

ВПЛИВ УПЕВНЕНОСТІ ТА НЕВПЕВНЕНОСТІ НА САМООЦІНКУ І МОТИВАЦІЮ ДОСЯГНЕННЯ УСПІХУ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

У статті представлені дослідження, проведені серед молодших школярів. Результати його показали, що між самооцінкою, мотивацією досягнення успіху, упевненістю та невпевненістю існує взаємозв'язок.

Ключові слова: упевненість, невпевненість, самооцінка, мотивація досягнення успіху.

Упевненість у собі разом із рішучістю, наполегливістю та іншими емоційно-вольовими якостями є однією з характеристик особистості.

Серед сучасних визначень психологічного змісту поняття "впевненість у собі" (особиста впевненість), поданих у вітчизняній літературі [5], можна виділити таке, що є найбільш відпрацьованим теоретично та експериментально: упевненість у собі – це прийняття своїх дій, рішень, навичок як правильних, доречних (тобто прийняття себе). При цьому в ролі провідних особистісних детермінант впевненості виявлені такі базові структури, як мотивація досягнень, вольовий самоконтроль, тривожність, ініціатива та сміливість у соціальних контактах. Невпевненість розглядається як результат нестійких стратегій рішення [6].

Почуття невпевненості деякі вчені порівнюють з почуттям страху. "Різниця між ними тільки у силі прояву. Хоч невпевненість і може бути досить відчутною, страх однак виражається більш явно. Не так уже й важко зрозуміти, коли людині страшно. Однак потрібно володіти досить тонкою спостережливістю, щоб розпізнати, коли людина відчуває невпевненість у собі. І те, й інше – складова частина одного й того ж самого почуття – нестерпної стурбованості можливим негативним результатом будь-яких очікуваних подій" [7, с. 162].

Невпевненість – "переживання людиною своєї неспроможності досягнути тих чи інших життєвих цілей, справитися з певними завданнями внаслідок неадекватно заниженої самооцінки" [2, с. 71]. Ці переживання проявляються по-різному. Дитина, почувавши себе невпевнено, може стати несміливою, тривожною, роздратованою, пасивною. Можуть з'явитися нервові звички – дитина почне гризти нігті, здійснювати мимовільні спазматичні рухи. Вона "може постійно сваритися з товаришами і чіплятися за мамину спідницю, навіть в якомусь плані справляти враження дитини з уповільненим розвитком".

Можна виділити такі ознаки невпевненості [2, с. 72]:

- занижений життєвий тонус, песимізм, тривожність;
- почуття провини, самозвинувачення, каяття;
- покірність, смирення;
- намагання догодити;
- відчуженість, заляканість;
- опущені плечі і тенденція до дрібного, частого дихання.

Низькі показники впевненості частіше відзначаються в дітей, які емоційно гостро реагують на свої невдачі, оцінюють себе як менш здібних у порівнянні з більшістю однолітків, погано контролюють свої емоції, відчувають труднощі в пристосуванні до нових обставин, умов життя.

Такі поняття як неувереність і невпевненість тісно пов'язані з мотивами досягнення успіху й уникнення невдачі. Відомо, що поведінка дітей, які мотивовані на досягнення успіху і на уникнення невдачі, відрізняється. Перша група дітей ставить перед собою в діяльності якусь позитивну ціль, досягнення якої може бути розцінено як успіх. Вони чітко проявляють прагнення за будь-яку ціну досягти тільки успіхів у своїй діяльності, вони впевнені в цьому.

Зовсім по-іншому поведуть себе ті, хто мотивований на уникнення невдачі. Людина, яка з самого початку була мотивована на невдачу, проявляє невпевненість у собі, не вірить у можливість досягнення успіху. З діяльністю, особливо такою, що характеризується можливістю невдачі, у неї пов'язані негативні емоційні відчуття, вона не відчуває втіхи від праці [4, с. 15].

Діти, орієнтовані на досягнення успіху, здатні точніше оцінювати свої можливості, успіхи та невдачі. Діти, орієнтовані на невдачі, навпаки, ігнорують об'єктивну інформацію про свої здібності, мають неадекватну самооцінку, нереалістичний рівень зазіхань.

Як свідчать наукові дані [3, с. 44], при домінуванні мотивації досягнення успіху, людина віддає перевагу завданням середнього або трохи підвищеного ступеня труднощів, а при переважанні мотивації уникнення невдачі – завдання, найлегші та найважчі.

