

Мукачівський державний університет
Гуманітарний факультет
Кафедра психології

Кваліфікаційна робота

05 – Соціальні та поведінкові науки / 053 – Психологія Бакалавр

Тема: Я-образ як інструмент корекції самооцінки підлітка

Виконала: студентка 4 курсу,
групи П-4
спеціальності 053 «Психологія»
Рупак А.С.
Керівник Марценюк М.О.
Рецензент Угрин О.Г.

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ Я-ОБРАЗУ ЯК ІНСТРУМЕНТУ КОРЕКЦІЇ САМООЦІНКИ ПІДЛІТКА	
1.1 Самооцінка та чинники її формування.....	7
1.2 Розвиток самосвідомості та самооцінки в підлітковому віці.....	12
1.3 Вплив самооцінки на формування «Я-образу» підлітка.....	28
1.4 Стосунки з дорослими як чинник становлення самооцінки підлітків.....	30
РОЗДІЛ 2. ПРОЦЕДУРА ТА РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ	
2.1 Організація емпіричного дослідження.....	41
2.2 Аналіз та інтерпретація результатів дослідження.....	45
2.3 Психологічні рекомендації дорослим (батькам, вчителям) щодо формування адекватної самооцінки в підлітковому віці.....	54
ВИСНОВКИ.....	57
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	60
ДОДАТКИ.....	63

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Проблема самооцінки розглядалась та вивчалась багатьма вченими в руслі філософських, соціально - психологічних досліджень. Інтерес до проблеми самооцінки викликаний її особливою роллю, як провідного компонента у структурі самосвідомості. Окрім визначення самооцінки підлітків у цей період як одного з компонентів самосвідомості приділяється увага поняттям саморегуляції, самоконтролю та «Образу Я». В умовах перебудови суспільства процес формування образу «Я» підлітків характеризується зниженням значущості уявлень про базові морально-етичні принципи поведінки, тобто «Образ Я» у підлітків за змістом відчужується від суспільства і його цінностей, дисгармонійно трансформується. В соціальному вимірі це виявляється в тому, що у підлітків формуються різні форми девіантної поведінки.

У більшості частини сучасних підлітків за несприятливих соціальних умов формуються життєва безпорадність, пасивність, зневіра та байдужість до всього, молодшає вік злочинців. Тому, основні зусилля при роботі з підлітками мають зосереджуватися саме на заходах первинної, превентивної профілактики та корекції.

Основою для вибору провідної лінії поведінки особистості служить «Образ -Я», основні функції якого – регуляція, адаптація, захист, репрезентація, домагання. Вони виконують особистісно-цілеспрямоване мотивування і регулювання діяльності, пізнання, спілкування, поведінки, здійснюють пошук гармонії поміж ставленням особистості до себе і до зовнішнього світу.

Образ «Я» розглядається науковцями з різних позицій: В.Петровський розглядає його як мета-психологічну категорію самосвідомості; М.Боришевський - як когнітивний компонент самосвідомості; В.Татенко - як душевно-моральний аспект життя; О.Асмолов та І.Бех як комплексне відображення системи особистісних ставлень; Є.Соколова - як когнітивну

складову фізичного «Я» людини. Тільки в підлітковому віці починає розвиватися справжня самооцінка - оцінка людиною самого себе з переважною опорою на критерії свого внутрішнього світу, обумовлені власним «Я». Це не означає, що оцінка оточуючих тепер не є значимою: вона просто в нормі перестає відігравати домінуючу роль.

Головна ідея вибору життєвого шляху, вибору ціннісних орієнтацій, свого ідеалу, професії стає основною метою підлітків. Зрозумівши глибинний смисл і цінність вибору, як самостійного і вольового акту, вони прагнуть до ствердження власного «Я», власних починань, набувають особистісної ідентичності, розвивають «Я-концепцію» і виявляють готовність брати на себе відповідальність за власний вибір.

