

УДК 159.923.2

[https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-10\(56\)-1425-1432](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-10(56)-1425-1432)

Гарець Надія Олексіївна старший викладач, Дніпровський гуманітарний університет, м. Дніпро, <https://orcid.org/0000-0002-7794-2720>.

РОЛЬ ЧИННИКІВ СІМЕЙНОГО СЕРЕДОВИЩА В РОЗВИТКУ САМООЦІНКИ ТА САМОЦІННОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Анотація. У статті проведено теоретичний аналіз визначення ролі чинників сімейного середовища в формуванні самооцінки та самоцінності особистості, що є актуальною проблемою в сучасних умовах, формування позитивного уявлення стосовно себе та виступає основою ментального здоров'я та емоційної стабільності. Негативна, занижена самооцінка знижує здатність особистості успішно долати життєві труднощі. Одним із провідних факторів формування особистості, особливо на ранніх етапах, є сімейне оточення. Вплив виховання та батьківського ставлення значною мірою обумовлює те, чи сформується в особистості позитивне уявлення про себе. Проаналізовано поняття самооцінки та самоцінності, актуалізовано необхідність їх розрізнення та уточнення змісту останнього. Проведено аналіз публікацій та досліджень стосовно ролі сімейного оточення у формуванні самооцінки та самоцінності: А. Адлера, Е. Берна, М. Джемса, Т. Е. Харріса, К. Роджерса та інших; зроблено спробу виявити відмінності у розумінні ключових термінів та концепцій. Розкрито особливості уявлень про психологічний зміст поняття «самоцінність», його відмінність від поняття самооцінки. Виявлено концепти, пов'язані із переживанням особистістю самоцінності в психоаналітичному підході, транзакційному та гуманістичному. Аналіз літератури з питань вивчення ролі сімейного оточення у формуванні самооцінки та самоцінності особистості дозволив виділити певні особливості. Виявлено, що у порівнянні з самооцінкою, почуття самоцінності може бути більш «глибинним», імпліцитним, не усвідомлюваним особистістю. Зазначено важливість раннього дитячого досвіду для формування самооцінки і для самоцінності. З'ясовано, що особливості сімейного середовища та ставлення батьків є важливими умовами розвитку позитивної самооцінки: сприятливими виявляються такі чинники, як демократичний стиль виховання, батьківська теплота, батьківський контроль і присутність батька; несприятливими – материнська депресія та економічні труднощі.

Ключові слова: самооцінка, самоцінність, «я в порядку», умови цінності, комплекс неповноцінності.

Harets Nadiia Oleksiivna Senior Lecturer of the Dnipro Humanitarian University, Dnipro, <https://orcid.org/0000-0002-7794-2720>.

THE ROLE OF FAMILY ENVIRONMENTAL FACTORS IN THE DEVELOPMENT OF SELF-ESTEEM AND SELF-WORTH OF PERSONALITY

Abstract. The article provides a theoretical analysis of the role of family environment factors in the formation of self-esteem and self-worth of an individual, which is a pressing issue in contemporary society. The formation of a positive self-image is the basis of mental health and emotional stability. On the contrary, low self-esteem reduces the ability of an individual to successfully overcome life's difficulties. One of the leading factors in the formation of personality, especially in the early stages, is the family environment. The influence of upbringing and parental attitude largely determines whether a positive self-image will be formed in an individual. The concepts of self-esteem and self-worth are analyzed, and the need to distinguish them and clarify the content of the latter is highlighted. An analysis of publications and research on the role of the family environment in the formation of self-esteem and self-worth is carried out: A. Adler, E. Berne, M. James, T. E. Harris, K. Rogers, and others; an attempt is made to identify differences in the understanding of key terms and concepts. The peculiarities of ideas about the psychological content of the concept of “self-worth”, its difference from the concept of self-esteem, are revealed.

Concepts related to the experience of self-worth by an individual in the psychoanalytic, transactional, and humanistic approaches are identified. An analysis of the literature on the study of the role of the family environment in the formation of self-esteem and self-worth of an individual allowed us to highlight certain features. It was found that, in comparison with self-esteem, the feeling of self-worth can be more “deep”, implicit, and not realized by the individual. The importance of early childhood experience for the formation of self-esteem and self-worth is noted. It was found that the peculiarities of the family environment and the attitude of parents are important conditions for the development of positive self-esteem: favorable factors are such as a democratic style of upbringing, parental warmth, parental control, and the presence of the father; unfavorable factors are maternal depression and economic difficulties.

