

ВПЛИВ БАТЬКІВСЬКИХ СТОСУНКІВ НА ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ ЮНАКІВ

THE IMPACT OF PARENTAL RELATIONSHIPS ON THE FORMATION OF SELF-ESTEEM IN YOUNG MALES

У статті детально розглядається вплив батьківських стосунків на формування самооцінки в старшому юнацькому віці, зокрема вивчається, як різні стилі взаємодії між батьками та дітьми впливають на розвиток позитивної чи негативної самооцінки. Особлива увага приділяється емоційному аспекту батьківської підтримки та її ролі у формуванні адекватного самооцінювання. Автор зазначає, що юнаки, які мають теплі та підтримуючі стосунки з батьками, схильні до вищого рівня самооцінки та кращого усвідомлення своїх особистісних можливостей. Натомість, директивний стиль взаємодії батьків, заснований на суворих обмеженнях і авторитарності, може стати причиною заниженої самооцінки та недооцінки власних можливостей.

Емпіричні дані дослідження показали, що самооцінка в юнацькому віці часто є неадекватною та залежить від характеру взаємин з батьками. Так, юнаки з позитивними стосунками схильні завищувати свої можливості, тоді як молодь, що виховується в умовах директивного впливу, часто занижує власну оцінку. Важливим є висновок про те, що стосунки з батьками мають суттєвий вплив на самооцінку особистісних якостей, зовнішності та рівня впевненості в собі, але меншою мірою впливають на оцінку інтелектуальних здібностей, яка формується під впливом вчителів, однолітків та навчальних успіхів.

Також встановлено, що для юнаків з позитивними батьківськими стосунками характерна вища впевненість у собі, позитивне ставлення до власної зовнішності та схильність до самовдосконалення. Водночас юнаки з директивними стосунками з батьками частіше виявляють труднощі у спілкуванні, сором'язливість та уникання складних завдань. Статистично значущі відмінності у рівнях самооцінки за різними аспектами особистості були підтверджені методами математичної обробки даних.

Отримані результати можуть бути використані у консультуванні молоді, профілактиці конфліктних сімейних взаємодій та оптимізації розвитку самооцінки в юнацькому віці.

Ключові слова: самооцінка, сім'я, сімейне виховання, батьківське ставлення, юнацький вік.

The article describes the formation of personality in adolescence, considers self-esteem and its role in the structure of self-awareness, features of self-esteem in adolescence. The basic principles and requirements for conducting empirical research in psychology are described, as well as a description of the methodological foundations and psychodiagnostic techniques used to study the features of self-esteem in older adolescence are proposed. The choice of the empirical basis of the research is substantiated. As a result of theoretical research it is determined that the style of interaction inherent in these relations is of special importance for the formation of the child's self-esteem.

The perception and evaluation of the young person, the formation of a positive or negative self-image, acceptance or rejection depends on how parents perceive and understand the young man, her/his needs, interests, psychological states and experiences, and, consequently, interact with her/him. For the formation of positive self-esteem of young people, the parents' full internal acceptance, clear and consistent requirements; respect for the child's individuality within the established restrictions is important.

An empirical study found that self-esteem in adolescence is inadequate and depends on young people's relationships with their parents. Young people whose relationships with their parents are positive are prone to high self-esteem. On the other hand, young people whose relationships with their parents are characterized by directiveness tend to underestimate their capabilities. At the same time, young people with different family relationships differ in self-esteem of their personal qualities, appearance and authority, in the level of self-confidence.

The type of relationship with parents does not only affect the estimation of young people's mental abilities. It is also formed under the influence of teachers and peers attitudes and the results of young people's educational activities. The results of the study can be used by psychologists and other professionals in the education system, in counseling, educational and training work aimed at optimizing the young people's self-esteem, solving and preventing the negative impact of conflict family interaction on the psychological properties of young people.

Key words: self-esteem, family, family upbringing, parental attitude, adolescence.

УДК 159.9.01–025.13

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.65.14>

Мельничук М.М.

