

Мукачівський державний університет

Гуманітарний факультет

Кафедра психології

Кваліфікаційна робота

05 – Соціальні та поведінкові науки / 053 – Психологія

**«Вплив самооцінки на емоційну регуляцію поведінки учнів
старшого шкільного віку»**

Виконав:

студент 2 курсу, групи П-2м(з)

спеціальності 053 «Психологія»

Андрусь О.В.

Керівник: Брецько І. І.

Рецензент: Гошовська Д.Т.

Мукачево – 2021 рік

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ САМООЦІНКИ В НАУКОВІЙ ЛІТЕРАТУРІ	
1.1. Основні напрямки становлення самосвідомості учнів старшого шкільного віку.....	5
1.2. Самооцінка як основний компонент у структурі особистості.....	10
1.3. Динамічні характеристики емоційної сфери та самооцінки в старшому шкільному віці.....	18
Висновки до першого розділу.....	30
РОЗДІЛ II. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ САМООЦІНКИ НА ЕМОЦІЙНУ РЕГУЛЯЦІЮ ПОВЕДІНКИ СТАРШОКЛАСНИКА	
2.1. Опис використаного психологічного інструментарію	31
2.2. Аналіз і узагальнення результатів дослідження	43
РОЗДІЛ III. ШЛЯХИ ФОРМУВАННЯ АДЕКВАТНОГО РІВНЯ РОЗВИТКУ САМООЦІНКИ	
3.1. Програма формування адекватного рівня розвитку самооцінки.....	50
3.2. Інтерпретація результатів повторного дослідження.....	53
ВИСНОВКИ	61
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	64

ВСТУП

Актуальність дослідження. Курс суспільства на гуманізацію створює необхідність наукового уточнення та конкретизації формуючих та регулюючих впливів на особистість. Ідея диференційованого навчання та виховання особистості повинна бути реалізована та розроблена психологією. Для цього необхідно звернутися до таких явищ як самосвідомість, одним з найважливіших параметрів якої є самооцінка, та емоційна сфера, яка виступає регулятором поведінки та впливає на самооцінку.

Входячи до складу самосвідомості, самооцінка, на нашу думку, відноситься до комплексу проблем психології, які стосуються внутрішньої активності особистості в ранньому юнацькому віці. Активне вивчення зв'язку самооцінки з почуттями дозволить розширити уявлення про її вплив на емоційні стани старшокласника і розробити нові більш досконалі і ефективні підходи до корекційної роботи в умовах шкільної психологічної служби.

В основі нашого дипломного дослідження лежить теоретичний і практичний доробок таких відомих вчених. як В.В. Столін, В.К.Вілюнас, О.М.Леонтьєв, І.І. Чеснокова, О.Гуменюк, О.Кондаш, Е.С.Шорохова, Дж.Мід, Б.І.Додонов, А.Ліпкіна, Р.Бернс та багатьох інших. Однак ми б хотіли наголосити, що в дослідженні домінуюче значення відводиться вивченню особливостей впливу самооцінки на емоційну регуляцію поведінки старшокласника.

Об'єкт дослідження - особистісна сфера старшокласника.

Предметом даного дослідження є вплив самооцінки на емоційну регуляцію поведінки старшокласника.

Метою дослідження є дослідити як впливає різна самооцінка на емоційну регуляцію поведінки особистості в ранньому юнацькому віці.

Для досягнення мети необхідно виконати наступні **завдання**:

1) з'ясувати розуміння феномену самооцінки в психологічній науці та дослідити механізм впливу емоцій на поведінку людини на основі аналізу наукової та навчально-методичної літератури;

2) провести емпіричне дослідження впливу самооцінки особистості на особливості її емоційної регуляції ;

3) виявити або спростувати наявність кореляційного зв'язку між високою і низькою самооцінкою людини з одного боку та емоційною регуляцією поведінки — з іншого;

4) розробити програму тренінгу корекції неадекватної самооцінки у старшокласників;

5) експериментально визначити ефективність використання розробленої корекційної програми.

