

КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ТАРАСА ШЕВЧЕНКА

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА СОЦІАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

ДИПЛОМНА РОБОТА:
**ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКІ СТОСУНКИ ЯК ЧИННИК САМОСТАВЛЕННЯ
ОСОБИСТОСТІ РАНЬОГО ЮНАЦЬКОГО ВІКУ**

на здобуття освітнього ступеня «магістр»

зі спеціальності 053 «Психологія»

студентки ОКР «магістр»

спеціальності 053 «Психологія»

ОПП «Психологія дитинства і сім'ї з
основами психотерапії»

Юрченко Єлизавети Антонівни

Науковий керівник:

доктор психологічних наук, професор

Яблонська Тетяна Миколаївна

Допустити до захисту в ЕК

кафедра психології розвитку

Протокол №_____від _____

завідувач кафедри:

доктор психологічних наук, професор

Власова Олена Іванівна

(підпис)

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ I. Теоретико-методологічні основи дослідження впливу дитячо-батьківських стосунків на самоствавлення особистості в юнацькому віці	9
1.1. Самоствавлення особистості як предмет психологічного аналізу.....	9
1.2. Самоствавлення і самооцінка особистості у ранньому юнацькому віці.....	16
1.3. Особливості дитячо-батьківських стосунків у ранньому юнацькому віці....	21
1.4 Сім'я як чинник самоствавлення особистості у ранньому юнацькому віці....	24
1.5 Соціальні чинники формування самоствавлення особистості в ранньому юнацькому віці.....	30
Висновки до розділу 1.....	34
РОЗДІЛ II. Емпіричне дослідження впливу дитячо-батьківських стосунків на самоствавлення особистості у ранньому юнацькому віці	38
2.1 Організація дослідження і характеристика вибірки.....	38
2.2. Обґрунтування психодіагностичного інструментарію дослідження.....	41
2.3. Роль сім'ї в формуванні самоствавлення особистості раннього юнацького віку.....	47
Висновки до розділу 2.....	62
РОЗДІЛ III. Тренінгова програма розвитку позитивного самоствавлення у ранньому юнацькому віці	65
3.1 Обґрунтування структури та змісту тренінгової програми розвитку суб'єктності особистостей раннього юнацького віку.....	65
3.2 Загальні відомості щодо тренінгової програми та її апробації.....	71
Висновки до розділу 3.....	75
ВИСНОВКИ	78
ДОДАТКИ	81
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	100

ВСТУП

Актуальність дослідження. В сучасних гуманітарних науках наявна значна кількість психологічних, соціологічних та педагогічних досліджень, в яких показано, що зростання самооцінки, прагнення до дорослості, вибір подальшого шляху, відкритість, особливе ставлення до оцінки оточуючих характеризує самоствавлення особистості у підлітковому та юнацькому віці. Водночас проблема впливу дитячо-батьківських стосунків на самоствавлення особистості в цьому віці і його роль в структурі особистості є надзвичайно актуальною для сучасної психологічної науки. Найбільший інтерес для дослідників представляє самоствавлення в період переходу від дитинства до дорослості, оскільки цей вік є критичним для формування самосвідомості особистості, що безпосередньо впливає на її самоствавлення. Окрім цього, актуальність даної проблеми також полягає в тому, що раніше обрана система оцінних суджень на свою адресу, на основі якої склалося ставлення до власного «Я», у цьому віці піддається впливу оцінних суджень з боку однолітків, які стають дуже значущими для підлітка і юнака. Протиріччя, що створюються в оцінюванні себе та «інших», інтересах, цінностях мають свій прояв в поведінці, яка відображає наявність тієї чи іншої особистісно важливої проблеми.

Ступінь наукової розробленості проблеми. Проблематикою самоствавлення займалися в своїх дослідженнях багато зарубіжних і вітчизняних психологів. Цією проблемою були зацікавлені такі видатні вчені, як Л.С. Виготський, С.Л. Рубінштейн, І.С. Кон, Л.І. Божович, Д.Б. Ельконін, М. Розенберг, Р. Бернс, С.Р. Панталеєв, В. Столін, Н.І. Сарджевладзе і багато інших.

Вивченням специфіки дитячо-батьківських стосунків займалися Е.Г. Ейдемільер, А.І. Захаров, А.С. Співаковська, О.А. Карабанова, А.І. Подольський, О.А. Ідобаєва, О.П. Макушина, Д. Байярд, Д. Берне, Ф. Райє, Д. Баумринд та інші.

Більшість дослідників, які займалися проблемою становлення самоствавлення особистості, відзначали, що критичним є саме підлітковий вік та рання юність. Це обумовлено тим, що саме в цей період спостерігаються значні суперечності, а також істотні якісні зміни в розвитку особистості (І.С. Кон, В.С. Мухіна, І.І. Чеснокова, Д.І. Фельдштейн та ін.).

Під самоствавленням ми розуміємо емоційно-ціннісний компонент самосвідомості, в якому виражається загальний інтегрований сенс «Я» суб'єкта. Самоствавлення є багатовимірним динамічним утворенням, в структуру якого входять оцінний і емоційно-ціннісний компоненти, котрі, в свою чергу, включають в себе цілий ряд специфічних за своїм змістом модальностей.

Саме на межі підліткового та юнацького віку всі психічні сфери особистості найбільш яскраво виступають в розвитку, вони визначають її подальший життєвий шлях, також, попри те, що батьківський вплив починає відігравати все меншу роль на цьому етапі, основи самоствавлення дитини, закладені зокрема батьківським вихованням, проявляються досить виразно.

У науковій літературі існують різноманітні підходи до вивчення дитячо-батьківських стосунків та їх впливу на самоствавлення підлітків та юнаків, а також оптимізації їх самоствавлення. Нами були проаналізовані програми та рекомендації, які розроблені для формування позитивного самоствавлення особистості в цей період розвитку. Для корекції самоствавлення юнаків і дівчат використовують різні вправи, методи і техніки. До них відносяться лекції, роботи в групах, методи мозкового штурму, тренінгові заняття, арт-терапії, різні тести, опитувальники. Всі ці методи роботи об'єднує єдина мета – розвиток позитивного самоствавлення підростаючої особистості та корекція негативного образу я і самооцінки.

Значущість вивчення даної проблеми обумовлюється важливістю розуміння різних протиріч у процесі становлення самоствавлення особистості в ранньому юнацькому віці, а також необхідністю створення цілісних програм, які

враховували б особливості сучасних підлітків і юнаків, а також сприяли б розвитку позитивного самоствалення особистості.

Мета дослідження: дослідити вплив дитячо-батьківських стосунків на самоствалення особистості в ранньому юнацькому віці та розробити тренінгову програму для розвитку позитивного самоствалення.

Об'єкт дослідження: самоствалення особистості у ранньому юнацькому віці.

Предмет дослідження дитячо-батьківські стосунки як чинник самоствалення у ранньому юнацтві.

Гіпотеза дослідження: дитячо-батьківські стосунки впливають на самоствалення особистості у ранньому юнацькому віці.

Для підтвердження висунутої гіпотези були поставлені наступні **завдання дослідження:**

1. Проаналізувати теоретико-методологічні основи становлення і розвитку самоствалення особистості у ранньому юнацькому віці.
2. Емпірично дослідити вплив дитячо-батьківських стосунків на самоствалення юнаків та дівчат.
3. Розробити тренінгову програму з метою розвитку позитивного самоствалення особистості в ранньому юнацькому віці.

Методологічною основою нашого дослідження стали підходи до вивчення феномену самоствалення особистості (І.С. Кон, С. Р. Пантілеєв, В.В. Столін, І.І. Чеснокова). Було здійснено аналіз наукової літератури з проблеми впливу дитячо-батьківських стосунків на формування уявлень про себе та самоствалення особистості на межі підліткового та юнацького віку; аналіз підходів до вивчення стилю сімейного виховання та його впливу на формування самоствалення дитини (Д. Баумрінд, Д.М. Болдуїн, Е. Маккобі, Е.Г. Ейдемільлер, В.В. Юстіцкіс).

Вибір методів і конкретних методик дослідження для отримання необхідної інформації здійснювався відповідно до цілей та завдань роботи. Для дослідження

взаємозв'язку між дитячо-батьківськими стосунками та самоствавленням особи раннього юнацького віку було використано наступні психодіагностичні методики:

1. ADOR. Опитувальник «Підлітки про батьків»;
2. Методика діагностики самоствавлення С. Р. Пантелєєва;
3. Методика діагностики рівня суб'єктивного контролю Дж. Роттера;
4. Шкала самоповаги Розенберга.

Практична значущість: результатом дослідження є розробка тренінгової програми з розвитку позитивного самоствавлення старшокласників, яка буде корисною для шкільних психологів, педагогів, а також для проведення подальших наукових досліджень.

Теоретичне значення: в сучасному світі проблема впливу дитячо-батьківських стосунків є досить актуальною, адже спостерігається зростання кількості осіб юнацького віку з заниженою самооцінкою та самоствавленням. Сучасних досліджень на цю тему недостатньо; наявні дослідження не завжди враховують стрімких змін, які характеризують сучасну шкільну молодь та виховні підходи сучасних батьків. В основному дослідники зосереджуються на вивченні самоствавлення дорослої особистості.

Дослідження проводилося **на базі** Навчального центру Yavkursi, у ньому взяли участь 65 юнаків (хлопці та дівчата) віком 15-16 років.

Дослідження проводилося в три етапи: 1) теоретичне вивчення проблеми, 2) експериментальне дослідження, 3) аналіз та інтерпретація результатів дослідження, створення тренінгової програми.

Структура магістерської роботи побудована відповідно до логіки дослідження і включає вступ, три розділи, висновок, список використаних джерел, додатки.

РОЗДІЛ І

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКИХ СТОСУНКІВ НА САМОСТАВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

1.1. Самоствавлення особистості як предмет психологічного аналізу

Одним із найважливіших відносин соціального буття людини є її ставлення до себе. Будь-який прояв людини як соціального суб'єкта супроводжується включенням в даний процес її самоствавлення.

Проблема самоствавлення і його ролі в структурі особистості залишається надзвичайно актуальною для психологічної науки і практики, оскільки безпосередньо пов'язана з формуванням зрілої, адаптованої особистості.

Самоствавлення є одним з компонентів самосвідомості особистості, її емоційно-оцінною частиною. Усвідомлюючи себе, людина виокремлює себе з повноти навколишнього світу, визначаючи своє місце в ньому.

Суспільство, оточення, соціум є необхідною умовою для формування самосвідомості, тому що індивід не може визначити себе інакше, ніж як через порівняння з іншими, тому можна сказати, що самосвідомість носить суспільний характер. Самоствавлення не дається людині з народженням, процес формування знання про себе відбувається протягом усього життя під впливом безлічі факторів.

У сучасній психології відсутній єдиний підхід до визначення такого феномена як ставлення індивіда до себе, незважаючи на те, що він активно вивчається як вітчизняними, так і зарубіжними дослідниками. Розглянемо основні підходи і концепції щодо феномену самоствавлення особистості.

О.М. Леонт'єв пропонував розглядати знання про себе окремо від усвідомлення себе. На його думку, знання людини про себе формується з раннього

дитинства через порівняння, виокремлення зовнішніх властивостей і характеристик, відчуття свого тіла і впізнавання свого зовнішнього вигляду. Процес розвитку уявлень про себе відбувається через пізнання інших і самого себе, через поступове визначення своїх фізичних особливостей і можливостей, а потім і психологічних особливостей та моральних характеристик. Однак це знання про себе не тотожне усвідомленню себе. Останнє є характеристикою не просто людини, але вже особистості, і є продуктом її формування, що відбувається через процеси розвитку цілепокладання і розвитку діяльності. Основою ж особистості є особлива будова всілякої діяльності суб'єкта, що виникає через його особисті зв'язки зі світом на різних етапах розвитку. Відтак, вчений розглядав поняття «самоствалення» в контексті завдань розвитку особистості [34].

С.Л. Рубінштейн також розглядає самоствалення не як даність, а як результат розвитку особистості. Разом з життєвим досвідом людина відкриває раніше незвідані сторони дійсності, здійснює переосмислення своїх мотивів і завдань, які утворюють її особливий внутрішній світ. Адекватність усвідомлення себе залежить від процесу пізнання більше, ніж від переживань особистості, які можуть не відображати реальної дійсності. Самоствалення залежить, в першу чергу, від світогляду людини, що задає норми оцінювання власних властивостей, якостей і поведінки [56].

Л.С. Виготський вважав наявність самоствалення ключовою характеристикою сформованої особистості, більш того, він зазначав: те, що прийнято зазвичай називати особистістю, є не чим іншим, як самостваленням людини [15]. Онтологічно воно з'являється дещо пізніше свідомості, і спрямоване не стільки на навколишній світ, як на індивідуальність, внутрішній світ особистості. Формування особистості і процес розвитку самоствалення відбувається через перехід від зовнішніх, соціально обумовлених функцій в систему індивідуальної поведінки. Зовнішні форми поведінки, обумовлені

соціальним і культурним середовищем, приймаються людиною, інтерпретуються, і, врешті-решт, стають внутрішніми психічними регуляторами.

I.C. Кон визначає самоствавлення як сукупність психічних процесів, що забезпечують індивіду усвідомлення себе як суб'єкта діяльності. Розглядаючи проблему самосвідомості, він показує взаємозв'язок трьох складових елементів поняття «Я». По-перше, це ідентичність індивіда, що забезпечує послідовність і єдність психологічних процесів і поведінки людини в різних ситуаціях і контекстах з урахуванням етапів його життєвого шляху. По-друге, «Его» індивіда, або його суб'єктність, яке виступає як регулятор по відношенню до ідентичності індивіда і його поведінки, використовуючи механізми і методи свідомої саморегуляції поведінки, створюючи баланс між внутрішньою мотивацією особистості, несвідомими емоційними реакціями і обмеженнями зовнішніх обставин. По-третє, образ «Я», що складається з уявлень про себе, одночасно добудовує ідентичність і суб'єктність особистості і коригує її поведінку. Всі ці елементи пов'язані і припускають один одний [25].

Говорячи про самоствавлення особистості, I.C. Кон розмежовує поняття «Я» на об'єкт і суб'єкт самопізнання [25]. Розглядаючи сукупність своїх властивостей і якостей, індивід перетворює їх в об'єкт пізнання, вивчаючи їх ніби збоку, диференціюючи їх від себе, як би він робив з іншими речами. Суб'єктне ставлення до себе виникає при діалозі «Я» - «Я», коли індивід сприймає себе як співрозмовника, веде внутрішній діалог з самим собою.

Серед західних дослідників також не спостерігається єдиного визначення самоствавлення особистості, в англійських джерелах використовується ряд термінів, які можуть описувати дане явище таким чином: узагальнена самооцінка, самоствавлення, установка по відношенню до себе, самоповага, самоприйняття, декларована самооцінка, відчуття себе [39]. Строгих розмежувань даних понять в науковому середовищі не існує, використання того чи іншого терміна може розкриватися тільки в особливостях конкретного теоретичного або практичного

дослідження. Таким чином, термінологічна визначеність серед західних досліджень самоствавлення відсутня, що ускладнює операціоналізацію поняття. Тим не менш, під самоствавленням в більшості зарубіжних досліджень розуміється установка індивіда щодо себе та емоційний компонент самосвідомості.

Таку позицію займає Р. Бернс, описуючи концепцію «Я» як систему установок на себе. У зв'язку з цим виділяється три рівні або складові Я-концепції [7]:

- описовий, когнітивний рівень, що виражається в образі «Я» як сукупності уявлень індивіда про себе;
- оцінний, рівень, що виражається в оцінці уявлень про себе, афективній самооцінці;
- поведінковий рівень, який виражається в конкретних діях, що визначаються сукупністю попередніх двох рівнів.

Об'єктом оцінки індивіда можуть бути якості власного характеру, вчинки, свій тілесний образ, здібності і безліч інших характеристик особистості. Динамічна самооцінка інтегрується в узагальнену самооцінку і більш стійке ставлення до цілісного образу «Я». Як правило, дослідники, говорячи про самооцінку, мають на увазі саме дану стійку і узагальнену самооцінку.

Аналогічного погляду дотримується С. Куперсміт, вважаючи, що самоствавлення (самооцінка) – це «...ставлення індивіда до себе, яке складається поступово і набуває звичного характеру; воно проявляється як схвалення або несхвалення, ступінь якого визначає переконаність індивіда у своїй самоцінності, значущості» [74].

М. Розенберг визначає самооцінку як «..негативну або позитивну установку, спрямовану на специфічний об'єкт, званий «Я» [81]. Дана самооцінка показує рівень розвитку самоповаги, почуття власної цінності і позитивного ставлення до сфери свого «Я».

На наш погляд одним з найбільш значущих досліджень самоствавлення є концепція В.В. Століна, згідно з якою основою самоствавлення є процес, в якому власне «Я», власні риси і якості оцінюються особистістю по відношенню до мотивів, що виражали потребу в самореалізації [59]. В основі макроструктури самоствавлення як емоційно-оціночної системи В.В. Столін виділяє три емоційні виміри: самоповага, аутосимпатія і близькість до себе, які за рахунок адитивності цієї структури інтегруються в загальне почуття позитивного або негативного ставлення особистості до себе.

С.Р. Пантелеев, продовжуючи думку В.В. Століна, підкреслює, що самоствавлення, як вираз узагальненого сенсу «Я» не зводиться до системи самооцінок, так як крім самооцінок існують ще досить стійкі емоційно-ціннісні ставлення до себе, які безпосередньо виражають сенс «Я» для суб'єкта [44]. У зв'язку з цим автор розглядає самоствавлення як ієрархічно-динамічну систему, виділяючи підструктуру кожного з аспектів самоствавлення. Самоповага включає в себе самовпевненість, самокерівництво, відбите самовідношення, а також соціальну бажаність «Я». Аутосимпатія включає такі аспекти як самоприйняття, самоцінність і самоприв'язаність. Третя підсистема, самознищення, включає в себе внутрішню конфліктність і самозвинувачення. Дані аспекти об'єднують наявність негативного емоційного тону самоствавлення. Виразність кожної з цих підсистем може бути різною, і не завжди мати загальну спрямованість (позитивну або негативну).

Описаний підхід С.Р. Пантілеєва до структури самоствавлення особистості здається нам найбільш підходящим, так як дозволяє детально оцінити окремі компоненти саме відносини і їх зв'язки, і здійснювати більш спрямований вплив на його складові. Розглянемо далі більш детально компоненти самоствавлення.

Відображення самоствавлення можна назвати іншими словами «дзеркальним Я». Теорія «дзеркального Я» була вперше запропонована на початку ХХ століття соціологом Чарлзом Хортоном Кулі. Вона говорить про те, що уявлення людини

про саму себе, так звана «ідея я», виникає на основі оцінки оточуючих, що включає кілька компонентів: уявлення про те, який я в очах інших людей; уявлення про те, як мене інші оцінюють; самооцінка, пов'язана з цими двома уявленнями, коливається між крайніми полюсами – почуттями гордості або приниження.

Описана тут «ідея Я» формується в результаті взаємодії індивіда з іншими особами, серед яких первинні групи (сім'я, однолітки і т.п.) мають визначальне значення.

Пізніше проводилося безліч емпіричних досліджень для підтвердження впливу думки оточуючих на образ «Я». В результаті досліджень було показано, що самооцінка піднімається в результаті позитивних суджень, знижується під впливом негативних, при цьому вплив відбувається і на ті якості, які не були безпосередньо оцінені. Вплив різних груп на самооцінку індивіда не є однорідним, більш значущі групи мають більший вплив. У різних ситуаціях може мати більший або менший вплив як батьківська сім'я, так і однолітки, колеги. У той же час, опанування чужих думок не є автоматичним, особистість виконує роботу по їх осмисленню і відбору через призму власних уявлень і цінностей.

Процес формування образу «Я» в результаті реальної взаємодії індивіда з соціальною групою з урахуванням виконання певних соціальних ролей був досліджений Д. Мідом, що заклало основу для інтеракціоністського напрямку в психології. Образ «Я» формується в результаті не простого обміну думками, а практичної взаємодії індивіда з представниками тієї соціальної групи, до якої він належить, через спільну діяльність в наявних рамках. Навіть більше того, «індивідуальне я» є структурою соціальної, сформованої з соціальних відносин. З умінням поставити себе на місце іншого автор пов'язує і поняття рефлексії.

Третя підсистема самовідношення по С.Р. Пантілеєву, що включає внутрішню конфліктність і самозвинувачення, так зване самознищення також є

предметом вивчення багатьох дослідників. Незважаючи на те, що психологічна користь високої самооцінки визнається в науці, деякі західні дослідники (О.К. Нефф, 2003) не вважають однозначно корисною тенденцію тотального впровадження в школах заходів, спрямованих на підвищення самооцінки. Визнаючи той факт, що низька самооцінка може викликати такі негативні прояви, як брак мотивації, депресію і суїцидальні настрої. О.К. Нефф все ж таки вважає, що підняття самооцінки не завжди є панацеєю. У випадках, коли особистість показує високу опірність змінам, самооцінку не завжди можна підняти. Крім того, підвищення самооцінки може викликати і негативні наслідки. Наприклад, надто завищена самооцінка може вилитися в «нарцисизм», егоїзм, егоцентризм і недолік турботи про оточуючих. Крім того, болісно роздута самооцінка, може викликати підвищення упередженості, агресивності та жорстокості по відношенню до інших.