к.психол.н.,

доцент кафедри психології

Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка

Однією з фундаментальних потреб людини є прагнення до самоствердження і пошуку свого місця у житті. Це прагнення відіграє вирішальну роль у формуванні її ідентичності та впливає на усі аспекти поведінки особистості. Людина, намагаючись знайти своє місце у соціальному світі, активно взаємодіє з довколишнім середовищем, і її самооцінка стає важливим регулятором цих процесів. Самооцінка впливає на те, як людина сприймає соціальну дійсність, а також на її здатність адаптуватися до соціальних умов. Вона формує характер

сприйняття світу, визначає ступінь довіри до різних джерел інформації та відображає рівень готовності до встановлення зворотного зв'язку в різних видах комунікацій. Оцінки самої себе та з боку інших формують стійку систему переконань, яка стає основою для поведінкових моделей.

Ця потреба самоствердження є особливо важливою в юнацькому віці, коли формуються основи особистісної ідентичності. Юнацький період є критичним етапом у житті людини, оскільки саме в цей час відбувається станов-

лення індивідуального світогляду та відкриття своїх унікальних особистісних рис. Юнаки й юначки починають активно досліджувати своє «Я», порівнюючи його з іншими, що стимулює процеси рефлексії та самоаналізу. Важливим аспектом юнацької рефлексії є усвідомлення свого становища у соціумі, що допомагає людині знайти своє місце у соціальній ієрархії.

Самооцінка, як важливий компонент особистості, у цей період стає основним регулятором поведінки. Юнаки схильні до самоаналізу та пізнання себе, і цей процес супроводжується постійними порівняннями себе з іншими. Через це юнацький вік стає критичним для розвитку адекватної самооцінки, оскільки на цьому етапі молоді люди ще не завжди здатні об'єктивно оцінити свої можливості та амбіції. Відсутність адекватної самооцінки може призвести до різних проблем у дорослому житті, коли особистість вже стає більш самостійною та відповідальною за власні рішення. Недоцінка себе може стримувати від реалізації потенціалу, тоді як переоцінка своїх можливостей може призводити до надмірних очікувань і, як наслідок, до невдач.

Аналіз попередніх досліджень у цій галузі показав, що феномен самооцінки досліджувався багатьма науковцями. Такі відомі психологи, як Р. Бернс, У. Джеймс, Р. Куперсміт, зробили вагомий внесок у розуміння самооцінки як психологічного явища. Їхні праці дозволили визначити ключові функції самооцінки, серед яких виділяються когнітивна, регулятивна та адаптивна функції. Вивчення різних видів самооцінки, її механізмів і впливу на поведінку особистості стало основою для подальших досліджень у цій галузі.

Зокрема, західні психологи, такі як З. Фрейд, А. Адлер, А. Маслоу та К. Роджерс, звертали увагу на важливість самооцінки в процесі особистісного розвитку. Їхні дослідження показали, що адекватна самооцінка сприяє формуванню позитивної самоідентичності та успішній соціальній адаптації. Водночас вітчизняні вчені, такі як С.Д. Максименко, В.Ф. Моргун, досліджували особливості самооцінки в контексті культурно-історичних умов розвитку особистості, зокрема в юнацькому віці.

Незважаючи на значний внесок у вивчення самооцінки, комплексний підхід до аналізу впливу сімейних стосунків на формування самооцінки підлітків залишається недостатньо розвиненим. Багато досліджень присвячено впливу окремих факторів, таких як шкільне середовище або стосунки з однолітками, але сімейна складова потребує більш детального розгляду. Важливість сімейних стосунків важко переоцінити, оскільки саме в родинному колі дитина отримує перший досвід соціалізації, і саме тут формуються її перші уявлення про себе і світ навколо.

Метою цього дослідження є теоретичний аналіз і емпіричне вивчення особливостей розвитку самооцінки у старшому юнацькому віці, а також виявлення впливу сімейних стосунків на цей процес. Для досягнення цієї мети були використані методи аналізу, синтезу, порівняння та узагальнення науково-теоретичних даних. Емпіричну частину дослідження було реалізовано за допомогою тестування та опитування, зокрема такого психодіагностичного комплексу: методика «Поведінка батьків і ставлення підлітків до них» (за Є. Шафером); «Шкала самооцінки» (за С.А. Будассі) та методика дослідження самооцінки особистості (за Т. Дембо і С.Я. Рубінштейн) [4].

