

АДЕКВАТНА САМООЦІНКА ОСОБИСТОСТІ ЯК УМОВА ЕФЕКТИВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

В статті розглядається адекватна самооцінка особистості як умова ефективної професійної діяльності.

Постановка проблеми. Серед багатьох видів соціальної діяльності особистості чільне місце займає професійна. Лише в ПД людина як соціальна істота здатна до розвитку своєї особистості та самореалізації.

Важливим аспектом в дослідженні цієї проблеми є розгляд людини як автора, суб'єкта власної діяльності. Суб'єкт діяльності є носієм операційно-сміслових структур професійного досвіду, він має найбільш багате уявлення про здійснену діяльність, подолані труднощі, прийняті рішення. Однією з найважливіших характеристик діяльності є її ефективність.

Сучасний працівник повинен володіти індивідуальною ефективністю, вміти планувати свою діяльність, ставити цілі та досягати їх навіть при зміні умов, все це можливо лише за наявності адекватної СО фахівця. Зовнішня оцінка ефективності діяльності, навіть якщо вона здійснюється експертами, є неповною без адекватної СО самого суб'єкта праці.

Вивчення адекватної СО як умови ефективності ПД є актуальним в межах питання саморозвитку професіонала. Вивчення СО дозволить робити висновки про ступінь сформованості професійного світогляду та рівень професійного розвитку суб'єкта праці.

Аналіз основних досліджень та публікацій. Проблема формування СО знайшла відображення в працях Л. І Божович, В.С. Мерліна, В.Ф. Сафіна, Є.І Савонько, в дисертаційних дослідженнях І.Г. Блощинського, Н. Ю. Бочарової, Є.Ю. Кирилової, А.В. Кувшинова, О.Ф. Меженцева, А.І. Шутенко тощо. Вивчена психологічна основа цього феномена, розкриті функції СО в цілісній структурі особистості, описані види СО з точки зору її адекватності. В працях Б.Г. Ананьєва, І. С. Кона, С. Л. Рубінштейна СО розглядається у зв'язку з проблемою розвитку та формування самосвідомості.

Професійна сфера є однією з основних сфер життєдіяльності людини, багато авторів відзначають її як провідну область самореалізації особистості: К.А. Альбуханова-Славська, Л.А. Коростильов, А.К. Марков, А. Нісбет, Л. Рос, Л.А. Рудкевич, Є.Ф. Рибалко, О.С. Советова тощо.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Для нашої роботи найбільший інтерес становлять праці в яких СО розглядали як механізм саморегуляції ПД (Є. М. Борисова, Ю.А. Борисов, Л. Н. Корнеєва, І.А. Кудрявцев, І. А Лаврова, А.К. Маркова тощо). Вченими підкреслюється важлива роль СО як чинника успішності ПД, але проблема питання адекватної СО як умови ефективності ПД ще вимагає свого вирішення.

Формулювання цілей статті: Метою нашої статті є визначення ролі адекватної СО, як необхідної внутрішньої умови ефективності ПД.

Виклад основного матеріалу дослідження. Поняття СО в рамках Я-концепції, як змістовної сторони самосвідомості, визначається як оцінка особистістю самої себе, своїх можливостей, якостей та місця серед інших людей.

СО це вияв оцінного ставлення людини до себе, основний структурний компонент самосвідомості особистості, що відіграє важливу роль у саморегулюванні поведінки і діяльності [9:163].

СО – цінність, значущість, якою індивід наділяє себе в цілому, а також окремі сторони своєї особистості, діяльності, поведінки. [10:343].

За Б.Г.Ананьєвим [1] СО є найбільш складним і багатогранним компонентом самосвідомості (складний процес опосередкованого пізнання себе, розгорнений у часі,

пов'язаний з рухом від одиничних, ситуативних образів через інтеграцію подібних ситуативних образів в цілісне утворення – поняття власного Я) [16] , прямим виразом оцінки інших осіб, що беруть участь в розвитку особистості.

