

**Вінницький державний педагогічний університет
імені Михайла Коцюбинського**



**До 110-річчя Вінницького державного педагогічного
університету
імені Михайла Коцюбинського**

МОНОГРАФІЯ

**ІНТЕГРАЦІЯ В
ЄВРОПЕЙСЬКИЙ ОСВІТНІЙ
ПРОСТІР: ДІАЛОГ ЗІ
СТЕЙКХОЛДЕРАМИ**

Вінниця-2022

Дембіцька С. В., Кобилянський О.В., Максименко Ю.А., Пінаєва О.Ю.,.....	194
.....	194
ШЛЯХИ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ МІЖПРЕДМЕТНОЇ ІНТЕГРАЦІЇ У ПРОФЕСІЙНІЙ ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ТЕХНІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ.....	194
<i>Коломієць Д. І, Івашкевич Є. М.,.....</i>	217
ОРГАНІЗАЦІЯ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ В УМОВАХ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ: ВИВЧЕННЯ ДОСВІДУ ЄВРОПЕЙСЬКИХ КРАЇН.....	217
<i>Лилик В.В., Фрицюк А.В.....</i>	226
ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ МОБІЛЬНОСТІ В УМОВАХ ЄВРОІНТЕГРАЦІЇ.....	226
<i>Малик В.М.,.....</i>	233
ІНШОМОВНА КОМУНІКАТИВНА КУЛЬТУРА ОСОБИСТОСТІ ТА ОСОБЛИВОСТІ ЇЇ РОЗВИТКУ В УМОВАХ ЄВРОІНТЕГРАЦІЇ.....	233
<i>Московчук О.С.,.....</i>	245
ФОРМУВАННЯ СОЦІАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТІВ- МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ В УМОВАХ ЄВРОІНТЕГРАЦІЇ.....	245
<i>Опушко Н.Р.,.....</i>	255
ДУАЛЬНЕ НАВЧАННЯ В КОНТЕКСТІ ЄВРОІНТЕГРАЦІЇ УКРАЇНИ.....	255
<i>Столяренко О.В., Столяренко О.Т., Коваль Ю.В. ,.....</i>	275
КУЛЬТУРОЛОГІЧНО-ЦИВІЛІЗАЦІЙНІ ДЕТЕРМІНАНТИ В СУЧАСНИХ ПІДХОДАХ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНИХ ЦІННОСТЕЙ.....	275
<i>Фадєєва Т.Ю.,.....</i>	302
ФОРМУВАННЯ ІНФОРМАЦІЙНОЇ ОСНОВИ ДІЯЛЬНОСТІ МЕНЕДЖЕРІВ З ТУРИЗМУ ЗАСОБАМИ ТЕЛЕКОМУНІКАЦІЙ.....	302
<i>Фрицюк В.А., Каплінський В.В., Фрицюк В.М.,.....</i>	319
ПРОФЕСІЙНИЙ САМОРОЗВИТОК ПЕДАГОГА В УМОВАХ ЄВРОІНТЕГРАЦІЇ.....	319
<i>Хамська Н.Б., Копитко Б.О., Матіюк Д.В., Полянська К.С.,.....</i>	332
ПРОБЛЕМА ФОРМУВАННЯ ПОЗИТИВНОЇ Я-КОНЦЕПЦІЇ В УЧНІВ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ В УМОВАХ ЄВРОІНТЕГРАЦІЇ.....	332
<i>Шаманська О.І.,.....</i>	357
ЕФЕКТИВНЕ ВИКОРИСТАННЯ КЕЙС-ТЕХНОЛОГІЙ В КОНТЕКСТІ МОДЕРНІЗАЦІЇ ЗАГАЛЬНОЇ СИСТЕМИ ОСВІТИ ДОРОСЛИХ В УКРАЇНІ.....	357

Хамська Н.Б.,
доцент кафедри педагогіки, професійної освіти
та управління освітніми закладами
ВДПУ імені Михайла Коцюбинського;

Копитко Б.О.,
магістрант кафедри педагогіки, професійної освіти
та управління освітніми закладами
ВДПУ імені Михайла Коцюбинського;