Таким чином, проблема самоствавлення має високу актуальність і значущість і в сучасній психологічній науці, і широко представлена в працях багатьох зарубіжних і вітчизняних авторів (Р. Бернс, У. Джеймс, В. С. Кон, С.Р. Пантїлеев, С.Л. Рубінштейн, В.В. Столін, та ін). Самоствавлення розглядається більшістю авторів як центральний компонент у структурі самосвідомості, що визначає специфіку ставлення особистості до свого «Я». Для цілей нашого дослідження буде використовувати поняття самовідношення як структуру компонентів, так як воно дозволяє зробити найбільш детальне дослідження характеристик самоствавлення. Згідно з цим визначенням, самоствавлення можна охарактеризувати як систему наступних елементів: самокерівництво, самовпевненість, відображення самовідношення, соціальна бажаність «Я»; самоприв'язаність, самоцінність, самоприйняття; внутрішня конфліктність і самозвинувачення.

1.2. Самоствавлення і самооцінка особистості у ранньому юнацькому віці

В рамках дослідження найбільше для нас представляє інтерес ранній юнацький вік. Для повного розуміння самоствавлення та самооцінки особистості в цьому віці, перш за все, необхідно дати йому визначення та характеристику.

Юність – це певний етап розвитку людини, який знаходиться між дитинством та дорослістю. Щодо хронологічних ознак цього віку дослідники та вчені мають різні думки. Це стосується і зарубіжних дослідників, адже часто хронологічні кордони цього віку визначають абсолютно по-різному. Наприклад, у вітчизняній психіатрії вік від 14 до 18 років називається підлітковим, а у психології осіб віком 16-18 років вважають юнаками. Важливо зазначити, що вікові категорії раніше часто пов'язували не з фактичним віком, а зі статусом у соціумі [26]. Вік слугує показником тих чи інших соціальних ролей. Слово «юність» означає етап переходу від залежної позиції дитини до самостійної та відповідальної позиції дорослого.

За Е. Еріксоном, розвиток особистості за своїм змістом визначається тим, що суспільство очікує від людини, які цінності та ідеали їй пропонує, які завдання ставить перед нею на різних вікових етапах. На думку вченого, до 17 років відбувається повільний розвиток ідентичності особистості. До юнацького віку дитина проходить ідентифікацій, спочатку ототожнення з батькам, потім за статтю, згодом з однолітками. Важливо зазначити, що Е. Еріксон не розводить підлітковий та юнацький вік, а вважає вік 12-20 періодом дозрівання. Дослідник вважає, що цей період є найважливішим та найбільш важким у житті людини, адже для нього характерна психологічна напруженість.

Основною особливістю юнацького віку К. Левін вважає розширення життєвого світогляду особистості, її оточення, належності до групи. На його

думку, поведінка юнака залежить від його становища, адже при переході зі світу дитинства до світу дорослості він фактично не знаходиться ні там, ні там. Така особливість його соціальної ситуації проявляється у відповідних реакціях: типових внутрішніх протиріччях, невизначеності рівня домагань, агресії, яка може змінюватись на сором'язливість, та схильності до кардинальних позицій та думок. Юнацький вік можна вважати одним з найцікавіших періодів у розвитку самосвідомості, адже, за В. Мухіною, юність – «це період життя людини, що онтогенетично знаходиться між отрочтвом та дорослістю. ...Саме у цьому віці відбувається становлення людини як особистості» [41, ст. 422].

Отже, для розвитку самосвідомості ключовим є саме цей період. Важливо зазначити, що самооцінка та самоствавлення є структурними елементами самосвідомості. На цьому етапі зазнають інтенсивного розвитку уявлення про себе, здатність до рефлексії, також відбувається відокремлення самооцінки від оцінок оточення.

Головне психологічне новоутворення юнацького віку – особистісне самовизначення, яке полягає у потребі визначення внутрішньої позиції як дорослої людини, усвідомлення свого місця у соціумі та розуміння себе та особистих можливостей. Тобто, узагальнюючи, можна стверджувати, що центральним новоутворенням особистості юнака є самоусвідомлення, важливими елементами якого і є самооцінка та самоствавлення.

Особливості розвитку особистісної сфери в даному віковому періоді – це:

- розвиток здатності до самовиховання і саморозвитку;
- підвищена потреба в спілкуванні, самоствердженні, самостійності і незалежності від дорослого;
- емоційна нестійкість і афективна забарвленість дій;
- розвиток внутрішніх моральних цінностей, які ще нестійкі в поведінці; загострення рис характеру (акцентуації);

- спостерігається особистісна нестабільність у поглядах, в емоціях, у вчинках;
- розширення самосвідомості: пошук «Я ідеального» і постійний аналіз «Я реального», формування образу «фізичного Я»
- формування цілісного уявлення юнака про себе;
- усвідомлення унікальності та індивідуальності своєї особистості.

Особливості самоприйняття і самоствавлення, що впливають на прийняття або неприйняття юнаком свого зовнішнього вигляду, часто супроводжуються досить серйозними емоційними переживаннями, які можуть призводити до дезадаптації його особистості.

Одним із провідних завдань раннього юнацького віку є формування ідентичності, що полягає у визначення напрямку, мети та змісту майбутнього життя. Саме з цим завданням пов'язана криза ідентичності, яка є значущим моментом розвитку. Гострота кризи багато в чому визначається різкою зміною ставлення людини не тільки до навколишнього світу, але і до себе. Загострюються протиріччя самосвідомості, пов'язані з маргінальним соціальним статусом юнака, вперше виникає множинність соціальних ролей, що одночасно поєднується з багатовимірністю внутрішнього світу людини.

Самосвідомість є одним з провідних елементів психологічного складу особистості, що регулює діяльність і поведінку людини, а також наслідком тривалого розвитку індивіда, перетворення його в суб'єкта, який встановлює певні взаємини з суспільством і самим собою. Становлення уявлень людини про себе відбувається протягом усього онтогенезу, але в ранньому юнацькому віці пошук і визначення власного «Я» набуває особливої гостроти. У цьому віці юнак чи дівчина починає усвідомлювати свою особливість і неповторність, в його/її свідомості відбувається поступова переорієнтація із зовнішніх оцінок (переважно батьківських) на внутрішні.

Формування самооцінки в ранньому юнацькому віці має особливу значущість. На думку Р. Бернса [7], І.С. Кона [24], А.М. Прихожан [50], саме в цьому віці самооцінка здійснює особливий вплив на формування стилю поведінки і життєдіяльності суб'єкта. Самооцінка не тільки відображає якісні зміни в структурі всієї особистості в цей критичний період, а й дозволяє здійснити перехід на новий, «дорослий» рівень особистісного розвитку [67].

Психологи більшою мірою зосереджуються на змінах в самооцінці підлітка та юнака, її впливові на його соціальну поведінку і відносини з батьками і однолітками. Становлення самооцінки – це одна з найбільш значущих характеристик особистості в цьому віковому періоді, важливий аспект формування думок, почуттів з приводу Я-концепції та ідентичності. Самооцінка є важливим структурним компонентом Я-концепції, яка включає у себе також самопізнання і потенційну поведінкову реакцію або саморегуляцію. Отже, самооцінка формується не сама по собі, а в тісному взаємозв'язку з розвитком когнітивної і поведінкової сфер особистості.

Соціальний розвиток в ранньому юнацькому віці характеризується інтенсивним формуванням індивідуальності. Іноді пошук своєї неповторності, унікальності призводить до виникнення егоцентризму.

Серед тенденцій перехідного віку можна виокремити переорієнтацію зі спілкування з батьками, вчителями та іншими дорослими на однолітків. Тим не менше, спілкування в ранньому юнацькому віці має суперечливий характер з огляду на те, що в його основі лежать дві різноспрямовані потреби: у приватності та приналежності до групи. Тобто, відмінною рисою соціального розвитку в цьому віці є також прагнення до самоідентифікації, тобто ототожнення себе з певною соціальною групою, образом, роллю, архетипом. Самоідентифікація безпосередньо пов'язана з світовідчуттям особистості, з поведінкою в соціумі, з проблемами особистісного розвитку і взаємин. Порушення самоідентифікаційних процесів веде до заперечення підлітком і юнаком самого себе, тобто порушення

ідентичності. В результаті порушення формування самоідентифікації в особи цього віку можуть з'являтися різні форми асоціальної поведінки, що суперечить прийнятим в соціумі нормам. Крім того, в пошуках свого «Я» підлітки і юнаки схильні до демонстративної поведінки, навмисного привернення уваги оточуючих. Епатажна поведінка, особливо в групі, є вельми привабливим засобом самоствердження для багатьох підлітків і старшокласників, схильних до ризику і демонстративності. Тут спрацьовує ефект зараження і знеособлення: за умов самоідентифікації з групою особі легше проявити себе, ніж в тому випадку, коли вона тримається осібно або протиставляє себе групі. Індивід відчуває себе причетним до спільної справи, незалежним від загальних правил і норм. Така самоідентифікація з групою може вплинути на самооцінку підлітка та старшокласника, підвищити її. Адже в очах своїх однодумців він герой, здатний протистояти загальноприйнятим нормам і правилам. Проте стійкою така самооцінка, швидше за все, не буде, оскільки, потрапляючи в звичні умови, він наближається до свого реального «Я».

В період свого дорослішання підліток намагається відповісти на багато запитань: Хто я? Який я? Що я можу? Чого я не можу? Як мені можна стати тим, ким би я хотів стати? Часто, в силу різних причин, юна особа не знаходить відповіді на ці запитання у підлітковому віці, і процес пошуку ідентичності продовжується в наступному віковому періоді. Природно, при відповіді на ці питання підліток чи юнак спирається, в першу чергу, на думки батьків або інших значущих дорослих, з якими у нього склалися близькі стосунки. Тому батьки, педагоги, психологи можуть як допомогти особі у формуванні адекватної самооцінки підростаючої особи, так і бути причиною завищеної або, навпаки, заниженої самооцінки. Адекватна самооцінка допомагає підлітку та юнаку бути більш спокійним, добре ставитися до себе і до оточуючих людей, краще розуміти свої можливості і обмеження.

Адекватна самооцінка особистості раннього юнацького віку формується там, де є шанобливе ставлення до дитини цього віку та її думки з боку батьків, конструктивна критика і визнання того, що вона цінна сама по собі, незалежно від будь-яких своїх досягнень і нагород. Шанобливе ставлення до дитини цього віку і його думки виявлятиметься в повазі до рішень, потреб, бажань, його цілей. Батькам важливо бачити межі, які вибудовує підліток або юнак, і ці межі не порушувати.

Таким чином, ранній юнацький вік – важливий і складний етап в житті кожної людини; юність можна вважати епохою стрибка, «другим народженням», яке багато в чому визначає всю подальшу долю і характеризується відкриттям власного «Я». Цей період знаменує собою перехід від дитинства до дорослого життя. У цьому віці формується світогляд, відбувається переосмислення цінностей, ідеалів, життєвих перспектив. Для даного періоду характерно становлення свідомості і самосвідомості особистості, при цьому поведінка значною мірою регулюється самооцінкою особистості, яка являє собою одне з центральних особистісних утворень.

1.3. Особливості дитячо-батьківських стосунків у ранньому юнацькому віці

Особистість починає свій розвиток у сім'ї. Сім'я протягом всього життя постає для індивіда однією з найважливіших соціальних груп. В такій групі, при умові нормального функціонування, дитина може оптимально задовольняти свої базові потреби, має рольові моделі в особах батька, які надалі дають їй можливість відтворити гармонійні стосунки у своїй майбутній сім'ї. Відповідно, порушення

структури і функціонування сім'ї тягне за собою негативні наслідки у розвитку особистості дитини.

Загалом, понятійний апарат, що стосується сфери дитячо-батьківських стосунків, є доволі широким та багатозначним, адже включає в себе батьківські установки, позиції, типи батьківського виховання, сімейні ролі дитини, стилі спілкування та ін. Серед чинників, які визначають характер та міру впливу батьківського ставлення на дитину можна виокремити наступні:

- стать (відмінний чи однаковий з дитиною);
- вік (молоді, неповнолітні батьки або, навпаки, батьки поважного віку);
- темперамент та особливості характеру батьків;
- релігійність;
- національно-культурні особливості;
- соціальне положення;
- професія;
- загальний рівень культури.

На кожному етапі життя дитини роль та завдання батьків змінюються, наповнюються новим смислом та змістом.

Так, наприклад, під час очікування дитини надзвичайно важлива внутрішня робота над собою, усвідомлення нових ролей у сім'ї нуклеарній, повній, а також у соціумі. На першому році життя батьки не тільки задовольняють базові потреби дитини, а й закладають фундамент психічного розвитку.

Ранній вік ставить перед батьками задачу підтримувати нові можливості самостійного пересування дитини. До трьох років у дитини з'являються нові види діяльності – ігрова та продуктивна. Батьки мають допомогти започаткувати гру – підібрати іграшки та інші предмети, показати живий інтерес, порадити, як ускладнити та урізноманітнити гру.

У дошкільному віці батьки мають заохочувати природню цікавість та інтерес дитини. Коли дитина досягає молодшого шкільного віку, батьки мають сприяти позитивному ставленню дитини до майбутнього шкільного навчання, очікуванню нею майбутнього вступу до школи як бажаної та значущої події, свідчення дорослішання.

Підлітковий вік потребує від батьків особливої уваги до змін, які відбуваються з підлітком, в цей період необхідно проявити терпіння, гнучкість, зваженість у рішеннях.

В юнацькому віці, який представляє для нас найбільший інтерес, соціальна ситуація потребує від юнака чи дівчини прийняття важливих рішень. При цьому перед батьками стоїть задача не бути аж занадто наполегливими у відстоюванні своєї думки щодо майбутнього їхнього сина чи доньки. Остаточний вибір має бути зроблений молодою людиною самостійно. На цьому етапі дорослішання дитячо-батьківські стосунки мають втрачати ієрархічний характер, обидві сторони повинні сприяти створенню рівної взаємодії. Це можливо за умови того, що батьки позитивно налаштовані на зміни у житті та сприйнятті юнаком чи дівчиною навколишнього світу. При недотриманні таких вимог перехід до рівності у стосунках може переживатись гостро як батьками, так і дитиною. Цей етап переходу може бути заповнений періодами віддалення, або навіть розриву, доки обидві сторони не зможуть прийняти реалістично свої позиції.

Перехідний, важкий, кризовий, переломний – всіма цими словами можна охарактеризувати підлітковий та юнацький вік. За доволі короткий термін діти розвиваються фізично, інтелектуально, морально та соціально. Зазвичай, це викликає стрес у батьків та збиває їх з пантелику, адже старі методи виховання перестають бути дієвими та інші раніше ефективні патерни поведінки втрачають свою актуальність. Не дивлячись на це, сім'я є одним з найбільш

важливих чинників у адекватної, інтелектуально, фізично, емоційно та морально розвиненої особистості [24].

Надзвичайно серйозною особливістю особистості у ранньому юнацькому віці є стрімкий розвиток самосвідомості шляхом рефлексії. І чим більш якісними були стосунки з батьками у дитинстві, тим більше у юнака можливостей до рефлексії. У стосунках юнаків з однолітками також часто можна прослідкувати сімейні патерни та ролі, тобто дитячо-батьківські стосунки мають вплив на спілкування і поза сім'єю, у важливих для юнаків та дівчат соціальних групах.

1.4 Сім'я як чинник самоствалення особистості у ранньому юнацькому віці

У вітчизняній та зарубіжній психологічній та педагогічній науці традиційно визнається провідна роль дорослого в психічному розвитку дитини. У руслі біхевіористичного підходу дитина перебуває під безпосереднім впливом Я-концепції батьків, тобто поведінкові характеристики і установки дитина набуває, засвоюючи і імітуючи поведінку авторитетних дорослих зі свого соціального оточення, через інтеріоризацію якостей значущого іншого, в тому числі стандартів підкріплення. Оцінка своїх вчинків здійснюється згідно цих стандартів. Винагорода для себе здійснюється відповідно до інтеріоризованих прототипів. Як зазначає педагог-психолог Ю.В. Сомова, Я-концепція має прямий зв'язок з оцінками батьків і авторитетних дорослих і знаходиться під безпосереднім впливом Я-концепції батьків [58].

Однією з головних особливостей раннього юнацького віку також є зміна значущих особистостей та новий формат стосунків з дорослими. Досвід сімейного спілкування з ранніх етапів розвитку дитини лягає у фундамент її загальної

установки до світу соціальних відносин і власного «образу Я». Багатьма дослідниками відзначена виняткова важливість поведінки батьків для розвитку самооцінки дитини. Були виявлені такі цінні для формування адекватної самооцінки фактори, як тепло у ставленні до дитини, зацікавленість і турбота про неї, вимогливість до дитини, демократизм у сімейних відносинах. Батьківське ставлення є вирішальним фактором формування основ самосвідомості і самоствавлення дитини. Воно є джерелом виникнення і розвитку уявлень дитини про себе. Дитина залежить від батьків як фізично, так і емоційно і соціально, в результаті чого їх установки мають величезне значення у формуванні таких складових самосвідомості як «образ Я», самоствавлення, самооцінка.

Фундамент самоствавлення, закладений в дитинстві, підтримується протягом усього життя людини [36]. Відмовитися від цього важко, але позитивна динаміка в самоствавленні можлива на будь-якому віковому етапі. Р. Бернс [7] підкреслює, що в оточенні, яке має довірчу основу, де дитина відчуває, що її люблять, що її завжди готові прийняти; у неї закладається міцна основа для майбутніх взаємодій з іншими людьми і для формування позитивного ставлення до самої себе. Поки дитина не має власної, стійкої самооцінки, вона стихійно приймає ставлення до себе дорослого, і, таким чином, первісна її самооцінка є «на віру» прийнятим ставленням до неї дорослих. На думку Р. Бернса, адекватна самооцінка розвивається у дітей із сімей, що відрізняються згуртованістю і солідарністю, де основним фактором є ставлення матері до себе і до чоловіка. Дитина в таких сім'ях менше схильна до внутрішніх конфліктів і тривожності, доброзичливо і реалістичне сприймає навколишній світ і себе самого. Можна виокремити три основні умови, що сприяють формуванню адекватної самооцінки у дитини: прийняття дитини батьками; встановлення зрозумілих і однозначних правил, що регламентують поведінку дитини; надання дитині свободи дій у встановлених межах.

На формування гармонійної особистості величезний вплив надає наявність обох батьків, їх позитивне ставлення до дитини. Батьківська любов як ніщо інше сприяє виникненню почуття власної гідності і самоповаги людини, позитивного ставлення до своєї особистості.

Соціальна ситуація (склад сім'ї), духовна позиція, тип виховання дитини значною мірою визначає самосвідомість, самооцінку і самоставлення юнака.

Для формування адекватної самооцінки величезне значення має позитивний характер емоційних відносин з батьками тієї ж статі і наявність батька протилежної статі. Наявність батька протилежної статі також важлива при формуванні статевої ідентифікації дитини [22].

Психоаналітики вважають, що фігура матері має величезне значення для розвитку особистості і нічим не замінна для дитини. Біхевіорально-орієнтовані психологи підкреслюють, що не множинність виховних впливів, а зміст цих впливів, правильна організація турботи про дитину і всього її середовища проживання визначають результати виховання. Взаємовідносини в батьківській родині, ставлення до дитини з боку батьків можуть формувати мотиваційну сферу дитини, її позитивний погляд на світ і на саму себе, і ті ж самі фактори, але з іншим психологічним змістом, можуть призводити до збиткового розвитку потреб і мотивів, низької самоповаги, недовіри до оточуючих, замкнутості і вразливості.

Негативний вплив на формування особистості дітей мають такі фактори, як конфліктні відносини в сім'ї і невротичні риси у батьків. Неблагополуччя в сім'ї породжує у дітей внутрішній конфлікт, що призводить до тривожності. Такі діти ранимі, невпевнені в собі, неспокійні. Найбільш згубним виявляється вплив неправильного виховання в підлітковому віці.

Формування самосвідомості підлітків залежно від різних соціальних умов виховання вивчалось в дослідженнях В.С. Мухіної на прикладі умов депривації (дитячий будинок) і звичайних (сім'я). Так, «образ Я» у підлітків, позбавлених піклування, розвивається не тільки більш повільно, ніж у підлітків з сім'ї, але і

зовсім іншим шляхом. Специфіка проявляється насамперед у несформованості внутрішнього ідеального плану, у зумовленості мотивації, поведінкових реакцій зовнішньою ситуацією [37].

І.С. Кон називає наступні фактори, що впливають на особистість дитини, яка формується: сімейні умови, включаючи соціальний стан, рід занять, рівень матеріального достатку і освіти батьків. Ці фактори значною мірою зумовлюють життєвий шлях дитини. Крім свідомого, цілеспрямованого виховання, яке дають батьки дитині, на неї впливає внутрішньосімейна атмосфера, причому ефект цього впливу накопичується з віком, відбиваючись в структурі особистості. А також сильний вплив на особистість дитини надають склад сім'ї і характер взаємин між її членами [24].

Вплив сімейного виховання на становлення самооцінки і самоствавлення досліджувався багатьма зарубіжними вченими. Так, наприклад, за даними С. Куперсмита, занижена самооцінка пов'язана зі спробами батьків сформувати у дитини здатність до пристосувальної поведінки [74].