Keywords: self-esteem, self-worth, “I’m OK” conditions of value, inferiority complex.

Постановка проблеми. Стан сучасного українського суспільства, умови, в яких перебуває особистість, можуть виступати чинниками погіршення ментального здоров’я, появи переживання втрати власної цінності, позитивного уявлення про себе. В контексті таких змін все більше уваги практичних психологів поряд із проблемами розвитку позитивної самооцінки привертає поняття самоцінності особистості як безумовного визнання власної цінності незалежно від досягнень, вмінь та навичок. В сучасних зарубіжних та українських джерелах можна зустріти різні заклики, одні з яких наполягають на синонімічності понять «самооцінка» та «самоцінність», а інші рекомендують їх

розмежовувати. Спільними рисами обох концепцій можна назвати роль дитячого досвіду та сімейного середовища у їх формуванні, з одного боку, та динамічний характер, який дозволяє подальші зміни з появою нового досвіду – з іншого.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Проблема самооцінки досліджувалася в роботах В. Джемса, здійснювались дослідження самооцінки у структурі «Я-Концепції» (Р. Бернс, М. Розенберг), як характеристики процесу самооцінювання (Р. Лазарус, К. Сміт), основних процесів самооцінювання, як оцінка та емоція (Н. Емлер) тощо. Феномен самоцінності по-різному виступає в роботах таких вчених та практиків, як А. Адлер, Е. Берн, В. Сатір, К. Роджерс та інших. Активно досліджується цей феномен українськими вченими: Л. Просандеєвою, Н. В. Миколенко. Сутність самоцінності описується через поняття комплексу неповноцінності, а саме як почуття, протилежне почуттю неповноцінності, або власне почуття неповноцінності як низький прояв самоцінності (А. Адлер); як життєва позиція «Я-Ок» (Е. Берна); почуття людиною своєї важливості, унікальності, потрібності незалежно від результатів і успіхів (В. Сатір); відсутність умов цінності (К. Роджерс) тощо. Формування як самооцінки, так і цінності - процес, який триває протягом усього життя особистості, але вплив сімейних факторів може бути найбільш відчутним у ранньому та дошкільному дитинстві.

Мета статті - з'ясувати роль чинників сімейного середовища у формуванні самооцінки та самоцінності особистості.

Виклад основного матеріалу. У психологічному словнику самооцінка визначається як оцінка особистістю самої себе, своїх можливостей, якостей і місця серед інших людей. Самооцінка пов'язана з рівнем домагань — ступенем складності цілей, які вона ставить перед собою [1, С. 640].

В. Джемс, говорячи про самооцінку, зазначав, що в її підґрунті лежить дихотомія «самовдоволення» і «незадоволення» собою. В самооцінці він також виділяє дві її сторони: «два протилежних класи почувань» (завищена чи занижена самооцінка). В. Джемс також припускає існування в людини «середнього тону почуття» що є автономним і незалежним від об'єктивних підстав бути задоволеними чи незадоволеними [2], що можна трактувати як основу самоцінності.

Поняття самоцінності є менш визначеним теоретично: в зарубіжній літературі використовуються такі терміни, як «self-esteem» - для позначення самооцінки, «self-worth» в контексті самооцінки як самоповага, почуття власної гідності [3], цінності, яка надається життю та досягненням [4]; українські вчені Михайлишин У. та Гернешій М. використовують термін «self-value» для позначення власне самоцінності [5]; разом з тим, в англomовній літературі воно не є розповсюдженим. Н. В. Миколенко визначає самоцінність як «глибинне знання», тобто часто несвідоме переконання (або базове настановлення), що переживається особистістю як почуття самоцінності; почуття того, наскільки особистість у своїй сутності та унікальності є хорошою та цінною для інших,

заслуговуючою на любов, увагу та повагу оточуючих. Важливо відмітити, що, на відміну від самооцінки, самоцінність не прив'язана до певних якостей особистості, обставин, результатів або того, чим володіє особистість [6].

