

ПСИХОКОРЕКЦІЯ САМООЦІНКИ ОСІБ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ

Ф. Е. Усейнова

Херсонський державний університет, ferideuseinova39@gmail.com

Науковий керівник: доктор психологічних наук, професор І. С. Попович

Постановка проблеми у загальному вигляді. Актуальною проблемою нашого часу залишається формування творчої людської особистості, а для цього необхідно надати освітньо-виховному процесу чітко визначеного соціально доцільного напрямку. Як нам вже відомо саме в підлітковому та юнацькому віці надзвичайно інтенсивно відбуваються істотні якісні зрушення у розвитку особистості, які супроводжуються значущими суб'єктивними труднощами у житті юнаків. І тому постають питання щодо гармонійного розвитку і адекватного формування особистості. Не дарма психологи вважають ці вікові проміжки кризовими та критичними. У цей віковий період найбільш імовірні конфлікти між більш-менш сформованими настановленнями «Я» та безпосереднім досвідом людини [1], соціальні очікування підлітків зазнають перманентних змістових перетворень [3]. Особистості необхідна правильна (об'єктивна) самооцінка, яка, на наш погляд, найінтенсивніше формується у підлітковому та юнацькому віці.

Аналіз досліджень і публікацій. Проблеми самооцінки особистості торкалися в своїх працях такі вітчизняні науковці, як І. С. Попович, М. Й. Боришевський, О. Є. Гуменюк, Т. М. Титаренко, С. П. Тищенко, і зарубіжні Р. Бернс, Н. Саржвеладзе, Т. Шибутані та ін.

Ми вивчали цю проблему за допомогою наших старшокласників, у попередніх працях, щоб спробувати більш детально розкрити сутність, механізми та соціально-психологічний зміст самооцінки. Також вивчали, з метою розробки психокорекційної програми для осіб підліткового віку з неадекватною самооцінкою.

Очевидною є теоретична і практична актуальність запропонованої теми, з огляду на висвітлені міркування.

Мета роботи полягає у висвітленні результатів емпіричного дослідження формування самооцінки у підлітковому віці та розробці корекційної програми неадекватної самооцінки.

Виклад основного матеріалу. Наше дослідження проведено в школі № 4 м. Генічеськ, із бажаними учнями 8-9 класів. Для дослідження ми запросили 25 школярів, яким видали особистий номер; надалі кожен учень фігурував під своїм номером на всіх етапах експерименту. Для експерименту ми використовували два опитувальника: тестування самооцінки за допомогою методики С. А. Будассі; тестування самооцінки за допомогою методики Дембо-Рубінштейна. Оцінка кореляції даних, отриманих на стадіях 1 і 2. Дослідження самооцінки якостей особистості проводилося таким чином: кожному учневі була викладена тема й ціль дослідження, надані інструкція, опис, і час для обміркування. Тест за методикою Будассі дав наступні результати (див. табл. 1).

Таблиця 1

Коефіцієнт кореляції рангів для визначення адекватності самооцінки за методикою Будассі

№ з/п	Учасник дослідження	$\sum d^2$	R
1	Учень 1	694	0.5
2	Учень 2	1232	0.9
3	Учень 3	938	0.7
4	Учень 4	663	0.5
5	Учень 5	0	0
6	Учень 6	1006	0.8
7	Учень 7	827	0.6
8	Учень 8	399	0.3
9	Учень 9	1114	0.8
10	Учень 10	891	0.7
11	Учень 11	267	0.2
12	Учень 12	69	0.1
13	Учень 13	520	0.4
14	Учень 14	405	0.3
15	Учень 15	142	0.1

16	Учень 16	938	0.7
17	Учень 17	826	0.6
18	Учень 18	532	0.4
19	Учень 19	780	0.6
20	Учень 20	671	0.5
21	Учень 21	286	0.2
22	Учень 22	1098	0.8
23	Учень 23	204	0.2
24	Учень 24	218	0.2
25	Учень 25	520	0.4

Коефіцієнт кореляції рангів подано виходячи з d^2 за формулою, наведеною в описаній методиці. Для 20 досліджуваних ця формула мала такий вигляд: $r = 0,00075 * \sum d^2$.

Обробка даних за методикою Т. Дембо – С. Рубінштейн є визначенням самооцінки якостей особистості (див. табл. 2).

Таблиця 2

Результати за методикою Т. Дембо – С. Рубінштейн

№ з/п	Рівень самооцінки (методика Будассі)	Рівень самооцінки (методика Дембо-Рубінштейна)
1.	0.5	0.4
2.	0.5	0.5
3.	0.9	0.8
4.	0.7	0.7
5.	0.5	0.6
6.	0	0
7.	0.8	0.8
8.	0.6	0.7
9.	0.3	0.3

10.	0.8	0.6
11.	0.7	0.9
12.	0.2	0.3
13.	0.1	0.2
14.	0.4	0.4
15.	0.3	0.3
16.	0.1	0.2
17.	0.7	0.7
18.	0.6	0.5
19.	0.4	0.4
20.	0.6	0.8
21.	0.5	0.5
22.	0.2	0
23.	0.8	0.7
24.	0.2	0.5
25.	0.2	0.2

Порівняльний аналіз отриманих результатів. Для отримання детальнішої кількісної характеристики скорелюємо між собою отримані показники.

