

DOI: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2024-5-129-6>

УДК: 159.98

Миколенко Наталія Валеріївна¹

старший викладач кафедри практичної психології

*Київський столичний університет імені Бориса Грінченка***Плескач Богдан Вадимович²**

кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри практичної психології

*Київський столичний університет імені Бориса Грінченка***РОЗРОБКА МЕТОДИКИ ДІАГНОСТИКИ САМОЦІННОСТІ:
НАДІЙНІСТЬ ТА ВАЛІДНІСТЬ**

Анотація. У статті описано дослідження, результатом якого стала методика діагностики самоцінності. Стисло розглянуто підходи до розуміння самоцінності А. Адлера, Е. Берна, Т. Е. Харріса, В. Сатір, А. Ленгле, Л. Бурбо, Л. Просандеєвої та існуючі методики й шкали, спрямовані на вимірювання різних аспектів самоцінності, обґрунтовано необхідність створення специфічної для самоцінності методики вимірювання. Представлено результати експлуаторного факторного аналізу, обґрунтування надійності та валідності створених шкал, докладно проаналізовано кореляції між отриманими шкалами та методиками, включеними в дослідження для підтвердження їх критеріальної валідності. Зроблено висновок про придатність створеної методики для оцінки складових самоцінності та їх порушення, а також про автономність конструктів «Самоцінність» та «Самоприйняття».

Ключові слова: самоцінність, самоприйняття, самооцінка, «окейність», почуття неповноцінності, перфекціонізм.

Natalia Mykolenko

Senior Lecturer of the Department of Practical Psychology

*Kyiv Metropolitan University named after Boris Grinchenko***Bohdan Pleskach**

PhD in Psychological Sciences, Senior Lecturer of the Department of Practical Psychology

*Kyiv Metropolitan University named after Boris Grinchenko***DEVELOPMENT OF SELF-ESTEEM DIAGNOSTIC METHODOLOGY:
RELIABILITY AND VALIDITY**

Summary. The article describes the study, the result of which was the method of self-worth diagnosis. The approaches to understanding self-worth by A. Adler, E. Bern, T. Harris, V. Satir, A. Lengle, L. Burbo, L. Prosandeeva, and the existing methods and scales aimed at measuring various aspects of self-worth are briefly considered. Here are the methods «Comparative Index of Inferiority» by P. N. Dixon and D. A. Strano, «Driver's Questionnaire» by M. Cox, «My Reflections on Self-Worth» and «Research on Self-Worth of an Individual» by L. Prosandeeva, the «Self-Worth» scale from «World Assumptions Scale» by R. Yanov-Bulman and from the methodology «General competence» by O. S. Shtepa. The need to create a measurement technique specific to self-worth. The results of the exploratory factor analysis, the justification of the reliability and validity of the created scales are presented, the correlations between the obtained scales and the methods included in the research to confirm their criterion validity are analyzed in detail. The sample consisted of 111 people for 55 questions, in this order the minimum requirements for conducting were met. The selected 18 primary factors were summarized using a secondary factor analysis with the Verimax rotation method, thus obtaining 5 scales: 3 of them analyze different aspects of self-worth (Perfectionism, Need for acceptance and Social importance/alienation), and 2 more are separate constructs: «Self-acceptance» and «Self-integrity – Self-contradiction». The «Perfectionism» scale is explained by the fact that impaired self-esteem is compensated for by excessive standards of work, striving for perfection. High values on the scale "Needs for acceptance" reveal individuals with dependence on others, who have difficulties in resisting external influence and defending their own position. High values on the «Social Importance – Social Alienation» factor are obtained by individuals with a low sense of self-worth who feel unappreciated and unaccepted in relationships with others. A conclusion was made about the suitability of the created methodology for assessing the components of self-worth and their violation, as well as about the autonomy of the constructs "Self-worth" and "Self-acceptance".

Keywords: self-worth, self-acceptance, self-esteem, self-value, «OK-ness», feeling of inferiority, perfectionism.

Постановка проблеми. Феномен самоцінності протягом останніх десятиліть стабільно викликає цікавість психологів. Війна та зміни в суспільстві жодним чином не відсувають проблематику самоцінності. Так, самоставлення людини в цілому, і, зокрема, самоцінність, як відносно стабільне утворення, є не лише підґрунтям її особистості, основою впевненості у собі

та своїй здатності досягати цілей, але й – ресурсом для підтримки резиліентності в об'єктивно складних, а подекуди й екстремальних життєвих умовах. У той же час наукове вивчення самоцінності жодним чином не може бути охарактеризоване як ґрунтовне та всебічне: навпаки, в літературі констатується невизначеність даного поняття та фактично відсутність самоцінності

¹ ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1438-6034>² ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2215-6810>

як наукової категорії. У психологічних словниках дійсно такої категорії немає. Практично відсутні є інструменти вимірювання рівня сформованості самоцінності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Самоцінність є базовим настановленням, що безпосередньо переживається особистістю як стійке почуття того, наскільки вона у своїй унікальності є хорошою та цінною, заслуговуючою на любов, повагу та увагу оточуючих. Почуття самоцінності формується в ранньому дитинстві як відображене ставлення найближчих дорослих. На відміну від самооцінки, почуття самоцінності є незалежним від досягнень та здобутків індивіда, і залишається відносно сталим протягом життя або змінюється під впливом вагомих подій та психологічної роботи [9].

Першим ґрунтовним дослідженням проблематики самоцінності є концепт почуття або комплексу неповноцінності («Minderwertigkeitskomplex» – буквально – «комплекс мінімальної (меншої) цінності себе») А. Адлера. Потреба компенсувати почуття неповноцінності і довести цінність себе стимулює прагнення до переваги та досконалості, що часто призводить до значних успіхів у різних сферах [16]. Інструмент для вимірювання почуття неповноцінності (Comparative Feeling of Inferiority Index – CFII) створено Р. N. Dixon та D. A. Strano у 1989-1990рр., він заснований на порівнянні оцінок себе і близьких в дитячому віці. Методику «Порівняльного індексу почуття неповноцінності» (ППН) нещодавно адаптовано українською Березюк О. Р., Фільц О. О., Грабчак В. І., Сірко Р. І. [2], але текст адаптації поки відсутній в загальному доступі.

