировать или преодолеть чувство своей малоценности стремлением к совершенствованию в интеллектуальной и учебной сферах. Оппозиция «социальные контакты» — «характер» в какой-то степени подтверждает исследования И.Ю. Левченко (2001), в которых обнаружено, что для физически нездоровых подростков мотив общения является ведущим, но они не считают, что должны делать шаг навстречу, вырабатывая у себя те качества, которые привлекали бы к ним как к партнерам по общению других людей, в том числе и здоровых сверстников.

Проведенное исследование показывает, что тяжелый соматический недуг, отражающийся во внешнем плане и создающий трудности для нормального повседневного функ-

ционирования, обуславливает особенности самооценки: ее содержание, уровневые характеристики, структуру. Обнаружены ресурсы сопротивляемости, предохраняющие юношей и девушек с ДЦП от негативного отношения к себе,— это развитие интеллектуальных способностей, достижения в учебной сфере, ответственность за результаты своей деятельности, богатство внутреннего мира, духовного Я. Выявлены и неадекватные для социальной адаптации особенности — это ожидание со стороны других людей одобрения, понимания, заботы и симпатии к своему Я за счет демонстрации самообвинения, самокритики, самоуничтожения без желания формировать коммуникативные навыки и психологические качества, облегчающие поддержку социальных контактов.

#### Динамика самооценки на этапе взрослости

Вопрос об изменчивости или стабильности самооценки в жизненном

цикле взрослого человека стал специальным предметом широкого цикла исследований (Бороздина, Молчанова, 1988; 1990; 1996; 1997; 1998; 1999), где анализировались содержание самооценки, а также традиционно выделяемые параметры (высота, адекватность, устойчивость) и механизмы самооценивания.

Приведем здесь только **основные выводы** из проведенного в 1980-х годах исследования, охватившего 328 человек четырех возрастных групп: 1-я зрелость — 21–35 лет (100 человек); 2-я зрелость — 36–55/60 лет (100 человек); возраст пожилых — 56/61–74 года (67 человек); старость — 75–90 лет (61 человек).

Исследование позволяет выделить несколько приоритетных сфер самооценивания, являющихся одинаковыми для всего жизненного цикла, — это личностные качества, социальные контакты, семья, работа и увлечения. Однако обнаружены и изменения в содержании самооценки: некоторые категории самоанализа появляются лишь в определенном возрасте, другие, наоборот, исчезают с возрастом; меняется значение сфер жизнедеятельности и личностных проявлений, подлежащих самооцениванию, их конкретное наполнение и раскрытие.

Выявлены существенные возрастные различия в психологических автопортретах, составленных по «Листу прилагательных»: первая возрастная группа наиболее заметно отличается от других, ей в большей степени свойственно приписывать себе негативные качества и в меньшей степени — позитивные.

Сопоставление четырех групп (критерии Краскела–Уоллеса и Ман-

на–Уитни) показывает, что они значимо ( $p < 0.01$ ) дифференцированы по индексу самоприятия: наиболее низкий индекс у лиц 1-й зрелости, далее он увеличивается в период 2-й зрелости, оставаясь примерно на том же уровне у пожилых и несколько снижаясь, хотя и не значимо, в старости.

Сравнение возрастных групп по высоте реальной самооценки с использованием критерия Краскела–Уоллеса выявляет значимые различия по шкалам «Здоровье» ( $p < 0.001$ ), «Ум» ( $p < 0.005$ ), «Счастье» ( $p < 0.01$ ), «Удовлетворенность работой» ( $p < 0.001$ ), «Отношения с людьми» ( $p < 0.05$ ), «Будущее» ( $p < 0.001$ ), «Семейное благополучие» ( $p < 0.05$ ), «Полезность людям» ( $p < 0.001$ ), «Внешность» ( $p < 0.1$ ) и «Общая оценка себя» ( $p < 0.1$ ). Общий модус возрастной динамики реальной самооценки — падение ее высоты. Лишь для шкалы «Удовлетворенность работой» фиксируется противоположная зависимость: здесь самооценка с возрастом повышается.

Идеальные и достижимые самооценки изменяются с возрастом, постепенно снижаясь и смещаясь в сторону реальной самооценки.

Прослеживается модификация ведущего элемента в общей самооценочной конструкции: в возрасте ранней зрелости ориентация идет преимущественно на идеальную самооценку («хочу»), в средней зрелости — на достижимую («могу»), а в поздней — на реальную.