Юнаків, які мають довірчі відносини з батьками, переважно характеризує адекватна і стійка самооцінка, а для юнаків з сімей з жорстким стилем виховання характерна нестійка і неадекватна самооцінка. Чим старшим стає юнак, тим виразнішим стає конфлікт між потребою в самоствердженні, повазі та визнанні прав на самостійність і нав'язуванням йому батьківських норм і правил, що тягне за собою знецінення «образу Я».

Самооцінка осіб раннього юнацького віку істотно залежить від ставлення до них батьків, а саме, при наявності шанобливого ставлення з боку батьків у юнаків формується сприятливий тип самооцінки, що поєднує критичний облік зовнішніх оцінок і тим самим розширює власний досвід. Адекватне усвідомлення своїх рис, «зворотній зв'язок» у вигляді батьківського ставлення і оцінок – як позитивних, так і негативних – найбільшою мірою притаманне юнакам зі сприятливим типом самоствавлення, що поєднує високу симпатію і самоповагу. Іншими словами,

позитивне самосприйняття і «образ Я» роблять підлітка або юнака більш доступним для виховних впливів батьків, в тому числі і для їх критичних оцінок, які в цьому випадку не сприймаються як такі, що принижують його особистість і гідність та обмежують його самостійність.

У несприятливій сімейній ситуації, при неповажному ставленні до дитини та несприйнятті її батьками, цей процес призводить до формування таких особливостей самооцінки, які характеризуються конфліктністю «образу Я» в юнака, конфліктом в сфері прийняття себе, конфліктним ставленням до себе, конфліктом в структурі цінностей. Ці варіанти конфліктного «образу Я» можна розглядати, з одного боку, як продукт конфліктних взаємин в сім'ї, а з іншого – як спробу індивіда вирішити цей конфлікт, знизити напруженість і тривожність, що виникають через фрустрацію важливих потребах.

До основних факторів, які мають негативний вплив на самоствавлення, що виступає одним з основних компонентів самосвідомості дитини, відносяться порушені стилі сімейного виховання, нестійкий емоційний і психологічний стан батьків, несприятливі відносини дитини з матір'ю.

У ранньому юнацькому віці емоційний зв'язок з батьками слабшає, оскільки центром емоційної прив'язаності стає сам юнак. Батьки можуть скаржитись на відчуженість, грубість та егоїзм своєї дитини, в той час як вона проходить крізь кризу і завдання свого віку. В юнаків та дівчат в свою чергу також виникають претензії до батьків або інших близьких дорослих. Найчастіше вони засновані на недоліках та протиріччях у поведінці дорослих. Такі конфлікти, звісно, псують якість дитячо-батьківських стосунків, що, у свою чергу, може негативно впливати на формування самооцінки та самоствавлення особистості у ранній юності.

Основаючи на аналізі досліджень, пов'язаних із становлення самосвідомості, ідентичності дитини в ранньому юнацькому віці, зокрема її самоствавлення і самооцінки, нами була створена теоретична модель дослідження впливу дитячо-батьківських стосунків на самоствавлення юнака (Рис. 1.1).

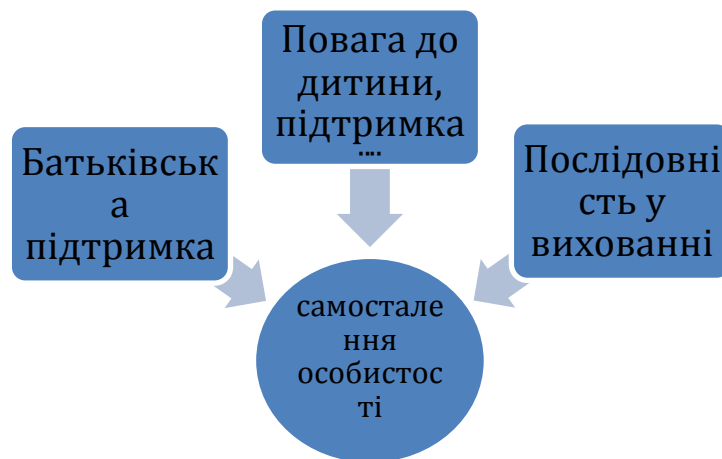


Рис. 1.1. Теоретична модель дослідження впливу дитячо-батьківських стосунків на самостворення особистості в ранньому юнацькому віці

На основі теоретичної моделі створено операціональну модель дослідження впливу дитячо-батьківських стосунків на самостворення особистості раннього юнацького віку (Табл. 1.1)

Таблиця 1.1

Операціональна модель дослідження впливу дитячо-батьківських стосунків на самостворення особистості в ранньому юнацькому віці

Складові	Показник	Психодіагностичний інструмент
Батьківська підтримка	Позитивний інтерес до дитини юнацького віку, Низька конфліктність, ворожість по відношенню до юнака	методика «Підлітки про батьків»
Повага до дитини, підтримка її суб'єктності	Автономність (середні показники як міра передання часткової відповідальності юнаку)	методика «Підлітки про батьків»
Послідовність у	Послідовність батьків у	методика «Підлітки про

вихованні	вихованні	батьків»
Позитивна модальність самоствавлення юнака	Самоповага Самоприйняття, самоприхильність, самоцінність, низькі показники самозвинувачення і внутрішньої конфліктності	Шкала самоповаги Розенберга Тест самоствавлення С.Р. Панталеєва
Суб'єктність особистості юнака	Локус контролю Самокерівництво, самовпевненість	Методика «Рівень суб'єктивного самоконтролю Дж. Роттера» Тест самоствавлення С.Р. Панталеєва

Виокремлені в моделі показники самоствавлення юнаків та дівчат, а також, дитячо-батьківських стосунків вивчалися в ході емпіричного дослідження, результати якого представлені в розділі 2.

1.5 Соціальні чинники формування самоствавлення особистості в ранньому юнацькому віці

Людина пов'язана з суспільством, в якому вона проживає, з незліченною кількістю нормативних систем. Суспільство має значний вплив на життєдіяльність людини, який носить не тільки формальний, але також і прихований психологічний характер. Так, виховуючись в певному соціальному середовищі і засвоюючи з дитинства ті чи інші норми та шаблони поведінки, формуючи власні цілі і цінності, індивід орієнтується на навколишній соціум. Навіть в тому

випадку, коли людина заперечує соціальні норми оточення, вона все одно орієнтується на них.

Соціалізація зростаючої людини (у вузькому сенсі цього слова) і являє собою формування необхідних суспільству соціальних властивостей особистості, становлення людини як суб'єкта соціальної поведінки. У зв'язку з цим соціальні норми набувають особливого значення, «вони використовуються, як умова і детермінанти власного соціального розвитку особистості» [8, ст.157].

Соціальні норми – це точка відліку соціальної поведінки особистості, оскільки соціальна поведінка, перш за все, є поведінка.

У перехідному періоді від дитинства до дорослості, якій охоплює підлітковий та юнацький вік, відбувається включення індивіда в світ дорослих через трансформацію соціальних установок, норм і правил в особисті ціннісні переконання, уявлення і орієнтації. Цей вік – стрижневий період різних форм ідентифікації: тілесного і психологічного образу «Я»; усвідомлення себе як представника певної статі, певної соціальної спільності і т.п. Ідентифікація дозволяє юнакам та дівчатам засвоїти соціальні норми, цінності, ідеали, ролі як окремої особи, так і суспільства в цілому.

Відомо, що основною потребою особистості у ранньому юнацькому є потреба бути дорослим, тому вона прагне перш за все засвоїти ті норми, які пов'язані в її свідомості з дорослою поведінкою. І це не обов'язково інституційна норма, ідеальна, пропагована суспільством. Більш того, на наш погляд, чим сильніше розбіжність в суспільстві між пропагованими нормами і реально діючими, тим більш ймовірно, що юнак буде орієнтований не на інституційну норму, яка буде ним, швидше за все, сприйматися як щось близьке до норми вікової (норми для маленьких, для дітей), а на реально діючі норми, якими насправді керуються дорослі в своїй щоденній поведінці.

Суб'єктивна значимість тих чи інших відношень особистості виражається в орієнтації дитини на норми конкретних людей, спільності та суспільства. Відомо, що діти засвоюють, привласнюють цінності дорослих.

Сьогодні ж ці цінності в нашому суспільстві піддаються рішучому перегляду. Причому відбувається це у вкрай нестабільній соціальній, економічній, екологічній, психологічній обстановці, в ході зміни типів духовної культури, в принципово зміненій моральній атмосфері, коли не просто скинуті всі ідеали, авторитети, а й відсутні значущі суспільні сили, відповідальне затверджують нові норми, принципи, що викликають довіру людей, в тому числі і підростаючого покоління. Створення власної ціннісної системи у юнаків супроводжується зверненням до вічних філософських проблем, ідеальним уявленням про моральність. Утруднення комплексу особистісних властивостей відбувається за рахунок включення в систему його ціннісних орієнтацій різного роду моральних якостей [12; 13].

Ціннісні орієнтації особистості в період дорослішання, розуміння нею соціальних проблем, моральні оцінки подій і вчинків залежать, в першу чергу, від позиції батьків.

Підкреслюючи найбільший вплив сім'ї на формування системи цінностей особистості, можна зазначити, що батьківська сім'я виступає в якості найважливішого джерела критеріїв оцінки, що лежать в основі формування ціннісних уявлень протягом усього життя людини

Ф. Райс, розглядаючи взаємини юнаків з батьками, прийшов до висновку про те, що перші поділяють моральні цінності і уявлення батьків. За даними дослідження Ф. Райса, у восьми обставинах, які найчастіше називаються серед проблемних – наркотики, освіта, робота, політика, вибір друзів, релігія, секс і стиль одягу – більшість юнаків та дівчат погоджуються з уявленнями своїх батьків [51]. Аналіз досліджень показує, що підлітки більш орієнтовані в найголовніших цінностях, які їм несуть батьки, що є важливими для їх майбутнього, а думка

однолітків більш істотно в питаннях, що стосуються мінливих цінностей (наприклад, моди). Однак таке співвідношення орієнтації можливе лише при високому рівні авторитету батьків, гармонійних дитячо-батьківських відносинах [31].

В науковій психологічній літературі, присвяченій вивченню соціалізації дітей, досить часто зустрічаються вказівки на те, що батьки в благополучних сім'ях передають своїм дітям власні духовні цінності (прагнення до творчості, пізнання, самовдосконалення і радості від цього), формуючи, таким чином, у дітей відповідні ціннісні орієнтації, які дозволяють останнім самостійно рухатися в соціально схваленому напрямку. І навпаки, у дослідженнях, що вивчають девіантну поведінку дітей, часто зустрічається вказівка на те, що духовні ціннісні орієнтації не грають великої ролі в житті батьків, а характер спілкування в сім'ї є таким, що передача духовних цінностей батьків до дітей практично виключено.

Розвиток дитини раннього юнацького віку в неповній сім'ї впливає на формування системи ціннісних орієнтацій, оскільки дуже велике значення для батьків з неповних сімей мають афіліативні цінності. Ієрархії життєвих цінностей юнаків з неповних сімей мають ознаки компенсаторності у порівнянні з підлітками їх повних сімей (Я. Гудекек, І.В. Дубровіна, Н.К. Кряжева, Д.А. Леонтьєв, М. І. Лісіна та ін.)[32, 34, 35].

Особливості розвитку ціннісних орієнтацій юнаків та дівчат, які виховуються поза межами сім'ї, визначаються умовами організації їх життєдіяльності в закладах інтернатного типу, збідненням і зміною характеру впливу джерел соціалізації [16; 17]. Для вихованця дитячого будинку або школи-інтернату соціальні фактори формування ціннісних орієнтацій мають іншу ієрархію. Найбільш значущими для нього агентами соціалізації виступають колектив однолітків, вихователі інтернату, дитячого будинку [49].

Таким чином, за допомогою соціальних норм людина формує ставлення до себе та інших, через їх призму оцінює і формує ставлення до своєї поведінки і

поведінці інших членів спільноти і групи, до партнерів в безпосередньому контактному спілкуванні, членам спільноти, суспільству в цілому. На основі презентації, усвідомлення і оцінювання соціальних норм людина здатна розвивати вищі форми і засоби регуляції поведінки - ціннісні системи і критерії, переконання та ідеали.

Висновки до розділу I

На основі аналізу психологічних досліджень встановлено, що самоствавлення особистості є елементом свідомості, який має вплив на всі сфери діяльності особистості; його дослідження представляє значний інтерес для психологічної науки і практики. Самоствавлення являє собою складний психічний процес, сутність якого полягає у сприйнятті особистістю самої себе в різних ситуаціях діяльності та поведінки, в усіх формах взаємодії з іншими людьми і в поєднанні цих образів в єдине цілісне утворення – в уявлення, а потім в поняття свого власного «Я» як суб'єкта, відмінного від інших суб'єктів. Це відносно стійке емоційне ставлення до себе, міра прийняття себе або неприйняття себе.

Відповідно до сучасних психологічних концепцій, юність – це перехідний етап від дитинства до дорослості, формування самоствавлення як елементу самосвідомості відбувається саме у цей період, більше того, воно є одним з новоутворень цього віку. Також у цьому віці особистість розширює свій світогляд, змінює оточення відповідно до інтересів, прагне належності до референтної групи. На цьому етапі життя юнаки та дівчата формують уявлення про себе і поступово відокремлюють самооцінку про себе від оцінок оточення.

Одним з провідних завдань цього віку також є формування ідентичності, яка дає можливість особистості визначити мету та зміст майбутнього життя. З цим

завданням пов'язана криза ідентичності, про яку часто можна почути у контексті раннього юнацького віку. Гострота переживання кризи полягає у різких змінах у ставленнях, думках і вчинках юнаків та дівчат.

Одним з найбільш впливових чинників формування самоствалення особистості є дитячо-батьківські стосунки, адже саме сім'я є першим інститутом соціалізації, де дитина може спостерігати патерни поведінки та ставлення до себе та інших. Хоч і протягом раннього юнацтва відбувається зміна значущих особистостей, досвід сімейного спілкування слугує для юнаків та дівчат фундаментом загального розуміння світу.

Розділ II

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКИХ СТОСУНКІВ НА САМОСТАВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ У РАННЬОМУ ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

2.1 Організація дослідження і характеристика вибірки

Найбільший інтерес у визначенні механізмів формування людини як особистості, її самоактуалізації представляє дослідження онтогенезу в ранньому юнацькому віці. Психологічні особливості цього періоду розглядаються як кризові та пов'язані зі змінами, що відбуваються з особистістю у тілесній, духовній, соціальній, психологічній сферах. Ранній юнацький вік, по праву, можна вважати відправним пунктом формування особистості, що самоактуалізується, оскільки саме в цей віковий період відбувається «друге народження особистості», дитина все більше починає керуватися саме своєю думкою, спиратися на свій попередній життєвий досвід.

Провідною діяльністю в цьому віковому періоді стає сфера спілкування, головним інтересом - контакт з іншою людиною, усвідомлення свого становища в соціальній групі та сприйняття іншими людьми. На процес самоствавлення особистості раннього юнацького віку впливають безліч факторів, до основних з яких належать:

- близьке оточення (родина, родичі, друзі, однокласники);
- економічні (матеріальні), соціальні, політичні умови життєдіяльності;
- фізичні, психологічні, інтелектуальні особливості;
- соціальні інститути (школи, релігійні установи і т.п).

В емпіричному дослідженні увагу сфокусовано на тому, який вплив мають сімейні відносини на самоствалення особистості у ранньому юнацькому віці, виявити взаємозв'язок між характером цих стосунків та особливостями самоствалення. Адже саме сім'я є базисним інститутом соціалізації дитини і здійснює значний вплив на особистість у її розвитку.

Обґрунтування проблеми дослідження. В даний час українське суспільство переживає складні кризові явища, що значною мірою загострює соціальні відносини та проблеми, що ними породжуються.

Багатьом сім'ям складно адаптуватися та формувати захисні механізми, поступово знижується виховний потенціал, погіршується морально-психологічний клімат у сімейній сфері та суспільстві загалом. Сім'я повинна бути гарантом стабільності та надійності у мінливому світі, але нерідкі випадки, коли саме батьки, що покликані піклуватися про дитину, нехтують її потребами та негативно впливають на розвиток особистості. Діти у ранньому юнацькому віці найбільш залежні від навколишнього середовища. Зв'язки в сім'ї, відносини батьків з дитиною – перша найвпливовіша для неї модель спілкування. Дитина в ранньому юнацькому віці намагається відділитися від сім'ї, але в той же час сім'я дуже сильно впливає на дитину. З огляду на що гіпотезою нашого дослідження є припущення, що дитячо-батьківські стосунки впливають на самоствалення особистості у ранньому юнацькому віці.

Характеристика вибірки дослідження. Досліджуваними виступили 65 учнів 10-11 класів, які навчаються на базі центру підготовки «ЯвКурсі»; серед них 31 юнак, 34 дівчат.

Предметом дослідження був вплив дитячо-батьківських відносин на самоствалення особистості у ранньому юнацькому віці. Дослідження здійснювалося згідно з теоретичною та операціональною моделями, представленими в розділі 1.

Мета дослідження: визначити вплив дитячо-батьківських відносин на самоствалення особистості у ранньому юнацькому віці

Завдання дослідження:

- проаналізувати сприйняття юнаками та дівчатами їх взаємовідносин з батьками;

- визначити як ставлення батька і матері пов'язане з особливостями самоствалення особистості раннього юнацького віку.

Описова статистика вибірки дослідження за показниками статі та віку представлена на рис 2.1 та рис 2.2.

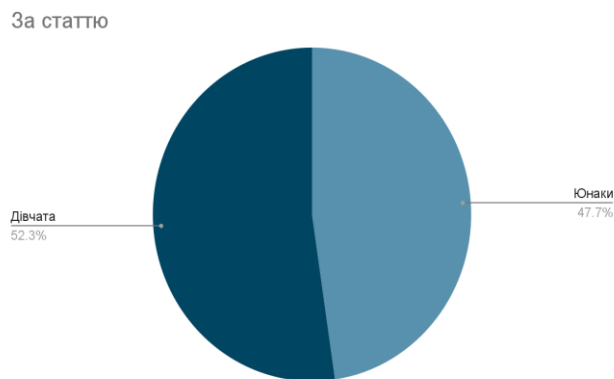


Рис. 2.1 Статистика вибірки за показниками статі

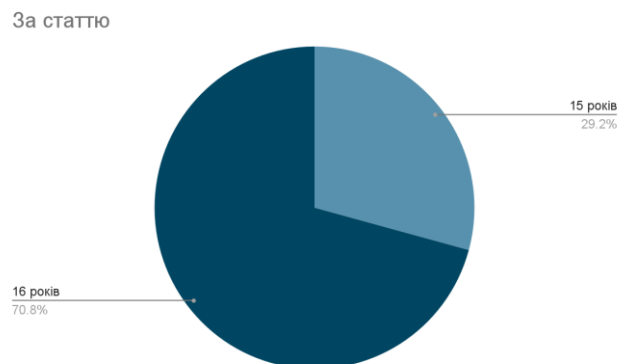


Рис. 2.2 Статистика вибірки за показниками віку

2.2. Обґрунтування психодіагностичного інструментарію дослідження

Для розв'язання практичних завдань даної роботи, було проведено емпіричне дослідження, яке можна класифікувати за метою проведення як уточнююче.

Структура проведення. За зазначеною темою було обрано 4 методики та складені онлайн-варіанти бланків дослідження за допомогою Google docs. Учасникам було представлено посилання на методики, за яким можна було пройти тестування. Потім, скопіювати посилання на відповідь та вставити у вказане місце для відкритої відповіді. Участь у дослідженні була добровільною, також учасники могли зазначити, чи хочуть вони дізнатися індивідуальні результати дослідження.

«Методологія» так само, як і «історія», «логіка», - це термін, що використовується для позначення наукової або філософської дисципліни і її предмета. У широкому сенсі слова, під методологією можна розуміти всю сукупність процедур дослідження: опис, пояснення, обґрунтування, пов'язані перш за все з методами, але не тільки.

Доцільним видається визначення методології, яке дає соціолог В. А. Ядов. «Загальна наукова методологія включає універсальні принципи розвитку наукового знання ... загально соціологічна методологія, функції якої виконує соціологічна теорія, дає вказівку щодо принципових основ розробки окремих соціологічних теорій в співвідношенні з їх фактуальним базисом».

Вирішальну роль, звичайно, відіграють методи. Метод - в найзагальнішому значенні - спосіб діяльності суб'єкта в будь-якій її формі. Основна функція методу - внутрішня організація і регулювання процесу пізнання або перетворення того чи іншого об'єкта. Тому метод (в тій чи іншій своїй формі) зводиться до сукупності певних правил, прийомів, способів, норм пізнання і дії. Він є система приписів,

принципів, вимог, які орієнтують людину в рішенні конкретної задачі, досягненні певного результату в тій чи іншій сфері діяльності.

Загалом ж методами можна назвати особливі процедури, які використовуються в даній науці, для збору, обробки та аналізу даних. Це прийоми вивчення громадської думки, психологічні тести для вивчення особистості, статистичні методи, які дозволяють працювати з формалізованими фактами, анкетування, метод аналізу документів, методи проведення інтерв'ю тощо.