Методологічною основою нашого дослідження став системний підхід до вивчення психічного розвитку та формування особистості (Б.Г.Ананьєв, М.Й.Боришевський, Г.С.Костюк, Б.Ф.Ломов, С.Д.Максименко, В.Ф.Моргун, В.О.Соловієнко, Л.М.Титаренко); теорія та практика психолого-педагогічного дослідження (Л.Ф.Бурлачук, С.Д.Максименко); комплексний підхід до вивчення емоційної стійкості (О.А.Блінов, М.С.Корольчук, В.І.Осьодло, В.В.Стасюк).

Методи дослідження: аналіз психолого-педагогічної літератури з даної проблеми, анкетування, бесіда, опитувальники, спостереження, експеримент, методи первинної і вторинної обробки даних. А також комплекс методів діагностики «Методика діагностики типу емоційної реакції на вплив стимулів навколишнього середовища В.В. Бойко», «Інтегральна самооцінка особистості «Хто я є в цьому світі», «Тест дослідження тривожності Спілбергера».

База дослідження. У дослідженні взяли участь 80 студентів Мукачівського державного університету, віком 17-21 років. Вибірку склали студенти 1 – 5 курсів педагогічного факультету.

Практична значущість визначається можливістю використання отриманих результатів для розробки психокорекційних та профілактичних заходів, які можуть бути використані з метою формування емоційної регуляції поведінки старшокласника.

Структура кваліфікаційної роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків по кожному з розділів, висновків, списку використаних джерел (96 найменувань) та 4 додатки. Основний текст роботи викладений на 92 сторінках. Робота проілюстрована рисунками, таблицями та діаграмами.

ВИСНОВКИ

Розглядаючи взаємозв'язок самооцінки і емоційної регуляції поведінки в рамках мети дослідження, ми дійшли до таких висновків:

1. Самооцінка і емоційна регуляція є досить важливими складовими психіки людини і мають великий вплив на діяльність та поведінку. Самооцінка є одним з основних елементів самосвідомості людини, її структура представлена когнітивним, емоційним і поведінковим компонентами. Також ми виявили стійкий прямопропорційний зв'язок між заниженою і завищеною самооцінкою і домінуючим типом емоційних переживань.

2. На сьогоднішньому етапі феномену самооцінки і емоціям загалом приділяється немало уваги з боку як вітчизняних так і зарубіжних психологів. Результати їх досліджень представлені в численних статтях, монографіях, наукових працях, підручниках. Тому аналізуючи літературу з даної проблеми можна почерпнути багато змістовної інформації, яка, проте, нерідко є суперечливою.

3. У психологічній науці прийнято вважати самооцінку ядром особистості. Вона з самого початку свого виникнення існує в структурі регуляції поведінки і надає специфічної спрямованості цьому процесу, результат якого співвідноситься з її адекватністю, стійкістю і глибиною. Однак емоції також виступають одним з регуляторів діяльності. У своїй поведінці людина орієнтується не тільки на емоцію, що реально відчувається, але і на переживання, які вона «передчуває». В якості таких можуть виступати як позитивні так і негативні емоції. Вони можуть «санкціонувати» поведінковий акт або виступати спонукаючою силою. Тобто поведінка людини може «підштовхуватись ззаду» негативними емоціями або «підтягуватись спереду» передчуттям позитивних переживань.

4. Емпіричним шляхом ми виявили, що між самооцінкою людини і домінуючим типом емоційних переживань існує стійкий зв'язок. Ми можемо стверджувати, що завищена і занижена самооцінка має емоційне підґрунтя, яке є основою для регулювання поведінки на всіх етапах її здійснення. Для людей з заниженою самооцінкою характерна домінуюча регуляторна роль балансу негативних емоцій, які не здатні адекватно регулювати поведінку, для людей з завищеною самооцінкою позитивних емоцій, які є продуктом недостовірного порівняння реальних можливостей суб'єкта зі складністю ситуації.