Ідея самоцінності, виражена в запропонованому Е. Берном понятті «ОКейності» («People are OK»), стала частиною філософії транзактного аналізу. Настановлення «я ОК, ти ОК» є визнається здоровим, і, більшістю представників напрямку вважається первинним, у той час як Т. Е. Харріс під впливом А. Адлера вбачає позицію «я не ОК, ти ОК» природно притаманною маленькій дитині внаслідок її безпомічного залежного положення на початку її життя [9]. Для непрямой діагностики настановлення «ОКейності» застосовують опитувальник «Визначення провідного драйверу» М. Кокс (Driver Questionnaire, 1999-2001 рр.). Драйвера – це батьківські послання, що відображають вимоги дорослих до дитини і водночас несвідомі настановлення цієї дитини, що передбачають можливість відчувати себе «ОК» (тобто хорошим й цінним, «бути в порядку») доки індивід діє відповідно до настановлення. Таким чином, драйвери, як і прагнення до переваги, мають компенсаторну щодо низької самоцінності функцію. Відповідно, високі сумарні показники за 5-ма шкалами, кожна з яких відповідає одному з основних драйверів, означає високу потребу у драйверній поведінці як компенсації низької самоцінності.

Незважаючи на велику популярність, дані про валідність та надійність перекладеної на українську версії опитувальника «Визначення провідного драйверу» М. Кокс – відсутні. Проведена нами перевірка надійності методики

М. Кокс показала низьку внутрішню узгодженість її шкал.

Феномен та поняття самоцінності докладно описуються у працях В. Сатір, А. Ленгле, Л. Бурбо та Л. Просандеєвої. Згідно концепції В. Сатір, як прояви самоцінності можна розглядати настановлення щодо унікальності власного Я, віднесення до Я усіх своїх проявів, настановлення щодо незалежності цінності Я від тих чи інших критеріїв оцінки та настановлення щодо свободи діяти вільно та розвивати стосунки з людьми, зі світом та з собою [20].

За А. Ленгле можна виділити наступні прояви самоцінності: ідентичність (автономія) – розуміння своїх проявів та їх сприймання іншими; аутентичність та моральність – виправданість своїх вчинків перед самою собою; авторитет – прийняття хорошого в собі [18]. За Л. Бурбо проявами «травми відкинутого», що спричиняє неформованість самоцінності, є тенденція бути максимально непомітним, уникати уваги, недооцінка себе і страх повторного відкидання [3]. Л. Просандеєва пропонує структуру самоцінності, що включає когнітивну (саморефлексію), емоційну (самоінтерес), мотиваційну (самоповагу), комунікативну (гідність) і регулятивну (впевненість у собі) складові, тобто розширює зміст самоцінності до самоставлення. Жодна з перелічених концепцій не стала основою для створення специфічної для самоцінності методики вимірювання [11].

Для дослідження розвитку самоцінності в онтогенезі Л. Просандеєва у 2011-2012 рр. створює дві авторські проєктивні методики для підлітків та юнаків. «Мої роздуми про самоцінність» являє собою завдання написати твір за планом («як я розумію поняття «самоцінність»; «як домогтися високої самоцінності особистості», тощо); інтерпретація методики автором побудована на виділенні сфер, ситуації з яких підлітки залучають в творі для опису ставлення до себе (взаємини з дорослими, з однолітками, навчання, відпочинок тощо). Методика «Дослідження самоцінності особистості (ДСО)» передбачає створення респондентами розповідей за ілюстраціями. На підставі переважаючих в розповіді сфер діяльності та стратегій поведінки, автор поділяє респондентів за виділеними нею типами самоцінності: репродуктивною, пізнавальною, комунікативною, творчою, духовно-спрямованою та професійно-спрямованою.

Шкали самоцінності містять дві методики. В методиці вивчення фундаментальних припущень Р. Янов-Бульман, побудованій у 1989 р. на когнітивній концепції базових переконань, міститься шкала «Цінність власного Я» (SW, self-worth) [13]. Шкала складається з 4-х питань та разом зі шкалами «Ступінь контролю над подіями» та «Ступінь удачі» входить до останньої з 3-х, виділених Р. Янов-Бульман, категорій базових переконань (загальна доброта світу, загальна осмисленість світу, власна цінність (сприйняття себе гідною – моральною та здібною – людиною)). Шкала має відмінну надійність, але занадто мала кількість питань не дозволяє використовувати її для вимірювання самоцінності.

Другою є шкала «Самоцінність» з методики Загальна компетентність, запропонована

О. С. Штепою у 2011 р. Загальну компетентність автор визначає як інтегральну характеристику, що визначає здатність особистості розв'язувати проблемні ситуації та складається з автономності, самоефективності, самоцінності, самоменеджменту, вміння працювати у команді, вміння переконувати та вміння навчати [15]. Опитувальник побудований теоретичним шляхом, причому питання шкали «самоцінність» кореспондують за змістом із усіма 3-ма шкалами категорії «власна цінність» методики Р. Янов-Бульман. Шкала має 5 питань, що також робить її непридатною для оцінювання сформованості почуття самоцінності. Проведена нами перевірка надійності зазначеної шкали показала її низьку надійність (внутрішню узгодженість).

Мета статті: опис дослідження, результатом якого стала методика діагностики самоцінності, обґрунтування надійності та валідності створених шкал.

Виклад основного матеріалу дослідження. З метою розробки методики діагностики самоцінності було створено та відібрано 99 запитань, які стосувались внутрішнього відчуття своєї цінності, прояву самоцінності у стосунках з іншими людьми, ознаки самоцінності у ставленнях. Тотожність питань теоретичному конструкту самоцінності, їх зрозумілість та однозначність оцінювалась експертами. Ця кількість питань також вміщувала запитання шкал: Самоповага та Самоприйняття методики Самоактуалізації Е. Шострома та шкали Самоприйняття методики Соціально-психологічної адаптації Роджерса-Даймонд. Ці питання були додані до питань стосовно самоцінності для того, щоб в факторному аналізі утворити специфічні фактори: самоцінності, самоприйняття та самоповаги. Утворення таких факторів було б одним з підтверджень існування означених феноменів та їх автономності один від одного.