Методика «Поведінка батьків і ставлення підлітків до них» (за Є. Шафером) дозволяє досліджувати, як такі аспекти взаємин, як позитивний інтерес, директивність, ворожість, автономність та непослідовність, впливають на розвиток самооцінки юнаків.

Метод «Шкала самооцінки» (за С.А. Будассі) застосовується для оцінки рівня самооцінки та її адекватності у підлітків.

Методика дослідження самооцінки особистості (за Т. Дембо і С.Я. Рубінштейн) дозволяє аналізувати самооцінку підлітків у різних життєвих сферах: здоров'я, розумові здібності, характер, соціальний авторитет, практичні вміння, зовнішність та впевненість у собі.

Статистична обробка даних проводилася з використанням критерію Пірсона, що дозволило виявити статистично значущі відмінності між різними групами досліджуваних. Вибірка складалася з 58 старшокласників, серед яких було 38 дівчат та 20 хлопців, що навчалися в Полтавській гімназії № 9.

У результаті теоретичного аналізу з'ясовано, що стосунки з батьками є ключовим фактором у формуванні самооцінки, що має вирішальне значення для розвитку ініціативності та відповідальності.

Самооцінка є важливою складовою особистості, яка дозволяє людині критично оцінювати власні дії, емоційний стан і взаємодію з оточенням. Вона істотно впливає на ефективність діяльності та подальший розвиток. У контексті самосвідомості самооцінка виступає як її центральний елемент, відображаючи рівень розвитку особистості та її здатність до самопізнання [1].

Юнацький вік, період активного життєвого самовизначення, характеризується розвитком моральних принципів, усвідомленням соціальної відповідальності та формуванням життєвих планів [3]. Самооцінка в цей період стає більш структурованою і раціональною, проте може бути як заниженою, так і завищеною через низку факторів, включаючи стосунки з батьками. Особливо важливу роль відіграє стиль батьківської взаємодії. Підтримуючий і демо-

кратичний підхід сприяє формуванню здорової самооцінки, тоді як авторитарний стиль може викликати почуття непотрібності та протесту, що призводить до зниження самооцінки. Навпаки, поблажливий стиль виховання часто залишає підлітків без чіткого керівництва, що також негативно впливає на їхнє самовідчуття і здатність адаптуватися до соціальних вимог [2; 3; 6].

Результати емпіричного дослідження свідчать про те, що переважна більшість досліджуваних юнаків мають позитивні стосунки з батьками. Ці взаємини базуються на теплій емоційній атмосфері та потребі підлітків у психологічній підтримці. Такі стосунки створюють фундамент для розвитку самооцінки та соціальних навичок, оскільки емоційні контакти та дружній стиль спілкування сприяють почуттю безпеки, яке необхідне для здорового формування особистості. Молоді люди, які отримують підтримку та заохочення від батьків, частіше будують впевненість у собі, що позитивно впливає на їхню адаптацію в соціумі, навчанні та міжособистісних відносинах.

Проте близько 45% досліджуваних підлітків відчують вплив директивного стилю виховання. Це може виражатися у формі суворого контролю з боку батьків, які часто нав'язують свої принципи, амбіції та очікування, ігноруючи індивідуальні особливості та потреби дитини. Такий підхід призводить до того, що діти починають відчувати тиск і виникає почуття провини за невідповідність очікуванням батьків. Директивні стосунки можуть призводити до погіршення самооцінки у підлітків, оскільки їм важко задовольнити ці, часто завищені, вимоги. Це може бути причиною формування у підлітків комплексу меншовартості або тривожності, що впливає на їхні майбутні досягнення та взаємодію з оточуючими.