Матіюк Д.В.,
старший викладач кафедри
кафедри німецької філології
ВДПУ імені Михайла Коцюбинського;

Полянська К.С.,
викладач кафедри українознавства
Вінницького національного медичного
університету імені М.І. Пирогова

ПРОБЛЕМА ФОРМУВАННЯ ПОЗИТИВНОЇ Я-КОНЦЕПЦІЇ В УЧНІВ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ В УМОВАХ ЄВРОІНТЕГРАЦІЇ

В умовах євроінтеграції зростають вимоги суспільства до особистості, яка здатна до прийняття нестандартних рішень, самовдосконалення, творчої самореалізації. Це актуалізує увагу до проблеми розвитку Я-концепції як продукту свідомості, самосвідомості, які, будучи ядром особистості, здійснюють регулюючий вплив на всі сторони життєдіяльності людини. Саме тому одним з актуальних завдань в організації виховного процесу закладів освіти є створення умов для формування особистості з установкою на позитивну Я концепцію, яка є основою для побудови щасливого життя - підтримки та зміцнення власного здоров'я, соціальної, професійної кар'єри шляхом самореалізації своїх здібностей, нахилів, уподобань. Ці завдання є пріоритетними на шляху реформування вітчизняної освіти і підтверджені низкою державних документів, зокрема Законами України «Про освіту», «Про повну загальну середню освіту» та ін.

Вирішення проблеми розвитку позитивної Я-концепції особистості є важливим у різні вікові періоди її становлення, особливо у підлітковому, оскільки у цей період проходить становлення самосвідомості, прагнення зрозуміти самого себе і

свої можливості, сприйняття себе як самоцінності, налаштування на позитивні почуття, що є запорукою фізичного, психічного здоров'я, а відтак збереження генофонду української нації.

Вагомий внесок у розробку теорій розвитку особистості зроблено ученими світового значення Р. Бернсом, У. Джемсом, Е. Еріксоном, А. Маслоу, Г. Олпортом, К. Роджерсом, В. Франкліном, З. Фрейдом, К. Хорні, К. Юнгом та ін. Ці надбання є підґрунтям для теоретичного обґрунтування та подальших досліджень у напрямі формування позитивної Я-концепції особистості. Досліджувану проблему розвивають вітчизняні вчені Г. Балл, І. Бех, О. Бондаренко, О. Чепелева та ін. Їх погляди збігаються в тому, що активна Я-концепція є механізмом пристосування до змін, які виникають у соціальному середовищі, виконує адаптивну та інтерпретативну функції і певним чином організовує та інтерпретує досвід особистості.

Теоретичний аналіз явища Я-концепції як наукової категорії засвідчує про складність та багатогранність її вивчення, що визначається різними підходами науковців до розуміння її сутності, структури, змісту, методів дослідження та підвищує актуальність теми, а також необхідність її вдосконалення. Окрім того, досвід педагогічної теорії та практики свідчить про те, що в учнів підліткового віку виникають труднощі у розв'язанні проблем самопізнання, самореалізації, самовизначення, самоствердження. Наслідком цього є формування поверхового, неадекватного уявлення про власну особу, її самооцінку, що призводить до негативних проявів поведінки.

Це викликає суперечність між об'єктивним зростанням підліткової самосвідомості і недостатнім рівнем формування здатності підлітка до самопізнання, самореалізації, самовизначення. Отже, актуальність зазначеної проблеми, недостатня її розробленість у сучасній педагогічній науці та виявлена суперечність зумовили вибір відповідної теми наукового дослідження.

Я-концепція – термін, який широко використовується в дослідженнях у галузі психології, педагогіки та соціології. Вперше це поняття було визначене американським філософом і психологом У. Джеймсом наприкінці XIX століття. Теоретичний та

прикладний розвиток поняття Я-концепції набуло у працях А. Маслоу, К. Роджерса, Р. Бернса та Е. Еріксона.