Для підтвердження валідності методики, яка розробляється, в дослідження були включені також наступні методики:

1. Виявлення потреби у схваленні (П. К. Дуглас, Д. А. Марлоу) [5, с. 495].
2. Шкала самооцінки/самоповаги М. Розенберга [14].
3. Методика вивчення фундаментальних припущень Р. Янов-Бульман [13].
4. Шкала впевненості у собі С. Рейдаса [19].
5. Шкала ситуаційної (реактивної) тривожності Ч. Спілбергера [1, с. 97].
6. Шкала феномену самозванця П. Кланс [17, с. 20].
7. Методика самооцінки на основі Q-сортування за Стефенсоном [4, с. 254].
8. Мотивація афіліації (А. Мехраб'ян) [8, с. 26].
9. Велика тривимірна шкала перфекціонізму М. Смітта та співавт. [6, с. 26].
10. Шкали психологічного благополуччя К. Ріфф [7].

Вибірка дослідження. Для створення методики діагностики самоцінності було опитано 111 студентів-психологів 1–4 курсів Факультету психології, соціальної роботи та спеціальної освіти Київського столичного університету імені Бориса Грінченка. Вік досліджених варію-

вався від 17 до 25 років, вік 82% опитаних був 18-19 років. Вибірку утворили 100 жінок (90%) та 11 чоловіків (10%).

Експлуаторний факторний аналіз. На основі результатів тестування та пробного факторного аналізу, з 99 запитань було відібрано 55 питань, для подальшого експлуаторного факторного аналізу. Критеріями «відсіву» запитань були наступні: низька дискримінативність, низьке навантаження на фактори, що виділяються.

Оскільки вибірка склала 111 осіб при 55 запитаннях для експлуаторного факторного аналізу – вважаємо, що мінімальні вимоги до його проведення були виконані. Зважаючи, що рекомендована кількість досліджених обчислюється виходячи з двох опитаних на одне запитання.

Експлуаторний факторний аналіз (здійснювався в пакеті статистичних програм IBM SPSS Statistic, ver. 21) проводився з утворенням первинних та вторинних факторів на основі методу Принципових компонент. При виділенні первинних факторів був використаний метод обертання Прямий облімін (Дельта = 0), який дозволяє виділити фактори, які корелюють один з одним. Вторинні фактори утворювались з обертанням за методом Верімакс.

В результаті первинного факторного аналізу з обертанням Прямий облімін було утворено 18 факторів за критерієм Кайзера, які пояснили 72% дисперсії між запитаннями. Критерії Кайзера-Маєра-Олкіна (КМО = 0,643) та Сферичності Бартлета ($\chi^2 = 3004,83$; $p < 0,0001$) є задовільними, знаходяться в межах рекомендованих, що свідчить про адекватність факторної моделі.

Виділені 18 первинних факторів були узгаленні за допомогою вторинного факторного аналізу з методом обертання Верімакс, який дозволив пояснити 51% дисперсії між первинними факторами, що вважається прийнятним результатом. Критерій Кайзера-Маєра-Олкіна (КМО = 0,738) вказує на адекватність виділених вторинних факторів, критерій сферичності Бартлета був не достовірним, що ми пов'язуємо з факторизацією первинних факторів, які мали з-перетворення. Утворена матриця факторних навантажень для первинних і вторинних факторів представлена на сайті [12].

В подальшому аналізі результатів виділені вторинні фактори оцінювались за допомогою конфірматорного факторного аналізу, який дозволяє оцінити чи зумовлений зв'язок між питаннями впливом виділеного (латентного) фактору, чи є впливом певних випадкових ефектів (наприклад, коваріації між запитаннями). На цьому етапі окремі питання, які погіршували модель – вилучались.

Далі наводяться утворені вторинні фактори; запитання, які пояснюються утвореним фактором; їх факторне навантаження (згідно конфірматорної моделі) та показники якості моделі: критерій узгодженості моделі (CFI, має бути більше 0,9) та квадратична усереднена похибка апроксимації (RMSEA та SRMR, має бути меншим 0,08). Конфірматорний факторний аналіз був виконаний в програмі Jamovi ver. 2.5.6.

При описі факторів та перевірці їх параметрів питання були обернені таким чином, щоб особи з порушеними особливостями отримували високі

значення, особи зі здоровими проявами – низькі значення. Це здійснено для того, щоб при застосуванні запропонованого тесту можна було з легкістю виявляти осіб з порушеними особливостями.

В табл. 1 представлені запитання, які ввійшли у перший виділений вторинний фактор, що утворюють першу шкалу методики.

Модель фактору задовольняє рекомендованим параметрам достовірності: CFI = 0,90; RMSEA = 0,067; SRMR = 0,059. Згідно зі змісту запитань, високі значення за фактором отримують непевнені у власній цінності опитувані, які намагаються компенсувати власне відчуття неповноцінності за допомогою надвисоких вимог до своєї діяльності й поведінки та сумлінним виконанням взятих на себе зобов'язань. Відповідно, низькі значення за фактором властиві опитуваним зі здоровою самоцінністю.

В табл. 2 представлені запитання та їх факторні навантаження другого виділеного вторинного фактору.

Представлений фактор задовольняє рекомендованим параметрам: CFI = 0,902; RMSEA = 0,063; SRMR = 0,0649. Зі змісту запитань можна зробити висновок, що низькі бали за фактором отримують особи зі здоровою самоцінністю. Високі значення властиві, опитаним з порушеною самоцінністю, які потребують соціального прийняття.

В табл. 3 представлені запитання, які входять в третій вторинний фактор, після утворення найбільш узгодженої моделі на основі конфірмаційного факторного аналізу.

Виділений фактор має відмінні показники узгодженості: CFI = 0,92; RMSEA = 0,055; SRMR = 0,074. Виходячи з запитань, які входять у фактор вважаємо, що низькі значення властиві осо-

бам з високим самоприйняттям. Високі бали за фактором – характерні особам з порушеним самоприйняттям, відторгненням певних своїх якостей.

Питання та їх факторні навантаження в конфірмаційному факторному аналізі для четвертого вторинного фактору представлено в табл. 4.

Факторна модель має відмінні показники: CFI = 0,97; RMSEA = 0,051; SRMR = 0,05. Зі змісту запитань видно, що високі значення за фактором отримують особи із заниженим відчуттям самоцінності, які, одночасно з цим почувають себе неприйнятними у стосунках з іншими. Низькі значення характерні опитуваним, які відчувають свою самоцінність та соціальну бажаність.

В табл. 5 представлені запитання включені у п'ятий виділений фактор та їх факторні навантаження.

Модель фактору має високі показники: CFI = 1,0; RMSEA = 0,009; SRMR = 0,001. Високі значення за п'ятим фактором можна пов'язати з несформованою цілісною ідентичністю, суперечливістю та конфліктністю між різними аспектами Селф. Низькі значення за фактором вказують на тотожність самому собі, прийняття себе, відчуття своєї цінності.