Отличительной особенностью динамики является смена базового механизма самооценивания: от «социального сравнения» в 1-й зрелости

через ориентацию на свои реальные достижения и собственные представления о полюсах шкал в период 2-й зрелости и в возрасте пожилых к «временному сравнению» (в диаде «Я есть — Я был») в позднем возрасте.

Особенности содержания самооценки, ее уровневой и структурной организации имеют выраженные гендерные отличия. Более высокий уровень реальной и достижимой самооценки отмечается у мужчин, а идеальной — у женщин. В рамках всего прослеженного диапазона для мужчин основной линией самоанализа выступает деловая сфера, для женщин ведущее значение имеет параметр «счастье», а также оценка себя в целом и оценка своего семейного благополучия. Кроме того, отмечается большая возрастная стабильность структурной организации самооценки в группе женщин.

Регистрация в каждом возрастном периоде нескольких групп, различающихся локализацией самооценочных профилей, указывает на выраженную индивидуальную вариативность самооценки, что может означать ее зависимость от многих факторов: мотивационно-смысловой сферы личности, индивидуального опыта, актуальных обстоятельств жизни.

#### **Психологический витаукт: есть о чем спорить?**

Как видно из предыдущего раздела, основной тенденцией изменения самооценки является падение ее высоты. Означает ли такая динамика самооценки также и снижение в позднем возрасте ценности своего Я, на-

растание негативного отношения к себе? Согласно адаптационно-регуляторной теории старения, разработанной В.В. Фролькисом (Фролькис, 1985), наряду с разрушительными процессами старения, сокращением адаптивных возможностей организма, существуют процессы, стабилизирующие его жизнедеятельность, восстанавливающие и компенсирующие многие изменения, вызванные старением, которые были названы витауктом.

Нас интересовал вопрос: существуют ли процессы психологического витаукта на уровне Я-концепции, и если да, то в чем они выражаются?

В результате описанного выше исследования удалось обнаружить, что, действительно, наряду с общим снижением уровневых показателей самооценки с возрастом нарастают факторы, уберегающие систему Я от разрушения, поддерживающие ее стабильность, которые в комплексе образуют психологический витаукт (см.: Молчанова, 1999), т. е. некоторый «ресурс сопротивляемости внешним и внутренним деструктивным воздействиям» (Баева, 2006). К нему относятся:

**1. Наличие у лиц позднего возраста высоких позиций реальной самооценки по ряду параметров.** Самооценка по шкалам «Характер», «Отношения с людьми», «Участие в труде» достаточно высока. Вероятно, высокие самооценки в этих сферах играют компенсаторную роль (на эту мысль наводит способ аргументации названных позиций), «выравнивая» низкие самооценки по другим шкалам и обуславливая в среднем умеренный уровень общей самооценки личности.

**2. Фиксация на позитивных чертах своего характера.** Лица позднего возраста чаще приписывают себе позитивные качества, в основном отражающие хорошее отношение к людям и деловые свойства, и реже указывают на свои недостатки.

**3. Снижение идеальных и достижимых самооценок,** что также может носить компенсаторный характер, защищая человека от слишком большого разрыва между реальным и идеальным Я, гиперразведение которых свидетельствует о низком самоуважении, неудовлетворенности собой.

**4. Признание своей позиции удовлетворительной (даже если она крайне низка).** Сближение или даже слияние «реала», «могу» и «идеала» в позднем возрасте чаще всего свидетельствует о принятии своей позиции, о тенденции довольствоваться тем, что есть, ощущать свое положение как вполне приемлемое.

**5. Относительно высокий уровень самоотношения.** Положительное отношение к себе, уровень самопринятия, позитивность образа Я, как показало проведенное исследование, остаются стабильными в течение всей жизни человека или даже усиливаются.

**6. Ориентация на жизнь детей и внуков.** В позднем возрасте при анализе и характеристике собственного Я, при самооценивании испытуемые нередко приводят рассказы о жизни детей и внуков, описывая их успехи и достижения. Такая ориентация на последующие поколения сохраняет перспективу личностного развития, а следовательно, способствует осознанию ценности своего Я.

**7. Социальное сравнение как механизм самооценивания.** Усиливается тенденция соотносить свою позицию с позицией сверстников, причем тех, кто находится в худшем положении. Здесь проявляется такая «техника» жизни, которую Г. Томе (Thomae, 1981) назвал «позитивной интерпретацией событий» («Я превосходителен, если сравнивать мою судьбу с судьбой бедного мистера Х»).