Я-концепція – стрижневе утворення онтогенетичного розвитку людини, центральна ланка самосвідомості, відносно усталена динамічна і певною мірою усвідомлена система уявлень особи про саму себе, цілісний образ власного Я, котрий синтезує її само-сприйняття такою, якою вона є, хоче бути в ідеалі і має обов'язково стати [14, с. 16]. Я-концепція – це комплексність усіх уявлень людини про себе, які поєднані з їх оцінкою. Описова складова Я-концепції – образ, а складова, що пов'язана зі ставленням до себе або до окремих якостей – самооцінка, тобто прийняття себе. Я-концепція, фактично, визначає не просто те, що собою являє людина, але й те, що вона про себе думає, як оцінює власну діяльність і будує плани на майбутнє [39].

Проблему розвитку Я-концепції розглядали науковці О. Гуменюк, Є. Калюжна, О. Краєва та ін.

Науковці визначають різні теоретичні моделі, що допомагають пізнати сутність глобального концептуального Я. Перша з них розроблена Р. Бернсом. Автор розглядає цю модель як сукупність настанов особистості, що спрямована на саму себе і розглядається за такою структурою: когнітивна складова настанови, емоційно-оцінна, поведінкова [3]. Іншу модель пропонує В. Петровський, обґрунтовуючи її як вільне спричинення Я [28, с. 269-281]. Науковиця О. Гуменюк запропонувала модель самотворення Я-концепції як гармонійне поєднання чотирьох складових – поведінкової, спонтанно-креативної, емоційно-оцінкової та когнітивної. [14].

О. Стельмах систематизувала погляди науковців на сутність поняття «Я-концепція» особистості наступним чином:

1. Я-концепція як засіб гарантування внутрішньої злагодженості. Відчуваючи потребу досягненні внутрішньої гармонії людина намагається вчиняти різні дії, які сприятимуть відновленню втраченої рівноваги. Істотним чинником відновлення внутрішньої рівноваги є думка індивіда про самого себе.

2. Я-концепція як трактування досвіду. Особистість здатна, на основі своїх уявлень про себе, не лише формувати свою поведінку, а й трактувати власний досвід.

3. Я-концепція як сукупність очікувань. Люди, впевнені у власній значимості, очікують, що й інші ставитимуться до них у такий самий спосіб. [32, с.13]. Ці погляди значно роширюють уявлення про Я-концепцію особистості і дають можливість розглядати цей феномен з точки зору зазначених чинників від яких залежить саморегуляція індивіда, самоконтроль, особистісна та соціальна ідентифікація.

У дослідженні ми спираємося на модель, розроблену Р. Бернсом, у якій виділяється три головні складові: когнітивна, емоційно-оцінкова і поведінкова. Зазначені три елементи установки можна деталізувати таким чином: образ Я – уявлення індивіда про самого себе, самооцінка – афективна оцінка цього уявлення, яка може бути різною за інтенсивністю, оскільки конкретні риси образу Я можуть викликати емоції різної сили в залежності від того, прийнята ця оцінка чи ні. Потенційна поведінкова реакція – ті конкретні дії, які можуть бути викликані образом Я і самооцінкою.

Розглянемо основні складові Я-концепції.

Першою складовою є когнітивна. Вона розглядається як сукупність оцінних характеристик і пов'язаних з ними переживань. Більша частина з них є інтерпретацією реакцій інших людей на ці якості.

Наступна складова – афективна. Вона існує в силу емоційно-оцінювального забарвлення її когнітивної складової, тобто ставлення людини до самої себе, що ототожнюється із поняттям «самооцінка». Ця складова формується поступово під впливом ставлення оточуючих та відображає ступінь розвитку в особистості почуття самоповаги, відчуття власної цінності й позитивного ставлення до свого «Я». Самооцінка виявляється у свідомих роздумах особистості, в яких вона намагається обґрунтувати свою значущість. Позитивну Я-концепцію можна розглядати як позитивне ставлення до себе, прийняття себе, відчуття власної цінності, самоповаги.