Цікавою є ще одна психологічна відмінність у поведінці дітей, мотивованих на успіх та невдачу. Діти мотивовані на успіх виявляють тенденцію повернення до вирішення завдання, в якому вони зазнали невдачу, а діти, мотивовані на невдачу – уникання цього завдання, бажання ніколи більше до нього не повертатися. Виявилось також, що діти, мотивовані на успіх, після невдачі досягають кращих результатів, а ті, хто були з самого початку мотивовані на невдачу, навпаки, кращих результатів досягають після успіху.

Звідси можна зробити висновок, що успіх у навчанні та інших видах діяльності тих дітей, які мають яскраво виражені мотиви досягнення успіху та уникнення невдачі, може бути на практиці забезпечений по-різному.

Розглянувши факти свідчать, що прямої кореляції між силою мотиву досягнення успіху та величиною мотиву уникнення невдач немає, тому що крім величини та характеру мотиву прагнення успіхів, успіх у навчальній діяльності залежить від складності вирішуваних завдань, від досягнень або невдач, які мали місце у минулому.

Формування стійкої мотивації досягнення успіху необхідне для того, щоб розмити "позицію невстигаючого", підвищити самооцінку та психологічну стійкість школяра.

Важливість виявлення у школярів (особливо невстигаючих) оцінювальної позиції, що формується, доведена в дослідженнях вітчизняних психологів, які дійшли висновку про те, що з віком у невстигаючих учнів зростає тенденція недооцінювати свої можливості.

Також було виявлено, що при дуже сильно виявленій мотивації досягнення успіху та впевненості в тому, що все залежить від самої дитини, почуття безпорадності виникає набагато рідше, ніж при наявності мотивації уникнення невдач та невпевненості.

Є наукові дані, які свідчать, що дівчата в молодшому шкільному віці більш схильні до почуття невпевненості та безпорадності, ніж хлопці. У невпевненої дитини можна спостерігати слабе самовідчуття, тенденцію недооцінювати себе, боязкість, тривожність, почуття пригніченості.

Отож, розглядаючи психологічні особливості прояву впевненості та невпевненості в поведінці дитини, можна зробити висновок: невпевнена у собі дитина має деякі труднощі під час спілкування з однолітками. До того ж, страждає її здатність жити у злагоді з довколишніми. А це, у свою чергу, веде до відчуженості та психологічного дискомфорту.

Два поняття – сором'язливість та невпевненість є взаємопов'язаними. Сором'язливість є однією з ознак невпевненості, що характеризується схильністю людини до несміливого поведіння в спілкуванні та поведінці [2, с. 71].

Багато психологів, психіатрів, соціологів та інших спеціалістів намагалися розібратись у складному понятті "сором'язливість". Їхні відповіді на питання, чим саме викликана сором'язливість, являють собою широкий спектр можливих тлумачень [1, с. 41].

У наш час багато вчених розглядають сором'язливість, як біологічно зумовлену рису, пов'язану зі збуджуваністю нервової системи. Стверджується, що сором'язливі люди володіють високою збуджуваністю нервової системи і вразливістю, унаслідок чого особливо чутливі до соціального стресу.

Розрізняють два види сором'язливості: внутрішню та зовнішню. При внутрішній сором'язливості людина боюється, що її бажання і прагнення стануть відомі іншим, і вона боїться їх можливої негативної реакції.

Причини для виникнення у учня сором'язливості досить різноманітні. Відомий дослідник цієї проблеми Ф. Зімбардо вважав, що основними причинами є внутрішньо особистісна тривожність, низька самооцінка та відсутність навичок соціальної поведінки [1, с. 116]. У сором'язливих більше проблем, ніж у несором'язливих.

Надійніший спосіб уберегти дітей від різного роду побоювань – зміцнити в них упевненість, що батьки завжди поруч і здатні допомогти їм. Протягом багатьох років дитяча впевненість тримається повністю на батьках. Найкращий спосіб дати дітям відчуття, що батьки завжди поруч, виявити безмежне терпіння. А. Фромм уважав, що для переборювання невпевненості в дітей, необхідно позбавлятися від напруженості, тривоги, та невпевненості в першу чергу їх батькам.

Початок молодшого шкільного віку пов'язаний з новими можливостями, необхідними для виховання в дітей саме тих особистісних якостей, які поряд з інтелектуальними здібностями, знаннями, уміннями та навичками зумовлюють успіхи дітей у різних видах діяльності. Це – самооцінка, рівень домагань, потреба в досягненні успіхів, самостійність, ініціатива, потреба у визнанні. Переконання у власній неповноцінності дуже небезпечно.