**8. Ретроспективный характер самооценки.** Характерным механизмом самооценивания становится временное сравнение («Я был — Я есть»), учет ретроспективы в самоанализе. Д. Левинсон называет этот процесс «взгляд с моста» (цит. по: Стюарт-Гамильтон, 2002). Утверждение значимости своей прошедшей жизни и себя в ней, оценка себя за прошлые заслуги, достижения, статус и т. п. позволяют в какой-то степени компенсировать осознаваемые негативные изменения, наступающие с возрастом, не принимать новый, более негативный Я-образ. Преднамеренное обращение в прошлое с целью поддержания своей уверенности в способности справиться с повседневными проблемами, выявляемое в нашем исследовании, в большей степени подтверждает конгруэнтный подход. Некоторые исследователи уверены, что следует поддерживать «терапию воспоминаниями» для пожилых людей, поскольку это помогает им примириться с жизнью (Стюарт-Гамильтон, 2002).

Перечисленные выше процессы можно отнести к защитным механизмам психологического витоукта, которые позволяют удерживать собственную самооценку на приемлемом для субъекта уровне. Однако,

по-видимому, помимо этого, в позднем возрасте существуют и другие механизмы, связанные не с компенсаторным действием, а с развивающим, с поиском новых ценностей и сфер деятельности, поиском и утверждением «смысла самого себя» в новых обстоятельствах жизни, с принятием «нового замысла жизни, новых ценностей, новой жизненной стратегии, нового образа Я» (Василюк, 1984, с. 47).

### **Специфика самооценки в ранней взрослости: двадцать лет спустя**

Как показывает проведенное исследование, самооценка в течение всего цикла взрослости меняется и по содержанию, и по механизмам, и по своим формальным характеристикам. Следует ли относить полученные различия в самооценке на счет возраста или на счет разницы поколений? Влияют ли конкретно-исторические, социально-экономические условия на становление и динамику самооценки, или следует говорить о наличии некоторых «возрастных констант»? Глобальные перемены, произошедшие в России в конце XX в., создавая особый контекст в развитии индивида, позволяют наметить исследования поставленных вопросов.

Предпринятое нами эмпирическое исследование было посвящено сравнению особенностей самооценки лиц ранней взрослости (21–35 лет). Оно проведено в 1984–1985 гг. и в 2004–2005 гг.

### **Методики и выборка**

Рассмотрим результаты по двум методикам.

1. Шкала самоуважения М. Розенберга (Rosenberg, 1965).

2. Модифицированный вариант методики Дембо–Рубинштейн.

В исследовании на первом этапе, проводившемся в 1984–1985 гг., приняло участие 100 человек (женщин — 66, мужчин — 34), на втором этапе<sup>4</sup>, в 2004–2005 гг., — 166 человек (женщин — 66, мужчин — 100). Участники исследования — жители Москвы и Московской области с высшим образованием или студенты высших учебных заведений.