Л. В. Бороздіна визначає СО як наявність критичної позиції індивіда по відношенню до того, чим він володіє, але це не констатація наявного потенціалу, а саме його оцінка з точки зору визначеної системи цінностей. Тому СО відповідає на питання: не що Я маю, а чого це варте, що це означає? [2].

О.М.Леонтьєв пропонує осмислити СО через категорію «відчуття» як стійке емоційне відношення, що має «виражений наочний характер, який є результатом специфічного узагальнення емоцій» [7].

Отже, СО є центральною ланкою довільною саморегуляції, визначає напрям і рівень активності людини, її відношення до світу, до людей, до самої себе; виступає як важлива детермінанта всіх форм, видів діяльності та соціальної поведінки людини.

СО є показником певного психічного розвитку особистості і виступає як рівень самовизначення особистості та як уявлення людини про себе може бути адекватною або неадекватною. Неадекватність виявляється в завищенні або заниженні СО відносно еталону, з яким особистість себе порівнює.

Люди з адекватною або високою СО успішно вирішують завдання, що встають перед ними, оскільки відчувають упевненість у власних силах.

На думку С.М. Ємельянова за адекватної СО суб'єкт соціальної взаємодії правильно (реально) зіставляє свої можливості і здібності, достатньо критично ставиться до себе, ставить перед собою реальні завдання, вміє прогнозувати адекватне відношення оточуючих до результатів своєї діяльності. При завищеній СО у людини виникає неправильна уява про себе, ідеалізований образ своєї особистості. Вона переоцінює свої можливості, орієнтована на успіх, ігнорує невдачі. Сприйняття реальності у неї часто емоційне, невдачу або неуспіх вона розцінює як наслідок чийось помилок або обставин, які склались несприятливо. При заниженій СО у людини існує комплекс неповноцінності. Вона невпевнена в собі, несмілива, пасивна. Такі люди відрізняються надмірною вимогливістю до себе і ще більшою вимогливістю до інших [3].

Стосовно проблеми СО професіонала Л.Н.Корнеєва [5] вказує, що адекватна СО професіонала визначає міру розбіжності між рівнем його домагань і реальним рівнем здійснення діяльності, точність постановки цілей, адекватну емоційну реакцію на різний результат діяльності. Завищена СО сприяє постановці цілей, не відповідних можливостям професіонала: він орієнтований на успіх, нехтує необхідною інформацією, не розвиває великих зусиль для досягнення своїх цілей. Занижена СО призводить до пасивності, боязні відповідальності, до схильності професіонала ставити легкі цілі і завдання, до чекання неуспіху. Неадекватна СО не дозволяє фахівцеві повністю реалізувати свої можливості у ПД.

Я.В. Крушельницька говорить, що адекватна СО, почуття самоповаги, оптимальний рівень домагань працівника виконують функцію саморегулювання у процесі праці. Таке саморегулювання здійснюється спеціальною системою, яка названа поняттям «Я». Саморегуляція у процесі праці пов'язана з посиленням або послабленням активності, самоконтролем і корекцією дій і вчинків, плануванням діяльності, виходячи з рівня домагань, необхідних затрат розумової і фізичної енергії, розвитку здібностей. Адекватна СО є основою для формування таких рис особистості, як упевненість у собі, почуття власної гідності [6].

Правильна або адекватна СО передбачає критичне ставлення до себе, постійне примірювання своїх можливостей до вимог життя, вміння самостійно ставити перед собою цілі, яких можна досягти, об'єктивно оцінювати хід своїх думок та їх результати, старанно перевіряти здогадки, які висувуються, вдумливо зважувати на всі докази «за» і «проти» [13:300].

Таким чином адекватна СО створює сприятливі умови для професійного самовдосконалення, сприяє його результативності, підтримує мотиви роботи особистості над формуванням своїх професійно-значущих якостей.

Для нашої роботи важливо визначитись з поняттями професії та ПД.