Можна визначити ступені розвитку невпевненості:

- неадекватно завищені очікування батьків або педагогів щодо успіхів дитини в значущій для дорослих діяльності;
- надмірна вимогливість до себе: дитина боїться не виправдати сподівання дорослих;
- звичка вибачатися за все, що робиш;
- відчуття себе маленьким і нікчемним;

- передбачення своєї невдачі;
- хвороблива самокритика, самозвинувачення;
- уникання успіху.

Ми поставили перед собою мету – вивчити вплив впевненості та невпевненості на самооцінку дітей молодшого шкільного віку.

Психодіагностика дітей проводилася за допомогою представленого комплексу методик, що вирішувало наступні завдання.

1. Вивчити особливості особистісної сфери дитини.
2. Оцінити рівень самооцінки дітей.
3. Визначити рівень невпевненості учнів у типових для них життєвих ситуаціях, де відповідна якість особистості проявляється в більшій мірі.
4. Згідно з отриманими результатами зробити висновок про впевненість чи невпевненість дитини в конкретній ситуації.

Для дослідження самооцінки використовувалась методика "Символічні завдання на вияв "соціального Я" В. А. Мельникова.

Особистісні риси: впевненість, сміливість, конформність – визначались за допомогою тесту Р. Кеттела. Ця методика являє собою модифікацію, адаптовану для використання дітьми дорослого варіанту 16-факторного особистісного питальника Р. Кеттела.

У нашому дослідженні ми приділяли увагу окремим субтестам тесту Кеттела, а саме: сміливість, впевненість у собі.

Експериментальне дослідження проводилось на базі школи № 26 м. Одеси. У ньому приймали участь учні 3-х класів. Загальна кількість досліджуваних складала 89 школярів віком 8-9 років, серед яких - 51 хлопчик і 38 дівчаток. У дослідженні приймали участь троє вчителів.

Кожна методика вимагає для проведення від 5 до 35 хвилин.

Спочатку досліджуваним була запропонована методика "Дерево" для визначення реального й ідеального місця дитини в колективі. Далі – методика для визначення самооцінки, потім – тест Р. Кеттела. Одночасно вчителі і вихователі, які працюють з дітьми, відповідали на запитання анкети З. С. Карпенко.

Виходячи з результатів дослідження особистісної сфери молодших школярів за допомогою проективної методики "Дерево" можемо зробити висновок про те, що на момент дослідження 35% дітей відчували "комфортний стан"; 17% – "товариськість, дружню підтримку"; 11% досліджуваних характеризуються "стійкістю свого місця в колективі"; ще в 11% досліджуваних спостерігається "мотивація на розваги", "установка на лідерство" виявлена у 3% учнів, "установка на подолання перешкод" – у 14% досліджуваних; одночасно у 3% дітей спостерігається "втомлюваність, відчуженість, замкнутість і тривожність"; "кризовий стан" виявлено в 6% учнів.

Аналізуючи результати, одержані щодо "ідеального місця", бачимо, що кількість учнів, які мали "комфортний стан" у "реальному місці" при цьому дослідженні дещо понизилася – з 35% до 31%, також стало менше учнів з "дружною підтримкою" (11%) і з "установкою на подолання перешкод" (7%) і разом з тим зросла кількість учнів, орієнтованих на "розваги" (31%); так само, як і в "реальному місці" установка на "лідерство" виявлена у 3% учнів, "тривожність і кризовий стан" спостерігаються у 6%. Учні із "втомлюваністю" не виявилися.

Представимо ці результати у вигляді діаграми.

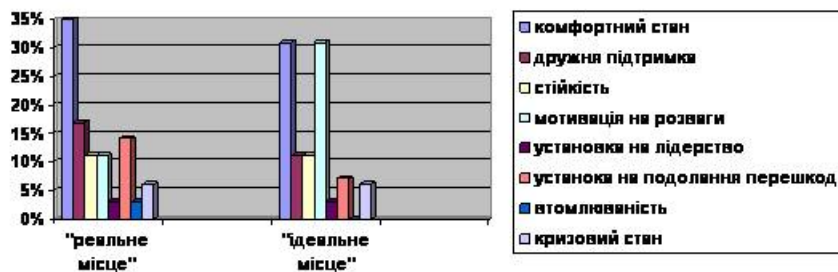


Рис. 1 Діаграма дослідження особистісної сфери молодших школярів за допомогою проективної методики "Дерево"

При проведенні досліджень по методиці на визначення самооцінки учнів, а також тесту Р. Кеттела, було виявлено:

- у 12-х учнів виявлено кризовий стан, відчуженість, замкнутість, тривожність;
- у 46 досліджуваних самооцінка в нормі, 31 особа характеризується високою і 12 осіб - низькою самооцінкою;
- при визначенні міри невпевненості у молодших школярів за допомогою тесту Р. Кеттела, отримані такі результати: 61 особа впевнені, соціально адаптовані учні, у 13-х учнів виявлено середній рівень невпевненості і в 15-ти осіб виявлено високий рівень невпевненості – вони відчувають психологічні й поведінкові труднощі в пристосуванні до нового місця. Такі учні емоційно гостро реагують на свої невдачі, оцінюють себе як менш здібних порівняно з більшістю своїх ровесників.