Інша категорія респондентів (12%) характеризується стосунками з батьками, де переважає автономія та формальний підхід до виховання. У таких сім'ях спостерігається емоційна дистанція між членами родини, що може призводити до відчуження. Відсутність психологічної підтримки та слабка емоційна залученість з боку батьків створює середовище, в якому дитина почувається ізольованою або непоміченою. Хоча для цих сімей не характерні ворожість чи конфлікт, автономність може впливати на відсутність теплих, довірливих стосунків, що критично важливо для формування адекватної самооцінки в підлітковому віці. Цікаво, що стосунки в таких сім'ях, хоча і не є негативними, можуть бути позбавлені емоційної підтримки, необхідної для розвитку впевненості у власних силах.

Гендерний аспект також заслуговує на увагу. Аналізуючи погляди респондентів на виховні позиції батьків, було встановлено, що

батьки частіше сприймаються як більш директивні, тоді як матері демонструють вищий рівень позитивного інтересу до життя дітей. Це може свідчити про різницю в підходах до виховання: батьки схильні більше концентруватися на дисципліні та контролі, тоді як матері – на емоційній підтримці та турботі. Такі відмінності у взаємодії можуть мати різний вплив на розвиток самооцінки: дисципліна й контроль з боку батька можуть бути корисними, якщо вони поєднуються з емоційною підтримкою з боку матері, тоді як надмірна директивність без емоційної складової може пригнічувати розвиток особистісних якостей.

Щодо самооцінки, то 44% респондентів виявили її низький рівень. Це є тривожним сигналом, оскільки низька самооцінка впливає на всі сфери життя молодих людей. Юнаки, які схильні недооцінювати власні можливості, часто негативно оцінюють свої навчальні успіхи та здібності. Таке ставлення до себе може стати перешкодою для особистісного розвитку та успішної соціалізації. 23% респондентів мають неадекватно низьку самооцінку, яка проявляється у виражено негативному сприйнятті своєї особистості. Це може призвести до таких наслідків, як уникання соціальних контактів, сором'язливість, тривожність у навчанні та відмова від викликів, які можуть вимагати від них активної участі.

На іншому полюсі знаходяться 51% досліджуваних, які мають високу самооцінку. Позитивне сприйняття себе є ключовим фактором успіху як у навчанні, так і в соціальній сфері. Однак важливо зазначити, що 27% цих підлітків мають неадекватно високу самооцінку, яка, хоча й може спочатку виглядати позитивно, призводить до надмірної впевненості у власних силах та завищених очікувань. Це може створювати труднощі у випадках, коли реальні здібності не відповідають їхнім амбіціям, що викликає психологічний дискомфорт, розчарування та відчуття невдачі.

Аналіз окремих аспектів самооцінки дозволив виявити, що більшість респондентів високо оцінюють свої інтелектуальні здібності, риси характеру та рівень впевненості в собі. Для 52% респондентів характерна висока оцінка своїх інтелектуальних можливостей, що дозволяє їм ставити перед собою амбітні цілі в навчанні та досягати вагомих результатів. Цей результат свідчить про те, що підлітки бачать себе успішними у сфері розумової праці, що може бути пов'язано з позитивними оцінками їхніх знань з боку вчителів чи однолітків. Водночас 54% респондентів позитивно оцінюють свої риси характеру, що дозволяє їм впевнено взаємодіяти з іншими людьми, а також сприяє особистісній реалізації.

53% учасників дослідження відзначили високий рівень впевненості у собі, що є важ-

ливим показником для соціальної адаптації та успішного функціонування у суспільстві. Впевненість у собі дозволяє підліткам легко встановлювати нові контакти та відстоювати свою точку зору у суперечках, що сприяє їхній особистісній та професійній самореалізації. Проте деякі з них можуть відчувати неповне визнання своїх здібностей з боку оточуючих, що може стати причиною внутрішніх конфліктів.

Значний вплив на самооцінку мають стосунки з батьками. У 74% респондентів, чий стосунок з батьками характеризується позитивним інтересом і підтримкою, самооцінка є високою. Позитивний психологічний клімат у сім'ї, свобода дій і зацікавленість життям дитини з боку батьків сприяють формуванню впевненості в своїх силах і здатності досягати поставлених цілей. Ці підлітки мають адекватне сприйняття своїх можливостей, що дозволяє їм брати участь у складних завданнях, знаючи, що вони здатні на успіх.