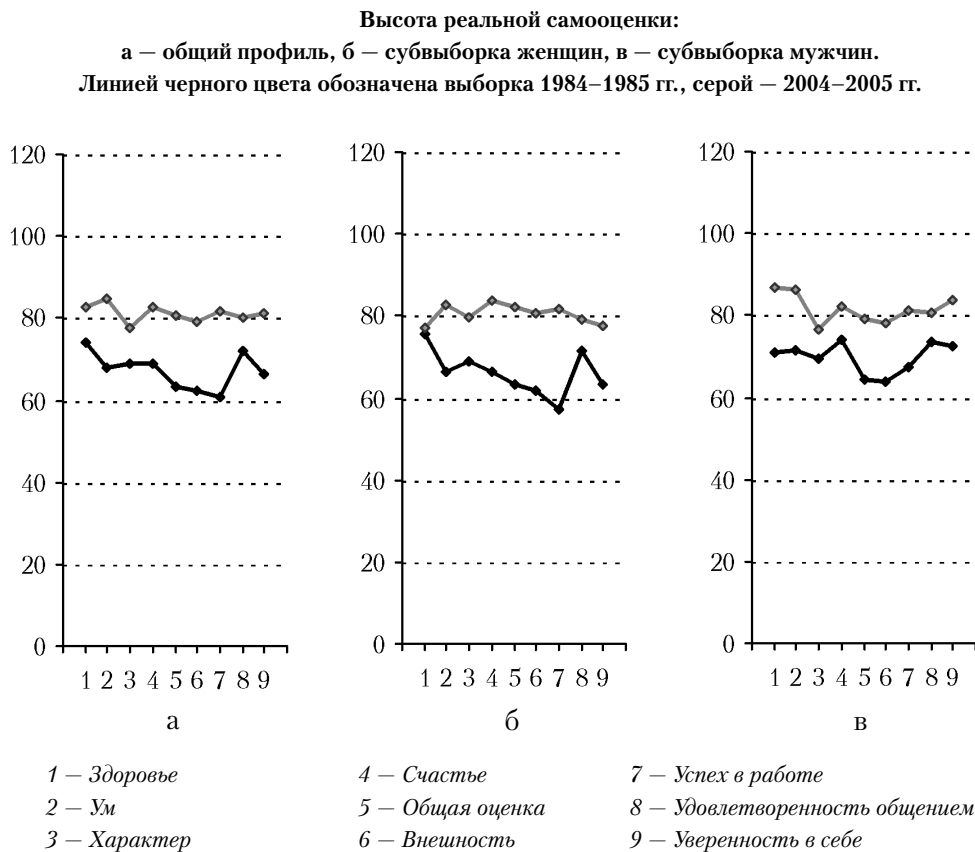
### **Результаты и обсуждение**

На усредненных графиках высоты самооценки, представленных на рис. 4, можно видеть, что реальная самооценка, измеряемая в 2004–2005 гг., как в целом по выборке, так и в группах мужчин и женщин по всем шкалам выше самооценки 1984–1985 гг. Сравнение этих показателей по критерию Манна–Уитни обнаруживает значимые отличия между выборками: самооценка первой выборки значимо ниже по всем шкалам при  $p < 0.001$  (лишь оценка своих отношений с другими людьми отличается при  $p < 0.05$ ).

Наибольший разрыв в самооценках респондентов двух выборок обнаруживается по шкале «общая оценка себя», т. е. по целостной, интегральной оценке, что соответствует данным, полученным по «Шкале самоуважения»

<sup>4</sup>Автор выражает искреннюю признательность А.А. Кувакиной за помощь в сборе данных.

Рис. 4



М. Розенберга, средний индекс по которой у испытуемых первой группы равен 2.54 балла (у мужчин — 2.56; у женщин — 2.53), у второй — 0.95 (у мужчин — 1.02; у женщин — 0.84), различия между выборками и субвыборками женщин и мужчин значимо отличаются (при  $p < 0.001$ ).

Анализ приведенных данных позволяет заключить, что новое поколение молодых взрослых относится к себе более положительно, выше ценит себя, обладает более выраженным чувством собственного достоинства.

Возможно, что за различиями в локализации самооценок стоит изме-

нившаяся система личностных ценностей. Если двадцать лет назад скромность и высокая самокритичность декларировались как важные достоинства, то в настоящее время — время презентаций и самопрезентаций — важно уметь «подать» себя, когда критичность к себе, низкая оценка рассматриваются как «ложная скромность», «невыгодная позиция», как стратегия «самоподавления» (Никитин, Харламенкова, 2000).

В женской субвыборке реальная самооценка испытуемых первой группы значимо ниже самооценок

второй группы по всем шкалам при  $p < 0.001$ , только оценки характера различаются при  $p < 0.01$  и отношений с людьми при  $p < 0.05$  (исключение составляет оценка здоровья, по которой не обнаружено значимых отличий). В группе мужчин самооценки нового поколения достоверно выше самооценок респондентов 1980-х годов по всем параметрам, кроме оценок по шкалам «Отношения с людьми» и «Счастье».

Анализируя отдельно профили реальной самооценки мужчин и женщин поколения 1980-х, легко заметить, что первый по ряду шкал несколько поднят над вторым: женщины значимо ниже оценивают свой интеллект, уверенность в себе, счастье, успех в работе. Во второй выборке (2004–2005) по ряду параметров самооценки женщин, наоборот, превосходят самооценки мужчин, это относится к таким шкалам, как «Характер», «Счастье», «Общая оценка себя», «Внешность», «Успех в работе», однако значимых гендерных отличий обнаружено не было, за исключением оценок по шкале «Здоровье», по которой женщины значимо ниже оценивают себя, чем мужчины ( $p < 0.01$ ). Исходя из данных результатов, можно с достаточной уверенностью утверждать, что большая по размеру субвыборка мужчин во второй группе не повлияла на общий самооценочный профиль и не завысила его.