Після інтерпретації результатів, отриманих за допомогою анкети З. С. Карпенко, було виявлено, що високу міру невпевненості мають 9 учнів, середню міру невпевненості мають 23 учня і низьку міру невпевненості мають 57 дітей.

Зіставляючи результати дослідження самооцінки й рівня невпевненості молодших школярів за допомогою методик Р. Кеттела, З. С. Карпенко, В. А. Мельникова ми бачимо, що самооцінка молодших школярів у нашій вибірці коливається від завищеної до заниженої. Так у 28% досліджуваних самооцінка завищена, у 55% – адекватна і в 17% вона занижена. У цілому, треба сказати, що, не дивлячись на те, що в більшості досліджуваних самооцінка в нормі або дещо завищена, деяка частина молодших школярів (з них 17%) має низьку самооцінку, що вкрай негативно впливає на рівень домагань, мотивацію досягнення успіхів і, таким чином, на впевненість молодшого школяра у своїх силах.

Результати дослідження рівня невпевненості учнів у типових для них життєвих ситуаціях, де відповідна якість особистості проявляється в більшій мірі, показали, що більшість школярів (69%) впевнені в своїх силах і здібностях, це добре соціально адаптовані діти. Разом з тим існує і частина учнів (14%) із середнім рівнем невпевненості, яким необхідна допомога дорослих людей для розвитку впевненості у власних силах. У 17% дітей відмічається невпевненість. Ці школярі емоційно гостро реагують на свої невдачі, погано контролюють свої емоції, оцінюють себе як менш здібних порівняно з більшістю ровесників, відчувають психологічні і поведінкові труднощі в пристосуванні до нового місця, умов життя. Це зумовлено як зовнішніми, так і внутрішніми факторами – а саме: несприятливими умовами сімейного виховання й індивідуальними психічними особливостями таких дітей.

Представимо ці результати у вигляді діаграми.

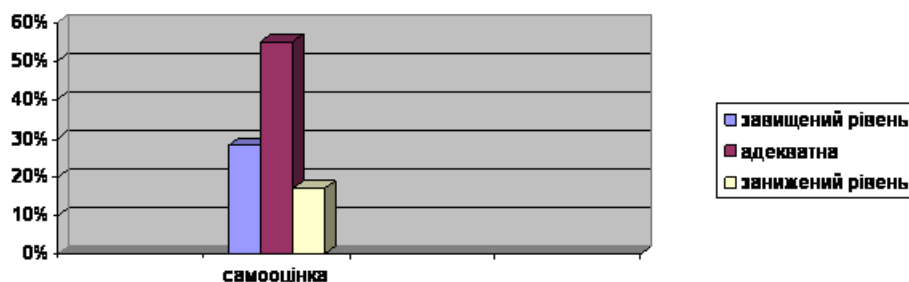


Рис. 2 Діаграма дослідження рівня самооцінки молодших школярів

Як бачимо, у більшості учнів переважає середній рівень самооцінки, після чого друге місце займає завищений. Занижена самооцінка властива меншості досліджуваних.

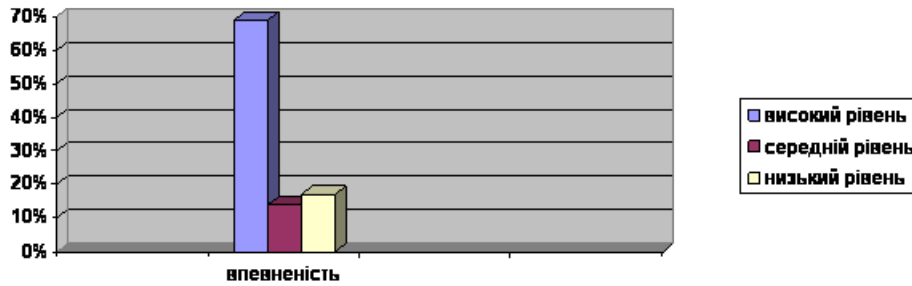


Рис. 3. Діаграма дослідження рівня впевненості молодших школярів

На діаграмі ми бачимо, що високий рівень впевненості характеризує більшість досліджуваних. Після цього друге місце займають учні з низьким рівнем впевненості і на третьому місці виявляються учні з середнім рівнем впевненості.