Методи науки - це способи виконання дослідних дій, які розглядаються як прийнятні. Методологія являє собою не тільки опис методів, а й рекомендації по техніці застосування методів. Ймовірно, можна навіть говорити про технології застосування методів. Наприклад, в роботі В.А. Ядова техніка як частина методології являє собою сукупність спеціальних прийомів для ефективного використання того чи іншого методу. Техніка стикає формалізований метод і дії дослідника в конкретній ситуації. Методологія багато в чому виражає відношення до методів. Зокрема, так звані методологічні дослідження зазвичай спрямовані на вивчення можливостей і обмежень того чи іншого методу або варіантів даного методу.

Проблематика дослідження, що розглядається в рамках даної роботи завжди стояла в експериментальній психології особливо гостро, в першу чергу, через безліч теоретичних підходів до досліджуваних явищ.

Для дослідження особливостей впливу дитячо-батьківських стосунків на самоствалення особистості у ранньому юнацькому віці використовувався комплекс психодіагностичних методик, що відповідають завданням дослідження:

У процесі проведення емпіричного дослідження учасникам було запропоновано наступні методики:

1. ADOR. Опитувальник «Підлітки про батьків».
2. Методика діагностики самоствалення С. Р. Пантелєєва.
3. Методика діагностики рівня суб'єктивного контролю Дж. Роттера

4. Шкала самоповаги Розенберга.

Зупинимося на їх аналізі більш детально.

ADOR. Опитувальник «Підлітки про батьків». Дана психодіагностична методика дозволяє оцінити особливості установок, поведінки, а також методів виховання батьків так, як їх сприймають їхні діти у підлітковому віці. Методика включає 50 висловлювань, які слід співвіднести з особливостями поведінки батька та особливостями поведінки матері. У рамках опитувальника функціонують такі шкали: позитивний інтерес; директивність; «ворожість»; «автономність»; «непослідовність».

Підставою методики є положення Шафера про те, що вплив батьків на своїх дітей у сфері їх виховання (так, як це описують діти) може бути охарактеризовано за допомогою кількох факторних змінних: прийняття - емоційне заперечення; психологічний контроль - психологічна автономія; прихований контроль - відкритий контроль [Вассерман]. Під прийняттям тут мається на увазі, безумовно, позитивне ставлення батька до дитини незалежно від початкових очікувань батьків, тоді як емоційне відкидання розглядається як негативне, негативне ставлення до своєї дитини, яке характеризується відсутністю до неї любові та турботи, інколи ж ворожістю. Під психологічним контролем розуміється певний тиск на дітей і навмисне керівництво ними.

Процедура проведення: після того, як підліток заповнює бланк (на батька і на матір), всі отримані дані зводяться в «оціночний лист» окремо на матір та на батька. Потім за кожним параметром підраховується арифметична сума сирих балів:

– POZ – позитивний інтерес;

–AUT – автономність;

–NED – непослідовність.

Якщо за якимось параметром виходить значення 1-2 бали, можна говорити, що він слабо виражений, а якщо 4-5 – то вимірювана характеристика виражено цілком повно.

Методика діагностики самоствавлення С.Р. Пантелєєва. Дана методика була використана для виявлення структури самоствавлення особистості, а також виразності окремих її компонентів:

- закритості;
- самовпевненості;
- самокерівництва.

Відповідно до концепції дослідника, під самоствавленням особистості розуміється її уявлення про вираз свого «Я», узагальнене відношення до себе [39].

Методика діагностики рівня суб'єктивного контролю Дж. Роттера.

Діагностичний інструментарій дозволяє ефективно визначити спрямованість локусу контролю обстежуваних, тим самим висловивши ступінь їхньої відповідальності за те, що відбувається в їхньому житті. Згідно з концепцією Роттера, різні люди по-різному пояснюють причини подій, що відбуваються в їхньому житті. Деякі визначають події, що відбуваються з ними, як незалежні від їх вчинків і дій – зовнішній локус контролю (екстернальний). Внутрішній локус контролю (інтернальний) виявляється протилежним чином, люди з такою локалізацією контролю розглядають події, що відбуваються в їхньому житті як результат своїх власних дій та рішень.

Вивчаючи два різних типи локалізації контролю слід пам'ятати, що для кожної людини рівень суб'єктивного контролю над тим, що відбувається в її житті, індивідуальний. За результатами досліджень люди з переважанням зовнішньої локалізації контролю характеризуються як поступливі, схильні до конформної поведінки, надають перевагу індивідуальній діяльності,. При цьому часто бувають тривожні та залежні.

Особи з внутрішньою локалізацією контролю характеризуються як активні, схильні самостійно приймати рішення, і навіть мають адекватно стійку самооцінку. У поведінці такі люди часто транслують впевненість у собі незалежність та самостійність.

Опитувальник містить 44 твердження, що допомагають оцінити екстернальність-інтернальність у міжособистісній взаємодії та щодо себе самого. Внутрішня структура опитувальника містить шість шкал наступної спрямованості:

- Шкала загальної інтернальності (Іо). Високий рівень суб'єктивного контролю виражатиметься у високих балах за даною шкалою. Люди з високими балами за шкалою переконані, що значні події у їхньому житті є виключно результатом власної праці. Також вони переконані у своїй здатності керувати подіями свого життя та готові взяти на себе відповідальність за те, що відбувається. Для людей з низьким рівнем суб'єктивного контролю типowo не бачити зв'язки між подіями, що відбуваються в їхньому житті та їх власними діями. Те, що відбувається з ними – результат випадку чи дії інших людей. Максимальне значення за даною шкалою дорівнює 44 бали, а мінімальне – 0.

- Шкала інтернальності у сфері досягнень (Ід). Ця шкала показує локалізацію контролю за емоційно позитивними подіями у житті.

Високий рівень суб'єктивного контролю за емоційно позитивними подіями відповідає зоні високих значень за шкалою. Особи з високими балами за цією шкалою вважають все хороше, що сталося з ними в житті, виключно своєю заслугою. Саме це переконання стимулює їх йти життям далі до раніше намічених звершень. Схильні пояснювати свої невдачі везінням, щасливою долею чи збігом обставин люди з низькими балами за шкалою і низьким рівнем суб'єктивного контролю. Максимальна кількість балів за даною шкалою – 12, мінімальна – 0.

- Шкала інтернальності у сфері невдач (Ін). Особи з високими балами за цією шкалою характеризуються як схильні звинувачувати себе у всіх неприємностях, що з ними виникають. Виражений суб'єктивний контроль відобразатиметься

високими балами за даною шкалою. Протилежне значення матимуть низькі бали за цією діагностичною шкалою. У низьких балах буде виражена схильність визначати відповідальними за свою невдачу інших людей або нещасливий збіг обставин.

Максимальна кількість балів за шкалою Ін – 12, мінімальна – 0. 35

Шкала інтернальності у сімейних відносинах (Іс). Високий показник Іс означає, що людина вважає себе відповідальною за події, що відбуваються в її сімейному житті. Низький Іс вказує на те, що суб'єкт вважає своїх партнерів причиною значних ситуацій, що виникають у його сім'ї. Максимальне значення Іс – 10, мінімальне – 0.

Шкала інтернальності у сфері виробничих відносин (Іп). Високий Іп свідчить, що людина вважає себе, свої дії важливим чинником організації власної виробничої діяльності, зокрема, у своєму просуванні по службі. Низький Іп вказує на схильність надавати важливіше значення зовнішнім обставинам – керівництву, колегам по роботі,. Максимум Іп – 8, мінімум – 0.

Шкала інтернальності у сфері міжособистісних відносин (Ім). Високий показник за даною шкалою свідчить про те, що людина почувається здатною викликати повагу та симпатію інших людей. Низький вказує на те, що суб'єкт не схильний брати на себе відповідальність за свої стосунки з оточуючими. Максимальне значення – 4, мінімальне – 0.

- Шкала інтернальності щодо здоров'я та хвороби (Із). Високий показник свідчить про те, що людина вважає себе багато в чому відповідальною за своє здоров'я і вважає, що одужання залежить переважно від її дій. Людина з низькими показниками вважає здоров'я і хворобу результатом випадку і сподівається на те, що одужання прийде в результаті дій інших людей, насамперед лікарів. Максимальне значення – 4, мінімальне – 0.

Аналіз результатів дослідження здійснювався з використанням засобів математичної статистики – нами використано коефіцієнт рангової кореляції

Спірмена, а також описова статистика. Коефіцієнт рангової кореляції Спірмена є непараметричним методом вивчення зв'язку між явищами, тобто дозволяє оцінити ступінь тісноти (сили), і навіть напрям кореляційного зв'язку між двома рядами ознакою, вираженими кількісно. Статистичний критерій запропоновано вченим 1904 р. Статистичний аналіз здійснювався у спеціалізованому програмному пакеті Statistica10.0.

2.3 Роль сім'ї в формуванні самоствалення особистості раннього юнацького віку

В результаті застосування вищевказаних методик нами було зібрано значний пласт інформації про кожного з респондентів, що дозволяє виявити взаємозв'язок між дитячо-батьківськими стосунками та самостваленням особистості в ранньому юнацькому віці. Звернемося до опису результатів дослідження з використанням опитувальника «Підлітки про батьків», які наведені в таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

Результати діагностики з використанням опитувальника «Підлітки про батьків», (n=65, %)

		Низький	Середній	Високий
		у %	у %	у %
М ат и	Позитивний інтерес	0	24	76
	Директивність	40	20	40
	Ворожість	72	28	0
	Автономність	64	36	0
	Непослідовність	72	28	0

Б	Позитивний інтерес	20	24	56
ат	Директивність	80	20	0
ь	Ворожість	72	28	0
к	Автономність	68	32	0
о	Непоследовність	56	44	0

У ході діагностики було встановлено, що для кожного із респондентів характерні свої специфічні особливості сімейних стосунків. Аналізуючи результати дослідження, можна дійти висновку, що більшість респондентів відзначають, що їх матері ставляться до своїх дітей із щирим позитивним інтересом. Високі значення цього показника діагностуються у 76% учасників дослідження. Середні значення за цією шкалою виявлено у 24%. Низькі значення за шкалою позитивного інтересу не встановлено.

Аналізуючи показники за шкалою директивності, можна дійти висновку, що 40% опитуваних відзначають, що їх матері схильні до нав'язування своїм дітям почуття провини. Такі матері регулярно нагадують своїм дітям про те, що «вона жертвує всім заради своєї дитини», при цьому вони своїми вчинками демонструють дитині та оточуючим, що мати повністю бере на себе відповідальність за все, що зробив, робить і буде в майбутньому робити дитина. Таким чином, мати прагне у будь-який спосіб виключити неправильну поведінку своєї дитини, щоб «не вдарити в бруд обличчям».

Можна говорити про те, що ці юнаки та дівчата відзначають той факт, що матері намагаються будь-якими способами нав'язати своїм дітям поведінку, що влаштовує їх (матерів). Середні значення за цією шкалою виявлено у 20% піддослідних, тоді як низькі значення діагностуються у 40% учасників дослідження.

Аналізуючи отримані дані за шкалою ворожості можна зробити висновок, що низькі значення за цією шкалою діагностуються у 72% учасників дослідження, значення середнього рівня – у 28%. Високий рівень ворожості матері не відзначив

жоден із респондентів. Можна говорити про те, що юнаки та дівчата здебільшого відзначають низький рівень агресивності та суворості матерів щодо своїх дітей, відсутності надмірної критики та емоційної холодності.

Подібні тенденції діагностуються також стосовно показників за шкалою «автономність». Низькі значення за шкалою виявлено у 64%, середні – у 36% учасників дослідження. Можна говорити про те, що матері в цілому сприймають своїх дітей як сформовану особистість, водночас маючи досить високий рівень авторитетності в очах своїх дітей.

Також відзначається переважання низьких значень за шкалою «непослідовність» (72%). Можна зробити висновок, що матері, на думку опитуваних, дуже послідовні у своїй виховній діяльності стосовно дитини.

Співвідношення показників сприйняття юнаками та дівчатами сімейних стосунків із матір'ю, представлено на рис. 2.3



Рис. 2.3 Результати діагностики сприйняття юнаками та дівчатами сімейних стосунків із матір'ю.

Також визначено, що стосовно батьківського ставлення батька в цілому діагностуються подібні тенденції, що і стосовно батьківського ставлення матері, але також і існують певні відмінності.

Встановлено, що 56% юнаків та дівчат відзначають високий рівень позитивного інтересу батька до них. Можна говорити про те, що у взаєминах зі своєю дитиною батько не використовує грубої сили, не прагне повного контролю та повної влади. Можна говорити про позитивний інтерес батька щодо юнака. Середній рівень виразності цієї тенденції діагностується у 24% учасників дослідження, тоді як низький рівень позитивного інтересу виявлено у 20% піддослідних.

Аналізуючи показники за шкалою «директивність» було визначено, що 80% учасників дослідження відзначають низький рівень директивності батька, тоді як середній рівень виразності цієї тенденції виявлено у 20% піддослідних. Дані результати свідчать, що батько загалом не орієнтований на лідерство, не прагне авторитету за допомогою домінантного стилю спілкування та фактичних досягнень.

Показники за шкалою «ворожість» на середньому рівні діагностують у 28% учасників дослідження, тоді як низький рівень ворожості діагностують у 72% учасників дослідження. Подібні тенденції діагностуються також за показниками автономності (68% учасників відзначають низький рівень виразності цієї тенденції, 32% - середній). Можна говорити про те, що, на думку юнаків та дівчат, батьки не ставляться формально до виховання своїх дітей, намагаються допомогти дитині, а також поділяють їх захоплення.

Середні показники непослідовності у виборі методів виховання діагностуються у 44% учасників дослідження, тоді як низькі значення показника діагностуються у 56% учасників дослідження. Показники результатів діагностики представлено на рис. 2.4.

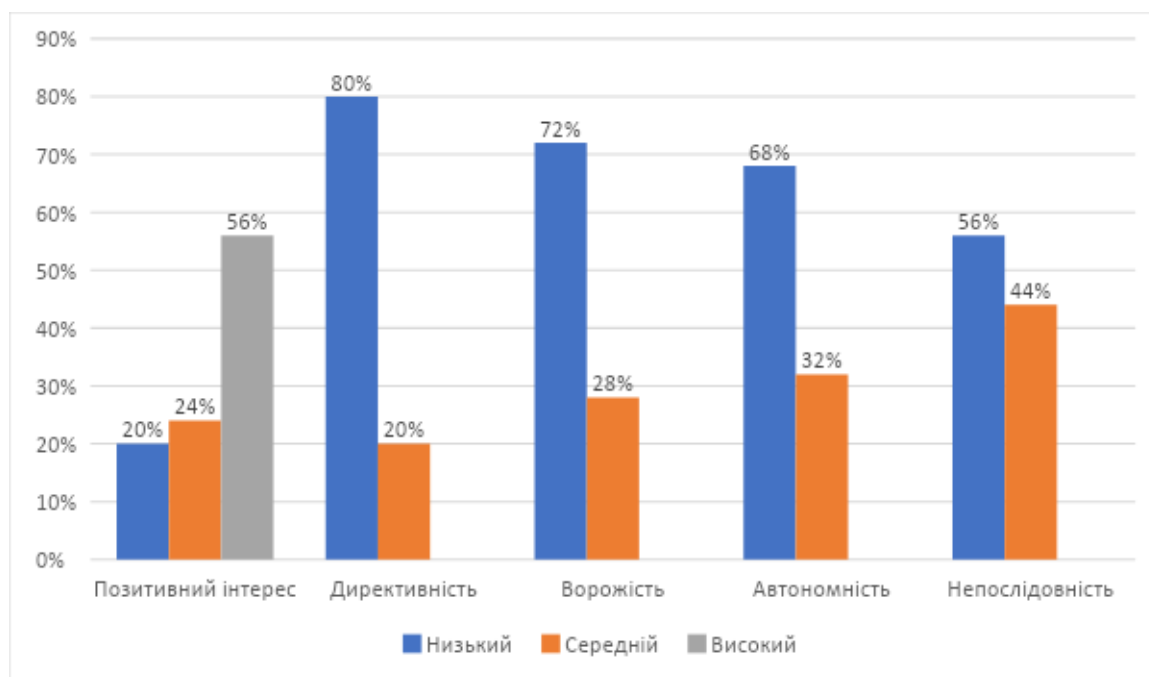


Рис. 2.4 Результати діагностики сприйняття юнаками сімейних стосунків із батьком.

Таким чином, можна зробити висновок, що в середньому за вибіркою діагностуються подібні оцінки сімейних стосунків, а також батьківських стосунків матерів та батьків до своїх дітей. Як типові тенденції виступає високий рівень позитивного інтересу матерів до своїх дітей-юнаків, хоча позитивний інтерес батьків до своїх дітей нижчий, ніж у матерів, у них встановлений також низький рівень ворожості, автономності та непослідовності у вихованні. З іншого боку, з результатів діагностики можна дійти висновку, що, за оцінками юнаків, матері загалом більш директивні стосовно своїх дітей, ніж батьки.

Звернемося до інтерпретації результатів дослідження особливостей самоставлення особистості юнацького віку, які брали участь у цьому дослідженні. Результати діагностики самоставлення досліджуваних подано у таблиці 2.2

Таблиця 2.2.

Результати діагностики самоставлення юнаків із використанням методики С.Р. Пантелєєва

Шкала	Середнє значення	Ст. відхил.
1. Закритість	6,96	1,32
2. Самовпевненість	5,72	1,45
3. Самокерівництво	5,76	1,58
4. Самовідношення	5,76	1,40
5. Самоцінність	5,6	1,48
6. Самоприйняття	6,64	1,36
7. Самоприхильність	5,44	1,58
8. Внутрішня конфліктність	5,04	1,25
9. Самозвинувачення	5,44	1,82

У ході дослідження визначено, що в середньому за вибіркою діагностуються високі значення за шкалою закритості (6,96) та шкалою самоприйняття (6,64). Але, слід зазначити, що найвище значення за шкалами, аналізованої методики, дорівнює 10. Отже, можна дійти висновку, що середнє значення по діагностованій вибірці дорівнює середнім значенням зазначених шкал. Аналізуючи отримані дані за шкалою «Закритості» можна відзначити, більшість респондентів вибірково ставляться стосовно себе, проявляючи як внутрішню чесність із собою з розумінням свого «Я», і здатність у певних ситуаціях бути закритими, уникаючи відкритих відносин із собою. Ймовірно, що в стресових умовах юнаки та дівчата намагаються бути закриті від власних переживань, перемикаючись із самоаналізу на дії, а в умовах зовнішнього та внутрішнього спокою прислухаються до свого внутрішнього «Я».

Середні значення за шкалою «Самоприйняття» свідчать про вибіркковість ставлення юнаків та дівчат до себе. Що свідчить про те, що респонденти мають схильність до прийняття не всіх своїх переваг і критики не всіх своїх недоліків. Тобто, ймовірно, що дитина не може повною мірою оцінити свої переваги,

занижуючи власну значущість, але й не намагається акцентувати увагу на своїх «недоліках», можливо, що така тенденція залежить від неправильних установок у сім'ї, без чітких меж того, що є «хорошим», а що «поганим».

Середнє значення за шкалою «Самовпевності» дорівнює 5,72, що свідчить про те, що юнаки та дівчата у звичних для себе ситуаціях зберігають працездатність, впевненість у собі, орієнтацію на успіх починань, а при несподіваному появі труднощів впевненість у собі знижується, нарастають тривога та занепокоєння.

Аналізуючи середнє значення за шкалою «Саморокерівництва» (5,76) можна діагностувати, що юнаки та дівчата у звичних собі умовах існування, у яких всі можливі зміни передбачувані і добре знайомі, можуть виявляти виражену здатність контролю над собою. У нових і невідомих собі ситуаціях внутрішні контрольні можливості слабшають, посилюючи схильність до підпорядкування зовнішнім впливам.

Середнє значення за шкалою «Самовідношення» (5,76) свідчить у тому, що респонденти переважно вибірково сприймають відносини оточуючих стосовно себе. Вважаючи, що позитивне ставлення оточуючих може поширюватися лише на певні якості та вчинки, тоді як деякі особисті прояви можуть викликати у оточуючих роздратування та ворожість. Що може свідчити про те, що юнаки та дівчата ще недостатньо адекватно сприймають відношення оточуючих до себе.

Аналізуючи показники за шкалою «Самоцінність» (5,6) можна зробити висновок, що юнаки та дівчата схильні високо оцінювати низку своїх якостей, визнавати їх унікальність. Інші ж якості явно недооцінюються, тому зауваження оточуючих можуть спричинити відчуття малоцінності «Я» юнака та особистої неспроможності. У зв'язку з чим при реалізації виховних заходів у сім'ї, школі необхідно чуйно ставитися до юнаків та дівчат та їх почуттів, оскільки їх психіка відрізняється вразливістю та рухливістю особистісних установок.

Діагностика середніх значень за шкалою «Самоприв'язаність» (5,44) показала, що юнаки та дівчата виявляють вибірковість стосовно своїх особистісних якостей. Виразатися це може в тому, що юнаки та дівчата прагнуть змінити лише деякі зі своїх особистісних якостей за збереження інших.

Середнє значення за шкалою «Внутрішня конфліктність» дорівнює 5,04 і є найнижчим серед інших шкал методики. Ця тенденція свідчить у тому, що ставлення до себе юнака, установка бачити себе залежить від рівня адаптованості у ситуації. У звичних собі умовах, особливості яких добре знайомі і прогнозовані, спостерігаються позитивне ставлення до себе, визнання своїх переваг і висока оцінка своїх досягнень. Несподівані труднощі, що виникають додаткові перешкоди, можуть сприяти посиленню недооцінки власних успіхів.