Протилежну ситуацію можна спостерігати у 57% респондентів із директивними батьками. Жорсткий контроль, відсутність свободи дій і підвищені вимоги спричиняють занижену самооцінку у таких підлітків. Вони не вірять у свої можливості, що змушує їх уникати складних завдань, ставити перед собою легкодоступні цілі, аби уникнути невдач і розчарувань. Така стратегія може призвести до стагнації у розвитку, коли молоді люди уникають викликів і не прагнуть досягати більшого, що обмежує їхній потенціал.

У підсумку, аналіз показує, що стосунки з батьками є визначальним фактором у формуванні самооцінки підлітків. Адекватна самооцінка формується в сім'ях, де панує підтримка, зацікавленість і свобода дій, тоді як директивний стиль виховання може сприяти формуванню низької самооцінки та обмеженню особистісного розвитку.

Для підтвердження статистичної значущості відмінностей у рівнях самооцінки юнаків, що мають різні стосунки з батьками, було застосовано критерій Пірсона, емпіричні значення якого наведені у таблиці 1.

Таблиця 1

Емпіричні показники за різними складовими самооцінки юнаків з різними типами взаємин із батьками

Сфера самооцінки	Розумові здібності	Якості характеру	Авторитет	Зовнішність	Впевненість у собі
Значення χ^2 – емпіричного	0,873	10,305	11,578	10,982	11,207

Порівнюючи емпіричні значення з критичними (5,991 при $p \leq 0,05$ і 9,210 при $p \leq 0,01$) за ступенем свободи $k=2$, можна зробити висновок про наявність статистично значущих відмінностей у таких показниках самооцінки, як риси характеру, авторитет, зовнішність та впевненість у собі у юнаків, які мали позитивні чи директивні стосунки з батьками. При цьому, за параметром оцінки інтелектуальних здібностей значущих відмінностей виявлено не було, оскільки емпіричне значення виявилось меншим за критичне.

Таким чином, встановлено, що стосунки з батьками мають значний вплив на самооцінку юнаків за багатьма параметрами. Юнаки, які виростили в позитивній сімейній атмосфері, зазвичай мають високу самооцінку, тоді як директивні взаємини з батьками сприяють формуванню заниженої самооцінки.

Ці результати можуть бути використані фахівцями у сфері освіти для розробки програм психологічної підтримки, спрямованих на покращення самооцінки та вирішення проблем, пов'язаних із негативним впливом сімейних конфліктів на розвиток молоді.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Баранник В. Самооцінка та її місце в структурі самосвідомості. *Соціальна психологія*. 2008. № 9. С. 95–101.
2. Попелюшко Р. Аналіз вивчення проблеми формування самооцінки у юнацькому віці. *Психолог*. 2008. № 4. С. 15–19.
3. Психологія розвитку особистості у підлітковому та ранньому юнацькому віці: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / [Н.О. Гончарова, Ю.Л. Горбенко, Ю.І. Калюжна, В.А. Лавріненко, та ін.]; за ред. К.В. Седих. Полтава: Астроя, 2018. 342 с.
4. Максименко С.Д., Максименко К.С., Палуча М.В. Психологія особистості. К.: Видавництво ТОВ «КММ», 2007. 296 с.
5. Моргун В.Ф., Тітов І.Г. Основи психологічної діагностики: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. К.: Видавничий Дім «Слово», 2013. 464 с.
6. Седих К.В. Психологія сім'ї: навчальний посібник. Полтава, 2013. 197 с.
7. Burns R. B. *The Self-Concept: Theory, Measurement, Development*. Longman Publishing Group. 1982. 380 p.
8. Coopersmith S. *The Antecedents of Self-Esteem*. Consulting Psychologists Press. 1981. 328 p.
9. Izard C. E. *The Psychology of Emotions*. Springer. 1991. 481 p.
10. Lazarus R. S. *Stress and Emotion: A New Synthesis*. Springer Publishing Company. 2006. 362 p.
11. May R. *The Meaning of Anxiety*. W.W. Norton & Company. 1977. 352 p.
12. Rosenberg M.B. *Nonviolent Communication: A Language of Life*. Encinitas, CA: PuddleDancer Press, 2003. P. 220 p.