Лица в возрасте ранней зрелости отличаются весьма высокой идеальной самооценкой, что отличает как испытуемых 1980-х годов, так и новое поколение. Самооценочные профили двух групп респондентов характеризуются значительной ди-

вергенцией реальной и идеальной самооценок. Мы отмечали, что их расхождение сигнализирует как о неполном удовлетворении своим настоящим, так и о высокой смысловой нагрузке будущего: они хотят добиться большего, чем имеют, ориентированы на будущее и живут надеждами на него (Бороздина, Молчанова, 1990). Поскольку разведение реальной и идеальной позиций по всем параметрам менее выражено в группе современных респондентов, то, по-видимому, они в большей мере принимают свой наличный статус, удовлетворены собой и собственным актуальным положением.

С целью выяснения структурной организации глобальной самооценки, включающей определенный вид взаимосвязи частных самооценок, был проведен факторный анализ методом главных компонент с varimax-вращением (табл. 4, 5).

В выборке 1984–1985 гг. у мужчин первый выделенный фактор, объясняющий 48% дисперсии, — двухполюсный, заданный оппозицией шкал «Характер», «Счастье», «Уверенность в себе» и «Ум». В то же время внутренняя интегративная оценка себя связана именно с оценкой своих умственных способностей (третий фактор — 11.1% дисперсии). Интересно, что во второй группе в первый, наиболее мощный фактор, объясняющий 55.5% дисперсии, также входит показатель «счастье», но он соединен с совершенно другими параметрами — «отношения с людьми», «успех в работе», «внешность». Таким образом, для поколения молодых мужчин 1984–1985 гг. характерна большая значимость своего внутреннего Я (характер, интеллект,

Табл. 4

**Факторная структура самооценки респондентов 1984–1985 гг. и 2004–2005 гг.  
(мужская выборка)**

№	Параметры	1984–1985 гг.					2004–2005 гг.		
		F1	F2	F3	F4	F5	F1	F2	F3
1	Здоровье					0.927		0.762	0.421
2	Ум	–0.559		0.515				0.724	
3	Характер	0.769						0.736	
4	Счастье	0.755					0.754		
5	Общая оценка себя			0.893				0.453	0.759
6	Внешность				0.860		0.570	0.491	
7	Успех в работе		0.675		–0.490		0.635		0.540
8	Уверенность в себе	0.752							0.888
9	Отношения с людьми		0.908				0.839		

Табл. 5

**Факторная структура самооценки респондентов 1984–1985 гг. и 2004–2005 гг.  
(женская выборка)**

№	Параметры	1984–1985 гг.					2004–2005 гг.			
		F1	F2	F3	F4	F5	F1	F2	F3	F4
1	Здоровье			0.922					0.893	
2	Ум					0.941	0.537		0.661	
3	Характер		0.906				0.578	0.498		
4	Счастье	0.705								0.942
5	Общая оценка себя		0.793				0.855			
6	Внешность	0.652	0.487				0.809			
7	Успех в работе				0.957			0.843		
8	Уверенность в себе	0.762					0.692			
9	Отношения с людьми	0.820						0.798		



уверенность в себе), которое так или иначе связано с оценкой собственного счастья, а для поколения современных мужчин ранней взрослости самым важным оказывается стремление к успеху, признанию другими. Такой результат в какой-то степени соотносится с имеющимися данными по изменению ценностных ориентаций в период с 1994 по 2001 г., согласно которым возросла значимость прагматических ценностей (эффективности в делах, предприимчивости) и снизилась ориентация на этические ценности (Журавлева, 2002).

У женщин выборки 1984–1985 гг. первый фактор (36% дисперсии) по смыслу можно обозначить как «Я для других», когда собственное счастье в первую очередь связывалось с устройством личной жизни, семьи (табл. 5). Похожие результаты в исследовании представления о счастье в обыденном сознании получает И.А. Джидарьян (2000), обнаруживая абсолютный приоритет ценности любви, семьи, радости жизни и самореализации. Общая оценка себя соединялась во втором факторе (15.8%) с «характером» и «внешностью». Отсюда можно заключить, что у женщин, как и у мужчин, ощущение счастья не совпадает с интегративной оценкой себя. Интересно отметить, что «успех в работе» в этой группе образует лишь четвертый фактор, а «ум» — пятый.

Структурная организация самооценки меняется в группе современных молодых женщин достаточно радикально. Так, показатель «счастье» образует последний, четвертый фактор, в то время как в остальных субвыборках он входит в первый фактор. Первый же фактор этой группы,

объясняющий 48% дисперсии, можно обозначить как «Самоуважение»: женщины в большей степени начинают ценить себя, а не свое «женское счастье». Второй фактор (11.9%), состоящий из параметров «отношения с людьми», «успех в работе», «характер», обнаруживает сходство с факторами мужских субвыборок двух поколений.