Середні значення за шкалою «Самообвинувачення» (5,44) свідчить про вибіркоче ставлення юнаків себе. Звинувачення себе за ті чи інші вчинки та дії поєднується з вираженням досади та гніву на адресу оточуючих.

Графічне співвідношення показників результатів методики представлено Рис. 2.5.

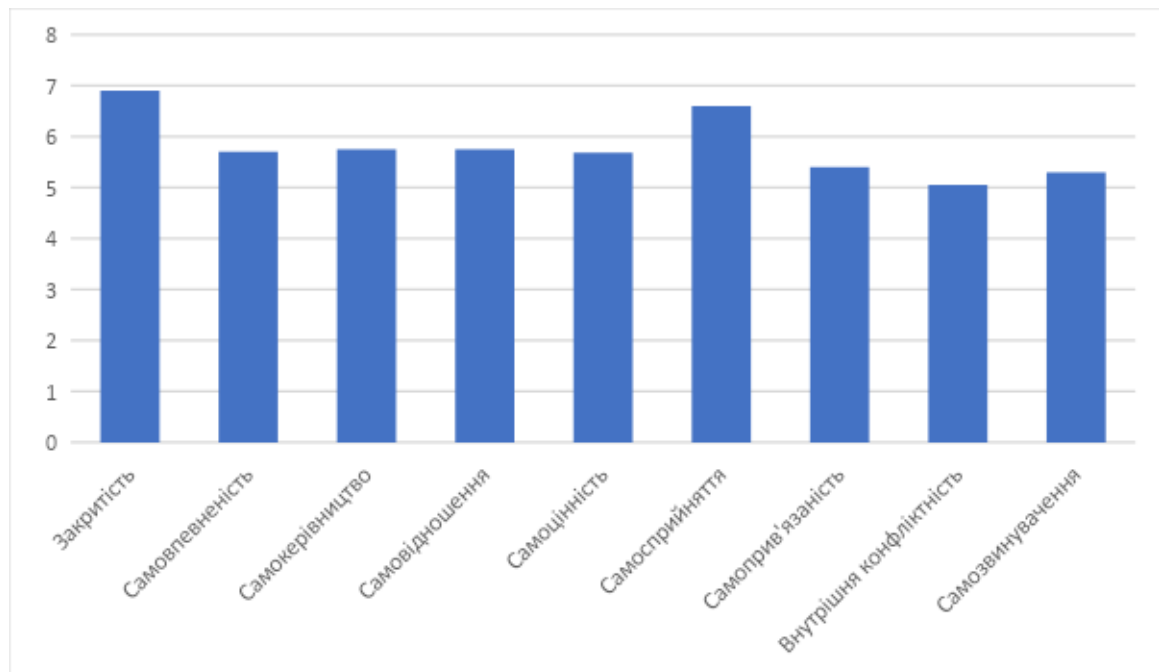


Рис.2.5 Сформованість у респондентів показників самоствалення за методикою С.Р. Пантелєєва.

Результати шкали самоповаги (Розенберга)

Таблиця 2.3

Досліджувані	Рівні самоповаги		
	високий	середній	низький
	58%	38%	6%

На основі якісного аналізу результатів представлених в таблиці 2.3 можемо зробити висновок, що у 58% підлітків встановлений високий рівень самоповаги, що свідчить про те, що дані досліджувані адекватно оцінюють себе, свої переваги та недоліки, зберігають повагу по відношенню до себе при невдачах. У 38% середній рівень свідчить про те, що дані респонденти досить сильно переживають свої успіхи та невдачі, останні в свою чергу негативно впливають на самооцінку. У 6% учасників простежується низький рівень, що свідчить про те, що особи з даним рівнем досить гостро переживають невдачі, що в подальшому не дозволяє їм ставити цілі і досягати успіху.

Перейдемо до аналізу результатів опитувальника суб'єктивного контролю Дж. Роттера (таб. 2.4).

Таблиця 2.4

Зведені результати опитувальника суб'єктивного контролю Дж. Роттера

Тип локусу контролю	інтернальний	прикордонний між інтернальним та екстернальним	екстернальний
Показники			
Відсоткове співвідношення	65,6%	20,3%	14,1%

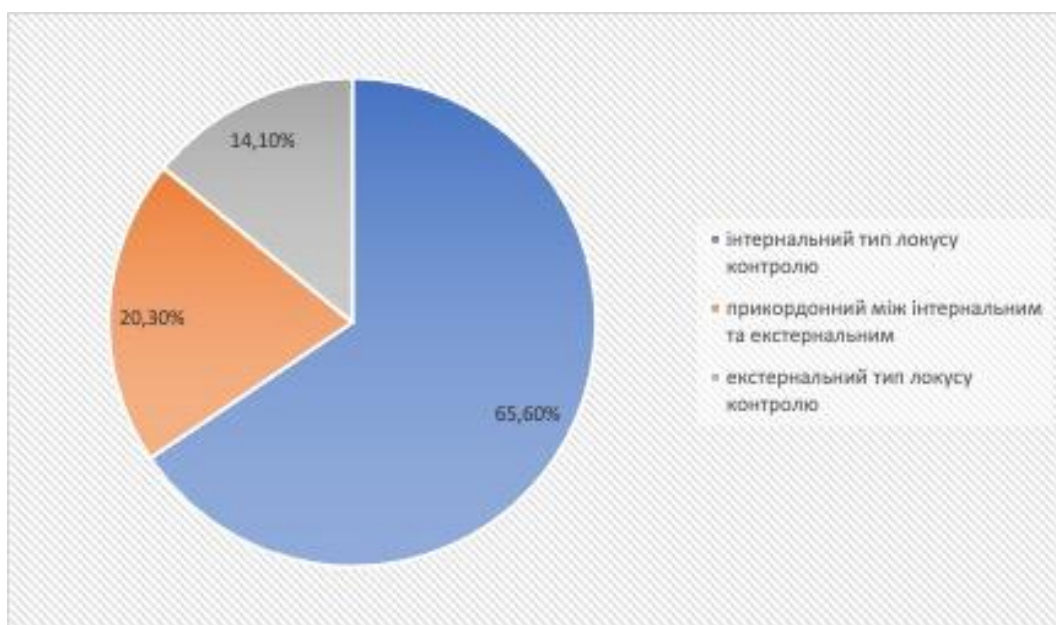


Рис. 2.6 Типи локусу контролю

За результатами представленими на рис. 2.6 можемо зробити висновок, що у більшості підлітків 65,6% виявлено інтернальний тип локусу контролю, що свідчить про те, що дані досліджувані вважають, що події, що відбуваються з ними, залежать, перш за все, від їх особистісних якостей (цілеспрямованості, рівня здібностей тощо) і є закономірними наслідками їхньої власної діяльності.

У 20,3% виявлено прикордонний між інтернальним та екстернальним локусом контролю. Можна припустити, що дані підлітки майже так само часто в житті беруть на себе відповідальність, скільки покладають її на інших людей, тим

самим знімаючи особисто з себе відповідальність за те, що відбувається. Їм властива широка варіабельність особливостей поведінки, залежно від конкретних соціальних ситуацій. Особливості суб'єктивного контролю зміняться залежно від того, чи представляється їм ситуація складною чи простою, приємною чи неприємною тощо.

Екстернальний тип локус контролю спостерігається у 14,1% з даної вибірки. Дані підлітки переконані, що їхні успіхи та невдачі залежать передусім від зовнішніх обставин – умов довкілля, дій інших людей, випадковості, везіння чи невдачі тощо.

Проаналізувавши отримані результати за кожною із методик з метою повнішого уявлення про вплив дитячо-батьківських стосунків на особистість підлітка нами була проведена процедура кореляційного аналізу: між результатами діагностики, отриманими за допомогою методики «Підлітки про батьків» та методикою самоствавлення з використанням коефіцієнта рангової кореляції Спірмена, результати представлені в таблиці 2.3; між результатами методики «Підлітки про батьків» та отриманими за допомогою методики шкали самоповаги (Розенберга) та локусу контролю з використанням Т-критерія Пірсона (таблиця 2.4).

Результати кореляційного аналізу показників уявлення підлітків про батьків та особливості самоствавлення особистості підлітків (при $p = 0,05$)

Таблиця 2.3

	За	Са	С	Са	С	С	С	Вн	С
	кр	мо	а	мо	ам	а	а	ут	ам
	иті	вп	м	від	оц	м	м	рі	оз
	ст	ев	ок	но	ін	о	о	шн	ви
	ь	не	ер	ше	ні	п	п	я	ну
		ніс	ів	нн	ст	р	р	ко	ва

			ть	н	я	ь	и	и	нф	че
				и			й	х	лік	нн
				цт			ня	и	тні	я
				во			тт	л	ст	
							я	ь	ь	
								ні		
								ст		
								ь		
М а т и	Позитивний інтерес	0,37	0,12	0,15	0,21	0,06	0,82	0,1 9	-0,07	0,02
	Директивність	0,11	0,14	0,80	0,07	0,02	0,22	0,0 2	0,13	0,13
	Ворожість	0,53	0,83	0,25	0,88	0,71	0,37	0,8 <u>2</u>	0,85	0,69
	Автономність	0,29	-0,42	0,17	- 0,08	0,70	0,26	0,2 5	0,45	0,18
	Непослідовність	- 0,06	0,19	0,16	0,18	0,13	0,08	0,2 1	-0,11	0,08
Б а т ь к о	Позитивний інтерес	- 0,03	0,03	0,28	0,01	0,03	0,10	0,0 2	-0,12	0,17
	Директивність	- 0,28	0,17	0,20	0,15	0,40	0,06	0,2 0	-0,18	0,02
	Ворожість	0,29	0,01	0,21	0,04	0,04	0,23	0,0 4	-0,04	0,47
	Автономність	- 0,13	0,08	0,06	0,06	0,04	0,10	0,0 6	0,03	0,03
	Непослідовність	-	0,18	0,04	0,12	0,09	0,25	0,2	-0,17	0,20

		0,13						3		
--	--	------	--	--	--	--	--	---	--	--

У ході кореляційного аналізу було виявлено достовірні кореляційні зв'язки між показниками, що характеризують дитячо-батьківські відносини та показниками, що характеризують самоствалення особистості раннього юнацького віку, зокрема:

Встановлено кореляційний зв'язок між показниками позитивного інтересу матері та самоприйняття юнаків, цей зв'язок можна охарактеризувати тим, що чим вищий рівень позитивного інтересу матері до юнака, тим вищий рівень самоприйняття юнака ($r = 0,82$). При позитивному інтересі матері юнак здатний прийняти себе, своє «Я», схвалювати власні вчинки та поведінку.

Визначено кореляційний зв'язок між показниками директивності матері та рівнем самокерівництва юнака. Чим вищий рівень директивності матері по відношенню до юнака, тим нижчий рівень самокерівництва юнака ($r = 0,80$). діяльність та спілкування. Можливо, що вчинки юнака великою мірою залежать не від самовизначення їхньої цінності та важливості юнаком, а від ставлення до них матері.

Встановлено, що чим вище рівень ворожості матері стосовно юнака, то вище рівень закритості юнака ($r = 0,53$), внутрішньої конфліктності ($r = 0,85$), самозвинувачення ($r = 0,69$). Також ворожість матері негативно позначається на рівні самовпевненості юнака ($r = -0,83$), самовідношення ($r = -0,88$) і самоцінності ($r = -0,71$).

Виявлено кореляційний зв'язок між показниками автономності матері та самовпевненістю, самоцінністю, внутрішньою конфліктністю юнаків. Чим вищий рівень автономності матері, тим нижчий рівень самовпевненості юнака ($r = -0,42$), самоцінності ($r = -0,70$), тим вищий рівень внутрішньої конфліктності юнака ($r = 0,45$).

Шляхом кореляційного аналізу встановлено, що чим вищий рівень ворожості батька, тим вищий рівень самозвинувачення юнака ($r = 0,47$). Можна припустити, що неприязнь батька стосовно сина, виражена у незадоволенні поведінкою дитини, результатами досягнень юнака негативно позначається на самоствалненні юнаків та дівчат. Юнак починає докоряти себе за найменші недоліки і промахи через те, що батько незадоволений ним.

Підсумовуючи, слід зазначити, що сприйняття сімейних відносин юнаком залежить від поведінки його батьків і відповідно, від того, як поведуться батько й мати стосовно дитини залежить самоствалнення юнака до себе і оточуючих. З огляду на що слід зазначити, що стаючи батьками, будучи першими наставниками в житті дитини батьки, як найдорожчі і найближчі люди, повинні оточити дитину любов'ю і турботою, сформувати уявлення про добро і зло, про норми моральності, про правила співжиття. Саме в сім'ї складаються життєві плани та ідеали людини. І від того, як батьки ставляться до своїх дітей, залежить майбутнє дитини і її самоствалнення до себе.

Результати кореляційного аналізу показників уявлення підлітків про батьків та шкалами самоповаги, локусу контролю (при $p = 0,05$) (коефіцієнт кореляції Т-критерій Пірсона)

	Тип ставлення		
	Ворожість	Позитивний інтерес	Директивність
Висока самооцінка	-0,178*	0,301***	0,052

Низька самооцінка	-0,127	-0,064	0,274**
Інтернальний тип локусу контролю	-0,177*	0,034	0,172

«Ворожість» має зворотній зв'язок з такими характеристиками «висока самооцінка» ($r = -0,178$) і «інтернальний локус контролю» (на рівні значущості $r = -0,177$). Чим вища у юнаків самооцінка тим більше вони вважають, що події, що відбуваються з ними, залежать, перш за все, від їх особистісних якостей і є закономірними наслідками їхньої власної діяльності тим менше до них батьки використовують тип ставлення ворожість.

Тип ставлення «Позитивний інтерес» прямо пропорційно пов'язаний з показником висока самооцінка (на рівні значущості ($r = 0,301$)). Чим більше батьки проявляють до своїх дітей позитивний інтерес тим вищою в них є самооцінка власних сил та здібностей.

Тип ставлення «Директивність» прямо пропорційно пов'язаний з «низькою самооцінкою» (при високому рівні значущості ($r = 0,274$)). Чим більше батьки використовують по відношенню до своїх дітей тип ставлення директивність тим нижчою в останніх є самооцінка.

Таким чином, отримані результати дозволили підтвердити гіпотезу про те, що дитячо-батьківські стосунки впливають на самоставлення особистості у ранньому юнацькому віці.

Висновки до розділу 2

На процес формування самоствалення особи в ранньому юнацькому віці впливає велика низка чинників, серед яких є близьке оточення, економічні, соціальні та політичні умови, особливості дитини та соціальні інститути. Наше дослідження має на меті ґрунтовно дослідити вплив одного з них - дитячо-батьківських стосунків. Тобто, у цьому дослідженні було заплановано встановити зв'язки між самостваленням особистості та сімейними відносинами.

Вибірку дослідження становили 65 респондентів, серед яких 34 дівчат та 31 юнак, віком 15-16 років. Всі опитувані походять з повних сімей.

Для дослідження було обрано 4 методики, респондентам було запропоновано пройти опитування за допомогою Google Docs.

У процесі проведення емпіричного дослідження учасникам було запропоновано наступні методики:

1. ADOR. Опитувальник «Підлітки про батьків».
2. Методика діагностики самоствалення С. Р. Пантелєєва.
3. Методика діагностики рівня суб'єктивного контролю Дж. Роттера
4. Шкала самоповаги Розенберга.

Для математичної статистики нами було використано коефіцієнт рангової кореляції Спірмена. Також було використано - кореляційний критерій Пірсона. Критерій кореляції Пірсона дозволяє визначити, яка тіснота (або сила) кореляційної зв'язку між двома показниками, виміряними за кількісною шкалою.

Перейдемо до найбільш значущих результатів аналізу діагностик. Аналіз результатів за опитувальником “Підлітки про батьків” показав, що 76% опитуваних мають високі показники за шкалою “позитивного інтересу” з боку матері. Також у 72% відсотків зазначено низькі показники за шкалою “ворожості” з боку матері, такий самий відсоток спостерігається по шкалі “непослідовності”,

що настановлює на висновок, що матері, на думку підлітків, дуже послідовні у своїй виховній діяльності стосовно дитини.

Щодо результатів діагностики сприйняття підлітками сімейних стосунків із батьком, 80% опитуваних відзначають низький рівень директивності батька і 56% відзначили високий рівень позитивного інтересу батька до своєї дитини.

Результати діагностики самоствалення з використанням методики Пантелєєва показали, респонденти мають високі значення за шкалою закритості та шкалою самоприйняття. Тобто, можна зробити висновок, що опитувані можуть ставитись до себе вибірково, іноді можуть проявляти захисну поведінку, про це свідчить високий показник за шкалою “закритості”. В свою чергу високі показники за шкалою “самоприйняття” свідчать про схильність сприймати всі сторони свого “Я”.

За результатами шкали самоповаги Розенберга, 58% опитуваних мають високий рівень самоповаги, що свідчить про те, що дані досліджувані адекватно оцінюють себе, свої переваги та недоліки, зберігають повагу по відношенню до себе при невдачах.

За результатами методики діагностики типу локусу контролю Дж. Роттера можемо зробити висновок, що у 65,6% виявлено інтернальний тип локусу контролю, що свідчить про те, що дані досліджувані вважають, що події, що відбуваються з ними, залежать, перш за все, від їх особистісних якостей і є закономірними наслідками їхньої власної діяльності.

Переїдемо до найважливіших результатів кореляційного аналізу. Було встановлено, що чим вищий рівень позитивного інтересу матері до підлітка, тим вищий рівень самоприйняття юнака. Директивність матері впливає на рівень самокерівництва юнака: чим вищий рівень директивності, тим нижчий рівень самокерівництва. Ворожість матері негативно позначається на рівні самовпевненості.

Також було визначено, що чим вищий рівень ворожості батька, тим вищий рівень самозвинувачення підлітка.

Ворожість має зворотній зв'язок з самооцінкою, тобто, чим вища в опитуваних самооцінка, тим менш ворожо, на їхню думку, ставляться до них батьки. Також було встановлено зв'язок між самооцінкою та інтернальним локусом контролю - чим вища у підлітків самооцінка чим більше вони вважають, що події, що відбуваються з ними, залежать, перш за все, від їх особистісних якостей.

Таким чином, отримані результати дозволили підтвердити гіпотезу про те, що дитячо-батьківські стосунки впливають на самоставлення особистості у ранньому юнацькому віці.

Розділ III

ТРЕНІНГОВА ПРОГРАМА РОЗВИТКУ ПОЗИТИВНОГО САМОСТАВЛЕННЯ У РАННЬОМУ ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

3.1 Обґрунтування структури та змісту тренінгової програми розвитку суб'єктності особистостей раннього юнацького віку

Результати дослідження та аналіз літератури за темою вказують на те, що самоствалення особи раннього юнацького віку формується під впливом дитячо-батьківських стосунків. Кореляційний аналіз підтвердив, що різні прояви ставлення батьків до юнаків та дівчат можуть викликати зміни у самосвідомості юнаків та дівчат.

Згідно з метою дослідження нами було розроблено програму для розвитку позитивного самоствалення. На нашу думку, найбільш дієвим методом для досягнення цієї мети є програма на основі активних методів навчання, зокрема, соціально-психологічний тренінг.

Активні методи навчання – це способи активізації навчально-пізнавальної діяльності юнаків, які спонукають їх до активної розумової та практичної діяльності в процесі оволодіння матеріалом. Активні методи навчання спрямовані на залучення учасників до самостійної пізнавальної діяльності, викликають особистісний інтерес до вирішення будь-яких пізнавальних завдань, можливість застосування здобутих знань [10].

Методи активного навчання можуть використовуватися на різних етапах навчального процесу:

1 етап – первинне оволодіння знаннями. Це може бути проблемна лекція, евристична бесіда, навчальна дискусія тощо;

2 етап – контроль знань (закріплення), можуть бути використані такі методи як колективна розумова діяльність, тестування тощо;

3 етап – формування умінь, навичок на основі знань та розвиток творчих здібностей, можливе використання модельованого навчання, ігрові та неігрові методи.

Активні методи навчання спрямовані на формування умінь та навичок, забезпечення виконання юнаками тих завдань у процесі тренінгу, в яких вони самостійно опановують вміння та навички. Активні методи характеризуються такими особливостями: відсутність формалізованості, емоційність, демонстративність, поінформованість, продуктивність формування практичних умінь, необхідних для успішного спілкування з людьми [27].

Можна виділити критерії застосування активних методів навчання:

- відповідність методів принципам навчання;
- відповідність цілям та завданням навчання;
- відповідність змісту цієї теми;
- відповідність навчальним можливостям учнів: віковим, психологічним, рівнем підготовленості (освіченості, вихованості та розвитку);
- відповідність наявним умовам та відведеному часу навчання;
- відповідність можливостям допоміжних засобів навчання.

Існує умовна класифікація активних методів навчання: неімітаційні та імітаційні. За допомогою імітаційних методів навчання відбувається відтворення контексту професійної діяльності, що сприяє більш успішному вирішенню педагогічних проблем чи проблемних ситуацій. Імітаційні заняття обов'язкові передбачають імітацію індивідуальної та колективної діяльності в обраній сфері, наявність імітаційної моделі об'єкта, процесу, діяльності. Неімітаційні заняття не вимагають такої моделі, та активізація тут забезпечується системою діючих прямих та зворотних зв'язків між учнями та викладачами [36]. Детальніше розглянемо такий метод активного навчання, як тренінг.