Ще одна важлива складова Я-концепції - поведінкова. Вона характеризує прояви когнітивного та оцінного компонентів у поведінці, у мові, у висловлюваннях про себе. Сюди можна віднести прагнення особистості підвищити свій соціальний статус, приховати свої недоліки, бажання бути зрозумілим оточуючими. Завдяки цьому всі емоції і оцінки, пов'язані з образом Я, є дуже сильними й стійкими [3].

На основі теоретичного аналізу досліджуваного поняття ми розглядаємо як комплекс уявлень особистості про себе, ставлення до себе, що знаходять своє вираження у поведінці і ґрунтуються на реалізації функцій позитивної внутрішньої узгодженості, позитивному досвіді, позитивних очікуваннях.

Підлітковий вік - один із найскладніших етапів розвитку особистості. У дослідженні педагогів і психологів (С. Максименко, Т. Титаренко) розглянуто роль суб'єктності у розвитку підліткового віку, особливості пізнавальних інтересів дітей, соціалізацію підлітка, ставлення його до сім'ї, школи, друзів тощо.

Особливостями учнів підліткового віку є становлення самосвідомості, зміна Я-концепції, прагнення зрозуміти самого себе і свої можливості. Цьому віку властивий «підлітковий егоцентризм», який виявляється у нездатності розрізняти постійне і тимчасове (дрібні негаразди уявляються підлітку трагедією), суб'єктивне і об'єктивне (постійне відчуття себе в центрі уваги інших людей), унікальне і універсальне (почуття сприймаються як невластиві іншим людям). Великого значення для підлітка набуває почуття належності до особливої «підліткової» спільноти, цінності якої є основою для власних моральних оцінок. Головна риса, яка з'являється в цьому віці - це більш високий рівень самосвідомості, потреба усвідомити себе як особистість. Основною формою самопізнання підлітків є порівняння себе з іншими людьми: дорослими, ровесниками.

У соціальних стосунках підліток займає особливу позицію: він відійшов від дитячої гри, проте ще не перейшов до дорослої діяльності. Перехід від дитинства до дорослості і складає основний зміст підліткового віку [23]. Сьогодні соціалізація підлітка повинна здійснюватись через формування потреби реалізуватись у соціальному просторі. Психологи виділяють такі

соціальні потреби підліткового віку: з одного боку – це прагнення до спілкування, з іншого – до уособлення [29].

У підлітковому віці активно формується система непорушного уявлення про самого себе. Ці уявлення включають два основних компоненти: «Чим я схожий з іншими людьми, на основі чого складається спільність між мною і оточуючими?», «У чому моя унікальність і неповторність, які відмінності між мною і оточуючими?»

Для розуміння сутності самооцінки важливі три моменти. По-перше, важлива роль у її формуванні належить зіставленню образу реального – Я з образом ідеального – Я, тобто з уявленням про те, якою б людина хотіла бути. При цьому високий рівень співпадання реального – Я з ідеальним – Я вважається показником найвищого рівня сформованості позитивної Я-концепції. Якщо ж школяр відчуває розрив між цими характеристиками й реальністю своїх досягнень, його самооцінка, скоріш за все, буде низькою.

По-друге, важливим для формування самооцінки є показник, що пов'язаний з інтерпретацією соціальних реакцій. Інакше кажучи, людина схильна оцінювати себе так, як, на її думку, її оцінюють інші.

І, по-третє, людина оцінює результативність своїх дій і вчинків через призму своєї ідентичності, тобто докладає великих зусиль для того, щоб з найбільшим успіхом увійти в соціум.

Підлітки, намагаючись уявити, що про них думають інші, аналізують себе, свою поведінку та особливості спілкування, тобто оцінюють взаємодію з іншими людьми. На основі такого аналізу вони приходять до певного розуміння свого «Я». Цей вид самооцінки важливий для процесу самопізнання, оскільки той, хто аналізує себе в спілкуванні з іншими, розуміє власні риси характеру, у тому числі й негативні. Важливим етапом є процес формування самосвідомості. Саме він дозволяє усвідомлювати ставлення до своїх потреб та можливостей, схильностей та мотивів поведінки, переживань та думок.

