Отже, функції самооцінки і самоповаги психічного життя особи полягають в тому, що вони виступаю внутрішніми умовами регуляції поведінки і діяльності людини. Завдяки включенню самооцінки в структуру мотивації діяльності особа постійно співвідносить свої можливості, психічні ресурси з цілями і засобами діяльності. [48]

Головні функції, які виконуються самооцінкою, — регуляторна, на основі якої відбувається вирішення завдань особового вибору, і захисна, забезпечуюча відносну стабільність і незалежність особи.