Найбільш ефективною формою навчання, розвитку та формування, зокрема самооцінки особистості раннього юнацького віку, є психологічний тренінг, що дозволяє не тільки засвоїти ефективні технології, методи, прийоми та техніки оптимізації, а й «розкрити індивідуальні особливості <...> що знижують ефективність діяльності, та скоригувати» [52].

У тренінговій діяльності учасники формують індивідуально-специфічні прийоми, способи комунікації та прийняття рішень, засновані на індивідуальних особливостях, на відміну від лекційного представлення інформації, а також у тренінгу здійснюється активний взаємообмін досвідом, що розширює індивідуально-поведінковий репертуар та поле вирішення сформованих проблем. Емоційна включеність учасників у ситуацію тренінгу дозволяє створити високу мотивацію до оптимізації самооцінки, посилює закріплення знань, навичок та умінь, вироблених у процесі реалізації тренінгових вправ. За допомогою зворотного зв'язку під час тренінгу юнаки та дівчата можуть зрозуміти розуміти, як їх поведінка впливає на інших учасників Т-групи і як вони його сприймають. З іншого боку, даючи зворотній зв'язок іншим учасникам, юнак здобуває навички без оціночної комунікації, побудованої на спостереженнях та описах, а не на висновках та власній думці. У комплексі, активні методи навчання спонукають учасників до самопізнання шляхом апробації нових патернів поведінки у безпечному середовищі.

На підставі вище викладеної інформації можна говорити про те, що психологічний тренінг є потужним інструментом, спрямованим на підвищення ефективності різних аспектів життєдіяльності учасників тренінгової групи, що охоплює широку область практичної психології, групової психотерапії та психокорекції, і в узагальненому визначенні представляє собою «метод активного навчання, спрямований на розвиток знань, умінь та навичок, і навіть соціальних установок» [10].

Розглядаючи визначення та види соціально-психологічного тренінгу, М.А. Василенко зазначила, що умовно даний вид тренінгової діяльності можна поділити на три категорії: комунікативні тренінги, тренінги особистісного зростання та бізнес-тренінги [10]. Автори статті «Соціально-психологічний тренінг як метод впливу на особистісні та поведінкові характеристики людей» [14] зазначають, що під час аналізів літературних джерел щодо визначення соціально-психологічного тренінгу ними сформовано класифікацію даного поняття, що включає три основні групи:

- соціально-психологічний тренінг як проведення роботи з метою розвитку комунікативної компетентності учасників тренінгової групи;
- соціально-психологічний тренінг як засіб формування певних поведінкових навичок, необхідних у навчальній, професійній та інших видів діяльності учасників тренінгової групи;
- соціально-психологічний тренінг як багатофункціональний метод навмисних змін психологічних феноменів людини та групи.

Таким чином, узагальнюючи дані визначення соціально-психологічного тренінгу можна говорити про те, що під цим терміном слід розуміти метод групової роботи, спрямований на розвиток усіх сторін особистості учасника тренінгової групи, якостей, умінь та навичок спілкування, поведінки, самосвідомості та саморозвитку, що робить даний метод засобом формування позитивної самооцінки та самоствалення підлітка чи юнака.

Соціально-психологічний тренінг як метод групової роботи реалізується з урахуванням цілого ряду принципів. Незважаючи на те, що багатьма авторами виокремлюються дещо відмінні види і принципи тренінгової діяльності, найбільш повне та цілісне визначення постулатів, комплексних положень та відповідно – класифікації соціально-психологічного тренінгу представлено у роботах С.Ю. Вепренцової, Д.А. Донцової та ін. [14] Представимо дану класифікацію та

виявлені принципи щодо соціально-психологічного тренінгу оптимізації самооцінки:

1) ігровий принцип або принцип моделювання – для реалізації соціально-психологічного тренінгу рекомендується застосування ігрових методів роботи. Ігрові вправи допомагають імітувати і програвати позитивні та негативні форми поведінки у різних ситуаціях, а моделювання сприяє переживанню нового емоційного та поведінкового досвіду, спрямованого на формування позитивного самоствавлення самооцінки підлітків і юнаків (принцип «тут і тепер», принцип партнерства та поваги);

2) принцип навчання у тренінгу – розуміється як психологічний метод, в рамках якого учасники можуть отримувати нові знання, вміння та навички щодо оптимізації самооцінки, коли джерелами нової інформації є як тренер, так і члени тренінгової групи;

3) принцип систематичної рефлексії – даний принцип включає себе цілу групу принципів тренінгової діяльності: описовості, конкретності, конструктивності, актуальності, релевантності, довірливості та щирості, конфіденційності, експлікації почуттів, оптимізації пізнавальних процесів в умовах включеності, активності та партнерського спілкування учасників тренінгової групи;

4) принцип групової форми роботи – дана група виражена такими принципами соціально-психологічного тренінгу, як: принцип діагностики, принцип добровільності, принцип поінформованості, принцип відстежування групової динаміки.

Щодо до основних методів і технік, застосованих у соціально-психологічному тренінгу, нами було вивчено теоретичну та методичну літературу з цього питання і виявлено, що серед методів та методик, які застосовуються у соціально-психологічному тренінгу, згідно з рядом авторів [14], найбільш

поширеними і ефективними є наступні: психодіагностичні методи, групова дискусія, метод мозкового штурму, ігрові методи, психогімнастичні вправи.

Метод соціально-психологічного тренінгу сприяє задоволенню потреб учасників у належності до соціальної групи, а також потреби бути корисними іншим людям, що особливо актуально у підлітковому та ранньому юнацькому віці у зв'язку з особливостями вікового періоду. Вивчення теоретико-методологічної літератури показало, що даний метод сприяє наданню емоційної підтримки, забезпечує надання можливості для емоційного реагування та аналізу власних мотивів поведінки, навчання вмінням рефлексування та надання зворотного зв'язку іншим людям. Застосування соціально-психологічного тренінгу як засобу оптимізації самооцінки виявлено у низці науково-дослідних робіт, вивчення яких показало ефективність цього засобу у роботі з підлітками та юнаками [14].

На підставі мети нашого дослідження, що полягає в теоретичному обґрунтуванні, конструюванні та апробації програми тренінгу, спрямованого на оптимізацію самооцінки та гармонізацію самоствавлення, нами була розроблена програма соціально-психологічного тренінгу, що реалізувалась на базі навчального центру «ЯвКурсі». Перейдемо до представлення тренінгової програми.

Актуальність: самооцінка формується та розвивається під впливом різних факторів, що дозволяє говорити про її індивідуальні та вікові особливості. Самооцінка та самоствавлення безпосередньо впливають на якість життя особистості, на його вибори, які можуть стати для нього вирішальними у майбутньому: вибір професії, кола спілкування, інтересів та навіть стилю комунікації з оточенням. Тож особливий інтерес викликає розвиток позитивного самоствавлення у підлітковому та юнацькому віці, тому що в цей період життя відбуваються найбільш значні за своїми проявами та наслідками особистісні зміни, пов'язані з переструктуруванням самосвідомості.

У ранньому юнацькому віці актуалізується процес розвитку «Я-концепції» особистості, зумовлений посиленням значущості для неї процесів самопізнання, самовдосконалення, пошуку сенсу життя. На формування самооцінки юнаків та дівчат, які ще недостатньо чітко усвідомлюють свій «образ Я», значною мірою впливає соціальне середовище, насамперед – середовище однолітків. Разом з тим, більшість з них переживає сумніви у власній цінності як особистості, які вони намагаються не допустити до своєї свідомості. Ця підсвідома невпевненість знаходить свій прояв у переживанні, пригніченості, поганому настрої, зниженні активності. Причину цих станів юнак сам не розуміє, але вони знаходять своє вираження в його образливості, грубості, частих конфліктах з близькими дорослими.

3.2 Загальні відомості щодо тренінгової програми та її апробації

Згідно з метою дослідження нами було розроблено та апробовано тренінгову програму, *метою* якої є розвиток позитивного самоствавлення.

Завдання:

- активізувати процес пізнання власного «Я»;
- гармонізувати самооцінку юнаків та дівчат;
- розвинути навички впевненої поведінки;
- сформувати вміння аналізу ситуацій та прийняття рішень через призму особистих інтересів, можливостей та цінностей.

Апробацію тренінгу було проведено для 15 осіб раннього юнацького віку (15-16 років), серед яких було 7 юнаків та 8 дівчат. Добір учасників відбувався на добровільній основі, тобто, до тренінгової групи потрапили юнаки та дівчата як з високими, так і з низькими показниками самоствавлення. На жаль, карантинні

умови не дозволили реалізувати формувальний експеримент у повному масштабі, для більшої кількості досліджуваних.

Перед початком тренінгу всім учасникам було запропоновано індивідуально ознайомитись зі своїми результатами за методикою діагностики самоствавлення С. Пантелєєва. Юнакам та дівчатам було запропоновано описати свої думки та відчуття щодо результатів, а також написати свої побажання щодо того, чи хотіли б вони щось змінити і уточнити, що саме, у разі позитивної відповіді. Також після проведення тренінгу учасникам було запропоновано зазначити, чи відчули і помітили вони якісь зміни у своєму ставленні до себе, поведінці чи думках. Надалі ці самозвіти були використані для оцінки ефективності тренінгової програми у зв'язку з тим, що аналіз II зріз за результатами 15 осіб не виявився б об'єктивним та коректним у дослідженні. Для того, щоб допомогти учасникам сформулювати свої думки та описати, що їх найбільше турбує, їм було запропоновано відповісти на декілька питань, які наведені у таблиці 3.1. З результатами самозвітів можна ознайомитись у Додатках.

Також ми запитали в учасників тренінгу, чи хотіли б вони щось змінити у своєму ставленні до себе, оточення. Серед відповідей часто повторювались “позбавитись від поганих думок”, “покращити стосунки з батьками”, “зрозуміти, ким я хочу бути”. Звісно, у відповідях також були висловлені бажання мати стосунки з однолітками, як дружні так і романтичні. Проаналізувавши повторювані відповіді, можна зробити висновок, що юнаки та дівчата, які взяли участь у тренінгу, були схильні до самозвинувачення, адже впевнені, що мають якісь “погані” думки. Також ми прийшли до висновку, що не дивлячись на те, що одним з провідних завдань цього віку є сепарація і прагнення утвердити власну незалежність, нехай і відносну, а також встановити стосунків з однолітками, юнаки та дівчата все ж таки зацікавлені та стурбовані своїми стосунками з батьками і прагнуть їх налагодити. І, звісно, багато юнаків серед опитаних

стурбовані питанням самоідентифікації, що виражено у повторюваних запитах “зрозуміти, ким я хочу бути”.

Таблиця 3.1

Приклад питань з анкети

Досліджуваний аспект самоствавлення	Питання
<i>Самоприйняття</i>	Чи часто ви схвалюєте свої думки та вчинки?
<i>Самовпевненість</i>	Чи можете Ви сказати, що поважаєте себе?
<i>Самоцінність</i>	Чи вважаєте Ви, що спілкування з Вами приносить іншим людям задоволення?
<i>Внутрішня конфліктність</i>	Чи часто Ви виправдовуєтесь перед собою?

Методи, прийоми та техніки роботи: при розробці й апробації цієї програми, були використані активні методи соціально-психологічного навчання. Структура тренінгового заняття включає привітання і розігрів тренінгової групи, основну частину (вправи, групові дискусії, рольові ігри), рефлексивний аналіз заняття. Групою були прийняті правила роботи та принципи соціально-психологічного тренінгу: довірчий стиль спілкування, спілкування по принципом «тут і тепер», персоніфікація висловлювань, щирість спілкування, конфіденційність всього, що відбувається в групі, визначення сильних сторін особистості, неприпустимість безпосередніх оцінок людини, активну участь у тому, що відбувається; повага того, хто говорить.

Загальний час реалізації тренінгової програми: програму соціально-психологічного тренінгу, спрямованого на розвиток позитивного самоствавлення, було реалізовано у листопаді 2021 р. Програма розрахована на 2 групових тренінгових заняття по 4 години для учнів раннього юнацького віку.

Очікуваними результатами програми соціально-психологічного тренінгу виступили: створення умов для успішного розвитку самоставлення особистості у ранньому юнацькому віці, що виявлятиметься у зростанні впевненості учасників у собі, у підвищенні рівня самоставлення, що дасть юнакам та дівчатам можливість більше орієнтуватися на власні інтереси та побажання як у важливих, так і повсякденних рішеннях. Програму тренінгу представлено у таблиці 3.2.

Таблиця 3.2

Зміст тренінгу розвитку позитивного самоставлення

Дата	№	Зміст/вправи
20.11.2021	1	<p>Мета:</p> <p>робота з групою, первинне знайомство з групою та зняття емоційної напруги, прийняття правил роботи, знайомство з особливостями соціально-психологічного тренінгу;</p> <p>розвиток самопізнання, самоконтролю, оптимізація самооцінки, зокрема у ситуаціях стресу;</p> <p>розвиток емоційного інтелекту, знайомство з емоціями та почуттями, умінням їх конструктивно висловлювати.</p> <p>Вправа «Хто Я?»</p> <p>Вправа «Частини мого Я»</p> <p>Міні-лекція «Про вибір»</p> <p>Вправа «Вгадай емоцію»</p> <p>Вправа «Перешкода»</p> <p>Вправа «Рефлексія минулих вправ»</p>
21.11.2021	2	<p>Мета: розвиток навичок критичного мислення для формування резистентності до впливу соціальної думки;</p> <p>формування навички впевненої поведінки та розвиток впевненості в собі;</p>

	<p>розвиток вмінь розв'язування складних життєвих задач; розвиток навичок невербальної комунікації, формулювання комунікативної компетенції юнаків.</p> <p>Вправа «Плюси та мінуси» Вправа «Місто впевненості» Вправа «Багато хто боїться, а я..» Вправа «Внутрішнє кіно» Вправа «Шикуймося» Вправа «Рефлексія минулих вправ»</p>
--	---

Через декілька днів після тренінгу учасникам було запропоновано скласти самозвіт на основі анкети. Питання стосувались змін, які юнаки та дівчата могли відчувати після тренінгу. Анкета містила як відкриті, так і закриті питання, з нею можна ознайомитись у додатках. Близько 70% респондентів відповіли, що почали почувати себе більш впевнено як у стосунках з однолітками, так і з дорослими, 45% опитуваних відзначили певні зміни у своїй поведінці, такі як більш продуктивне спілкування, вміння в проблемній ситуації враховувати і власну думку, і думку інших.

Крім того, було розроблено рекомендації для батьків щодо спілкування з юнаками та дівчатами, яке враховує особливості раннього юнацького віку.

Висновки до розділу III

На основі аналізу сучасних психологічних досліджень визначено, що найбільш ефективним методом для досягнення мети розвитку позитивного

самоствалення особистості в ранньому юнацькому віці є програма, основана на активних методах навчання, зокрема, соціально-психологічний тренінг.

Активні методи навчання спонукають до розумової та практичної діяльності, залучають учасників до пізнавальної діяльності та надають можливість застосування нових знань та патернів поведінки у безпечному середовищі.

Активні методи навчання можна характеризуються відсутністю формалізованості, емоційністю, високою можливістю для інформування учасників та демонстрації практичних вмінь і навичок, високим рівнем продуктивності формування практичних умінь, необхідних для успішного спілкування з людьми.

Для розвитку та формування позитивної самооцінки та самоствалення психологічний тренінг є найбільш ефективною формою навчання, адже участь у такій роботі дозволяє не тільки засвоїти необхідні знання та навички, а й практично їх застосувати і, за потреби, скорегувати наявні непродуктивні патерни поведінки. Однією з переваг психологічного тренінгу є можливість отримання зворотного зв'язку та обміну досвідом між учасниками.

Згідно з метою дослідження було сконструйовано та апробовано програму, яка мала на меті розвиток позитивного самоствалення юнаків і дівчат. Серед завдань тренінгової програми важливими були активізація процесу пізнання власного "Я", формування навичок впевненої поведінки, розвиток вміння аналізу та критичного мислення, розвиток самопізнання, самоконтролю та вмінь розв'язування складних життєвих задач.

Апробацію тренінгу було проведено для 15 осіб раннього юнацького віку. Оцінка ефективності програми відбувалася на основі самозвітів учасників після завершення тренінгу і повторно через два тижні після його завершення. Згідно з самозвітами юнаків та дівчат, тренінг дав їм можливість краще зрозуміти мотиви своїх вчинків. Учасники відзначили покращення щодо розуміння власних емоцій та емоційних станів та можливості саморегуляції цих станів, особливо якщо вони пов'язані з негативними думками щодо себе. Крім того, учасники відзначили

ВИСНОВКИ

Самоствалення є важливим елементом самосвідомості людини, її емоційно-оцінною частиною, Коли людина усвідомлює себе, вона може виокремити себе з повноти навколишнього світу, визначити таким чином своє місце в ньому.

У першому розділі дослідження нами було проаналізовано теоретико-методологічну літератури з цієї теми і ми прийшли до висновку, що у сучасній психології відсутній єдиний підхід до такого феномену як самоствалення. Так, наприклад, вітчизняні дослідники Леонтьєв та Рубінштейн розглядали самоствалення як результат розвитку особистості, Виготський вважав наявність самоствалення характеристикою сформованої особистості.

І. С. Кон визначає самоствалення як сукупність процесів психіки, які дають індивіду можливість усвідомити себе як суб'єкта діяльності. Бернс, описує концепцію "Я" за допомогою 3 складових: описовий, оціночний та поведінковий рівень. Куперсміт вважає, що самоствалення формується поступово і проявляється як схвалення або несхвалення своєї діяльності.

В рамках дослідження для нас найбільше представляв інтерес ранній юнацький вік. Юність - це певний етап життя людини, який знаходиться між дитинством і дорослістю. Дослідники та науковці розходяться у думках щодо хронологічних меж цього періоду. Наприклад, у вітчизняній психіатрії вік від 14 до 18 років називається підлітковим, а у психології осіб віком 16-18 років вважають юнаками. На думку Еріксона до 17 років відбувається формування ідентичності особистості, тож дослідник не розводить підлітковий та юнацький вік.

Серед основних особливостей раннього юнацького віку можна виділити:

- розширення життєвого світогляду особистості;
- формування самооцінки та самоствалення;
- маргінальна соціальна позиція;

- загострення рис характеру;
- емоційна нестійкість і афективна забарвленість дій.

Головне психологічне новоутворення юнацького віку - особистісне самовизначення, яке реалізовується у потребі внутрішньої позиції як дорослої людини, усвідомлення свого місця у соціумі та своїх можливостей.

І у вітчизняній, і в зарубіжній психологічній науці визнається провідна роль дорослого у психічному розвитку дитини, зокрема і у її самостваленні. Сім'я є першим інститутом соціалізації, де дитина може спостерігати за батьками та брати приклад. Я-концепція також має прямий зв'язок з оцінками батьків і авторитетних дорослих і знаходиться під безпосереднім впливом Я-концепції батьків. Протягом всього дорослішання батьки або інші близькі дорослі впливають на формування особистості, не припиняється цей вплив і у ранньому юнацькому віці, хоча й емоційний зв'язок з батьками слабшає.

У другому розділі дослідження ми проаналізували результати емпіричного дослідження, проведеного на базі навчального центру ЯвКурсі. В дослідженні взяли участь загалом 65 осіб - 31 юнак та 34 дівчини віком 15-16 років. Для встановлення зв'язків між дитячо-батьківськими стосунками та самостваленням осіб раннього юнацького віку було обрано 4 методики: опитувальник «Підлітки про батьків», методика діагностики самоствалення С. Р. Пантелеєва, методика діагностики рівня суб'єктивного контролю Дж. Роттера та шкала самоповаги Розенберга.

Результати дослідження підтвердили гіпотезу та довели взаємозв'язок дитячо-батьківських стосунків та самоствалення особистості раннього юнацького віку.

Кореляційний аналіз вказав на те, що високий рівень позитивного інтересу обох батьків позитивно впливає на самосприйняття юнаків. Директивність матері впливає на рівень самокерівництва юнака: чим вищий рівень директивності, тим нижчий рівень самокерівництва. Ворожість матері негативно позначається на рівні самопевненості.

Було встановлено, що ворожість батька негативно впливає на рівень самозвинувачення юнаків та дівчат. Також ворожість має зворотній зв'язок з самооцінкою, тобто, чим вища в опитуваних самооцінка, тим менш ворожо, на їхню думку, ставляться до них батьки. Також було встановлено зв'язок між самооцінкою та інтернальним локусом контролю - чим вища у підлітків самооцінка чим більше вони вважають, що події, що відбуваються з ними, залежать, перш за все, від їх особистісних якостей.

У третьому розділі ми обґрунтували структуру та зміст створеної тренінгової програми. Для досягнення мети тренінгу було обрано програму, засновану на активних методах навчання, - тренінг. Метою тренінгу ми визначили формування позитивного самоствавлення.

Тренінг було апробовано на групі, яка складалась з 15 осіб, з яких було 7 юнаків та 8 дівчат віком 15-16 років. Добір учасників відбувався на добровільній основі, тобто, до тренінгової групи потрапили юнаки та дівчата як з високими, так і з низькими показниками самоствавлення. Тренінг складався з 2 занять по 4 години, які проходили на вихідних.

На жаль, у зв'язку з карантинними умовами не було змоги реалізувати формувальний експеримент та провести тренінг для всіх респондентів. До та через декілька днів після тренінгу учасникам було запропоновано скласти самозвіти на основі анкет, які представлені у третьому розділі та додатках.