Шостий виділений вторинний фактор виявив незадовільну узгодженість. Тому, ми не будемо його приймати до уваги та подальшого аналізу.

Надійність шкал методики. Для подальшої роботи, на основі запитань, які пояснювались утвореними факторами були створені шкали. Для дослідження надійності-узгодженості шкал методики нами обчислювався коефіцієнт альфа Кронбаха (табл. 6).

З табл. 6 видно, що більшість шкал опитувальника задовольняють рекомендованому

Таблиця 1

**Навантаження запитань на перший вторинний фактор
в конфірмаційному факторному аналізі**

Фактор 1 Здорова самоцінність - порушена самоцінність, перфекціонізм			
Умовне познач. питання	Зміст запитання	1 бал за відпов.	Факторні навантаження
sh_pov03	Для мене важливо, чи поділяють інші мою точку зору.	так	0,404
muk_fa102	Я завжди беру на себе багато роботи, щоб показати усім, що я класний (-на)	так	0,452
muk_fa117	Мені здається, якщо я не виконаю свою роботу добре, люди можуть відкинути мене	так	0,602
muk_fa115	Коли я зазнаю невдачі в чомусь важливому для мене, мене охоплює почуття неадекватності	так	0,541
sh_pruj03	Я часто замислююся про те, чи відповідає моя поведінка ситуації	так	0,432
sh_spnt02	У мене часто виникає потреба знайти обґрунтування тим своїм діям, які я здійснюю просто тому, що мені цього хочеться	так	0,388
muk_fa109	Я відчуваю відповідальність за те, щоб людям поруч зі мною було весело та комфортно	так	0,411
muk_fa110	Я весь час підстроююсь під інших	так	0,457
itm_pan09	Якби моє друге «Я» існувало, то для мене це був би досить нудний партнер по спілкуванню	так	0,338
sh_pruj11	Мені важко примиритися зі своїми помилками	так	0,669
muk_fa099	Щоб мене любили, мені треба проявляти себе з найкращого боку	так	0,631
muk_fa118	Я майже завжди орієнтуюся на очікування інших і поступаю відповідно до цього	так	0,647
muk_fa105	Я дивуюся, коли хтось ставиться до моїх почуттів серйозно	так	0,593
sh_pov10	Я відчуваю себе впевненим у відносинах з іншими людьми.	ні	0,351

Таблиця 2

**Навантаження запитань на другий вторинний фактор
в конфірмаційному факторному аналізі**

Фактор 2 Здорова самооцінність – порушена самооцінність, потреба в прийнятті			
Умовне познач. питання	Зміст запитання	1 бал за відпов.	Факторн. навантаження
muk_fa113	Я знаю, що неможливо подобатись усім, але все одно хотів (-ла) би цього	так	0,392
muk_fa100	Треба старатися бути хорошим, щоб подобатися людям	так	0,289
itm_pan07	Іноді я сумніваюся, чи можна любити мене по-справжньому	так	0,456
muk_fa108	Якщо щось відбувається не так, я в першу чергу звинувачую себе	так	0,603
sh_pov13	Мені часто доводиться виправдовувати перед самим собою за свої вчинки	так	0,558
sh_pov14	Мені завжди вдається керуватися в житті власними почуттями і бажаннями	Ні	0,449
rodg10	Я людина приємна, така, що подобається іншим	Ні	0,333
rodg05	Немає нічого, в чому б я виразив себе, проявив свою індивідуальність, своє Я	так	0,353
sh_pov06	Я можу сказати, що я собі подобаюся	Ні	0,658
sh_pov05	Я впевнений у собі	Ні	0,686
rodg07	Я себе просто недостатньо ціную	так	0,557

Таблиця 3

**Навантаження запитань на третій вторинний фактор
в конфірмаційному факторному аналізі**

Фактор 3 Добре самоприйняття – занижене самоприйняття			
Умовне познач. питання	Зміст запитання	1 бал за відпов.	Факторн. навантаження
rodg03	Я маю привабливу зовнішність	Ні	0,648
rodg13	Я - людина тямуща, вдумлива	Ні	0,406
sh_pruj01	Я вірю в себе навіть тоді, коли відчуваю, що не можу впоратися з усіма завданнями, що стоять переді мною	Ні	0,504
sh_pruj05	Я мирюся з суперечностями в самому собі	Ні	0,424
muk_fa116	Я намагаюся з розумінням і терпінням ставитися до тих аспектів моєї особистості, які мені не подобаються	Ні	0,510
rodg08	Я ставлюсь до себе в цілому добре	Ні	0,758
pan15	Мені здається, що якби було більше таких людей, як я, то життя змінилося б на краще	Ні	0,308
rodg04	Я вважаю себе цікавою людиною – привабливою як особистість та помітною	Ні	0,699

Таблиця 4

**Навантаження запитань на четвертий вторинний фактор
в конфірмаційному факторному аналізі**

Фактор 4 Здорова самооцінність, відчуття соціальної важливості – ушкоджена самооцінність, соціальне відчуження			
Умовне познач. питання	Зміст запитання	1 бал за відпов.	Факторн. навантаження
rodg02	Більшість з тих, хто мене знає, добре до мене ставиться, любить мене	ні	0,302
rodg06	У мене зараз багато що гідне презирства	так	0,485
pan12	Я не вважаю, що достатньо духовно цікавий для того, щоб бути привабливим для багатьох людей	так	0,505
muk_fa107	Я думаю, що не дуже цікавий (-а) людям, бо нічим не виділяюся	так	0,678
rodg09	Я задоволений собою	ні	0,649
pan20	Мое внутрішнє «Я» завжди мені цікаво	ні	0,526
pan05	Можна сказати, що я ціную себе досить високо	ні	0,657

Таблиця 5

**Навантаження запитань на п'ятий вторинний фактор
в конфірмаційному факторному аналізі**

Фактор 5 Цілісність Селф – суперечливість Селф			
Умовне познач. питання	Зміст запитання	1 бал за відпов.	Факторн. навантаження
sh_pruj12	Мені легко змиритися зі своїми слабкостями	ні	0,415
sh_pov11	Я завжди можу покластися на свої здібності орієнтуватися в ситуації	ні	0,647
muk_fa103	Коли хтось натякає, що я не такий, як треба, я відчуваю страх, що він правий	так	0,721
sh_pruj07	Критичні зауваження на мою адресу не знижують мою самооцінку	ні	0,506