Професія визначається як рід трудової діяльності людини, що володіє комплексом спеціальних знань, практичних навичок, одержаних шляхом спеціальної освіти, навчання чи досвіду [14].

Професія це соціальна характеристика людини, що вказує на її приналежність до певної категорії людей, які займаються однаковим видом трудової діяльності.

Професія характеризується наявністю певного рівня кваліфікації, майстерності, уміння, професійної підготовки, спеціально отриманих знань і навичок, які часто підтверджуються спеціальними документами про професійну освіту: дипломами, свідоцтвами, атестатами, сертифікатами.

Професія є свого роду товаром, який людина може продавати на ринку праці. Причому, товаром, що має попит, за який інші люди готові платити. Інакше кажучи ПД може служити джерелом доходів людини [15].

ПД в наукових і науково-практичних текстах розуміється як область вживання сил людини, соціально фіксований трудовий пост (що може бути вакантним і що передбачає, зокрема, деяку психологічну придатність людини до справи), система виконуваних людиною трудових функцій, певна кваліфікація, досвідченість фахівця, спільність людей зайнятих певним родом діяльності [4:4].

В даному контексті чинником пов'язаним з ефективністю ПД є система виконуваних людиною трудових функцій та їх оцінка.

Показник ефективності ПД це успішне досягнення мети у разі найбільш раціонального використання сил і засобів. Ефективність діяльності залежить від її надійності, тобто стійкості і безпомилковості, коли немає дезорганізованих дій та зривів. До психологічних умов ефективності й надійності діяльності особистості слід віднести чітке розуміння мети, позитивну мотивацію, психічну готовність, професійну майстерність, вольові якості, добре розвинені пізнавальні психічні процеси [11].

Ефективність ПД передбачає безпомилкове виконання людиною покладених на неї професійних обов'язків (функцій) протягом певного часу та за певних умов діяльності.

Ми вважаємо, що на ефективність ПД впливають такі фактори, як мотивація до здійснення діяльності, пережиті в процесі діяльності негативні функційні стани (перевтомлення, стрес тощо), психологічний клімат в колективі. Основу ефективності особистості професіонала становлять певні риси характеру, до яких належать: самоконтроль, почуття боргу, відповідальність, дисциплінованість, вольові якості та СО.

Під час ПД, як провідної діяльності особистість здатна до самореалізації. Основним механізмом самореалізації особистості є саморефлексія, яка включає в себе, самостереження, саморозуміння, самопрезентацію та співставлення себе як професіонала з ідеальним образом «Я-професіонал». Фіксація співвідношення особистості з еталоном фахівця та уявлення о прорахунках або правильних діях, формування узагальнених висновків можливе лише завдяки СО. Адекватність СО багато в чому залежить від професійного образу «Я», образ професійного «Я» повинен бути не тільки реалістичним, але й динамічним, а також повинен враховувати індивідуальні тенденції особистісно-професійного розвитку. «Застиглий» образ професійного «Я» є гальмом для розвитку, фантастичний робить його неефективним. Із ростом професіоналізму, підвищується адекватність професійних СО [8].

На нашу думку якщо професійна саморепрезентація фахівця, його СО як особистості та виконана діяльність відповідають очікуванням як особистості так і навколишнього середовища (соціум), то людина (фахівець) буде отримувати задоволення від роботи, своїх зусиль та творчо розвиватись прямуючи до самореалізації.

Для досягнення професійного успіху велике значення має внутрішній стан, супутній ефективній діяльності. Людина, коли у неї вдалось щось важливе і значиме, відчуває спокій і впевненість у собі [12].

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок у даному напрямку. Таким чином, у ході освоєння професії відбувається інтеріоризація об'єктивних критеріїв, формування системи суб'єктивних критеріїв ефективності ПД.

Адекватна СО дозволяє людині дуже чітко координувати процес та результат діяльності, а саме:

- ефективність самої праці;
- вибір знарядь праці;
- технології ПД;
- визначати умови кооперації, конкуренції, партнерських відносин, соціально-економічної та просто соціальної вигоди професійної праці.