Оцінка ефективності програми відбувалась на основі самозвітів учасників. Нами було відмічено, що учасники відзначили позитивні зміни у самоствавленні та поведінці. Деякі юнаки та дівчата помітили, що у них налагодились стосунки з батьками та однолітками, самі вони пов'язали це з тим, що вони стали краще формулювати свої думки. Деякі з учасників тренінгу помітили, що стали краще розуміти себе та, відповідно, інших людей. Учасники також відзначили покращення щодо розуміння власних емоцій та емоційних станів та можливості саморегуляції цих станів, особливо якщо вони пов'язані з негативними думками щодо себе.

ДОДАТОК А

Тренінг «Орієнтація на особисті інтереси та бажання»

Мета: розвинути позитивне самоствалення у особистостей раннього юнацького віку.

Завдання:

- активізувати процес пізнання власного «Я»;
- розвинути навички впевненої поведінки;
- сформуванати вміння аналізу ситуацій та рішень через призму особистих інтересів, можливостей та цінностей.

Тривалість: 2 тренінги по ≈4 години

Учасники: юнаки та дівчата віком 15-16 років, 10- та 11-класники.

Структура та таймінг тренінгу представлені у таблиці 3.2.

Таблиця 3.2

ДЕНЬ 1	
5 хв	ПРЕДСТАВЛЕННЯ
20 хв	ЗНАЙОМСТВО
10 хв	ВСТАНОВЛЕННЯ ПРАВИЛ
40 хв	ВПРАВА "ХТО Я?"
60 хв	ВПРАВА "ЧАСТИНИ МОГО Я"
20 хв	ПЕРЕРВА
30 хв	ВПРАВА «ВГАДАЙ ЕМОЦІЮ»
10 хв	МІНІ-ЛЕКЦІЯ "ПРО ВИБІР"
40 хв	ВПРАВА "ПЕРЕШКОДА"
20 хв	ВПРАВА "РЕФЛЕКСІЯ МИНУЛИХ ВПРАВ"
ДЕНЬ 2	
40 хв	ВПРАВА "ПЛЮСИ ТА МІНУСИ"
40 хв	ВПРАВА "МІСТО ВПЕВНЕНОСТІ"
20 хв	ПЕРЕРВА
40 хв	ВПРАВА "БАГАТО ХТО БОЇТЬСЯ, А Я..."
40 хв	ВПРАВА "ВНУТРІШНЄ КІНО"
40 хв	ВПРАВА «ШИКУЙМОСЯ»
20 хв	ВПРАВА "РЕФЛЕКСІЯ МИНУЛИХ ВПРАВ"
30 хв	SHARING

Представлення та вступ.

Чим нам тут доведеться займатися?

Іграми і вправами. Будь-яка психологічна гра має «подвійне дно» - на поверхні лежить можливість отримати задоволення, але її зміст до цього не

зводиться, гра також дає можливість краще пізнати себе та інших, чогось навчитися.

- Бесідами на цікаві для нас теми, що мають відношення до психології.
- Вивченням деяких наших психологічних якостей і обговоренням отриманих результатів.

Яку користь це нам принесе?

- Ми зможемо краще зрозуміти самих себе: свої почуття, переживання, бажання.
- Ми будемо вчитися висловлювати свої почуття і бажання так, щоб інші люди краще розуміли нас.
- Ми зможемо більш успішно спілкуватися з іншими людьми: краще розуміти їх, менше конфліктувати.
- Нарешті, ми просто добре і весело проведемо час!

Знайомство.

Мета: знайомство, надання можливості для самопрезентації.

Хід вправи: Учасникам пропонується записати по буквах своє ім'я і підібрати слова, що характеризують їх, які починаються на кожен з букв власного імені. На «роздуми» дається 4-5 хвилин. Вправа досить складна, навряд чи всі учасники зможуть придумати характеристики на кожен з літер свого імені, та й не потрібно наполягати на цьому - досить, якщо будуть запропоновані всього по 3-4 слова (щодо слів на ті букви, які не прийшли в голову учаснику, можна попросити підказку в інших учасників). Потім кожен називає своє ім'я і ті характеристики, які йому вдалося придумати.

Обговорення: Кому хотілося б додати інші характеристики, які вам дуже підходять, але їх назви не починаються на літери, що входять в ім'я?

Встановлення правил групи.

Мета: формування правил і норм для продуктивної роботи в групі, створення робочої атмосфери.

Хід вправи: Після того, як ми познайомилися, приступимо до вивчення основних правил тренінгу та особливостей цієї форми спілкування. Зараз ми обговоримо основні з них, а потім приступимо до формування правил роботи саме нашої групи.

1. Довірчий стиль спілкування.
2. Спілкування за принципом «тут і тепер».
3. Персоніфікація висловлювань.
4. Щирість у спілкуванні.
5. Конфіденційність всього, що відбувається в групі.
6. Визначення сильних сторін особистості.
7. Неприпустимість безпосередніх оцінок людини.
8. Якомога більше контактів і спілкування з різними людьми.
9. Активна участь у цих заходах.
10. Повага до мовця.

Надалі можна дати можливість групі запропонувати свої правила та розглянути можливість їх упровадження.

Вправа “Хто Я?”

Мета: розвиток подальшого саморозкриття, самопізнання, вміння аналізувати і визначати психологічні характеристики, свої та інших людей.

Хід вправи: У кожної людини є власна теорія про те, що робить її унікальною, відрізняє від інших людей. При цьому виникає питання: «Чи поділяють інші мою точку зору?» Дітям групи пропонується розділити аркуш паперу на три графи по вертикалі: в 1-й графі відповісти на питання: «Хто я?» Для цього швидко написати 10 слів-епітетів, писати слід в тому порядку, в якому вони приходять в голову. У 2-й графі написати, як на це ж питання відповіли б ваші

батьки, знайомі (будь-який значущий інший). У 3-й графі на те ж питання відповідає хтось із групи. Для цього всі кладуть свої підписані листочки на стіл, вони перемішуються, потім кожний учасник, не дивлячись, бере листочок зі столу і пише про ту людину, чий листочок йому попався. Потім листочки знову складаються на стіл і кожен забирає свій.

Під час **обговорення** результатів можна звернути увагу на наступні аспекти:

- повторюється якась характеристика, слово у всіх трьох графах;
- про що це може говорити (наприклад, про відкритість людини в спілкуванні);
- наскільки добре людина сама себе знає (кількість слів у 1-й графі);
- ставлення до самого себе (співвідношення позитивних і негативних епітетів);
- збігаються або не збігаються Я-концепція та подання інших про цю людину;
- з чого складаються уявлення інших про людину (тут можливе обговорення питання відповідальності людини за презентацію себе іншим людям).

Вправа «Частини мого Я»

Мета: активізація процесу пізнання власного «Я», поглиблення процесів саморозкриття, отримання позитивного зворотного зв'язку для зміцнення самооцінки та актуалізації особистісних ресурсів.

Матеріали: папір, набори кольорових олівців (6 кольорів).

Хід вправи: Тренер пропонує учасникам згадати, якими вони бувають в різних ситуаціях в залежності від обставин (часом діють так несхоже на себе самих, як ніби вони інші люди), як вони ведуть внутрішній діалог, і спробувати намалювати ці різні частини свого «Я». Це можна зробити так, як вийде, можливо, символічно.

Після виконання завдання учасники і ведучий по черзі показують свої малюнки групі і пояснюють, що на них зображено.

Обговорення: юнаки та дівчата обмінюються враженнями про те, чи важко було виконати завдання, чи важко розповісти, що зобразили.

Перерва

Вправа «Вгадай емоцію»

Мета: розвиток емоційного інтелекту, знайомство з емоціями та почуттями, умінням їх конструктивно висловлювати.

Хід вправи: Один з учасників виходить за двері, ті, хто залишилися в колі, вирішують, яку емоцію зображатимуть. Після повернення учасника в приміщення, решта учасників зображують обумовлену емоцію, використовуючи вираз обличчя та позу. Завдання учасника – відгадати, яка емоція була задумана.

Вправа «Перешкода»

Мета: розвиток вмінь самоконтролю, оптимізація самооцінки при переживанні стресових ситуацій.

Хід вправи: учасники стоять або розсаджуються в приміщенні довільним чином, зображуючи перешкоди. Кожен із них, по черзі виступаючи в ролі ведучого, повинен із закритими очима пройти від однієї стіни приміщення до іншої, не натрапивши на них. "Перешкоди" при наближенні до них починають видавати якийсь звук (шиплять, клацають мовою тощо). Слід домовитись, що коли учасник перебуває на ігровому полі, звук може видавати одночасно лише одна «перешкода» – те, до якої він найближчий. Якщо ж учасник, втративши напрямок руху, наближається до бокових стінок або до тієї стіни, звідки він почав шлях – звуки починають видавати всі "перешкоди" відразу. Перед проходом кожного чергового ведучого розташування перешкод змінюється (він не повинен бачити, яким саме чином)

Обговорення: учасникам тренінгу пропонується обговорити, що вони відчували, коли “збивались” зі шляху. Які виникали емоції та відчуття? Чи були

вони схожі на ті, що виникають у схожих ситуаціях у реальному житті? Що саме давало їм змогу йти далі та не здаватись?

Вправа «Рефлексія минулих вправ»

1. Які вправи вам сподобалися або не сподобалися?
2. Що ви відчуваєте в даний момент?
3. Що нового ви дізналися про себе або про інших в процесі виконання вправ?

Міні-лекція «Про вибір» (див. Рис. 3.1)

Нещодавно в Україні одна біржа праці провела цікаве дослідження серед батьків випускників. Їм було запропоновано обрати один або декілька критеріїв, на які вони орієнтуються при виборі закладу вищої освіти та майбутньої професії своїх дітей. Ось результати.



Рис. 3.1 Результати опитування серед батьків випускників

У цьому ж опитуванні дорослих людей запитали: «Якщо б у вас була можливість повернутись в минуле та ще раз вступати у ЗВО, ви б обрали той самий ЗВО та професію?» Результати змусили всіх здивуватись, адже лише 35% опитуваних сказали, що вони б повторили свій досвід. 11% погодились залишити свою професію, але змінили б навчальний заклад. ВСІ інші змінили б і професію, і заклад. Варто сказати, що 2% опитуваних взагалі відмовились би від освіти.

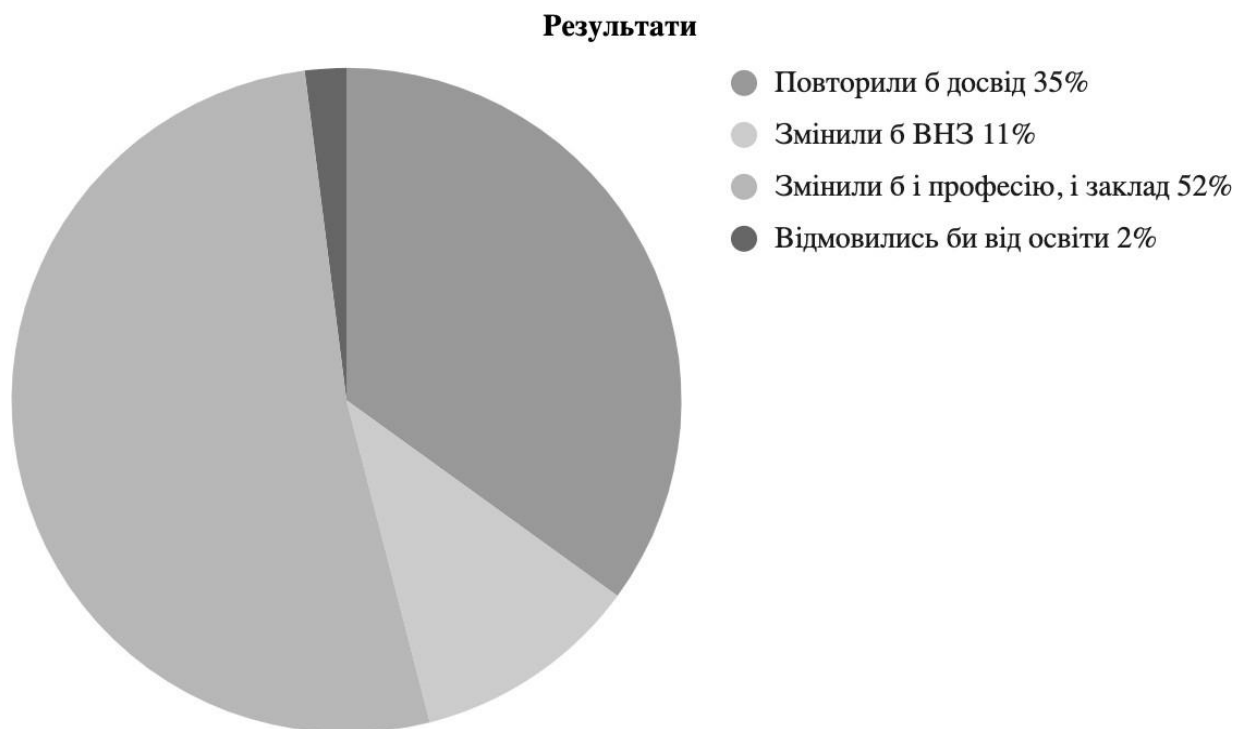


Рис. 3.2. Результати 2-го опитування батьків випускників

Який висновок можна зробити, аналізуючи цю діаграму?

1. Більше половини людей не люблять свою роботу. Вони витратили 5-6 років життя на навчання, а робота по цій спеціальності їх не влаштовує. Якщо брати 5-6 років у відсотковому відношенні до вашого життя, це 1/3! Чи готові ви витратити третину свого життя на навчання за професією, яка вас не задовольнятиме?
2. 11% людей хотіли б змінити ЗВО. Про що це свідчить? Про те, що вони були недостатньо обізнані під час прийняття рішення.

Виходить парадокс: піл час вибору майбутньої професії ви бажаєте зробити все якнайкраще, а в результаті, аналізуючи вибір у дорослому житті, можете пожалкувати.

Чому так відбувається?

Є низка труднощів, з якими доведеться зіткнутися будь-якій людині в житті. Одна з них – це проблема вибору професії. Ще змалку у дитини питають: «А ким ти хочеш стати в майбутньому?». І на цьому етапі все, що потрібно – просто помріяти: пожежником, космонавтом, президентом, блогером зрештою. Але, через якихось десять років, питання набуває зовсім іншого, не такого безтурботного характеру. Треба обирати професію, треба обирати навчальний заклад, треба достатньо добре скласти іспити, треба, треба, треба. Звідусіль одні «треба».

Давайте розберемося, чому ж нам буває так складно робити вибір, як навчитися приймати рішення самостійно і «спертися» на цей світ.

Всі ми колись були маленькими дітьми. Чи можуть маленькі діти самостійно вирішувати куди їм піти, коли їм поїсти, що одягнути, аби не змерзнути? (Ні). На щастя, тут на допомогу приходять батьки, які допомагають «адаптуватись» у цьому світі, передають нам свій досвід, піклуючись про нас. Звісно, зазвичай батьки бажають своїм дітям найкращого, але чи можемо ми з впевненістю сказати, що досвід батьків можна перекласти на сучасний світ і отримати те саме зображення або форму? Невже ми отримаємо 100-відсотковий збіг? Мама / тата /

бабусі краще знають, як правильно і старанно ведуть нас в обхід «граблів», за що ми звісно можемо їм подякувати, але нерідко діти виростають без необхідного багажу власного життєвого досвіду. В результаті дорослі «діти» не відрізняють особисті бажання і бажання родичів або навіть соціальні очікування.

До речі, щодо соціальних очікувань. «Це неправильно», «а що люди скажуть», «так не роблять». Знайомі фрази? Якщо їх не говорять вам у сім'ї, це не означає, що вони на вас не впливають. Дуже часто соціальна думка впливає на наш вибір. І в цьому немає нічого поганого в тому випадку, якщо ви дійсно пропустили через себе всі аспекти цієї «думки». Зробили таке ніби «дослідження» того, чи відповідає ця думка ВАШИМ інтересам та цінностям.

Адже у всіх цих порадах, розмовах про майбутнє, підготовці до екзаменів, та постійних питаннях у душі «Ти вже вирішив, ким ти хочеш стати?», дуже важливо і справді складно не втратити себе, свій справжній живий інтерес. Знайти відповідь, яка задовольнятиме вас не тому що, почувши її батьки, родичі та знайомі будуть залишати вас у спокої, а тому що ця відповідь буде давати ВАМ безмежну енергію на досягання своєї мети.

Вправа «Плюси та мінуси»

Мета: продемонструвати можливість неоднозначної трактовки навіть тих життєвих подій, які на перший погляд сприймаються як однозначно хороші чи погані. Це ілюструє той факт, що стрес залежить не тільки від життєвих подій, як таких, а від того, як ми їх сприймаємо, як їх сприймають люди, котрі нас оточують. Учасники беруть участь у перегляді подій більш гнучко, знаходять їх як позитивні, так і негативні сторони. Це дає змогу учасникам орієнтуватись на свої цінності та інтереси, незалежно від думки інших людей, адже вони тепер зможуть самі подивитись на ситуації та рішення з різних точок зору.

Хід вправи: Учасникам пропонується придумати і короткими фразами описати приклади двох життєвих подій – «хорошої» та «поганої». Потім учасників

просять об'єднатися в підгрупи по 3-4 осіб, в них обмінятися своїми прикладами та визначити в кожній з цих подій по три позитивні та по три негативні моменти. Це стосується і хороших, і поганих подій. Так, наприклад, позитивна подія «Раптово розбагатіти» може мати негативним наслідком погіршення відносин з іншими людьми (адже вони почнуть заздрити), а негативна подія «Захворіти» дає можливість прочитати цікаву книгу, на яку раніше не вистачало часу, відпочити від метушні. Коли ця частина роботи завершена (10-15 хвилин), представники від кожної з підгруп озвучують приклади подій, а також позитивних і негативних наслідків кожної з них.

Обговорення: мало життєвих подій можна однозначно віднести до хороших чи поганих, в більшості з них так чи інакше наявні і позитивні, і негативні сторони. Але часто ми фокусуємось лише на чомусь одному, особливо важко розгледіти позитивні сторони в негативних подіях. До чого призводить така «однобокість» світосприйняття? Як її можна подолати? Що допомагає в цьому?

Вправа «Місто впевненості»

Мета: розвинути навички впевненої поведінки та сприяння почуттю впевненості в собі.

Хід вправи: давайте всі разом напишемо розповідь про місто, в якому зібралися і живуть найневпевненіші люди з усіх живих на Землі. Хтось із нас буде першим і скаже одну-дві фрази, з яких почнеться наша розповідь. Далі будемо рухатися по колу, за годинниковою стрілкою, і кожен по черзі буде, продовжуючи розповідь, говорити свої пропозиції.

Після закінчення розповіді про місто найневпевненіших попросити учасників скласти розповідь про місто найвпевненіших людей. Після того, як дві розповіді закінчені, порефлексувати, чим ці міста відрізняються одне від одного.

Вправа «Багато хто боїться, а я...»

Мета: вправа сприяє підвищенню впевненості в собі, оскільки створює умови для так званої «фіксації на позитивних винятках» – навіть у найбільш боязкого учасника напевно знайдеться щось таке, що не викликає у нього страху, хоча у багатьох оточуючих навпаки, або йому вже вдалося такий страх побороти. Таким чином, воно створює основу для розмови про способи подолання страху.

Хід вправи: кожного учасника просять протягом 3-5 хвилин придумати якомога більше варіантів завершення фрази «Багато хто боїться, а я не боюся ...». Потім вони об'єднуються в підгрупи по 4-5 чоловік, де розповідають один одному, які варіанти вони запропонували, чому багато людей з їх точки зору, бояться цього, і з чим пов'язано те, що самі вони цього не бояться, як їм вдається долати свій страх. У кожній з підгруп вибирається учасник, який фіксує названі способи подолання страху. Це обговорення триває 8-12 хвилин, потім виступають представники від кожної з підгруп, які повідомляють, які способи подолання страху були згадані.

Обговорення: Що нового вдалося дізнатися про самого себе кожному з учасників при виконанні цієї вправи? Які з обговорюваних способів подолання страху представляються найбільш ефективними? Коли взагалі виникає необхідність пригнічувати страх, а коли краще прислухатися до нього і просто уникати викликають його ситуацій?

Вправа «Внутрішнє кіно»

Мета: ознайомлення учасників з однією з технік психологічної роботи з проблемами – деперсоналізацією. Її суть полягає в тому, що людина уявляє собі проблему таким чином, що це не стосується її особисто, по відношенню до якої вона є лише стороннім спостерігачем. Найпростіший спосіб досягти такого ефекту – уявити себе глядачем кіно, в якому показується ця проблема, побачити її на «внутрішньому екрані». Це допомагає знизити інтенсивність пов'язаних з нею

емоцій і підійти до її раціонального аналізу, а також більш повно усвідомити власну поведінку в подібній ситуації.

Хід вправи: Учасників просять згадати якусь життєву проблему, що турбує їх на даний момент, рішення якої вони шукають, і коротко, одним-двома реченнями, записати суть даної проблеми (2-3 хвилини). Потім їх просять уявити, що їм треба написати кіносценарій, який би дозволив екранізувати їх проблему. Сценарій повинен включати опис 4-5 коротких сцен-кадрів, що відображають сутність проблеми і можливі способи її вирішення. При підготовці опису кожної зі сцен потрібно дати відповідь на наступні питання.