Для цього беремо формулу обчислення рангової кореляції (1):

$$r=1 - 6*Ed^2 / n (n-1) \quad (1)$$

Коефіцієнт при Ed^2 дорівнює 0,00038. Кореляція склала 0,91. Зіставляючи статусне положення кожної дитини в групі із властивим їй рівнем самооцінки, ми отримали наступні результати:

- із загальної кількості дітей першого статусу 78% дітей мають високий рівень самооцінки й 22% мають середній рівень самооцінки;

- із всіх дітей, яким віддають перевагу, 100% дітей мають середній рівень самооцінки;
- 100% дітей, що відносяться до статусної категорії знехтуваних мають середній рівень самооцінки;
- із всіх дітей, що перебувають в останній статусній категорії (відторгнуті) – 80% мають низький рівень самооцінки й 20% дітей мають середній рівень самооцінки.

При аналізі зміни рівня самооцінки в ході експерименту були отримані наступні дані (табл. 2).

Дослідження було проведено з інтервалом в 1 місяць. Результати методики Будассі були повідомлені досліджуваним. Через деякий час була проведена методика Методика Дембо-Рубінштейна. Далі ми зіставили результати першої та другої методик і отримали наступні результати:

- підвищення самооцінки 32% (8 випадків);
- зниження самооцінки 24% (6 випадків);
- самооцінка не змінилась 44% (11 випадків).

Між дослідженнями був короткий проміжок часу, тому дані результати мають високу достовірність. Для більш точних результатів необхідно було б провести соціометричне дослідження, для з'ясування впливу колективу на самооцінку школяра. Але коло досліджуваних – це діти, які важко ідуть на контакт. Їхній статус в колективі вдалося з'ясувати тільки умовно (зі слів психолога закладу та вихователів).

За допомогою досліджень самооцінки можна зробити наступні висновки:

1. Були виявлені діти з високим і низьким рівнем самооцінки, але загальна самооцінка досліджуваних підлітків перебувала в межах норми(середній рівень).

2. Підлітки здатні швидко (у нашому досліді – впродовж менш ніж місяця) перебудувати свою самооцінку. Особливо це стосується випадків із заниженою самооцінкою.

3. Сам факт і ступінь зміни самооцінки залежать від особистості досліджуваного. Найчастіше подібні зміни не є дуже значущими за величиною.

Далі в нашій роботі ми розробили програму тренінгів корекції самооцінки. При підготовці тренінгових занять ми спиралися на вихідні положення, які стосувалися змістових особливостей самооцінки [4], мотиваційного компоненту соціально-психологічних очікувань досліджуваних [2] і особливостей впливу самооцінки на формування особистості [5]. Основна мета тренінгових занять «Я – єдиний і неповторний» – формування адекватної самооцінки, почуття впевненості, розвиток соціально-комунікативного потенціалу школяра, самоповаги та комунікабельності.

Тренінг сприяв підвищенню життєвих позицій школярів, допомагав реалізуватись у суспільстві. Програма тренінгу розвитку соціально-комунікативного потенціалу учнів була спрямована на формування позитивної самооцінки, почуття впевненості, самоповаги.

Висновки. Отже, важливим завданням у вихованні є стимулювання соціальної активності учнів, а також формування у них комунікативних навичок. Тільки соціально активний індивід зможе бути успішним в навчально-виховному процесі, прагнучим до саморозвитку й самовдосконаленню. Вирішення цих проблем і завдань можливе тільки тоді коли у навчально-виховному процесі активними учасниками стануть батьки, вчителі та учні; коли відбудеться узгодження власних потреб, внутрішніх і зовнішніх вимог, реальних обставин; коли наберуть розвитку процеси самоусвідомлення, самовизначення індивідуума.

Тренінг – це активний метод психологічної роботи з групою осіб будь - якого віку, і в підлітків такий метод набуває актуальності через їх природне прагнення до спілкування з однолітками. Така форма роботи створює найкращі умови для розвитку комунікативних здібностей. Жива, доброзичлива атмосфера полегшує проходження процесу адаптації та індивідуалізації, що сприяє особистісному зростанню, позитивному сприйманню свого «я» та є основою для подальшого дорослішання.

Література:

1. Маценко В. Ф. Самосвідомість. Психологічні аспекти та основні напрями її розвитку. *Стежинами психологічного вдосконалення*. 2004. 24. С. 12–18.
2. Попович І. С. Мотиваційний компонент соціально-психологічних очікувань. *Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка АПН України*. К., 2011, т. XIII, ч. 4. С.290–297.
3. Попович І. С. *Психологія соціальних очікувань особистості: методологія, теорія і практика: навч.-метод. посіб.* Херсон: ОЛДІ-ПЛЮС, 2019. 158 с.
4. Попович І. С. Самооцінка як критерій соціально-психологічних очікувань. *Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка АПН України*. К.: «ГНОЗІС», 2010. Т. 12, ч. 3. С. 326–333.
5. Попелюшко Р. П. Деякі особливості впливу самооцінки на формування особистості. *Актуальні проблеми гуманітарних та природничих наук: Збірник наукових праць викладачів гуманітарного інституту, за результатами науково-дослідної роботи 2005 року*. Хмельницький: ХНУ, 2005. С. 23-25.