І.С. Кон так описував розвиток самосвідомості й образу «Я»: «Дитина росте, міняється, набирається сил до перехідного віку, проте це не викликає в неї тяги до інтроспекції. Якщо це відбувається тепер, то насамперед тому, що фізичне дозрівання є одночасно соціальним симптомом, знаком дорослішання, змушнення, на яке звертають увагу й за яким пильно стежать інші, дорослі й однолітки. Суперечливості положення підлітка, зміна його соціальних ролей і рівня домагань - ось що в першу чергу актуалізує питання: «Хто Я?».

Такі гострі емоційні реакції спостерігаються тоді, коли в самооцінці підлітка стикаються дуже високі домагання і сильна невпевненість у собі. Цей феномен має назву «афект неадекватності». Підлітки з таким афектом хочуть бути у всьому першими, навіть тоді, коли ця вищість не має для них ніякого сенсу. «Афект неадекватності» не тільки перешкоджає правильному ставленню підлітка до себе, але й викривляє його зв'язки з довкіллям, виробляє установки на очікування від інших каверз, недоброзичливості. Будь-яку, навіть нейтральну, ситуацію вони схильні сприймати як погрозову. Особливо складними для них бувають ситуації перевірок компетентності — тести, екзамени, будь-який контроль знань.

Важливість вичення та дослідження питання самооцінки полягає в тому, що підвищена самооцінка може передбачати підвищені домагання, тоді як

низька самооцінка відображається в невисокому рівні домагань. Процес подолання негативної самооцінки буде ефективнішим, внаслідок зменшення впливу негативних чинників у структурі самооцінки особистості у підлітковому віці шляхом реалізації корекційно-профілактичної програми, спрямованої на формування уявлення про адекватну особисту Я-концепцію, вироблення навичок ефективної комунікації, розвиток вміння адекватно формувати життєві плани і коригувати ціннісні орієнтації. Це й зумовило актуальність даної теми: *«Я – образ як інструмент корекції самооцінки підлітка»*.

Об’єкт дослідження – «Я – образ» підлітків.

Предмет дослідження – «Я – образ» як інструмент корекції самооцінки підлітка».

Мета дослідження полягає в здійсненні теоретичного аналізу та емпіричному дослідженні Я-образу як інструменту корекції самооцінки підлітка, а також наданні рекомендацій дорослим, що взаємодіють з дітьми для формування адекватної самооцінки у підлітків.

Завдання дослідження:

1. Здійснити теоретичне вивчення питання в науковій літературі та вокреслити психологічні чинники, які впливають на формування адекватної самооцінки та «Я-образу» підлітка.

2. Підібрати психологічний інструментарій та провести емпіричне дослідження; розкрити роль фактору самооцінки на формування «Я-образу» в підлітковому віці.

3. Розробити та надати рекомендації батькам та вчителям щодо формування адекватної самооцінки в підлітковому віці.

Теоретико-методологічними засадами дослідження виступають загальні принципи психологічної науки, положення психологічної теорії діяльності (В.В.Давидов, А.Н.Леонтьєв, С.Д.Максименко, С.Л.Рубінштейн); системний підхід до вивчення структури, розвитку та формування психіки (Б.Г.Ананьєв, Б.Ф.Ломов). Науковцями розглядаються різні аспекти

формування образу «Я» у підлітковому віці, а саме: Т.Дмитрова розглядає образ «Я» як регулятор міжособистісних стосунків; І.Бушай – особливості когнітивного компоненту образу «Я»; Т.Говорун – соціалізацію статті як фактор розвитку Я-концепції; Л.Вереїна – формування позитивної емоційної орієнтації образу «Я»; І.Федоришина – вплив образу «Я» на професійне становлення.