Таблиця 6

Шкали методики та їх значення внутрішньої узгодженості

Назва шкали	Коефіцієнт альфа Кронбаха
Здорова самоцінність – порушена самоцінність, перфекціонізм (Шкала 1)	0,833
Здорова самоцінність – порушена самоцінність, потреба в прийнятті (Шкала 2)	0,771
Високе самоприйняття – занижене самоприйняття (Шкала 3)	0,768
Здорова самоцінність, соціальна важливість – ушкоджена самоцінність, соціальне відчуження (Шкала 4)	0,750
Цілісність Селф – суперечливість Селф (Шкала 5)	0,653

значенню взаємної узгодженості питань шкал (альфа більше 0,70). Шкала цілісність Селф – суперечливість Селф трохи нижче рекомендованого рівня, але зважаючи на відмінні значення, отримані в конфірмаційному факторному аналізі, її можна прийняти.

Оцінка ретестової надійності здійснювалась на основі вивчення кореляції за Спірменом між першим та повторним тестуванням. Повторне тестування проводилось через 3 тижні після першого заміру (див. табл. 7).

Оскільки всі отримані коефіцієнти кореляції є достовірними на рівні 0,01% вважаємо показники ретестової надійності тесту задовільними. Потрібно додати, що повторне тестування проводилось під час сесії, що є стресовою ситуацією, яка потенційно могла вплинути на результати тестування. В подальшому дослідженні планується продовжити дослідження надійності методики самоцінності.

Валідність шкал методики. Тест має високу конструктивну валідність, яка забезпечувалась підбором питань згідно теоретично виділених ознак самоцінності, проведеними процедурами експлуаторного та конфірмаційного аналізами. В табл. 8 представлені кореляції за Спірменом

між виділеними шкалами та методиками, включеними в дослідження для підтвердження їх критеріальної валідності.

Наведені в табл. 8 результати кореляційного аналізу доводять високу критеріальну валідність виділених шкал. Спочатку розглянемо кореляції, які підтверджують критеріальну валідність всіх шкал методики для дослідження самоцінності. Потім розглянемо кореляції, які підтверджують специфіку кожної шкали для діагностики певного аспекту самоцінності.

Кореляції зі шкалою Цінність власного Я (Янов-Бульман) підтверджують, що високі значення за всіма шкалами виявляються в осіб з відчуттям заниженої цінності власного Я. Ця група кореляцій підтверджує, що запропоновані шкали вимірюють певний аспект самоцінності (конкурентна валідність). Відповідно, Шкала 3 Високе самоприйняття – занижене самоприйняття – вимірює феномен тісно пов'язаний із самоцінністю.

З табл. 8 видно, що високі значення за всіма запропонованими шкалами пов'язані з ушкодженою самооцінкою за Розенбергом (яка відображає глобальну самооцінку, емоційний компонент самооцінки – задоволення собою). Означені коре-

Таблиця 7

Ретестова надійність методики діагностики самоцінності

Шкали, між якими обчислювалась кореляція	Коеф. корел.
Шкала 1 Здорова самоцінність – порушена самоцінність, перфекціонізм	R = 0,705**
Шкала 2 Здорова самоцін. – порушена самоцін., потреба в прийнятті	R = 0,734**
Шкала 3 Добре самоприйняття – занижене самоприйняття	R = 0,519**
Шкала 4 Здорова самоцін., соціал. важлив. – ушкодж. самоцін., відчуження	R = 0,515**
Шкала 5 Цілісність Селф – суперечливість Селф	R = 0,631**

Примітка: ** - рівень достовірності 0,01; n = 59

Достовірні кореляції (за Спірменом) між шкалами методики Самоцінності та тестами, використаними для перевірки валідності

Опитувальники для перевірки валідності	Шкали методики Самоцінності				
	Шкала 1	Шкала 2	Шкала 3	Шкала 4	Шкала 5
Янов-Булман, шкала Цінність власного Я	-0,632**	-0,668**	-0,541**	-0,589**	-0,570**
Самооцінка Розенберг	-0,587**	-0,698**	-0,493**	-0,633**	-0,514**
Самооцінка Q-сортування	-0,249*			-0,356**	-0,349**
Ситуативна тривожність	0,369**	0,458**	0,295**	0,424**	0,366**
Феномен Самозванця П. Кланс	0,651**	0,613**	0,337**	0,484**	0,709**
Потреба у схваленні Дугласа	-0,291**	-0,318**	-0,224*	-0,193*	-0,387**
Впевненість у собі Рейдаса	-0,451**	-0,496**	-0,207*	-0,408**	-0,402**
Мотивація афіляції Мехрабіана	-0,426**	-0,481**	-0,232*	-0,381**	-0,564**
<i>Шкали перфекціонізму М. Сміта</i>					
Перфекц., орієнтований на себе	0,292**	0,197*			0,297**
Проблеми з самооцінкою	0,638**	0,505**		0,323**	0,558**
Стурбованість помилками	0,690**	0,671**	0,304**	0,438**	0,628**
Сумніви у власних діях	0,558**	0,567**	0,264*	0,448**	0,516**
Самокритика	0,719**	0,530**	0,254*	0,321**	0,552**
Соціально-приписаний перфекц.	0,473**	0,358**	0,211*		0,342**
Перфекц., орієнтований на інших	0,315**				0,241*
Гіперкритика					
Впевненість, що мені щось винні	0,252**				
Претензійність					
<i>Узагальнені шкали перфекціонізму М. Сміта</i>					
Жорсткий перфекціонізм	0,537**	0,410**		0,291**	0,489**
Самокритичний перфекціонізм	0,731**	0,649**	0,327**	0,423**	0,653**
Нарцисичний перфекціонізм	0,233*				
Загальний перфекціонізм	0,634**	0,490**		0,329**	0,557**
<i>Шкали психологічного благополуччя К. Ріффа</i>					
Позитивні віднос. з оточуючими	-,270**	-,321**	-,227*	-,313**	-,206*
Автономія	-,465**	-,523**	-,301**	-,332**	-,439**
Управління середовищем	-,406**	-,583**	-,427**	-,485**	-,518**
Особистісне зростання	-,241*	-,291**	-,254*	-,323**	
Цілі у житті	-,301**	-,490**	-,332**	-,552**	-,267**
Самоприйняття	-,498**	-,668**	-,458**	-,632**	-,502**

* - кореляції на рівні достовірності $p < 0,05$; ** - рівень достовірності $p < 0,01$

ляції підтверджують критеріальну валідність шкал запропонованої методики, призначених для діагностики самоцінності, оскільки самоцінність має бути пов'язана з позитивним ставленням до себе. Кореляція також підтверджує критеріальну валідність третьої шкали: позитивне самоприйняття має корелювати з позитивною оцінкою себе, що і видно з табл. 8.