Розглянемо дослідження, які визначають роль сімейного середовища у формуванні самооцінки. В лонгітюдному дослідженні S. Krauss, U. Orth, R. W. Robins було розглянуто роль сімейного оточення у розвитку самооцінки дітей від 10 до 16 років. За виявленими результатами, певні особливості сімейного середовища впливають на самооцінку дитини. Зокрема, батьківська теплота, батьківський контроль і присутність батька позитивно позначаються на подальшій самооцінці дитини, тоді як депресія матері та економічні труднощі - негативно. Досліджено і зворотній зв'язок: так, виявлено, що самооцінка дитини позитивно формує сімейні цінності матері та батька. Виявлено, що вплив економічних труднощів на самооцінку дитини частково опосередковувався батьківською теплотою та батьківським наглядом [7].

Дослідження зв'язку сімейного функціонування та самооцінки дівчат-підлітків виявило значущу кореляцію рядом вимірів сімейного функціонування та сферами самооцінки (фізичною, сімейною, соціальною). Найсильнішим виявився зв'язок між сімейними прагненнями та самооцінкою; отже, самооцінка підлітків сильно корелює з успішністю їх сім'ї. Тому, психологічна допомога підліткам з проблем самооцінки, на думку авторів, має включати комплекс роботи із сім'єю з метою покращення її функціонування [8].

Досить протирічливі дані описано в роботі В. Thorne: з'ясовано що особи, шлюб батьків яких наразі не порушений (не перебувають у розлученні), мають нижчі рівні аутосимпатії, самокомпетентності та доброти до себе. Дослідники це пояснюють тим, що самооцінка та психологічне благополуччя дітей можуть обумовлюватися не стільки фактом розлучення батьків, а наявністю подружніх конфліктів у батьківських стосунках [9].

Результати F.-R. Mogonea, F. Mogonea підтвердили зв'язок між стилями батьківства та рівнем самооцінки підлітків, а саме: висока самооцінка виявилася у дітей батьків, що використовують авторитетний (демократичний) стиль виховання та низька - у випадку використання дозвільного (ліберального). Іншими словами, підлітки висловлюють потребу як у прихильності, так і в близькості з боку батьків, але також у вимогливості і високих стандартах. Навпаки, байдужість батьків супроводжується браком довіри підлітків до себе, недостатньою мотивацією та залученням до виконання завдань, а також низьким рівнем відповідальності. [10]

Українські дослідники впливу сімейного середовища на формування самооцінки особистості зазначають як на динамічності цього процесу, так і на ролі самої дитини. Так, згідно до висновків О. А. Столярчук, самооцінка виступає сплавом фактору соціального оточення дитини та її власної психічної діяльності. Хоча в ранньому дитинстві провідна роль в зародженні та формуванні самооцінки визначається виховним впливом батьків, то в подальшому, в

підлітковому, юнацькому віці та наступних етапах вплив батьків зменшується. Наприклад, самооцінка підлітків починає визначатися вимогами ровесників і референтної групи [11].

В публікації Н. Берегова та П. Федорчук підтверджують важливість особливостей виховання у формуванні особистості дитини та наголошують, що саме демократичний стиль батьківського ставлення до дитини є оптимальним стилем сімейного виховання та забезпечує формування позитивного Я-образу і адекватної самооцінки особистості [12].

Роль сімейних чинників в розвитку самоцінності описати досить складно, переважно через недостатню термінологічну визначеність даного поняття. Разом з тим, ряд робіт присвячено питанням формування уявлення особистості про себе. Так, А. Адлер вважав, що у всіх немовлят виникає відчуття неповноцінності та неадекватності відразу, коли вони починають пізнавати світ [13]. Цей ранній досвід, такий як потреба привернути увагу батьків, формує несвідомі, фіктивні цілі дитини, потребу прагнути виправити цю неповноцінність — компенсувати слабкість шляхом розвитку інших сильних сторін.