Методи дослідження. Мета і завдання дослідження зумовили необхідність використання комплексу теоретичних і емпіричних методів, що відповідають змісту, проблемі та етапам дослідження, до якого входять:

1) теоретичні (теоретико-методологічний аналіз проблеми, систематизація наукових літературних джерел, порівняння та узагальнення даних);

2) емпіричні методи дослідження (анкетування, тестування), спрямовані на виявлення сформованості самооцінки підлітків). Комплекс психодіагностичних методик склали:

1. Методика «Вивчення самооцінки Дембо-Рубінштейна» [31];

2. Методика «Знаходження кількісного вираження рівня самооцінки» за С.А.Будассі [31];

3. Методика «Діагностика міжособистісних стосунків» Т.Лірі [31].

База дослідження. Робота виконувалася на базі Мукачівської ЗОШ І-Шт. № 6. Вибірка досліджуваних складала 70 учнів 6 -7 класів підліткового віку (12-13 років).

Публікації за час навчання.

Рупак А.С. Психологічні умови формування адекватної самооцінки у підлітків /А.С.Рупак, М.О.Марценюк //Збірник тез доповідей Міжнародної науково-практичної конференції «Професійна соціалізація особистості: персонігенетичний контекст», 14-15 травня 2020 р., Мукачево / ред.кол.: Т.Д.Щербан (гол.ред.) та ін. – Мукачево : РВВ МДУ, 2020. – 133 с. С. 67-69.

ВИСНОВКИ

В результаті здійснення теоретичного аналізу питання в науковій літературі нами було з'ясовано, що знання накопичені людиною про саму себе, а також глобальна самооцінка, що формується на основі таких знань, дозволяють сформувати багатомірне утворення, що називається «Я-концепцією» й становить ядро особистості. «Я-концепція» інтенсивно розвивається і формується в підлітковому віці. Провідними чинниками становлення самооцінки підлітка виступають стосунки з дорослими, потреба в самоствердженні і спілкуванні з однолітками; реальні досягнення в навчанні та позашкільній діяльності; статус дитини серед однолітків; сім'я (умови життя в родині, ставлення батьків до інтересів дитини); мотиваційно-сміслова сфера особистості (цілі, потреби, інтереси); зовнішні дані (привабливість, фізичний розвиток).

Підлітковий період - це період інтенсивного формування самооцінки, бурхливого розвитку самосвідомості як здатності спрямовувати свідомість на власні психічні процеси, включаючи і складний світ своїх переживань, потреби пізнати себе як особистість. На межі молодшого шкільного віку і підліткового відбувається криза самооцінки. Помічено різкий зріст незадоволеності собою. Було встановлено, що в підлітковий період формується уміння оцінювати себе через власні вимоги.

Підлітковий вік – це період онтогенеза, в якому відбувається перехід від дитинства до дорослості та виникають і переплітаються суперечливі тенденції. Для цього складного етапу показові як позитивні (зростання самостійності, підвищення змістовності відносин з людьми, розширення сфери діяльності), так і негативні (дисгармоничність в будові особистості, згорання перш усталеною системи інтересів, який протестує характер поведінки) прояви. У цей час завершується оформлення тієї схеми поведінки, яка буде впливати на фізичне і психічне здоров'я, на все подальше суспільне і особисте життя.

Аналіз «Я-образу» дозволяє виділити в ньому два аспекти: знання про себе і самовідношення. В ході життя людина пізнає себе і накопичує про себе

знання, ці знання складають змістовну частину його уявлень про себе - його «Я-концепцію». Проте знання про себе самого, природно, йому небайдужі: те, що в них розкривається, виявляється об'єктом, його емоцій, оцінок, стає предметом його більш менш стійкого самовідношення. Не все, що реально усвідомлюється в собі самому і не все у власному само відношенні ясно усвідомлено; деякі аспекти «Я-образу» виявляються неусвідомленими. Формується Я-концепція особистості в процесі життєдіяльності, водночас впливаючи на розвиток, діяльність та поведінку особистості, як установка щодо себе.