Кореляції створених шкал з високою ситуативною тривожністю підтверджують їх критеріальну валідність, оскільки, особи з порушеною самоцінністю та самоприйняттям – є невпевненими у собі, що відображається у високій ситуативній тривозі.

Теоретично допускається, що особи з ушкодженою самоцінністю – вразливі до критики, сумніваються у власних діях, схильні до самокритики. Це підтверджується виявленими кореляціями з відповідними шкалами опитувальника перфекціонізму. Виявлені зв'язки – підтверджують критеріальну валідність виділених шкал самоцінності. Особи з низьким самоприйняттям

та наявними внутрішніми протиріччями – також можуть бути самокритичними. Неприйняття в собі певних особистісних рис можна зрозуміти як негативну оцінку (самокритику). Тому виявлена кореляція між шкалами Самокритичний перфекціонізм та Високе самоприйняття – занижене самоприйняття підтверджує критеріальну валідність останньої.

Кореляції утворених шкал з високими значеннями за методикою Феномен самозванця показує, що занижена самоцінність та самоприйняття пов'язано з відчуттям внутрішньої невідповідності індивідуальним досягненням та успіху. Виявлені зв'язки підтверджують критеріальну валідність виділених шкал, оскільки, теоретично можна допустити, що особи з ушкодженою самоцінністю та самоприйняттям будуть сумніватись у власній успішності, будуть залишатись невпевненими в собі.

Кореляції шкал методики зі шкалами Потреба у схваленні Дугласа та Мотивація афіляції Мехрабіана показують, що особи з ушкодженою

самоцінністю та самоприйняттям стороняться соціальної взаємодії через страх відторгнення, що теоретично узгоджується з конструктами порушеної самоцінності та самоприйняття. Цей висновок також підтверджується обернено-пропорційною кореляцією означених шкал зі шкалою Позитивні відносини з оточуючими Ріффа. Кореляція свідчить, що особам з порушеною самоцінністю та самоприйняттям не вистачає довірчих стосунків з оточуючими, їх соціальне коло контактів – обмежено.

Кореляції між утвореними шкалами самоцінності та методикою Рейдаса свідчать про те, що опитані з порушеною самоцінністю мають занижену здатність до прийняття самого себе та оточуючих, невпевненість в собі. Зазначене підтверджує валідність запропонованих шкал. Низька асертивність (якість яку вимірює методика Рейдаса) вказує на присутність певних якостей, які особа в собі не приймає, засуджує в собі, це характерно як особам з низькою самоцінністю, так і з порушеним самоприйняттям. Означені результати також підтверджуються кореляціями виділених шкал зі шкалою Самоприйняття Ріффа. Згідно цих кореляцій особи з ушкодженою самоцінністю та недостатнім самоприйняттям – незадоволені собою, не приймають себе, хочуть бути іншими ніж себе відчують.

Інші виявлені кореляції також підтверджують критеріальну валідність шкал самоцінності. Зокрема, особи з порушеною самоцінністю та самоприйняттям: орієнтовані на очікування та схвалення оточуючих (кореляція зі шкалою Автономія Ріффа); відчують безсилля в управлінні оточуючим світом (кореляція зі шкалою Управління середовищем Ріффа); мають розмиті життєві цілі (аналогічна шкала методики Ріффа).

Розглянемо кореляції окремих шкал методики самоцінності, що підтверджують валідність у вимірянні певної специфіки.

Шкала 1 Здорова самоцінність – порушена самоцінність, перфекціонізм має кореляції з усіма загальними шкалами перфекціонізму в тому числі зі шкалою Нарцисичний перфекціонізм. Це означає, що особи з порушеною самоцінністю, яка компенсується в надмірних стандартах роботи, мають підвищені значення Нарцисичного перфекціонізму, більше прагнуть до досконалості. Отже, кореляція підтверджує валідність шкали в тому, що шкала разом з порушеною самоцінністю діагностує надмірне прагнення до досконалості, яке може проявлятися і в роботі.

Обернено-пропорційна кореляція між шкалою (яка вивчається) та самооцінкою (на основі Q-сортування) – також підтверджує її високу критеріальну валідність. Кореляція означає, що особи з порушеною самоцінністю, яку компенсують перфекціонізмом, мають занижену самооцінку, високу невідповідність між «Я-реальним» та «Я-ідеальним». Зі схильністю досягати високі професійні успіхи – можна пов'язати – надмірно-високе «Я-ідеальне». Тоді як ушкоджена самоцінність може проявлятися у високому невдоволенні «Я-реальним». Така невідповідність теоретично може бути властива особам з порушеною самоцінністю, яка компенсована перфекціонізмом; на цю особливість вказує кореляція з методикою Q-сортування.

Шкала 2 Здорова самоцінність – порушена самоцінність, потреба в прийнятті. Наведені в табл. 8 кореляції показують, що самоцінність в цьому вимірі не пов'язана з рефлексивною складовою самооцінки (відсутня кореляція з результатами Q-сортування), проте пов'язана з емоційними складовими (наявна кореляція з методикою Розенберга). З усіх шкал Методики самоцінності друга шкала найбільш сильно корелює зі шкалою Автономія (методики Ріффа), що означає, що високі значення за шкалою виявляють особи, які мають складнощі в тому, щоб протистояти зовнішньому впливу та відстоювати власну позицію. Виявлена кореляція підтверджує валідність шкали вимірювати сильну залежність від оточуючих.

Шкала 3 Високе самоприйняття – занижене самоприйняття. Виявлені кореляції для шкали самоприйняття відрізняються від кореляцій шкал самоцінності. Зокрема, відсутня кореляція з рефлексивною складовою самооцінки (методика Q-сортування), здатність прогнозувати соціальне відчуження у цієї шкали є гіршою (кореляції з методиками Дугласа, Рейдаса та Мехрабіана – знаходяться на рівні 0,05). Шкала самоприйняття корелює лише з самокритичною складовою перфекціонізму, що свідчить про те, що вона не пов'язана з надмірними вимогами опитуваних до себе, що у випадку порушеної самоцінності має компенсаторний характер. Отже, кореляції показують, що шкала вимірює психологічний конструкт відмінний від самоцінності. На зв'язок шкали з феноменом самоприйняття вказує кореляція зі шкалою Самоприйняття методики Ріффа (критеріальна валідність) та змісто в наповнення шкали (очевидна валідність).