У прагненні дитини компенсувати відчуття неповноцінності істотну роль відіграє сім'я – а саме таке виховання та догляд, за якого дитина може прийняти свої труднощі та навчитися, що їх можна подолати важкою працею. А. Адлер підкреслив, що сімейна динаміка, суспільний вплив і ранній досвід відіграють ключову роль у формуванні уявлення людини про власну гідність. Наприклад, дитина може відчувати себе неповноцінною через порівняння з братами та сестрами, суспільні очікування чи ставлення батьків. Навпаки, за сприятливих умов дитина розвивається «нормально» і розвиває «сміливість бути недосконалою» [14].

К. Роджерс вважав, що дитина має дві основні потреби: позитивну увагу з боку інших людей і почуття власної цінності. Те, як ми думаємо про себе та наше почуття власної цінності, визначає психологічне здоров'я можливість самореалізації.

Отже, для дитини важливо, щоб її любили і приймали інші. Ця потреба є універсальною, всепроникною та стійкою. Заради позитивної уваги дитина може жертвувати організмичним процесом оцінювання: іншими словами, починає орієнтуватися на інтерналізовані умови цінності замість власних організмичних переживань. Найчастіше батьки позитивно ставляться до бажаної поведінки дитини: тобто надають позитивну увагу тільки у випадках, якщо діти поведуться бажаним чином. Таким чином створюється те, що К. Роджерс назвав зумовленою позитивною увагою, або «умовами цінності» [15]. З цієї точки зору, розвиток самоцінності дорослою особистістю обумовлюється не стільки сімейним середовищем, скільки інтерналізованими вимогами.

В рамках транзактного аналізу поняття самоцінності можна розглядати через одну із життєвих позицій – а саме позицію «Я-Ок», або «зі мною все в порядку». Концепцію життєвих позицій запропонував Е. Берн у статті «Класифі-

кація позицій» у 1962 році [16]. Він висунув ідею, що вже ранньому дитинстві у людини з'являються переконання щодо самої себе і оточуючих її людей (особливо батьків), які зберігатимуться все життя. Він описує наступні варіанти такого переконання:

- 1) «Зі мною все в порядку» або «Зі мною не все гаразд»;
- 2) «З тобою все в порядку» або «З тобою не все в порядку».

На основі цих вихідних позицій дитина приймає конкретні життєві рішення та може сформувати один із трьох типів життєвих сценаріїв, що відрізняються відношенням людини до поставленої мети: сценарій переможця, сценарій переможеного та проміжний сценарій. Е. Берн підкреслює, що така позиція є дуже стійкою, і змінюється тільки впливом певних обставин – наприклад, самоаналізу та саморозвитку особистості.

У 1969 р. вийшла книга Томаса Е. Харріса, в якій він зазначив, що провідною і найбільш природною для людини є позиція «Я не в порядку, Ти в порядку». Відповідно, самооцінка маленької дитини нестійка, і вже в ранні роки дитина робить висновок: *У мене не все в порядку*; її ж висновком про батьків стає: *У вас все в порядку* [17]. Т. Харріс пропонує погляд на розвиток особистості як осмислення та ліквідацію установки «Я не в порядку», яка формується наприкінці другого року розвитку дитини, оскільки, якщо її не змінювати, вона залишається на все життя [17]. Більш позитивна установка - «Я в порядку, Ти в порядку» - на відміну від інших, усвідомлена і словесно оформлена. Вона допускає прийняття великого обсягу різноманітної інформації про себе і про інших, включає і врахування відчуттів особистості. В її основі лежать думка, віра і прагнення до дії. На думку дослідника, людина може змінити дитяче рішення про власне неблагополуччя шляхом переоцінки базових цінностей та накопичення вражень щодо власних успіхів [17]. Роль батьків в рамках транзактного аналізу розкривається ширше через концепцію «батьківських дозволів» та «батьківських заборон». Стюарт (1996) описує батьківські заборони та дозволи як повідомлення, передані від дитячого его-стану батька та отримані дитячим его-станом дитини. Такі послання називаються заборонами, якщо мають негативний та обмежувальний характер (наприклад, «не існуй», «не будь собою»), і дозволами, якщо вони мають позитивний характер. вибір (наприклад, «існувати – нормально», «бути собою – нормально») [18]. Таким чином, існує ряд поглядів стосовно формування самоцінності особистості.

Висновки. Виходячи з аналізу літератури з питань вивчення ролі сімейного оточення у формуванні самооцінки та самоцінності особистості, можемо виділити певні особливості.