Итак, основная тенденция динамики структурной организации самооценки, произошедшей у лиц ранней взрослости,— это поворот к сфере достижений и усиление ценности своего Я, что отмечается в группе женщин и мужчин. Но если для мужчин изменения не столь кардинальны, скорее это модификации в представлении о счастье, то в группе женщин произошли большие перемены: рост ценности интеллекта, успехов в работе, своего Я, что традиционно соотносится с мужскими приоритетами.

Выполненное исследование, конечно, не позволяет делать окончательные выводы о характере изменений самооценки лиц ранней взрослости, произошедших за последние двадцать лет. Однако мы можем отметить некоторые общие контуры в ее динамике. Ранее, говоря о самооценке этого возрастного контингента, мы отмечали две тенденции: стремления к высокой локализации самооценки и неполной удовлетворенности имеющимся, которые, по-видимому, сохраняют важность и для современного поколения молодых взрослых, только первая явно начинает превалировать (Бороздина, Молчанова, 2002). Кажется, что такую линию модификации задает некоторое смещение мотивов, лежащих в основе процесса

самооценивания: происходит усиление мотива *самовозвышения*, что, в свою очередь, по-видимому, обусловлено ориентацией современного общества на достижения, успехи, экспансию или, по крайней мере, ожиданием именно от молодых «достижительных», если пользоваться терминологией Г.В. Иванченко (2005), стратегий жизни.

### Заключение

Результаты, полученные в приведенных исследованиях, скорее ставят новые вопросы, касающиеся проблемы стабильности/изменчивости самооценки, чем дают окончательные ответы. Создается достаточно пестрая картина факторов, определяющих ту или иную динамику самооценки, среди которых мы выделили как главные тип семейных отношений, соматический статус, возраст и социальный контекст. Следует отметить, что, во-первых, эти факторы действуют не изолированно, а совместно, взаимодополняя

друг друга, а во-вторых, решающим остается сам субъект, через внутреннюю жизнь и индивидуальный опыт которого эти факторы преломляются, а с какого-то момента он сам становится способен их «преломлять». Важным представляется раскрытие механизмов самооценивания, смена которых ведет к кратковременным или долговременным изменениям самооценки, при этом существенным является, проводит ли человек самооценивание через сравнение со «сходными» или «несходными» другими, оценивает себя по прошлому или настоящему, ориентируется на «хочу», «могу» или «есть», на собственные достижения или чужие оценки. Кроме того, были выявлены способы, поддерживающие самооценку на приемлемом для субъекта уровне, противостоящие давлению обстоятельств (здоровья, возраста, социума), компенсирующие их негативное воздействие и позволяющие использовать и интерпретировать их по-другому в связи с собственной индивидуальностью.

### Литература

Баева И.А. Психология безопасности: теория и практика // Психологическая безопасность, устойчивость, психотравма: Сб. науч. ст. по материалам Первого международного форума (Санкт-Петербург, 5–7 июня 2006г.) / Под общ. ред. И.А. Баевой, Ш. Ионеску, Л.А. Регуш. СПб., 2006. С. 11–12.

Белинская Е.П., Тихомандрицкая О.А. Социальная психология личности. М., 2001.

Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. М., 1986.

Бороздина Л.В., Залученова Е.А. Увеличение индекса тревожности при расхождении уровней самооценки и притязаний // Вопросы психологии. 1993. № 1. С. 104–113.

Бороздина Л.В., Молчанова О.Н. Особенности самооценки в позднем возрасте // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14. Психология. 1988. № 1. С. 23–41.

Бороздина Л.В., Молчанова О.Н. Самооценка в возрасте первой зрелости // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14. Психология. 1990. № 1. С. 24–38.