Був підібраний психологічний інструментарій та проведене емпіричне дослідження, яке розкрило роль фактору самооцінки на формування «Я-образу» в підлітковому віці. Нами були використані такі методики як: методика «Вивчення самооцінки Дембо-Рубінштейна», методика «Знаходження кількісного вираження рівня самооцінки» за С.А.Будассі, методика «Діагностика міжособистісних стосунків» Т.Лірі. Проведене емпіричне дослідження дало нам можливість зробити ряд висновків, а саме:

- важливим моментом підліткового періоду є вихід підлітків на якісно нову соціальну позицію, в якій формується і активно розвивається свідомість і самосвідомість особистості;

- поступово відбувається відхід від прямого копіювання оцінок дорослих, зростає опора на внутрішні критерії. Поведінка підлітка починає все більше регулюватися його самооцінкою;

- існування серйозних розмежувань між Я-реальним та Я-ідеальним, що свідчить про не об'єктивне уявлення про себе та відповідності ідеальному «Я». Це свідчить про те, що у дітей підліткового віку існує дистанція між ідеальним образом і справжнім своїм становищем, до того ж вона серйозно переживається дитиною, що призводить до невпевненості в собі, зниженню самоповаги. У взаємовідносинах, це може проявитися в підвищеній образливості, впертості, агресивності;

– самооцінка є яскравим показником можливих психологічних проблем окремих учнів і взаємин у колективі. Оскільки для підлітка в більшості випадків референтною групою є шкільний колектив, проблеми у навчальній діяльності найчастіше викликаються саме проблемами через невідповідного статусу підлітка в групі у сукупності (а також з причини або внаслідок) з неадекватною самооцінкою, що підтверджено нашим дослідженням, в якому 34 % респондентів вибірки притаманна неадекватна самооцінка;

– у сфері самопізнання підлітків домінують інтерес до себе — свого внутрішнього життя, якостей власної особистості, потреба в самооцінці, порівнянні себе з іншими;

– важливість оцінки досягнутого з боку значимих інших: товаришей, однокласників й близьких;

– значущість адекватної самооцінки, яка допомагає відчувати, що його цінують; такі підлітки поважають себе, задоволені собою, але також знають свої слабкі сторони й прагнуть до самовдосконалення, саморозвитку. В нашому дослідженні підлітків з адекватною самооцінкою було 6 дітей, що становило 26% вибірки;

– рівень домагання у підлітків дуже високі, вони прагнуть підвищити свій авторитет, щоб їх поважали, слухали, підкорювалися. А низька самооцінка при дуже високих домаганнях може призвести до фрустрації;

– в системі міжособистісних відносин найвищий показник отримала октанта «підлесливість», що свідчить про емоційну стриманість, підкоряння лідеру класу, тому, що деякі учні не мають власної думки і в них виявляється схильність до конформності. Високий показник показала октанта «дружелюбність», що засвідчує схильність підлітків до співпраці, кооперації, гнучкий та компромісний підхід при вирішенні проблем;

– прагнення відчувати себе в центрі уваги, проявити себе, заслужити визнання і любов від товаришів, що свідчить і про егоцентричну позицію, і про значущість думки однолітків.

Беручи до уваги особливості підліткового віку та з метою формування у підлітків адекватної самооцінки нами були **розроблені** та надані рекомендації батькам та вчителям, які взаємодіють та мають можливість впливати на дітей.



МУКАЧІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

89600, м. Мукачево, вул. Ужгородська, 26

тел./факс +380-3131-21109

Веб-сайт університету: www.msu.edu.ua

E-mail: info@msu.edu.ua, pr@mail.msu.edu.ua

Веб-сайт Інституційного репозитарію Наукової бібліотеки МДУ: <http://dspace.msu.edu.ua:8080>

Веб-сайт Наукової бібліотеки МДУ: <http://msu.edu.ua/library/>