5. Самооцінка людини не є стійким утворенням, вона постійно змінюється, деякі її компоненти зникають, а їм на заміну приходять зовсім інші, які можуть надавати нових форм діяльності особистості, її відношення до навколишніх і до себе. Розробляючи корекційну програму, ми припустили що зміни в самооцінці можуть ініціюватися підвищенням рівня самоспостереження та самоаналізу, налагодженням постійного діалогу з самим собою. Висунуте нами припущення базується на тому, що самооцінка є одним з елементів самосвідомості, відповідно для того щоб наблизити її до адекватної, достатньо покращити роботу деяких складових самосвідомості. Проводячи тренінг, ми ставили собі за мету підвищити рівень розвитку самопізнання та саморозуміння людини, вдосконалити рефлексивні характеристики і таким шляхом вплинути на зміну самооцінки в кращу сторону.

6. Результати повторного тестування учасників тренінгу і проведені на їх основі обрахунки підтвердили ефективність розробленої нами програми занять з елементами тренінгу спрямованої на розвиток рефлексивних складових самосвідомості і гармонізацію самооцінки старшокласників. Самооцінка старшокласників, які зазнали корекційного впливу, наблизилась до адекватної, в них зменшився рівень ситуативної і особистісної тривожності, що вказує на позитивні зрушення і в емоційній сфері.

Перспективою подальших досліджень є розробка наступних напрямків:

- встановлення зв'язку і рівня інтегрованості самооцінки і емоцій;
- розробка нових теоретичних доповнень до феномену самооцінки

загалом;

- створення корекційних програм на основі виявлених нами тенденцій.

Отже, зміст самооцінки є дуже важливим для людини, тому що певним чином визначає її соціальне обличчя. Це представляє собою процес та результат емоційних переживань, за які відповідає як соціальне оточення, так і сама особистість. Тому, важливо надалі досліджувати впливи соціуму та особистісний потенціал щодо можливостей моделювання адекватної самооцінки.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абульханова - Славская К. А. Психология и сознание личности (проблемы методологии, теории и исследования реальной личности) : Избранные Психологические труды / Абульханова - Славская К.А. - М: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЕК», 1999.- 224 с.
2. Абульханова - Славская К. А. Представление личности отношениях к ней значимых других / Абульханова-Славская К. А., Гордиенко Е. В. // Психологический журнал.- 2001.- №5.- С.58-48.
3. Авдеева Н. Н. Становление образа себя у детей первых двух лет жизни / Авдеева Н.Н., Раку И. И. // Развитие психики ребенка в общении со взрослыми и сверстниками.- М.: АПН СССР, 1990. - С. 46-52.
4. Азимова Р. Социально-психологическая природа самооценки и ее моральный аспект / Азимова Р. // Вестник АН Аз.ССР. - Т.3. - 1969. - С. 99.
5. Амосов Н.М. Мысли и сердце / Амосов Н. М. - К.: Знання, 1965.- 240 с.
6. Басейн Ф. В. Проблема неосознаваемой психической деятельности / Басейн Ф. В. // Вопросы философии.- 1975.- №10.- С.24-32.
7. Басейн Ф. В. К развитию проблемы значения и смысла / Басейн Ф.В. // Вопросы психологии.- 1973.- №6.- С.12-19.
8. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание / Бернс Р. - М., 1986.- 380 с.
9. Валицкас Г. К. Самооценка у несовершеннолетних правонарушителей / Валицкас Г. К., Гиппенрейтер Ю. Б. // Вопросы психологии.- 1989.- №1.- С. 45-54.
10. Васильев И. А. Эмоции и мышление / Васильев И. А., Пошгужный В. Л., Тихомиров О. К. - М., Изд-во Моск. ун-та, 1980.- 192 с.