- Бороздина Л.В., Молчанова О.Н.* Самооценка в возрасте второй зрелости: Сообщение I // Вестн. Моск. ун-та. Сер.14. Психология. 1996. № 4. С. 45–57.
- Бороздина Л.В., Молчанова О.Н.* Самооценка в возрасте второй зрелости: Сообщение II // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14. Психология. 1997. № 1. С. 27–43.
- Бороздина Л.В., Молчанова О.Н.* Самооценка в возрасте пожилых: Сообщение I: Содержание самооценки // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14. Психология. 1998. № 4. С. 29–40.
- Бороздина Л.В., Молчанова О.Н.* Самооценка в возрасте пожилых: Сообщение II: Высота, устойчивость, адекватность самооценки // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14. Психология. 1999. № 1. С. 20–30.
- Бороздина Л.В., Молчанова О.Н.* Самооценка в разных возрастных группах: от подростков до престарелых. М., 2001.
- Васильюк Ф.Е.* Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). М., 1984.
- Джидарьян И.А.* Счастье в представлениях обыденного сознания // Психологический журнал. 2000. № 2. С. 40–48.
- Журавлева Н.А.* Динамика ценностных ориентаций личности в условиях социально-экономических изменений: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2002.
- Захарова А.В.* Психология формирования самооценки. Минск, 1993.
- Иванченко Г.В.* Стратегии профессионального самоопределения и репрезентации профессионализма // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2005. Т. 2, № 2. С. 24–51.
- Левченко И.Ю.* Система психологического изучения лиц с ДЦП на разных этапах социальной адаптации: Дис. ... д-ра психол. наук. М., 2001.
- Ложкин Г.В., Рождественский А.Ю.* Феномен телесности в Я-структуре школьников и содержании их жизненных проектов // Психологический журнал. 2004. Т. 25, № 2. С. 27–33.
- Молчанова О.Н.* Специфика Я-концепции в позднем возрасте и проблема психологического витуакта // Мир психологии. 1999. № 2. С. 133–141.
- Никитин Е.П., Харламенкова Н.Е.* Феномен человеческого самоутверждения. СПб., 2000.
- Пантилеев С.Р.* Самоотношение как эмоционально-ценностная система (спецкурс). М., 1991.
- Сафин В.Ф.* Устойчивость самооценки и механизм ее сохранения // Вопросы психологии. 1975. № 3. С. 62–72.
- Соколова Е.Т.* Самосознание и самооценка при аномалиях личности. М., 1989.
- Соколова Е.Т., Чеснова И.Г.* Зависимость самооценки подростка от отношения к нему родителей // Вопросы психологии. 1986. № 2. С. 110–117.
- Спиридонова И.А.* Временная трансспектива субъекта: влияние возраста и раннего предметного обучения. Дис. ... канд. психол. наук. М., 2002.
- Столин В.В.* Самосознание личности. М., 1983.
- Стюарт-Гамильтон Я.* Психология старения. СПб., 2002.
- Уварина Е.Ю.* Связь мыслительной активности и самооценки подростка // Формирование личности: психолого-педагогические проблемы. М., 1989.
- Фролькис В.В.* Системный подход, саморегуляция и механизмы старения // Геронтология и гериатрия. Киев, 1985. С. 12–23.
- Хекхаузен Х.* Мотивация и деятельность. В 2 тт. Т. 2. М., 1986.
- Шварцер Р., Ерусалем М., Ромек В.Г.* Русская версия шкалы общей самоэффективности // Иностранная психология. 1996. № 7. С. 71–76.