Шкала 4 Здорова самоцінність, соціальна важливість – ушкоджена самоцінність, соціальне відчуження. Кореляції, наведені в таблиці 8 підтверджують валідність шкали для дослідження самоцінності. Опосередковано, валідність шкали для дослідження аспекту соціального визнання-відчуження доводить кореляція зі шкалою Цілі у житті методики Ріффа. Так, кореляція шкали 4 з Цілями життя є найбільш сильною серед усіх інших розроблених шкал. Вона свідчить, що особа з низькими значеннями за шкалою 4 мають сформовані життєві цілі, їх життя осмислене. На нашу думку це свідчить про активну участь таких осіб у соціальному житті.

Шкала 5 Цілісність Селф – суперечливість Селф. Виявлені кореляції підтверджують валідність шкали для дослідження самоцінності. Але використані для перевірки критеріальної валідності методики не дозволяють перевірити валідність аспекту (специфіки) на який спрямована дана шкала. Це завдання залишається для наступних досліджень.

Висновки. Результати експлуаторного і конфірматорного факторного аналізу показують, що психологічний конструкт самоцінність може проявлятися у різних сферах: 1) ушкоджена самоцінність може компенсуватися за допомогою занурення в роботу та досягнення професійного визнання; 2) ушкоджена самоцінність може виявлятися як постійна загострена потреба у підтримці і схваленні, що можна пов'язати з психологічною залежністю; 3) здорова самоцінність

відчувається як соціальне прийняття, відчуття своєї соціальної значущості, порушена самоцінність в свою чергу пов'язана з певним соціальним відчуженням. Близькою до самоцінності є виділена шкала Цілісності Селф.

Здійснений експлуаторний факторний аналіз показує, що конструкт самоцінності відокремлюється від психологічного конструкту «самоприйняття». Проте в представленому дослідженні самоцінність не відокремлюється від психологічного конструкту самоповага.

На нашу думку, запропонована методика дозволяє оцінювати складові самоцінності та їх порушення. Проведене дослідження підтверджує надійність та валідність створених шкал. *Перспективами подальшого дослідження* є: 1) можливе доповнення шкал методики; 2) розширення вибірки дослідження з метою повторного уточнення факторної структури, валідності та ретестової надійності; 3) розробка нормативних значень. Текст першої версії методики та ключі до шкал опубліковані на сайті [10].

Список літератури:

1. Агаєв Н. А., Кокун О. М., Пішко І. О. та ін. Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців: Методичний посібник. Київ, 2016. 234 с.
2. Березюк О. Р., Фільц О. О., Грабчак В. І., Сірко Р. І. Опитувальник порівняльного індексу почуття неповноцінності: переклад, валідизація та досвід використання в Україні. *Вісник Вінницького національного медичного університету*. 2022. Т. 26, № 4. С. 633–636. DOI: [https://doi.org/10.31393/reports-vnmedical-2022-26\(4\)-20](https://doi.org/10.31393/reports-vnmedical-2022-26(4)-20)
3. Бурбо Л. П'ять травм і масок, які заважають бути собою. Київ : Книжковий клуб «Клуб Сімейного Дозвілля, 2020. 256 с.
4. Гуменюк О. Є. Психологія Я-концепції : Навчальний посібник. Тернопіль : Економічна думка, 2004. 310 с.
5. Данилевич М. В. Теоретичні і методичні засади професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту до рекреаційно-оздоровчої діяльності: дис ... доктора пед. наук: 13.00.04. Львів, 2018. 301 с.
6. Карамушка Л. М., Бондарчук О. І., Грубі Т. В. Діагностика перфекціонізму та трудового вигорання особистості: психологічний практикум. Кам'янець-Подільський : Медобори-2016, 2018. 64 с.
7. Карсканова С. В. Опитувальник «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф: процес та результати адаптації. *Практична психологія та соціальна робота*. 2011. № 1. С. 1–10.
8. Курова А. В. Психологія спілкування : навчально-методичний посібник. Одеса : Фенікс, 2020. 79 с.
9. Миколенко Н.В. Змістовний аналіз поняття самоцінності особистості *Наукові перспективи. Серія «Психологія»*. 2023. № 12 (42). С. 866–880.
10. Миколенко Н.В., Плескач Б.В. Методики діагностики самоцінності, вер. 1. URL: https://pleskach.wordpress.com/wp-content/uploads/2024/07/metodika_samochinnist.pdf (дата звернення: 15.07.2024).
11. Просандеева Л. Є. Психологічні засади розвитку самоцінності особистості в процесі соціалізації. Дисертація д-ра психол. наук: 19.00.07, Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. Київ, 2012. 440 с.
12. Факторні навантаження методики самоцінності (первинні та вторинні фактори). URL: https://pleskach.wordpress.com/wp-content/uploads/2024/07/matrix_first_factors.xlsx (дата звернення: 01.07.2024).
13. Чайка Г. В. Український переклад методики вивчення фундаментальних припущень Р. Янов-Бульман. *Вчені записки ТНУ В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2024. Т. 35 (74), № 2. С. 18–24. DOI: <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.2/04>
14. Шкала самооцінки Розенберга. Львів : УІКІПТ, 2012. URL: <http://tikhonova.com.ua/Scale11.pdf> (дата звернення: 01.07.2024).
15. Штена О. С. Особливості загальної компетентності та її діагностика *Практична психологія та соціальна робота*. 2011. № 10. С. 39–49.
16. Adler A., & Associates Guiding the Child (Psychology Revivals): On the Principles of Individual Psychology (1st ed.). Routledge, 2013. (Original work published in 1930).
17. Satir Clance P. R. The impostor phenomenon: when success makes you feel like a fake. Toronto: Bantam Books, 1986. 209 p.
18. Längle A. Persönlichkeitsstörungen und Traumagenese. Existenzanalyse traumabedingter Persönlichkeitsstörungen. In: Existenzanalyse 2005 No. 22, 2, 4–18 p.
19. Rathus S. A. A 30-item schedule for assessing assertive behavior. *Behavior therapy*. 1973. No. 4. P. 398–406.
20. Satir V. S. Peoplemaking. Robert S. Spitzer. Palo Alto : Science and Behavior Books, 1972. 304 p.

