

Л.М. Зінченко, В.М. Грищенко

СТАНОВЛЕННЯ Я-ОБРАЗУ СТАРШОКЛАСНИКА ЯК УМОВА УСПІШНОЇ ВЗАЄМОДІЇ В СИСТЕМІ «ВЧИТЕЛЬ – УЧНІ»

Адекватний Я-образ є важливою умовою успішної взаємодії в системі «учитель – учні». Саме тому зусилля психологів школи повинні бути спрямовані на формування позитивного Я-образу старшокласника.

Відчуття «Я» в будь-якому віці, усвідомлення його меж, можливостей і сили є джерелом розвитку особистості, передумовою для зростання почуття власної гідності, недоступного для руйнування іншими людьми. І саме в період ранньої юності, коли особистість стоїть на порозі важливих життєвих рішень на певний проміжок часу, уявлення про себе (Я-образ) є механізмом планування майбутнього, засобом реалізації прагнень, умовою ефективних комунікативних взаємодій.

Ми ставили метою свого дослідження виявлення особливостей Я-образу старшокласника як умови побудови ефективної педагогічної взаємодії.

Обираючи методики для психодіагностичного дослідження Я-образу старшокласників, ми підійшли до розв'язання цієї проблеми комплексно, розглядаючи Я-образ як систему когнітивних, емоційно-оцінних та поведінкових характеристик, а також набір структурних компонентів самосвідомості, що відображають уявлення про зовнішність, внутрішню психічну сутність, зовнішнє діяльнісне самовираження, соціальне положення, часову спрямованість тощо.

На основі тесту «Хто я?» [11], спрямованого на виявлення здатності особистості до аналізу самого себе, або установок на себе, нами була розроблена анкета для старшокласників за допомогою якої було виділено

структуру Я-образу юнаків і дівчат. У завданні пропонувалося написати до 10 речень, що характеризують учнів, і всі речення починати займенником: «Я – ...». В першому реченні треба було вказати своє ім'я, прізвище або псевдонім. Про себе треба було писати все, що вважають доречним – ким і яким вони себе відчують, стать, соціальні ролі, функції, позиції.

Обробка результатів здійснювалась за принципом контент-аналізу. Отримані описові самохарактеристики позначались в одиницях і розносились у відповідні семантичні гнізда. Це передбачало визначення того, які сторони власного «Я» старшокласники знають краще. Було виділено 10 семантичних гнізд: 1) належності (ім'я, стать, вік, клас тощо); 2) особистісні характеристики, індивідуальні особливості; 3) соціальні ролі, позиції; 4) емоційне самоставлення, самооцінювання; 5) захоплення, інтереси; 6) очікування інших стосовно себе, Я-дзеркальне; 7) спрямованість у майбутнє (а – загальне уявлення; б – навчання; в – професія); 8) оцінка власних можливостей, енергопотенціалу, віра у свої сили; 9) фантазування, мрії, роздуми; 10) узагальнений Я-образ. При обробці фіксувалась кількість описових одиниць у кожному гнізді. Позиція №10 є сумою попередніх 9-ти показників і визначається як узагальнений Я-образ старшокласника.

Результати проведеного дослідження представлені в таблиці 1.

Таблиця 1

Результати емпіричного дослідження Я-образу старшокласників на основі самоописів

№ п/п	Семантичні гнізда	Кількість самоописів	
1.	Приналежність (ім'я, стать, вік, клас тощо)	70	
2.	Особистісні характеристики, індивідуальні особливості	17	
3.	Соціальні ролі, позиції	5	
4.	Емоційне самоставлення, самооцінка	39	
5.	Захоплення, інтереси	15	
6.	Очікування інших, Я-дзеркальне	4	
7.	Спрямованість у майбутнє:	Загальне уявлення	15
		Навчання	7
		Професія	6
		Разом:	28
8.	Оцінка власних можливостей, енергопотенціалу, віра у свої сили	4	
9.	Фантазування, мрії, роздуми	6	
10.	Узагальнений Я-образ	188	

Аналіз отриманих результатів вивчення самоописів старшокласників дозволяє виявити в юнаків загальну тенденцію локалізації уявлень про себе за певною змістовою спрямованістю.