Адекватна СО особистості включає як елемент професійну СО, але сама набагато ширше. Можна сказати, що адекватна СО особистості, це розгорнута позитивна відповідь на питання: «Чи добре я адаптований у суспільстві?».

СО особистості адекватна у тому разі, якщо особистість розвивається, оскільки зупинка розвитку людини завжди призводить до деформації уявлень, а згодом і психіки, тобто людину можна сприймати як динамічну систему і тому адекватна СО теж динамічне явище.

Адекватна СО дає пізнання об'єктивного світу за допомогою ПД. Самоспоглядання за своїм особистісним зростанням та його координацію.

Людина тим якісніше виконує працю, чим якісніше змінюється сама, тобто сама стає «приладом виконуючим працю», в цьому сенсі СО основний калібрувальник людини під якість та кількість виконуваної роботи. Отже, адекватна СО є необхідною внутрішньою умовою ефективності ПД та її регуляції.

СО це результат оцінювання, а процес це саморепрезентація, самоспоглядання, саморозуміння особистості. В процесі роботи фахівець репрезентує себе оточенню орієнтуючись на власний еталон образу «Я- професіонал» виявляючи в дії характерні особливості професіонала. Чим більший досвід роботи фахівця, тим глибше його рівень усвідомлення якостей необхідних для ефективної ПД фахівця.

Таким чином, особистість фахівця є фактором ефективної ПД, а адекватна СО її умовою.

Перелік умовних скорочень

СО – самооцінка

ПД – професійна діяльність

Література

1. Ананьев Б.Г. К постановке проблем детского самосознания / Ананьев Б.Г. // Известия АПН РСФСР. Вып.18, 1948 г.- с.111-115.
2. Бороздина Л.В. Что такое самооценка? / Бороздина Л.В. // Психологический журнал. – 1992. – Т.13, № 4. – С. 99-101.
3. Емельянов С. М. Практикум по конфликтологии / Емельянов С. М. — СПб.: Питер, 2001. — С. 178–185
4. Е.А.Климов. Гипотеза «Метелок» и развитие профессии психолога / Е.А.Климов // Вестник Московского ун-та. Сер. 14, Психология. 1992. № 3. с. 3-12
5. Корнеева Л.Н. Самооценка как механизм саморегуляции профессиональной деятельности / Корнеева Л.Н // Вестник ЛГУ . 1989 г., вып . 4 , с.91-96.
6. Крушельницька Я. В. Фізіологія і психологія праці: підруч./ Крушельницька Я. В. – Київ.: КНЕУ, 2003. — 367с.
7. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / Леонтьев А.Н. – Москва.: Политиздат, 1975 г. с.304.

8. Мурашко. С.Ф. Развитие профессионального «Я» государственных служащих / Мурашко. С.Ф. - Москва.: МААН,1999.
9. Психологічний словник / [під ред. В.І Войтко.]. – К: Вища школа,1981.- 216 с.
10. Психологический словарь / [под ред.В.П. Зинченко, Б.Г. Мещерякова].- М.: Педагогика - Пресс, 2001 г.- 440с.
11. Романишин А. Зміст педагогічного поняття «виховна діяльність офіцера» / Романишин А. // Вісник Львівського університету. вип.22. Серія Педагогічна, 2007. – с. 200-205
12. Серебрякова Е.А. Уверенность в себе и условия её формирования у школьников / Серебрякова Е.А.// Учёные записки Тамбовского Пед. инст-та, Вып.10,1956 г. - 173 с.
13. Спиркин А.Г. Сознание и самосознание / Спиркин А.Г. – Москва.: Политиздат, 1972. – 303 с.
14. <http://zakon.nau.ua/doc/?uid=1078.10393.0>
15. <http://festival.1september.ru/articles/311723/>
16. <http://med-site.narod.ru/wo67.htm>

В статье рассматривается адекватная самооценка личности как условие эффективной профессиональной деятельности.

The article examined the adequate self-appraisal of personality as condition of effective professional activity.