11. Вилюнас В. К. Психология эмоциональных явлений / Вилюнас В. К. - М.: Фолио, 1976.- 320 с.
12. Выготский Л. С. О двух направлениях в понимании природы эмоций в зарубежной психологии в начале XX в. / Выготский Л. С. // Вопросы психологии.- 1958.- №3.- С.21-29.
13. Выготский Л. С. Педология подростка: проблемы возраста / Выготский Л.С. // Собр.соч.: в 6 т. Т.4.С. 5-220; С. т .,1983. с. 244-269.
14. Главник О. Навіщо нам самооцінювання? / Главник О. // Психолог.- 2002.- №41.-С.1-2.
15. Горбатков А. А. Динамика связи между положительными и отрицательными эмоциями / Горбатков А. А. // Вопросы психологии.- 2002.- №4.- С. 132- 140.
16. Горбатков А. А. Модальная зона активности: к проблеме зависимости от успешности деятельности / Горбатков А. А. // Психологический журнал, - 2003.- №4. - С. 78-91.
17. Горбачева В. О. К вопросу о формировании оценки и самооценки / Горбачева В. О. // Известия АПН РСФСР. Вып. 18. - 1978.- С.34-40.
18. Гуменюк О. Структурно-функціональна модель глобальної Я-: нцепції в науковому підході Роберта Бернса / Гуменюк О. // Психолог.-2005.- №13.- С. 3-9.
19. Гуменюк О. Є. Психологія Я-концепції: Монографія / Гуменюк О.Є. - Тернопіль: Економічна думка, 2002.- 186 с.
20. Джемс У. Психология / Под ред Л. А. Петровской. - М.: Педагогика, 991.-368 с.
21. Додонов Б. И. Эмоция как ценность / Додонов Б. И. - М.: Политиздат, 1978.- 272 с.
22. Дорфман Л. Я. Индивидуальный эмоциональный стиль / Дорфман Л. Я. // Вопросы психологии.- 1989.- №5.- С. 88-95.

23. Дубов И. Г. Особенности восприятия значимых других старшеклассниками / Дубов И. Г., Смирнов Л. М. // Вопросы психологии.- 1991.- №3.- С. 30 - 36.
24. Дьяченко М. И. О подходах к изучению эмоциональной устойчивости / Дьяченко М. И., Пономаренко В. А. // Вопросы психологии.- 1990.- №1.- С. 106-112.
25. Емоційний розвиток дитини / Упоряд.: С. Максименко, К. Максименко, О. Главник - К.: Мікрос-СВС, 2003. - 112 с. - (Психол. інструментарій).
26. Ермолаев О. Ю. Математическая статистика для психологов: Учебник / О. Ю. Ермолаев. - М.: Московский психолого-социальный институт: Флинта, 2002.-336 с.
27. Захарова А. В. Структурно-динамическая модель самооценки / Захарова А. В. // Вопросы психологии.- 1989.- №1.- С. 5 - 14.
28. Кэрол Э. Изард Психология эмоций / Кэрол Э. //Перев. с англ.- СПб.: Питер, 2002.- 464 с.: ил.- (серия «Мастера психологии»).
29. Кондаш О. Волнение: страх перед испытанием / Кондаш О. - К.: Радянська школа, 1981.- 170 с.
30. Кононко О. Л. Психологічні основи особистісного становлення дошкільника (системний підхід) / Кононко О. Л. - К.: Стилос, 2000. - 336 с.
31. Копылова А. П. Динамика самооценки и ожидаемой оценки в условиях вхождения личности в новый коллектив / Копылова А. П. // Новые исследования в психологии.- 1976.- №1.- С. 43 - 49.
32. Кульчицкая Е. И. Эмоциональное и интеллектуальное поведение / Кульчицкая Е. И. // Практична психологія та соціальна робота. - 2003.- №1.- С. 1-3.
33. Лакин Г. Ф. Биометрия / Лакин Г. Ф. - М: Высшая школа, 1980.- 293 с.

