

# ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ САМООЦІНКИ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

*Лінь Лімін*

Сумський державний педагогічний університет

імені А. С. Макаренка, [antonvertel@ukr.net](mailto:antonvertel@ukr.net)

*Науковий керівник : кандидат філософських наук, доцент А. В. Вертель*

У юнацькому віці самооцінка характеризується критичністю щодо оцінювання своїх зовнішніх даних, інтелектуальних здібностей. Юнаки більш об'єктивні в оцінці себе, самооцінка стає рефлексивною, проте присутня деяка невпевненість через недостатні знання про свої здібності. Спостерігається абстрагування самооцінки від зовнішнього впливу, робиться акцент на предметі діяльності та способі її перетворення при аналізі своєї самооцінки.

Самооцінка осіб юнацького віку є когнітивним і емоційним ставленням до себе, сформованим на основі поглядів та оцінок оточуючих. Юнацька самооцінка відрізняється нестійкістю і схильністю до змін з причин як зовнішніх, так і внутрішніх факторів. Серед яких можна виділити комунікативні здібності, статус юнаків у групі, особливості стосунків з однолітками, стиль виховання, навчальну діяльність.

Нами було проведення дослідження психологічних особливостей самооцінки осіб юнацького віку, в якому брало участь 60 студентів спеціальності «Психологія» Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка, денної і заочної форми навчання, з яких 36 осіб жіночої статі та 24 осіб чоловічої статі. У емпіричному дослідженні ми використали дві психодіагностичні методики: методика Дембо-Рубінштейна в модифікації А. М. Прихожан, а додаткову методику вимірювання самооцінки було обрано тест – опитувальник «Визначення рівня самооцінки» С. В. Ковальова.

Згідно з отриманими результатами за методикою Дембо-Рубінштейна, у юнаків переважає висока адекватна самооцінка та завищений рівень домагань –

у 22 респондентів (37%) та 32 респондентів (53%) відповідно. Низький рівень як самооцінки, і рівня домагань виражений незначно, так у 10 респондентів (17%) випробуваних діагностовано низька самооцінка, а рівень домагань на низькому рівні не спостерігається в жодного юнака із нашої вибірки. Отримані дані свідчать, про те, що юнаки адекватно оцінюють свої сили та можливості, однак ставлять перед собою часто амбітні, складні іноді недосяжні цілі, що в свою чергу може призвести до невдач. Така ситуація спричиняє зниження показників самооцінки і, швидше за все, підвищення тривожності.

Нами була діагностована і різниця між рівнем самооцінки, рівнем домагань юнаків, яка демонструє, що 26 респондентів (43%) юнаків мають суттєву розбіжність даних показників, а 24 респондента (40%) помірну і лише 10 респондентів (17%) слабку (невиражену), тобто таку, яка відповідає нормативному показнику. Результат діагностики свідчить, що юнаки пред'являють завищені вимоги стосовно себе, можуть недооцінювати власні можливості. Крім того, такий результат говорить і про те, що у осіб юнацького віку нашої вибірки недостатньо розвинене цілепокладання, а саме невміння ставити перед собою реалістичні (досяжні) цілі, яких можна найближчим часом досягти.

Таким чином, результати, отримані за методикою Дембо-Рубінштейн у модифікації А. М. Прихожан вказують на те, що загалом картина дослідження самооцінки осіб юнацького віку сприятлива. Тим не менш, спостерігається така негативна тенденція у поведінці підлітків. За результатами порівняння відмінностей між самооцінкою та рівнем домагань було виявлено те, що у юнаків, наявна певна пасивність та відсутність активної життєвої позиції, оскільки юнаки не прагнуть покращити результати своєї діяльності та саморозвитку своєї особистості, а воліють «плисти за течією», не маючи чітких життєвих планів та позиції.

За допомогою опитувальника С. В. Ковальова для визначення рівня самооцінки осіб юнацького віку, ми виявили дещо суперечливі показники рівня самооцінки в порівнянні з методикою Дембо-Рубінштейн: жоден респондент не

має високого рівня самооцінки, а переважна більшість – 36 респондентів (60%) мають середній рівень самооцінки, а 24 респондентів (40%) – низький рівень самооцінки.

Загалом середній рівень самооцінки в юнацькому віці говорить про реалістичне і адекватне уявлення юнаків про самих собі та свої можливості. Однак у той же час юнаки відчують незрозумілу незручність у міжособистісних стосунках з іншими людьми, здатні недооцінити себе і свої здібності без достатніх на те підстав у певних ситуаціях.

Нами було розроблено модель психолого-педагогічної корекції самооцінки осіб юнацького віку, яка складається з чотирьох блоків: теоретичного, діагностичного, корекційного, аналітичного. Результатом реалізації програми психологічної корекції є зміна рівня самооцінки юнаків. Мета програми – обґрунтувати умови підвищення рівня самооцінки осіб юнацького віку та експериментально перевірити успішність корекції самооцінки осіб юнацького віку.

У комплексну психокорекційну роботу ми включили 15 занять тривалістю 60 хвилин, які проводились у формі тренінгу. Також нами були використані такі методи, як, гештальт-підхід, поведінкова терапія та арт-терапія, а також елементи психодрами, як найбільш допустимі та такі, що сприяють ефективному розвитку необхідних нам якостей, навичок та умінь у юнацькому віці. За допомогою обраних методів юнаки на практиці освоювали отримані теоретичні та практичні знання, вміння та навички, більш відкрито висловлювали власні почуття, відпрацьовували навички злагодженої роботи в команді, ефективної комунікації. Тематика занять психокорекційної програми відповідає поставленим завданнями, а саме: крім вступного та заключного занять, юнакам було запропоновано теоретичний екскурс із практичними завданнями на тему юнацької самооцінки, а також різні завдання, що проводяться у тренінговій формі, які мають відношення до розвитку аналітичних та прогностичних здібностей юнаків, комунікативних навичок впевненості в собі.