- Baumeister R.F.* (ed.). Self-esteem: The puzzle of low self-regard. N.Y., London, 1993.
- Baumeister R.F., Campbell J.D., Krueger J.I., Vohs K.D.* Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? // Psychological science in the public interest. 2003. Vol. 4, № 1. (<http://www.csom.umn.edu/Assets/53495.pdf>)
- Beike D.R., Niedenthal P.M.* The process of temporal self-evaluation and life-satisfaction // P.T.P. Wong (ed.). The human quest for meaning: a handbook and psychological research and clinical application. Mahwah, N.J.: Erlbaum, 1998. P. 71–89.
- Bem D.* Self-perception: an alternative interpretation of cognitive dissonance phenomena // Psychological Review. 1967. Vol. 74, № 3. P. 183–200.
- Branden N.* The six pillars of self-esteem. N. Y.: Bantam Books, 1994.
- Demo D. H.* The self-concept over time: Research issues and directions // Annual Review of Sociology. 1992. Vol. 18. P. 303–326.
- Dutton D.G., Arrowood A.J.* Situational factors in evaluation congruency and interpersonal attraction // J. of Personal and Social Psychology. 1971. Vol. 18. P. 222–229.
- Emler N.* Self-esteem: The costs and consequences of low self-worth. York, England: York Publishing Services, 2001.
- Erdwins C.J., Mellinger J.C.* Mid-life women: Relation of age and role to personality // J. of Personal and Social Psychology. 1984. Vol. 47, № 2. P. 390–395.
- Field D.* Continuity and change in personality in old age – evidence from five longitudinal studies: Introduction to a special issue // J. of Gerontology. 1991. Vol. 46, № 6. P. 271–274.
- Gove W.R., Ortega S.T., Style C.B.* The maturational and role perspectives on aging and self through the adult years: An empirical evaluation // American Journal of Sociology. 1989. Vol. 9. P. 1117–1145.
- Hakmiller K.* Threat as a determinant of downward comparison // J. of Experimental Social Psychology. 1968. Vol. 1. P. 32–39.
- Higginns E.T., Strauman T., Klein R.* Standards and the process of self-evaluation: Multiple affects from multiple stage // R.M. Sorrentino, E.T. Higginns (eds.). Handbook of motivation and cognition: Foundations of social behavior. N.Y., 1986. P. 23–63.
- Hoiat M.* Satisfaction with early relationships with parents and psychosocial attitudes in adulthood: Which parent contributes more? // The J. of Genetic Psychology. 1998. Vol. 159, № 2. P. 203–220.
- Jones S.* Self and interpersonal evaluations: Esteem theories vs. consistency theories // Psychological Bulletin. 1973. Vol. 79, № 3. P. 185–199.
- Kastenbaum R.* Humans Developing. A Lifespan Perspective. Boston, etc., 1979.
- Kernis M.H., Waschull S.B.* The interactive roles of stability and level of self-esteem: Research and theory // M.P. Zanna (ed.). Advances in experimental social psychology. San Diego, CA: Academic Press. 1995. Vol. 27. P. 93–141.
- Kuhn M.H., McPartland T.S.* An empirical investigation of self-attitudes // American Sociological Review. 1954. Vol. 19, № 1.
- Malatesta C., Kalnok M.* Emotional experience in younger and older adults // J. of Gerontology. 1984. Vol. 39, № 3. P. 301–308.
- Markus H.R., Nurius P.* Possible selves // American Psychologist. 1986. № 41. P. 954–969.
- Miller R.L.* Preferences for social vs. non-social comparison as a means of self-evaluation // J. of Personality. 1977. Vol. 45, № 3. P. 343–355.
- Mruk C.* Self-esteem: Research, theory, and practice. N.Y.: Springer, 1999.

- Newman B.M., Newman P.R. Development through Life. A Psychosocial Approach. Illinois, 1975.
- Ranzijn R., Keeves J., Luszcz M., Feather N.T. The role of self-perceived usefulness and competence in the self-esteem of elderly adults: Confirmatory factor analyses of the Bachman revision of Rosenberg's Self-Esteem scale // Journal of Gerontology; Psychological Sciences. 1998. Vol. 33. P. 96–104.
- Robins R. W., Trzesniewski K. H., Tracy J.L., Gosling S. D., Potter J. Global Self-Esteem Across the Life Span // Psychology and Aging. 2002. Vol. 17, № 3. P. 423–434.
- Rosenberg M. Society and the Adolescent Self-image. N.J., 1965.
- Sedikides K., Gregg A. Portraits of self // Sage handbook of social psychology. London: Sage Publications, 2002. P. 110–138. (<http://www.psychology.soton.ac.uk/people/showpublications.php?username=cs2&source=>
- Skolnick P. Reactions to personal evaluations. A failure to replicate // J. of Personal and Social psychology. 1971. Vol. 18. P. 62–67.
- Suls J., Mullen B. From the cradle to the grave: Comparison and self-evaluation Across life-span // J. Suls (ed.). Psychological Perspectives on the Self / 1982. Vol. 1. P. 97–125.
- Swann W.B., Stein-Seroussi A., Giesler R.B. Why people self-verify? // J. of Personal and Social Psychology. 1992. Vol. 62, № 3. P. 392–401.
- Thomae H. The Bonn longitudinal study of ageing (BLSA): An approach to Differential gerontology (F.R.G.) // Prospective Longitudinal Research an Empirical Basis for the Primary Prevention of Psychosocial Disorders. Oxford, etc., 1981. P. 165–171.
- Webster M., Sobieszek B. Sources of Self-evaluation. A Formal Theory of Significant Others and Social Influence. N.Y., 1974.
- Wells L.E., Marwell G. Self-esteem: Its Conceptualization and Measurement. London, 1976.
- Yumi E. Self-esteem and negative ideal selves in adults // Japan Psychological Research. 1992. Vol. 34, № 1. P. 39–43.