Для підлітків характерним є прояв таких полярних рис як цілеспрямованість та наполегливість, що нерідко поєднуються з імпульсивністю і нестійкістю, підвищена самовпевненість

змінюється невпененістю, потреба в спілкуванні перетворюється на бажання усамітнитись. Романтичність, мрійливість, піднесеність почуттів часто компонується з сухим раціоналізмом. Щирість, лагідність, ніжність можуть швидко змінюватися на відчуженість, ворожість та черствість.

Серед чинників, що впливають на формування я-концепції підлітка, можна назвати сприйняття його значущими для нього «іншими»; соціальні цінності, очікування, ідеали; самоаналіз особистих переваг та недоліків, досвід соціальної поведінки; зовнішність, відчуття власної сили та здоров'я [23].

Отже, формування позитивної Я-концепції невіддільне від процесу становлення особистості підлітка. Визначення педагогічних умов формування позитивної Я-концепції дозволить ефективніше здійснювати управління цим процесом під час організації виховної роботи.

У процесі дослідження ми вивчали рівень сформованості позитивної Я-концепції учнів підліткового віку. З цією метою ми використали «Тест-опитувальник самоствавлення» (В. Столін, С. Пантелієв), а також опитувальник «Шкала самооцінки».

Ці діагностичні методики дають різнобічну і повну інформацію про рівень сформованості досліджуваного феномена. Окрім того, проводилося спостереження, усне опитування, бесіди, що сприяли більш глибокому вивченню стану сформованості позитивної Я-концепції у підлітків.

Тест-опитувальник-самоствавлення дозволив виявити три рівні самоствавлення, що відрізняються за ступенем узагальнення: глобальне самоствавлення; самоствавлення, диференційоване за самоповагою, аутосимпатією, самозацікавленістю і очікуваним ставленням до себе; рівень конкретних дій (готовність до них) по відношенню до свого "Я". Опитувальник включає наступні шкали: Шкала S – вимірює інтегральне відчуття «за» чи «проти» власного «Я» людини; самоповагу, аутосимпатію, очікуване ставлення інших, самозацікавленість.

Тест містить сім шкал, що спрямовані на вимірювання вираженості установки на ті чи інші внутрішні дії за ставленням до «Я» людини: самовпевненість, ставлення інших,

самоприйняття, самокерівництво, самозвинувачення, самозацікавленість, саморозуміння.

Найбільш високі показники зафіксовані у наступних шкалах: глобальне самоствавлення - 74,8%, самоповага - 72,2%, самозацікавленість - 63,9%, самовпевненість - 59,87%, самоприйняття - 67,04%, самокерівництво - 66,04% та саморозуміння - 67,96%. Як бачимо, за шкалою «глобальне самоствавлення» більшість вибірки має високий показник. Це свідчить про те, що для підлітків характерне загальне позитивне ставлення до себе. Причому ці результати вказують на стійкість самооцінки. Учні схильні до самоповаги та самоцінності себе як особистостей, прагнуть піклуватися про себе та інших, давати оцінку своїм діям, при необхідності аналізувати та корегувати власну поведінку. Більше того, ці результати дають підстави стверджувати про високий рівень сформованості самосвідомості.

Те саме стосується і шкали «самоповага». Учням притаманний належний рівень сформованості таких понять, як честь та гідність. До того ж, такі показники свідчать про здатність особистості до прийняття рішень. Учням загалом властиве дружнє та ціннісне ставлення до власного "Я", довіра до себе, позитивна самооцінка, а також високий рівень розуміння себе, що сприятиме побудові міцних та здорових стосунків з іншими людьми.

За шкалою «самозацікавленість» показники виявились належні, що вказує на позитивний ступінь близькості до самого себе, здатність спілкуватися зі своїм «Я», уміння виявляти інтерес до своїх думок та почуттів. Щодо показника «самовпевненість» то результати дають підстави вважати, що школярі вірять у свої сили та здібності, схильні до самостійності й оцінки своїх можливостей та самоконтролю. Самовпевненість в цьому контексті може означати загальне почуття віри у здатність до керівництва усім, що відбувається у житті.