Найбільша кількість одиниць самоописів учнів

припадає на гніздо належності: 70 описових одиниць. Кожен, хто описав себе, навів хоч одну характеристику приналежності. Такий прояв ідентичності через отождолення себе з певною спільнотою, як зазначав Е.Фромм [13], з одного боку,

надає відчуття впевненості в собі, а з іншого, – блокує розвиток інтелекту, аналітичних і творчих здібностей, заважає бути вільним, плідотворним та самостійно визначати своє життя. Проілюструвати самоопис такого гатунку можна уривком: «Я – (прізвище, ім'я, по-батькові подано повністю). Я – хлопець. Я – учень. Я живу в невеликій сім'ї...».

Велика кількість тверджень десятикласників про себе підкріплюється емоційно-оцінним ставленням, яке вимірюється категоріями «добре – погано». Відмічено 39 самоставлень такого роду. Прикладом слугують твердження учнів на кшталт: «Я добре вчуся», «Я гарна подруга», «Я людина добра, чесна, порядна», «Я хороша людина». У деякого самооцінка має прихований характер: «Я слухняна донька», «Я дуже відповідальна і дуже уважна, і старанно ставлюсь до того, що роблю», «Я добрий, навіть занадто добрий», «Я дуже весела і кмітлива», «Я розумний» тощо.

Характерною ознакою для досліджуваної групи є в цілому позитивний відтінок самооцінювання. Тут слід ураховувати, що представлені самохарактеристики являють собою лише Я-зовнішнє, тобто такий Я-образ, який вони готові презентувати в цій ситуації.

Цікавим є той факт, що юнаки частіше, ніж дівчата, вдаються до самохарактеристик належності, а дівчата частіше використовують самоописи, які мають емоційне забарвлення. Можливо, це зумовлено особливостями розвитку, характерними для дівчат і юнаків цього віку, а також може бути ознакою стриманості останніх, яка є наслідком гендерної соціалізації.

Спрямованість у майбутнє займає третю позицію за кількістю самоописів: 28 описових одиниць. Причому, переважають міркування загального характеру: «Я хочу мати гарну освіту, а згодом і роботу», «Я не уявляю себе в жодній професії», «Я хочу досягти якоїсь мети (певної мети)», «Я мрію про хороше майбутнє». Слід зауважити, що в жодному самоописі не відмічено спрямованості в минуле. Такий результат підтверджують теоретичні положення Г.С.Абрамової [1], Р.М.Грановської [3], І.В.Дубровіної [4], І.С.Кона [5, 6], В.С.Мухіної [7], В. Панка [10] та інших науковців про те, що юнаки і дівчата «живуть майбутнім», і це проявляється вже в 10-му класі. Думки про майбутнє старшокласники пов'язують із професійним вибором: «Я хочу вступити до медінституту на стоматолога, це моя мрія з 7-го класу». Але реалістичне ставлення до майбутнього через конкретизацію уявлень про можливі варіанти подальшого навчання і вибору професії спостерігається далеко не в усіх десятикласників.

Наступну сходинку вниз за кількістю самоописів посідають особистісні характеристики та індивідуальні особливості учнів 10-х класів: 17 описових одиниць. Цей змістовий бік Я-образів юнаків та дівчат наповнений такими твердженнями: «Я люблю

допомагати людям», «Я не люблю, коли обманюють», «Я люблю бути в центрі уваги», «Я людина не злопам'ятна», «Мені не подобаються шумні свята», «Я – оптиміст».

Ненабагато відстають за кількістю самоописів старшокласників їхні захоплення та інтереси: 15 описових одиниць. Такі самоописи більше стосуються позашкільного життя і супроводжуються словами «люблю», «подобається»: «Я люблю те, чим займаюсь: флористика, дресура собаки», «Я люблю котів, дивитись телевизор, читати книжки», «Я люблю фентезі, особливо «Володар кілець», «Я люблю комп'ютери», «Я хочу якнайшвидше прочитати цьому книжку про Гаррі Поттера». Але навчання також може сприйматись емоційно-позитивно: «Я дуже люблю гуманітарні предмети, на що вказують мої оцінки з цих предметів», «Мені подобається вчитися, але якщо не багато вчити». За цією категорією самоописів також помічені статеві відмінності. Дівчата частіше, ніж юнаки використовують самохарактеристики, що стосуються сфери інтересів.