References:

1. Ahaiev, N. A., Kokun, O. M., Pishko, I. O. (2016) *Zbirnyk metodyk dlia diahnostyky nehatyvnykh psykhychnykh staniv viiskovosluzhbivtsiv: Metodichnyi posibnyk* [Collection of methods for diagnosing negative mental states of military personnel: Methodical manual]. Kyiv : NDTs HP ZSU, 234 p. (in Ukrainian)
2. Bereziuk, O. R., Filts, O. O., Hrabchak, V. I., Sirko, R. I. (2022) *Opytuvalnyk porivniialnoho indeksu pochuttia nepovnotsinnosti: pereklad, validyzatsiia ta dosvid vykorystannia v Ukraini* [Questionnaire of the comparative index of feelings of inferiority: translation, validation and experience of use in Ukraine] *Visnyk Vinnytskoho natsionalnoho medychnoho universytetu – Bulletin of Vinnytsia National Medical University*, vol. 26-4, pp. 633–636. DOI: [https://doi.org/10.31393/reports-vnmedical-2022-26\(4\)-20](https://doi.org/10.31393/reports-vnmedical-2022-26(4)-20)
3. Burbo, L. (2020) *P'jat' travm i masok, jaki zavazhajut' buti soboju* [Five traumas and masks that prevent you from being yourself]. Kyiv : Knizhkovij klub «Klub Simejnogo Dozvilja, 256 p. (in Ukrainian)
4. Humeniuk, O. Ye. (2004) *Psyhholohiia Ya-kontseptsii: Navchalnyi posibnyk* [Psychology of self-concept: Study guide]. Ternopil : Ekonomichna dumka, 310 p. (in Ukrainian)
5. Danylyevych, M. V. (2018) *Teoretychni i metodichni zasady profesiinoi pidhotovky maibutnykh fakhivtsiv z fizychnoho vykhovannia ta sportu do rekreatsiino-ozdorovchoi diialnosti* [Theoretical and methodical principles of professional training of future specialists in physical education and sports for recreational and recreational activities]: dys ... doktora ped. nauk: 13.00.04. Lviv, 301 p. (in Ukrainian)
6. Karamushka, L. M., Bondarchuk, O. I., Hrubci, T. V. (2018) *Diahnetyka perfektsionizmu ta trudoholizmu osobystosti: psykholohichni praktykum* [Diagnosis of perfectionism and workaholism of the personality: psychological workshop]. Kamianets-Podilskiy : Medobory-2016, 64 p. (in Ukrainian)

7. Karskanova, S. V. (2011) Opytuvalnyk «Shkaly psykholohichnoho blahopoluchchia» K. Riff: protses ta rezultaty adaptatsii [Questionnaire "Scale of psychological well-being" K. Riff: process and results of adaptation.]. *Praktychna psykholohiia ta sotsialna robota – Practical Psychology and Social Work*, vol. 1, pp. 1–10.
8. Kurova, A. V. (2020) *Psykholohiia spilkuвання: navchalno-metodychnyi posibnyk* [Psychology of communication: educational and methodological manual]. Odesa : Feniks, 79 p. (in Ukrainian)
9. Mykolenko, N. V. (2023) Zmistovnyi analiz poniattia samotsinnosti osobystosti [A meaningful analysis of the concept of self-worth of an individual] *Naukovi perspektyvy. Seriya «Psykholohiia» – Scientific perspectives. "Psychology" series*, vol. 12(42), pp. 866–880.
10. Mykolenko, N. V., Pleskach, B. V. (2024) Metodyky diahnozyky samotsinnosti, ver. 1 [Self-esteem diagnostic methods, ver. 1]. Available at: https://pleskach.wordpress.com/wp-content/uploads/2024/07/metodika_samochinnist.pdf (accessed July 15, 2024).
11. Prosandeeva, L. E. (2012) Psihologichni zasady rozvitku samocinnosti osobystosti v procesi socializacii [Psychological foundations of the development of self-esteem of the individual in the process of socialization]. Doctor's thesis. Kyiv: Nac. ped. un-t im. M. P. Dragomanova. [in Ukrainian]
12. Faktorni navantazhennia metodyky samotsinnosti (pervynni ta vtorynni faktory) [Factor loadings of self-esteem methodology (primary and secondary factors)]. Available at: https://pleskach.wordpress.com/wp-content/uploads/2024/07/matrix_first_factors.xlsx (accessed July 1, 2024).
13. Chaika, H. V. (2024) Ukrainskyi pereklad metodyky vyvchennia fundamentalnykh prypushchen R. Yanov-Bulman [Ukrainian translation of the method of studying fundamental assumptions by R. Yanov-Bulman] *Vcheni zapysky TNU V.I. Vernadskoho. Seriya: Psykholohiia – Scientific notes of V.I. Vernadsky Taurida National University. Series: Psychology*, vol. 35(74)-2, pp. 18–24. DOI: <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.2/04>
14. Shkala samootsinky Rozenberha [Rosenberg self-esteem scale] (2012). Lviv: UIKPT. Available at: <http://tikhonova.com.ua/Scale11.pdf> (accessed July 1, 2024).
15. Shtepa, O. S. (2011) Osoblyvosti zahalnoi kompetentnosti ta yii diahnozyka [Features of general competence and its diagnosis] *Praktychna psykholohiia ta sotsialna robota – Practical psychology and social work*, vol. 10, pp. 39–49.
16. Adler, A., & Associates (2013). *Guiding the Child (Psychology Revivals): On the Principles of Individual Psychology* (1st ed.). Routledge. (Original work published in 1930).
17. Clance, P. R. (1986) *The impostor phenomenon: when success makes you feel like a fake*. Toronto: Bantam Books, 209 p.
18. Längle, A. (2005) *Persönlichkeitsstörungen und Traumagenese. Existenzanalyse traumabedingter Persönlichkeitsstörungen*. In: *Existenzanalyse* 22, 2, 4-18.
19. Rathus S. A. A (1973) 30-item schedule for assessing assertive behavior. *Behavior therapy*, vol. 4, pp. 398–406.
20. Satir, V. S. (1972). *Peoplemaking*. Palo Alto : Science and Behavior Books, 304 p.