Високі результати за шкалою «самоприйняття» свідчать про наявність у респондентів почуття симпатії до себе, прийняття себе такими, якими вони є зі своїми проблемами та недоліками, внутрішніми спонуканнями. Учні з високим рівнем

самоприйняття можуть без труднощів продемонструвати безумовно позитивне ставлення до себе.

За шкалою «самокерівництво» більшість вибірки має позитивний показник, що свідчить про здатність підлітків свідомо та продуктивно керувати своєю поведінкою, думками та емоціями, приймати самостійні рішення. Учні розуміють свою особисту відповідальність у різних аспектах життя і роблять усе можливе, щоб виправдати цю відповідальність. Належні результати показників шкали «саморозуміння» свідчать про те, що у підлітків розвинене усвідомлення цінності власної особистості. Школярі оперують знаннями і розумінням своїх характеристик, включаючи установки, мотиви, поведінкові тенденції. Низькі показники у порівнянні з вищерозглянутими зафіксовані за наступними шкалам: аутосимпатія – 55,7%, очікуване ставлення інших – 47,2%, ставлення інших – 37,58% та самозвинувачення – 44,39%.

Низький показник за шкалою «аутосимпатія» свідчить про те, що опитувані характеризуються негативним ставленням до себе, яке в своє чергу виражається в неприхильності. Школярі відрізняються низькою самоповагою, незадоволеністю своїми можливостями, зовнішніми даними, манерою поведінки, відчувають внутрішню слабкість та вразливість.

За фактором «очікуване ставлення інших» більшість учнів мають низький показник, що свідчить про те, що для них характерне очікування негативного ставлення з боку оточуючих. Це також вказує на заперечення своїх внутрішніх переваг та антипатію до зовнішніх характеристик. Такі низькі результати можуть перешкоджати достатньому самовираженню учнів у стосунках з іншими, адже вони очікують на негативну оцінку. Спілкування у цьому випадку може стати поверхневим, неглибоким, що, у свою чергу, може призвести до відчуття відчуженості.

Невисокі результати за шкалою «ставлення інших» дещо збігаються у значенні із шкалою «очікуване ставлення інших» і є взаємодоповнюваними. Школярі з такими показниками виявляють побоювання того, що інші можуть оцінити їх негативно. Вони звикли інтерпретувати ставлення інших до себе

як негативне, навіть якщо для цього немає ніяких підстав. Це є показником нестійкості у позитивному самостваленні.

Низький показник за шкалою «самозвинувачення» свідчить про те, що учні часто приписують собі неіснуючі або надумані помилки чи невдачі, і це призводить до шквалу самокритики та до виникнення проблем у подальшому розвитку здорової самооцінки.

Результати вивчення особливостей формування позитивної Я-концепції у школярів дозволяють говорити про респондентів, які в загальному проявляють ціннісне ставлення до власного «Я». Разом із цим, результати дослідження є неоднозначними та не виключають сформованості особистісних деформацій. Такі особливості вказують на необхідність розвитку пізнання можливостей «Я» у підлітків та проведення корекції самоствалення і розвитку позитивного самосприйняття.

Опитувальник «Шкала самооцінки» передбачає визначення емоційно-оцінного рівня сформованості компоненту Я-концепції.

Розглянемо детальніше кожне із питань.

На твердження «Мені хочеться, щоб мої друзі підтримували мене» 67% опитуваних дали відповідь «іноді», що вказує на важливість підтримки, але в ненадмірній та ненав'язливій формі, що пояснюється віковими особливостями підліткового віку учнів.

На твердження «В школі я постійно відчуваю свою відповідальність за результати» відповіді дещо відрізнялися. Відповідь «часто» дали 29,4% респондентів, такий самий показник становить відповідь «іноді». 35,2% школярів відповіли «рідко» або «ніколи». Такі результати свідчать про недооцінювання школярами своїх здібностей, а також про ризик розвитку «комплексу неповноцінності».