Шосту і сьому позиції посіли семантичні гнізда, що охоплюють сферу фантазій, мрій, роздумів та усвідомленого прийняття певних соціальних ролей, позицій. Шоста позиція нараховує 6 описових одиниць. У цьому семантичному гнізді переважають фантазування і більшою мірою вони належать дівчатам: «Я б хотіла мати чарівну силу, щоб всі мої бажання здійснювались», «Я хочу, щоб хтось гарний, мій ідеал, зізнався мені в коханні». На сьомій позиції, у семантичному гнізді, до якого віднесено 5 описових одиниць, що відображають ціннісні орієнтації соціального характеру і готовність до активної громадянської позиції, мають місце такі висловлювання старшокласників стосовно себе: «Я – частина суспільства», «Я – громадянин України». На протиположну цьому відчуття власної соціальної непотребності звучить в іншій самохарактеристиці: «Я не маю значних соціальних функцій».

Іноді особистісні самохарактеристики десятикласників усвідомлюються через взаємодію з іншими людьми. Так з'являється Я-дзеркальне, Я-очікуване, яке в нашому дослідженні посідає останню позицію поряд із оцінкою власних можливостей за наповненістю семантичних гнізд: по 4 описові одиниці. Переважно це твердження типу: «Я вважаю себе особистістю, яку поважають», «Я думаю, що друзі мене люблять».

Оцінка свого енергопотенціалу також відображає досить поверхове уявлення респондентів про себе і, відповідно, не має предметного спрямування: «Я маю великий потенціал», «Я досягну успіху в житті», «Я зможу все».

Десяте семантичне гніздо, яке позначене як узагальнений Я-образ, є сумарним значенням, що кількісно показує: по-перше, готовність юнаків і дівчат,

описуючи себе, демонструвати своє «Я»; по-друге, розвиненість когнітивних процесів самосвідомості; по-третє, усвідомленість уявлень про власне «Я». Узагальнений Я-образ разом включає 188 самоописів.

У завданні було запропоновано написати 5 – 10 самохарактеристик. Більша частина десятикласників сумлінно виконала це завдання, обмежившись заданою кількістю самоописів: 19 учнів. Тільки у 2-х учнів відмічено більше 10-ти описових одиниць. Менше 5-ти описових одиниць зафіксовано у 8-ми учнів. Семеро десятикласників не представили жодного самоопису.

Цікавим діагностичним матеріалом для вивчення самоставлення може виявитись аналіз псевдонімів десятикласників, але таке дослідження передбачає застосування додаткових методик для виявлення розуміння цих термінів і того значення, яке учні надають їм. З одного боку, застосування псевдоніму може свідчити про бажання респондента зберегти анонімність, а з іншого, – про наявність творчих здібностей або прагнення виглядати оригінальним.

Крім того, ми використовували методику дослідження самооцінки [11], оскільки самооцінка особистості є емоційним компонентом Я-образу, що визначає рівень прийняття чи неприйняття себе такою, якою є особа, та дає можливість визначити величину неспівпадання між реальним та ідеальним «Я» і відображає адекватність самооцінки.

Однак слід звернути увагу на те, що розходження між реальним та ідеальним «Я» можуть мати як негативні, так і позитивні наслідки. Р.Бернс [2] наголошує, що важлива не сама величина розходження між реальним та ідеальним Я, а ставлення людини до цього факту. З одного боку, розходження між ними може стати джерелом серйозних внутрішніх особистісних конфліктів, з іншого – є джерелом саморозвитку і самовдосконалення особистості.

Аналіз отриманих даних показав, що більшість учнів 10-х класів мають занижену самооцінку: 33,3%. Низька самооцінка, тобто така, що має від'ємні показники, притаманна 22,2%. Низька і занижена самооцінки домінують у самоставленнях старшокласників – 55,5%.

Друге місце у розподілі рівнів самооцінки посіли учні з адекватною самооцінкою: 27,8%. Найменша кількість учнів має завищену самооцінку: 16,7%. Таким чином, результати емпіричного дослідження самооцінки свідчать про характерне для юнацького віку неспівпадання Я-реального і Я-ідеального.