- ◆ Де відбувається дія, які герої в ньому беруть участь?
- ◆ Які цілі цих героїв, якими способами вони до них прагнуть?
- ◆ Що конкретно вони роблять, які репліки говорять?

На підготовку сценарію відводиться 8-12 хв. Не обов'язково створювати його докладний опис, проте ключові моменти кожної з сцен бажано зафіксувати в письмовій формі. По його завершенні учасників просять закрити очі, розслабитися і уявити собі, що вони сидять в кінотеатрі і бачать на екрані кадри, відзняті за їх сценаріями (2-3 хв). Бажано супроводити цей етап спокійною, розслаблюючою музикою. Коли ця частина роботи завершена, учасників просять хвилину-дві спокійно посидіти і поміркувати, яке враження справили б на них ці кадри, будь вони дійсно кіноглядачами, і які висновки вони б зробили для себе, побачивши такий кінофрагмент.

Вправа висуває підвищені вимоги до інтелектуальних можливостей людини, потребує розвиненість його уяви і здатність до зорової уяви ідей, що виникли.

Обговорення: Оскільки проблеми, згадані учасниками в ході виконання цієї вправи, можуть мати вельми особистий характер, немає сенсу наполягати, щоб всі вони детально ділилися ними. Учасників просять висловитися, які висновки вони зробили особисто для себе з цієї вправи, а також поділитися своїми міркуваннями про те, де в житті можна використовувати таку техніку роботи з проблемами.

Тим, хто бажає більш детально розповісти про те, про яку проблему розмірковував і що конкретно виявилось в його сценарії, слово надається після того, як учасники поділяться загальними міркуваннями про цій техніці.

Вправа «Шикуймося»

Мета: розвиток навичок невербальної комунікації, формування комунікативної компетенції юнаків.

Хід вправи: учасникам пропонується хаотично переміщатися по приміщенню, а потім, коли пролунає команда ведучого, стати в колону по черзі за кожною з наступних ознак: росту, кольору волосся (або очей), дню та місяцю народження (не за віком, а саме по тому, як дні народження розташовані протягом року), віддаленості місця проживання від місця проходження тренінгу. Розмовляти чи переписуватись при цьому не можна, можна спілкуватися тільки з допомогою міміки і жестів. У варіантах 3 та 4 учасники після закінчення побудови один за одним озвучують свої дні народження чи місця проживання, причому відбувається перевірка вірності виконання вправи.

Обговорення: Чи складно було спілкуватись лише за допомогою міміки та жестів? Що було зробити важче: донести свою думку чи зрозуміти інших? Як ви думаєте, з чим це пов'язано?

Вправа «Рефлексія минулих вправ»

1. Які вправи вам сподобалися або не сподобалися?
2. Що ви відчуваєте в даний момент?
3. Що нового ви дізналися про себе або про інших в процесі виконання вправ?

Обговорення

Після закінчення тренінгу, учасникам запропоновано відповісти на декілька питань у формі дискусії.

1. На вашу думку, чому іноді у своїх рішеннях ми можемо орієнтуватись на те, що вважається нормою або від нас очікується?
2. Чи змінилась ваша думка щодо цього після тренінгу?
3. Що було для вас найбільш корисним у цьому тренінгу?
4. Як ви можете відрізнити свої бажання та цілі від прийнятих за обов'язкову норму у суспільстві?
5. Чи вважаєте ви, що після тренінгу ви станете більш спроможні орієнтуватись на себе при прийнятті рішень?

ДОДАТОК Б

Анкета для оцінки ефективності тренінгової програми

Блок закритих питань:

1. Чи відчули Ви певні зміни після участі у тренінгу?
2. Чи вважаєте Ви, що тренінг був корисним для Вас?
3. Чи взяли б Ви участь у схожому тренінгу ще раз?
4. Чи розповідали Ви про участь в тренінгу своїм друзям?

Блок відкритих питань:

1. Якщо Ви відповіли, що відчули певні зміни після участі у тренінгу, зазначте, будь ласка, які саме.
2. Чи вважаєте Ви, що після тренінгу Вам буде легше хвалити та підтримувати себе?
3. Чи вдалося Вам поглянути на себе чи друзів, батьків під іншим кутом? Що Ви помітили?
4. Чи помітили Ви зміни у своїй поведінці? Якщо так, які?

Якщо у Вас є бажання, Ви можете поділитись своїми думками щодо змін, які Ви відчули після тренінгу.

ДОДАТОК В.1

До тренінгу.

1. Постійно вагаюся в правильності своїх дій. Дуже часто картаю себе за погані думки, які, на мій погляд, думати не можна.
2. Думаю, що так. Але я часто йду на поступки, завжди перша вибачаюся.
3. В компанії я частіше мовчу і люди не помічають мене. Можливо, їм зі мною нудно.
4. Так, думаю, що це допомагає мені знайти позитивні аспекти в негативних ситуаціях.
5. Мені б хотілося більше самоповаги до себе та свободу від частого негативу в думках, тому так, хочу це змінити.

Після тренінгу.

1. Відчула багато змін і подивилася на звичні речі з іншого боку. Тепер намагаюся аналізувати ситуацію з усіх сторін, а не тільки з поганих.
2. Так. Раніше я почувалася комфортно і ніяково, коли мене хтось хвалив. Мені здавалося, що я цього не заслуговую. Але тепер мені дуже приємно, коли після плідної праці я отримую гарну оцінку своїх дій. Це мотивує мене робити більше.

ДОДАТОК В.2

До тренінгу.

1. Дуже рідко. Тільки якщо зробила щось очевидно корисне для іншої людини, поділилася чимось, що було для мене важливим.
2. Здається, що поважаю. Але на жаль можу згадати окремі моменти, де я дозволяла порушати свій комфорт, соромилась себе захистити.
3. Так, адже я намагаюся бути уважною до інших.
4. Так, часто доводиться. Особливо, коли вчинила щось погане.
5. Я би хотіла навчитися сміливо захищати свої потреби, мрії та справжні вподобання. Мене втомлює необхідність бути всюди «доречною», а не просто собою.

Після тренінгу.

1. Я зрозуміла, що я така не одна, через це з'явилися сили на подолання моєї сором'язливості та бажання розвиватися. Отримала досвід турботи про себе та тепер можу відрізнити її від егоїзму.
2. Так, звісно! Адже тепер я не бачу у цьому негативу. Тепер я розумію важливість турботи про себе.

ДОДАТОК В.3

До тренінгу.

1. Не часто. Починаю усвідомлювати, що зробила щось правильно, лише коли авторитетна для мене людина помітить та скаже мені про це.
2. Намагаюся не забувати про повагу до себе, коли мені стає некомфортно.
3. Не завжди, інколи я помічаю, що мене не слухають та потім усвідомлюю, що це й на краще.
4. Часто виправдовую свою лінь.
5. Хотіла би кожного разу все рідше розмилювати свої кордони у відносинах з людьми і частіше ставити свої побажання на перше місце.

Після тренінгу.

1. Я відчула, що я рухаюся у правильному напрямку. Тренінг показав мені силу відстоювання особистих кордонів та його практичних реалізацій.
2. Я зрозуміла, що з відбудовою надійних особистих кордонів, мені не потрібна буде авторитетна людина поряд, щоб я поважала себе та підтримувала. А ще, що не треба чекати масштабного та суперуспішного результату, щоб просто сказати собі, що я класна. Я класна тому, що я така є і я хочу бути кращою за себе вчора. А це найважливіше.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Актуальні проблеми соціальної сфери : [збірник статей студентів і викладачів / за заг. ред. Н.П. Павлик]. – Житомир : Вид-во Житомирського державного університету імені Івана Франка, 2020. – Вип. 10. – 148 с.
2. Андреев В.И. Конфликтология / В.И. Андреев. – М. : Психо, 2002
3. Анцупов А.Я. Конфликт как системное явление и его определение/А.Я. Анцупов // Мир психологии. – 2005 – № 2 – С. 24–35.
4. Ахметова О.А. Возрастные изменения личностных черт у подростков: обзор литературы [Текст] / О.А. Ахметова, Е.Р. Слободская // Культурно – историческая психология. - 2013. - № 4. - с. 36 - 43. Режим доступа: <https://psyjournals.ru/kip/2013/n4/66019.shtml>
5. Баранник В. Самооцінка та її місце в структурі самосвідомості // Соціальна психологія. – 2008 – № 9 – С. 95–101.
6. Белополюская Н.Л. Психологический и телесный возраст подростков и юношей // Психологическая наука и образование. - 2014. - Т.19.- № 4. - с.72-80. Режим доступа: <https://psyjournals.ru/psyedu/2014/n4/73264.shtml>
7. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание: монография: пер.с англ.[Текст]// Общая ред. и вступит. сл. В.Я. Пилиповского. – М.: Прогресс, 1986. – 420 с.
8. Бобнева М.И. Социальные нормы и регуляция поведения. М.: Наука, 1978. – 311с.
9. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте /Л.И.Божович. – М. : Просвещение, 1968 – 464 с.
10. Вачков, И.В. Основы технологии группового тренинга [Текст] / И.В. Вачков. – М: Ось - 89, 1999. – 176 с
11. Видра О. Г. Вікова та педагогічна психологія. Навч. посіб. – К.: Центр учбової літератури, 2011. – 112 с.
12. Вікова і педагогічна психологія / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. - 2-е вид., допов. - К.: Каравела, 2009. - 400 с.

13. Вікова психологія / за ред. Г. С. Костюка. - К.: Рад. шк., 1976. - 269с.
14. Вепренцова, С. Ю., Социально-психологический тренинг как метод воздействия на личностные и поведенческие характеристики людей / С. Ю. Вепренцова, Д. А. Донцов, М. В. Донцова, Е. О. Пятаков // Вестник практической психологии образования. – 2013.
15. Выготский, Л.С. Педология подростка [Текст] / Л.С. Выготский.– М.: Наука. - 1931. – 300 с.
16. Гришина Н.В. Психология конфликта / Н.В. Гришина. – СПб.: Питер,2008 – 544 с.
17. Дети-сироты: консультирование и диагностика развития / под. ред. Е. А. Стребелевой. М.: Полиграф сервис, 1998.
18. Дитини середовища // Освіта регіону. №5. 2011 К.: Університет «Україна». с. 131–134.
19. Драгунова Т.В. Подросток. М.: Знание, 1976.-94с.
20. Дружинин В. Н. Психология семьи. – СПб.: «Питер», 2006. – 176 с.
21. Загурська І.С. Розвиток самооцінки у підлітковому віці// Практична психологія і соціальна робота. – 2010 – № 6 – С. 14-21.
22. Захаров Л.И. Психотерапия неврозов у детей и подростков. Л.: «Медицина», 1982. – 214 с.
23. Зацепин В. Мы и наша семья / В. Зацепин, В. Цимбалюк – М.: Изд. Молодая Гвардия, 2009. – 415 с.
24. Кон И. С. В поисках себя. Личность и ее самосознание. – М.: «Политиздат», 1984. – 335с.
25. Кон И.С. Категория «Я» в психологии [Текст]/ Кон И.С. // Психол. журн. - 1981. - Т. 2. - № 3. - С.25-37.
26. Кон И.С. Психология ранней юности / Кон И.С. - М.: Просвещение, 1989. – 256 с.
27. Костицына Е.А., Влияние типов семейного воспитания на подростка и его отношение к родителям // Психологическая наука и образование. – 2001. – №2.

– с 59–65

28. Кочунас, Р. Основы психологического консультирования [Текст] /Р. Кочунас. - СПб.: Питер, 2007. –242с.
29. Кули Ч.Х. Человеческая природа и социальный порядок [Текст] / Ч.Х. Кули. - 2000. - 320 с.
30. Кутішенко В. П. Вікова та педагогічна психологія (курс лекцій). 2-ге вид.: Навч. посіб. - К.: Центр учбової літератури, 2010 — 128 с.
31. Левшина И. С. Подросток и экран. М.: Педагогика, 1989 – 176с.
32. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность [Текст] /А.Н. Леонтьев. - Академия, 2005. - 87с.
33. Лидерс А.Г., Стиль семейного воспитания и личностные особенности родителя // Семейная психология и семейная терапия. – 2001.– №4. – с. 61–65.
34. Лисина М. И. Общение, личность и психика ребенка / М. И. Лисина; под ред. А. Г. Рузской. – [2-е изд.]. – М.: Московский психолого-социальный институт, Воронеж : НПО "МОДЭК", 2001 – 320 с.
35. Лисина М. И., Формирование личности ребенка в общении / М.: И. Лисина. – СПб. : Питер, 2009 – 318с.
36. Лысогорская М.В. Типы родительской семьи и особенности внутриличностного ценностного конфликта у подростков / М.В. Лысогорская: автореферат диссертации на соискание степени кандидата психологических наук. – Ярославль, 2001. – 16 с.
37. Маккей, Д. Тренинг. Настольная Книга Тренера [Текст] / Пер. С. А. Маслова. – СПб.: Питер, 2002. – 208 с.
38. Мартинюк І. Психологічні особливості підліткового віку // Психолог. – 2007 – № 1 – С. 32–38.
39. Маценко Л. М. Педагогіка сімейного виховання: підручник / Л. М. Маценко; Нац. ун-т біоресурсів і природокористування України. Київ: Компринт, 2015 376 с.
40. Минияров В. М., Психология семейного воспитания (диагностико-коррекционный аспект). – М.: Московский психолого-социальный институт;

Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2000.– 256 с.

41. Мухина В.С. Возрастная психология: Феноменология развития, детство, отрочество. М.: «Академия», 2003. – 456с

42. Павелків Р. В. Вікова психологія: підручник / Р.В.Павелків.- Вид. 2-е, стер. - К.: Кондор, 2015 - 469 с.

43. Пантилеев С. Р. Самосознание как эмоционально-оценочная система [Текст] / С. Р. Пантилеев. - М.: МГУ, 1991. - 110 с.

44. Пантилеев С.Р. Самоотношение. Психология самосознания. Хрестоматия [Текст]/ С.Р. Пантилеев. – Самара: БАХРАХ-М, 2000. – С. 208- 242.

45. Педагогічна психологія [Текст]: підручник для бакалаврів / за ред.В. А. Гуружапова. - М.: Юрайт, 2016. - 493 с.

46. Питлюк-Смеречинська О.Д. Особливості формування емоційної культури дитини під впливом сімейного середовища // Освіта регіону. № 5. 2011. К.: Університет «Україна». С. 131–134.

47. Пов'якель Н.І. Психопрофілактика конфліктів / Н.І. Пов'якель. – К.: Шк. світ, 2012 – 128 с.

48. Попова М. В. Становление персональной идентичности в юношеском возрасте : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.13 / М. В.Попова. – Н. Новгород, 2005. – 220 с

49. Преодоление трудностей социализации детей-сирот / под ред. Л. В. Байбородовой. Ярославль, 1997.-196с.

50. Прихожан А.М. Диагностика личностного развития детей подросткового возраста [Текст] / А.М. Прихожан. - М., 2007.

51. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста [Текст] / Филип Райс, Ким Долджин; пер. с англ. под науч. ред. Е. И. Николаевой. - 12-е изд. - Москва [и др.]: Питер, 2010. – 812 с. Режим доступа: <https://search.rsl.ru/ru/record/01004925114>

52. Реан А.А., Психология подростка. Практикум: тесты, методики для психологов, педагогов, родителей /Реан А.А. - СПб.: Прайм-Еврознак, 2003. – 128

с.

53. Реньш, М. А. Социально-психологический тренинг: Практикум / М. А. Реньш, Н. О. Садовникова, Е. Г. Лопес.

54. Роджерс К. Клиент-центрированная психотерапия: Теория, современная практика и применение [Текст] / К. Роджерс. - М.: Психотерапия, 2007. -560 с.

55. Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание [Текст] / С.Л. Рубинштейн. - М.: Пед. академия наук СССР, 1957. - 328 с.

56. Рыбалко Е. Ф. Становление личности // Социальная психология личности. М., 1994. – 415 с.

57. Соколова Е. Т. Зависимость самооценки подростка от отношения к нему родителей / Е. Т. Соколова, И. Г. Чеснокова // Психол. журнал. - 2002. - № 2. – С.110-117. Режим доступа: https://psyjournals.ru/sgu_socialpsy/issue/30309_full.shtml

58. Сомова Ю. В. Особенности представления о себе подростков группы риска по социальному сиротству [Текст] / Ю.В. Сомова // Психологическая наука и образование. - 2007. - № 5. - с. 193 - 207. Режим доступа: <https://psyjournals.ru/psyedu/2007/n5/Somova.shtml>

59. Столин В.В. Самосознание личности [Текст] / В.В. Столин. – М.: МГУ, 1983. – С. 288.

60. Сухомлинский В. А. Как воспитать настоящего человека: Советы воспитателям. Минск: Нар. света, 1978 - 288 с.

61. Теплюк А. А. Сім'я як первинне джерело психічного здоров'я дитини дошкільного віку // Проблеми сучасної психології. 2013 Вип. 21 С. 692-701

62. Токарева Н.М. Сучасний підліток педагогічного супроводу : монографія / Н. М. Токарева, А. В. Шамне, Н. М. Макаренко. – Кривий Ріг, 2014 – 312 с.

63. Тульчинський М.М. Особенности самооценки в подростковом возрасте// Вопросы психологии. – 2010 – № 1 – С. 92–100.

64. Фельдштейн Д. И. Психология взросления: структурно-содержательные характеристики процесса развития личности: избранные труды. М.: Московский психолого-социальный институт: Флинта, 1999. – 670с
65. Фонталова Н. С. Самоотношение и его психолого-педагогическая коррекция у подростков из неполных семей / Н. С. Фонталова: автореферат диссертации на соискание степени кандидата психологических наук. – Иркутск, 2004. – 19 с.
66. Чеснокова И.И. Проблема самосознания в психологии. М.: «Наука», 1977. – 144 с
67. Шилин Д. С. Психологічні особливості самооцінки в юнацькому віці // Інсайт : психологічні виміри суспільства : матер. міжнар. конф. / ред. кол.: І. С. Попович, С. І. Бабатіна, І. Р. Крупник та ін. – Херсон : ВД «Гельветика», 2019. – Вип. 1(16). – С. 302-304.
68. Яблонська Т.М. Дитячо-батьківські взаємини як чинник розвитку ідентичності дитини. Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України. Том ІХ. Вип.9. К., 2016. 619 с. С. 589-598.
69. Яблонська Т.М. Розвиток ідентичності дитини в системі сімейних взаємин : [монографія]. Суми: Вид-во СумДПУ ім. А.С.Макаренка, 2013. 444 с.
70. Яблонська Т.М. Розвиток ідентичності старшокласників засобами тренінгу // Матеріали методологічного семінару НАПН України, м.Київ, 17 листоп. 2010 р. : зб. матеріалів / За ред. акад. С.Д.Максименка. К.: Інтерпрес ЛТД, 2010. С. 262-269.
71. Яновська Т.А. Психологічні особливості прояву конфліктної поведінки підлітків із різним рівнем самооцінки/ Т. А. Яновська //Психологія і особистість. - 2016.-№ 1. - С. 93-108. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Psios_2016_1_10

72. Babore, A., Carlucci, L., Cataldi, F., Phares, V., & Trumello, C. (2017). Aggressive behaviour in adolescence: Links with self-esteem and parental emotional availability. *Social Development, 26*(4), 740-752.
73. Chung, J. M., Hutteman, R., van Aken, M. A., & Denissen, J. J. (2017). High, low, and in between: Self-esteem development from middle childhood to young adulthood. *Journal of Research in Personality, 70*, 122-133.
74. Coopersmith S. The antecedents of self-esteem. 1967. San Francisco: W.H. Freeman & Co. Режим доступа: <https://archive.org/details/antecedentsofself00coop>
75. D. Mead Mind, Self, and Society: The Definitive Edition 1st Edition. University of Chicago Press. 2015, 536 pp. Режим доступа: <https://archive.org/details/in.ernet.dli.2015.215637>
76. Moghaddam, M. F., Validad, A., Rakhshani, T., & Assareh, M. (2017). Child self-esteem and different parenting styles of mothers: a cross-sectional study. *Archives of Psychiatry and Psychotherapy, 19*(1), 37-42.
77. Neff K. Self-Compassion: An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward Oneself. *Self and Identity, 2*: 85-101, 2003. Режим доступа: <https://www.coursehero.com/file/17457802/Self-compassion-an-alternative-conceptualization-fo-a-healthy-attitude>
78. Orth, U. (2018). The family environment in early childhood has a long-term effect on self-esteem: A longitudinal study from birth to age 27 years. *Journal of personality and social psychology, 114*(4), 637.
79. Perez-Gramaje, A. F., Garcia, O. F., Reyes, M., Serra, E., & Garcia, F. (2020). Parenting styles and aggressive adolescents: relationships with self-esteem and personal maladjustment. *The European journal of psychology applied to legal context*.
80. Piquart, M., & Gerke, D. C. (2019). Associations of parenting styles with self-esteem in children and adolescents: A meta-analysis. *Journal of Child and Family Studies, 28*(8), 2017-2035.
81. Rosenberg M. Society and the adolescent self-image. Princeton, NJ: Princeton University Press, 1965. Режим доступа:

https://www.academia.edu/19813736/Rosenberg_M_Society_and_the_adolescent_self_image_Princeton_NJ_Princeton_University_Press_1965_326_p