34. Лактионов А. Н. Координаты индивидуального опыта / Лактионов А. Н. - Харьков, 2001. – 280 с.
35. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / Леонтьев А. Н. - М.: Политиздат, 1975.- 310 с.
36. Леонтьев А. Н. Деятельность и сознание / Леонтьев А. Н. // Вопросы философии.- 1972.- №12.- С. 32-39.
37. Липкина А. И. Самооценка школьника / Липкина А. И. - М.: Знание, 1976.- 64 с.
38. Липкина А. И. Критичность и самооценка в учебной деятельности / Липкина А. И., Рыбак Л. Н. - М., 1968.- 142 с.
39. Лук А. Н. Эмоции и личность / Лук А. Н. - М.: Знание, 1982. - 176 с.
40. Маслоу А. Новые рубежи человеческой природы / Маслоу А. / пер. с англ., М.: Смысл, 1999.- 425 с.
41. Маклаков А. Г. Общая психология / Маклаков А. Г. - СПб.: Питер, 2001. - 592 С.
42. Мізерна О. О. Корекційна тренінгова програма «Самовдосконалення» для подолання агресивних проявів серед підлітків / Мізерна О. О. // Практична психологія та соціальна робота.- 2003.- №5.- С. 54-60.
43. Павленко Т. Емоції, емоції / Павленко Т. // Палітра педагога.- 2003.- №2.- С. 19-20.
44. Психология самосознания. Хрестоматия. - Самара: Бухрах-М, 2000. - 672 с.
45. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание: Пер. с англ / Бернс Р. - М.: Прогрессе, 1986. -421 с.
46. Райгородский Д. Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты / Райгородский Д. Я. : Учебное пособие. - Самара, 2001. - 672 с.
47. Репнова Т. П. Тренінг емоційної зрілості / Репнова Т. П. // Практична психологія та соціальна робота.-2006.- №3. - С. 18-31.
48. Рогов Е. И. Эмоции и воля / Рогов Е. И. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. -240с.

49. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / Роджерс К. - М., 2004.-С. 233-251.
50. Рубинштейн С. Л. О мышлении и путях его исследования / Рубинштейн С. Л. - М.: Книга, 1959.- 280 с.
51. Рубинштейн С. Л. Проблемы общей психологии / Рубинштейн С. Л.- М.: Просвещение, 1973.- 285 с.
52. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии /Рубинштейн С. Л. - М.: Время, 1946.- 704 с.
53. Савонько Е. И. Оценка и самооценка как мотивы поведения школьников разного возраста / Савонько Е. И. // Вопросы психологии.- 1969.- №4.- С. 107.
54. Самооцінка учня / Упоряд.: С. Максименко, Н. Шевченко, О. Главник.- К.: Главник, 2004.-112 с.- (Психологічний інструментарій).
55. Сильвестру А. И. Роль индивидуального опыта и опыта общения в формировании у дошкольников представления о своих возможностях: Автореф. дисс.... канд. психол. н. - М., 1978. - 18 с.
56. Симонов В. Высшая нервная деятельность человека / Симонов В. - М.: Мир, 1975.- 360 с.
57. Словарь психолога-практика / Сост. С. Ю. Головин.- 2-е изд., - М.: АСТ, 2001.-976 с.
58. Слуцкий В. М. Влияние оценки взрослого на формирование отношения к себе у детей: Автореф. дисс.... канд. психол. наук. - М., 1985. - 22 с.
59. Спиркин А. Г. Сознание и самосознание / Спиркин А. Г. - М.: Политиздат, 1972. - 310 с.
60. Столяренко Л. Д. Основы психологии / Столяренко Л. Д.: Практикум. - М.: Феникс: Ростов-на-Дону, 1999.- 565 с.
61. Терлецька Л. Технології самоаналізу / Терлецька Л. - К.: Главник, 2005. - 96 с. - (серія «Психологічний інструментарій»).

62. Тихомиров О. К. Структура мыслительной деятельности человека / Тихомиров О. К. - М., 1969.-220 с.

63. Ткачук С. Психологічний аналіз самостворення позитивної Я-концепції / Ткачук С. // Психологія і суспільство.- 2003.- №3.- С.107-113.

64. Тодорів Л. Д. Рефлексивні складові самосвідомості та їх розвиток в умовах занять з елементами тренінгу / Тодорів Л. Д. // Практична психологія та соціальна робота.- 2003.- №2.- С. 79-86.

65. Федоришин О. Б. Психологічні закономірності функціонування оцінного ставлення особистості до себе / Федоришин О. Б. // Психологія - 1991.- випуск 36.- С.3 - 9.



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/>