Проведений нами кількісний та якісний аналіз самоописів та самооцінки дав можливість дослідити сформованість, структурованість та наповненість Я-образів старшокласників, що стало основою для розробки психокорекційної програми.

Враховуючи те, що кожна психологічна школа має свою методологічну спрямованість і, так би мовити, «свою сенситивну зону впливу» та «свого

клієнта», а проведення практичним психологом психокорекції в загальноосвітньому закладі часто включає роботу в межах вже існуючої групи і в не досить тривалий термін, для отримання більш ефективного результату був обраний саме еkleктичний підхід.

На сучасному етапі розвитку психологічної науки більшість психотерапевтичних підходів і напрямів споріднює така система відносин психолога з клієнтом, у нашому випадку зі старшокласником, що активізує внутрішні особистісні ресурси клієнта, вивільнення яких призводить до його особистісної інтеграції, відкриває шлях для саморозвитку і самовдосконалення.

Зміст психокорекційної роботи ґрунтувався на психологічних принципах: комплексності, доступності, системності, зворотного зв'язку, активності, конфіденційності.

У психокорекційній роботі зі старшокласниками ми вважали доцільним залучення технік та прийомів гуманістичного підходу (К.Роджерс, А.Маслоу), позитивної психотерапії (Н.Пезешкіан, М.Мольц), психосинтезу (Р.Ассаджіолі), імаго-терапії (техніка візуалізації) (І.Вольперт), когнітивного (принцип самоаналізу) та біхевіорального (техніка самопідкріплення) напрямків, елементів гештальттерапії (Ф.Перлз), положень індивідуальної та екзистенційної психології й тематичні рольові ігри.

Розроблена нами психокорекційна програма включає 14 занять по 90 хв. кожне, спрямованих на формування Я-образу старшокласників через:

- усвідомлення важливості прийняття свого Я з усіма перевагами і недоліками;
- розвиток здатності до самоаналізу та аналізу очікувань інших стосовно себе;
- осмислення власної системи цінностей і того, як це регулює життя;
- усвідомлення, з одного боку, своєї унікальності, а з іншого, – себе як частини суспільства;
- набуття досвіду подолання внутрішніх конфліктів;
- відчуття часової перспективи і опанування навичками самопроекування майбутнього.

Вправи, адаптовані відповідно до завдань програми, і їх виконання сприяють розвиткові рефлексії, досягненню самоприйняття шляхом самокорекції Я-реального. В учасників діапазону відбувається розширення рольових уявлень та поведінкових патернів, розвиток бажаних рис і якостей, що дає можливість в обстановці психологічної безпеки скоректувати невдалі ролі та змоделювати більш прийнятні.

Формування Я-образу – процес довготривалий, він не завершується в ранньому юнацтві, навіть після інтенсивного активізуючого впливу. Тому включення деяких вправ мало на меті також розвиток здатності

старшокласників до самоформування та самопідтримки власного Я-образу в їхній подальшій життєдіяльності.

Показником професійної компетентності психолога-ведучого є вміння володіти ситуацією та гнучко змінювати тренерську позицію, урахувавши групові події. У роботі зі старшокласниками доцільно приймати роль фасилітатора. Така позиція ведучого на заняттях допомагає учасникам у процесі їх власного пошуку шляхів вирішення проблем, підтримує процес вироблення нового досвіду (досвід учасників завжди несе в собі зерно нового, а завдання фасилітатора – допомогти їм прорости) і спрямовує обмін інформацією між учасниками, допомагає процесові здобуття учасниками нового досвіду, встановлення сфер його застосування. Іноді доречним може виявитись прийняття ролі члена групи, коли потрібно встановити атмосферу взаємодовіри та взаєморозкриття, дати приклад саморозкриття. Така позиція може стати в нагоді на початку роботи, якщо у старшокласників виникають певні труднощі при виконанні вправ, пов'язаних із необхідністю самопрезентувати себе, через відсутність навичок самопрезентації. При проведенні міні-лекцій та обговоренні притч, ситуацій приймається роль посередника, експерта, щоби спрямувати роботу в конструктивне русло [8, 12].

Проводячи заняття, необхідно враховувати групову динаміку, яку визначають прийняті у групі правила, розвиток і рух групи в часі, згуртованість,

групову напругу, структуру лідерства тощо [9].