У порівнянні з самооцінкою, почуття самоцінності може бути більш «глибинним», імпліцитним, не усвідомлюваним особистістю. І для самооцінки, і для самоцінності важливими є ранній дитячий досвід; однак якщо фактори, що впливають на розвиток самооцінки, можуть змінюватися відповідно до особливостей різних вікових періодів і залежати від об'єктивних обставин (наприклад,

успіху), то переживання самоцінності виступає більш стабільним утворенням. Істотні зміни у самоцінності можуть потребувати цілеспрямованого саморозвитку, самоаналізу, психотерапії.

Сімейні умови та ставлення батьків є важливими умовами розвитку позитивної самооцінки: сприятливими виявляються такі чинники, як демократичний стиль виховання, батьківська теплота, батьківський контроль і присутність батька; несприятливими – материнська депресія та економічні труднощі.

Література:

1. Шапар В. Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Х.: Прапор, 2007. 640 с.
2. Мусіяка Н. І. Проблема самооцінки в теорії особистості В. Джемса. *Актуальні проблеми психології*, 2008. Т.7. 16. с. 121-125.
3. Luhtanen R., Cooper M., Bouvrette A. Contingencies of Self-Worth in College Students: *Theory and Measurement. Journal of personality and social psychology*, 2003.85. с. 894-908.
4. Self-worth URL: <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/self-worth>
5. Михайлишин У. Б., Гернешій М.В. Поняття самооцінки у вітчизняній та зарубіжній психології. *Scientists and methods of using modern technologies* : The XXI International Scientific and Practical Conference (May 30 - June 02) Melbourne, Australia. 2023. С. 390-393.
6. Миколенко Н. В. Змістовний аналіз поняття самоцінності особистості. *Наукові перспективи*, 2023. No 12(42). с. 866-880.
7. Krauss S, Orth U, Robins R.W. Family environment and self-esteem development: A longitudinal study from age 10 to 16. *J Pers Soc Psychol*, 2020. 119(2). p. 457-478.
8. Rezaei-Dehaghani A., Paki S., Keshvari M. The relationship between family functioning and self-esteem in female high school students of Isfahan, Iran, in 2013-2014. *Iran J Nurs Midwifery Res*, 2015. 20(3). с. 371-377.
9. Thorne B. The Relationship of Family Structure to Indicators of Self-Esteem Regulation URL: <https://uh-ir.tdl.org/server/api/core/bitstreams/4af5ceaa-873a-4bc8-925b-9c707a3d6390/content>
10. Mogonea F.-R., Florentina M. The role of the family in building adolescents' self-esteem. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 2014. 127. с.189 – 193.
11. Столярчук О. А. Вплив сім'ї на формування самооцінки дитини. *Розвиток особистості в умовах трансформаційного суспільства* : Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції (13 грудня 2012 року, м.Київ) Київ, 2012. с. 423-426.
12. Берегова Н. та Федорчук П. Вплив сімейного виховання на формування особистості дитини. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2020. 6. С. 10–15.
13. Adler A. *Understanding Human Nature (Psychology Revivals)*. Routledge. 2013. 304 с.
14. Lazarsfeld S. The courage for imperfection. *American Journal of Individual Psychology*, 1966. 22 (2). с. 163-165.
15. Rogers C. Client-centered therapy: Its current practice, implications and theory. London: Constable, 1951, 548 с.
16. Berne E. What Do You Say After You Say Hello! Corgi, 2018. 512 с.
17. Thomas A. Harris I'm OK, You're OK .Arrow, 2012. 288 с.
18. Stewart I. Developing Transactional Analysis Counselling in Action. London: Sage, 1996. 224 с.

References

1. Shapar, V. B. (2007) Suchasnyi tлумachnyi psykholohichnyi slovnyk [Modern explanatory psychological dictionary] Kharkiv [in Ukrainian].
2. Musiiaka, N. I. (2008) Problema samootsinky v teorii osobystosti V. Dzhehmsa [The problem of self-esteem in the personality theory of V. James]. *Aktualni problemy psykholohii – Current problems of psychology*, 7 (16), 121-125 [in Ukrainian].