У багатьох школярів з високими показниками за шкалою невпевненості відмічаються низькі показники за шкалою сміливості. Це дозволяє зробити висновок про те, що молодші школярі сприймають себе не досить сміливими і рішучими. Одночасно такі діти можуть оцінювати себе менш здібними порівняно з однокласниками, соромитися й ніяковіти в присутності незнайомих дорослих людей і тим самим бути невпевненими.

Результати проєктивної методики "Дерево" дали змогу визначити чотирьох учнів з тривожними показниками в особистісній сфері. При проведенні інших методик (16-ти факторного особистісного питальника Р. Кеттела, анкети для визначення невпевненості З. С. Карпенка і методики В. А. Мельникова) ці негативні показники були підтвержені. Такі діти потребують проведення комплексу психолого-педагогічних заходів, спрямованих на корекцію досліджуваних емоційно-вольових якостей.

Таким чином, вивчення рівня невпевненості і самооцінки молодшого школяра за допомогою психодіагностичних методик дозволяє констатувати, що більшість учнів (70%) добре соціально адаптовані, впевнені в собі. Разом з тим серед них є група учнів із середнім рівнем невпевненості, яким для розвитку впевненості у власних силах необхідна допомога дорослих. Турбує частина учнів, в яких було вивчено високий рівень невпевненості. Відмічено також, що в таких дітей більш низька самооцінка порівняно з іншими ровесниками. Ця група учнів вимагає спеціальної корекційної роботи.

Невпевненість – це почуття, яке може виникнути в будь-якому віці. Дуже часто вона проявляється при спілкуванні з однолітками та в навчальній діяльності.

Проведені дослідження показали, що з невпевненістю пов'язані мотиви досягнення успіху й уникнення невдачі та самооцінка. Учні, які з самого початку були мотивовані на невдачу, проявляють невпевненість у собі, не вірять у можливість досягнення успіху, не сприймають критику; схильні недооцінювати свої можливості, у них занижена самооцінка.

І, навпаки, при яскраво вираженому мотиві досягнення успіху в дитини переважає адекватна або ж трохи завищена самооцінка. У своїй практичній діяльності дитина звичайно прагне до досягнення таких результатів, які узгоджуються з її самооцінкою, сприяють її зміцненню й нормалізації. Суттєві зміни в самооцінці з'являються в тому випадку, коли самі успіхи чи невдачі пов'язуються дитиною з наявністю або відсутністю в неї необхідних здібностей.

Приблизно в 30% дітей у нашій вибірці спостерігається занижена самооцінка, невпевненість. Нерішучі, недостатньо наполегливі в досягненні мети, їм важко приймати рішення, мають труднощі в спілкуванні. Через це замість багатьох мають одного-двох близьких друзів. Такі діти емоційно гостро реагують на невдачі, погано контролюють свої емоції, розцінюють себе менш здібними в порівнянні з однолітками. Дуже часто в них виникають психологічні труднощі в пристосуванні до нових обставин, умов життя і навчання. Болісно переживають ситуації, коли їх оцінюють.

ЛІТЕРАТУРА

1. Зимбардо Ф. Застенчивість / Ф. Зимбардо [пер. с англ.]. – М.: Педагогика, 1991. – 208 с.
2. Карпенко З. С. Експресивні методи у вихованні дитини / З. С. Карпенко. – К.: Освіта, 1997. – 180 с.
3. Ольшанский Д. В. Новая педагогическая психология / Д. В. Ольшанский. – М.: АСТ, 2002. – 94 с.
4. Полищук В. М. Методика исследования детского самосознания / В. М. Полищук // Школьный психолог. – 2002. – № 8. – С.14-16.
5. Ролик В. Г. Понятие уверенности в себе в современной социальной психологии / В. Г. Ролик. – Ростов-на-Дону: Изд-во РГУ, 1996. – 146 с.
6. Скотникова И. Г. Проблема уверенности: история и современное состояние / И. Г. Скотникова // Когнитивная психология. – 2002. – № 1. – С.52-60.
7. Фромм А. Азбука для родителей / А. Фромм. – Л.: Лениздат, 1991. – 320 с.

Подано до редакції 15.06.2010