Групову роботу з учнями бажано поєднувати з проведенням індивідуальних консультацій, психодіагностики особистісної сфери та профдіагностики старшокласників. Застосування в консультаційній роботі особистісно-орієнтованого підходу, описаного О. Осадько [9], сприяє переосмисленню клієнтом його внутрішніх самообмежень (інтродюкованих правил, сценаріїв, стратегій) та пошуку внутрішніх ресурсів (неактуалізованого особистісного потенціалу), розвитку певних сторін свого Я та особистісної цілісності загалом.

Слід відмітити досить високу мотивацію старшокласників до роботи в психокорекційних групах цього напрямку. Цьому сприяють потреба в самопізнанні та пошук власної ідентичності, зацікавленість у власному майбутньому, побудова життєвих планів і вибір професії.

Як свідчать результати проведеного дослідження, прийнята нами система комплексної психосоціальної роботи активізує процес професійного та особистісного самовизначення старшокласників, формує свідоме ставлення до вибору професії та планування особистої професійної перспективи відносно життєвих цілей, підвищує їх соціальну адаптивність та ефективність взаємодії з учителями. Очікується, що її результати стануть більш відчутними для них у майбутньому.

ЛІТЕРАТУРА

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология. Учебн. для студ. – Екатеринбург: Деловая книга, 1999.
2. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. – М.: Прогресс, 1986.
3. Грановская Р.М. Элементы практической психологии. – 5-е изд., испр. и доп. – СПб.: Речь, 2003.
4. Житєва компетентність особистості: Наук.-метод. посібник / За ред. Сохань Л.В. та ін. – К., 2003.
5. Кон И.С. Открытие “Я”. – М.: Политиздат, 1980.
6. Кон И.С. Психология ранней юности. – М.: Просвещение, 1989.
7. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: Учебн. для студ. вузов. – 4-е изд., стереотип. – М.: Академия, 1999.
8. Мэй Р. Искусство психологического

консультирования. Как давать и обретаť душевное здоровье. / Пер. с англ. – М.: Апрель Пресс, 2001.

9. Осадько О. Технології психологічного консультирования. – К., 2005.

10. Основы практичної психології: Підручник / Панок В., Титаренко Т., Чепелева Н. та ін. – К., 1999.

11. Психология личности: Тесты, опросники, методики / Авт. сост. Н.В. Киршева, Н.В. Рябчикова. – М.: Геликон, 1995.

12. Технологія тренінгу / Упоряд. О.Главник, Г.Бевз / За заг. ред. С.Максименко – К.: Главник, 2005.

13. Фромм Э. Бегство от свободы. Человек для себя / Пер. с англ. – Минск: ООО «Попурри», 1998.

14. Шкловська Л.О. Як допомогти сором'язливому підлітку. Психокорекційна програма. // Психологічна газета. – 2005. – № 3 (27).

Подано до редакції 24.03.08

РЕЗЮМЕ

В статье рассматривается проблема становления Я-образа старшекласника как условие успешного взаимодействия в системе «учитель – ученик». Структура Я-образа анализируется комплексно как

система когнитивных оценочных и поведенческих характеристик на основе изучения самооценок и анкетирования. Проведенный количественный и качественный анализ самоописаний и самооценок

дал возможность определить сформированность и наполненность Я-образа у старшеклассника, что и

стало основой для разработки психокоррекционной программы.

РЕЗЮМЕ

У статті розглядається проблема становлення Я-образу у старшокласника як умова успішної взаємодії в системі «вчитель – учень». Структура Я-образу аналізується комплексно як система когнітивних оцінних і поведінкових характеристик на основі

вивчення самооцінок і анкетування. Проведений кількісний і якісний аналіз самоописів і самооцінок дав можливість визначити сформованість Я-образу старшокласника, що і стало основою для розробки психокоректувальної програми.

SUMMARY

The article analyzes the problem of I-image development as a condition of successful co-operating in 'teacher – student' system. The structure of I-image is being analyzed as a system of cognitive and behavior characteristics based on self-estimation and

questionnaires. The qualitative and quantitative analysis of self-description and self-estimation enabled distinguishing levels of development and contents of senior pupil's I-image which put the base for working out a psycho-correction program.