

Aplikované metody sociální psychologie

Sebepojetí a sebehodnocení

Sebepojetí

metodologické problémy zkoumání sebepojetí

souvisejí s tím, že (volně podle Bittmana, 1980):

- chybí přesné vymezení pojmu sebepojetí (self-concept)
- chybí tedy i přesnější vymezení parametrů sebepojetí, které by mohly být operacionalizovány a diagnostikovány,
- v příslušném kontextu jde spíše o diagnostiku některého aspektu sebepojetí (self-conceptu)

Sebepojetí - diagnostika

- rozdílný interpreteční rámec výsledků.
 - ze subjektivních výpovědí o sobě usuzujeme na více méně stabilní a "objektivní" **charakteristiky osobnosti** - to je typické pro většinu osobnostních dotazníků, které z řady položek charakterizují určité osobnostní dimenze
 - nebo výsledky interpretujeme právě jako **subjektivní výpovědi o sobě samém** - interpretační rámec tedy tvoří některý aspekt sebepojetí osobnosti.
 - *Otázkou pak zůstává, zda všechny subjektivní výpovědi o sobě samém jsou skutečně relevantní obsahu sebepojetí, nebo zda jsou spíše subjektivně nevýznamným artefaktem použité metody.*
 - *Stejně tak je velmi obtížné odlišit, co je subjektivně pravdivá výpověď o vlastním "já", co je sebe prezentace nebo obranný mechanismus.*

Diagnostika - možnosti:

Velmi zjednodušeně lze ve vztahu k diagnostice sebepojetí uvažovat o dvou základních rozměrech úvah o sobě samém (např. Macek, 1991):

- o diagnostice převážně **kognitivních obsahů** vztahovaných k já, nejčastěji charakterizované jako self-concept
- o diagnostice více méně **globálního a emociálně nasyceného vztahu k sobě** - zde se nejčastěji mluví o sebeúctě (self-esteem)

Diagnostika - typy:

Podle tohoto schematického klíče můžeme rozdělit metody dvě skupiny:

- převážně **diagnostikující obsah sebepojetí** (strukturu, míru jednotlivých charakteristik), tj. zejména vícedimenzionální dotazníky, škály, metody volného popisu, psychosémantické techniky a další,
- převážně **diagnostikující kvalitu vztahu k sobě samému** (sebeúctu, vysoké nízké sebehodnocení a pod.) - jednodimenzionální škály a metody, které vyvozují nějaký globální ukazatel vztahu k sobě např. technikou Q-sort atp.
- Uvažujeme-li o sebepojetí jako o postoji k sobě samému, můžeme diagnostikovat i konativní aspekt.

Sebehodnocení

- je **součástí sebepojetí**; označení **jáské zkušenosti** manifestující se jako celkový vztah k sobě nebo hodnota sebe sama
- termín spíše označuje **proces**, i když se také používá pro označení **výsledku** toho procesu
- součástí sebehodnocení je **znalostní a emocionální stránka** sebereflexe
- sebehodnocení je chápáno jako **výsledek sociálního srovnávání** a sebezposouzení na základě pozorování vlastní činnosti
- důležitou roli při utváření sebehodnocení hrají signály z okolního prostředí a emotivita
- má **tři složky**, z nich dvě jsou závislé na temperamentu, resp. emotivitě, třetí složka je na nich nezávislá a je založena na sociálním srovnávání
 - první je tvořena souhrnem pozitivních tvrzení o sobě (**sebeúcta**)
 - druhou tvoří popírání negativních tvrzení o sobě (**sebesnižování**)
 - třetí složkou je **srovnání s druhými** lidmi
- sebehodnocení je uváděno do **vztahu s temperamentem a emotivitou**
 - negativní složka sebehodnocení nejčastěji spojována s neuroticismem, dominancí a afiliací.
 - introverti mají nižší sebehodnocení než extraverti.

Ukázka

REP test kombinovaný se sémantickým diferencialem.

- Návrh postupu (REP test):
 - Vyberte 5 osob, které jsou pro vás významné + jáské reprezentace (*aktuální já - jaký jsem nyní, ideální já - jaký bych chtěl být, nechtěné já - jaký bych nechtěl být*). Seřadte v pořadí 1. - 8.
 - Náhodně vytvořit dvojice (1-5, 2-6, 3-7, 4-8).
 - Naleznout podobnosti a rozdíly mezi dvojicemi -> adjektiva.

Ukázka - pokračování:

- Vybrat adjektiva a naleznout protiklad k adjektivům.
- Označit polaritu adjektiv (+ -). V případě, že je to možné. Polarita důležitá pro vyhodnocení globálního sebehodnocení.
- Vytvořit formulář (sémantický diferenciál)

Vlastnost 1 (kladná)	3	2	1	0	-1	-2	-3	Vlastnost 1 (záporný opak)
----------------------	---	---	---	---	----	----	----	----------------------------

Vlastnost 2 (kladná)	3	2	1	0	-1	-2	-3	Vlastnost 2 (záporný opak)
----------------------	---	---	---	---	----	----	----	----------------------------

Ukázka – pokračování (2):

- Posoudit adjektiva (např. pro: *aktuální já, ideální já, matku, partnera/ku*)

Ukázka – vyhodnocení (př.):

- **Globální sebehodnocení** - součet plusových a minusových odpovědí. Maximální počet (24), minimální (-24). Hodnota určuje míru sebehodnocení.
- **Rozdíl mezi aktuálním a ideálním já** - součet rozdílů absolutních hodnot mezi stejnými dvojicemi adjektiv. Minimální hodnota 0 (žádný rozdíl mezi aktuálním a ideálním já), maximální hodnota 48 (největší rozdíl mezi aktuálním a ideálním já).