На твердження «Багато людей мене ненавидять» 52,9% опитуваних дали відповідь «рідко», а 29,4% - «ніколи». Це вказує на той факт, що школярі не схильні до негативного самонавіювання і усвідомлюють свою значимість. На твердження «Я менш ініціативний, ніж інші» 47,1 % респондентів відповіли «рідко», а от 23,5 % - «часто». Такі результати є свідченням прояву сумнівів на свій рахунок та незадоволеності своїми досягненнями

ситуативно. На твердження «Я боюся виглядати дурнем» відповіді виявились нечіткими. 35,3% опитуваних дали відповідь «ніколи», в той час як 47% відповіли «часто» або «дуже часто», що вказує на нестабільність самооцінки та її швидку зміну під впливом інших або очікуваних уявлень інших про себе.

На твердження «Я боюся виступати з промовою перед незнайомими людьми» відповіді розділилися. 23,5% респондентів відповіли «ніколи», 23,5% «рідко», а от інші 23,5% – «часто». Такі результати є свідченням того, що школярі частіше почувають себе невпевнено.

На твердження «Я часто припускаюся помилок» опитувані відповіли таким чином: 47,1% - «іноді», 29,4% - «рідко». Це є показником того, що школярі в більшості задоволені результатами своєї праці та позитивно оцінюють себе.

На твердження «Мені б хотілося, щоб мої дії схвалювалися іншими» відповіді виявились різноманітними. 35,3% – «рідко», 17,6% – «ніколи», в той час як 35,2% розділили відповіді «іноді» та «часто». Це є доказом того, що діти очікують оцінки себе з боку дорослих.

На твердження «Моє життя даремне» відповідь однозначна у 64,7% - «ніколи», а у 35,3% – відповідь «так». Дана статистика вказує на те, що у більшості підлітків позитивне спрямування на власне життя, проте, більше третини з них потребує підтримки, допомоги, корекції для формування позитивного власного «Я».

На твердження «Багато людей неправильної думки про мене» відповідь «іноді» дали 41,7% опитуваних, «рідко» та «ніколи» - 35,2%. Це означає, що в середньому школярі не покладаються на очікуване ставлення інших, але іноді занепокоєні цим і бояться несхвалення.

На твердження «Мені немає з ким поділитися своїми думками» 47,1% відповіли «ніколи», 23,5% - «рідко», проте інші 23,5% - «часто». Останній числовий результат свідчить про те, що у цього відсотка підлітків вірогідний розвиток «комплексу неповноцінності».

На твердження «Люди не дуже цікавляться моїми досягненнями» відповіді розділилися. «Рідко» – 23,5%, «іноді» – 29,4%, «часто» – 23,5%. Це вказує на брак уваги до підлітків з

боку дорослих, зокрема вчителів, батьків, а це може призвести до заниження власної значущості.

На твердження «Я легко втрачаю самовладання», 41,2% опитуваних дали відповідь «рідко», а 23,5% – «ніколи». Проте більше третини із числа респондентів втрачає самовладання і стає некерованим, під впливом емоційних реакцій.

На твердження «Я часто хвилююся, і даремно» 29,4% учнів відповіли «іноді», 23,5% - «часто», в той час як лише 23,5% - «рідко», а 17,6% - «ніколи». Це вказує на розвиток невпевненості та незадоволеності собою, що спричинено несприятливою атмосферою в школі, сім'ї, в колі друзів.

На твердження «Я впевнений, що люди майже все сприймають легше, ніж я» 35,3% респондентів відповіли «рідко», але «іноді» та «часто» відповідно, 23,5% та 17,6% відповідно. Така статистика вказує на брак стресостійкості, а іноді – на замкнутість та здатність до самонавіювання.

На твердження «Мені здається, що зі мною повинна трапитися якась неприємність» 35,3% учнів відповіли «іноді», в той час як 29,4% – «ніколи». Такі результати свідчать про те, що у 35,3% пілітків підвищена тривога, вони налаштовані на негатив.

На твердження «Мене хвилює думка про те, як люди ставляться до мене» відповідь «рідко» вказали 52,9% опитуваних, а от «ніколи» – 23,5%. Дані показники повідомляють про високий рівень самооцінки та адекватні очікування щодо думки інших людей.

За результатами опитування «Шкала самооцінки» було визначено, що у 22,23% підлітків – високий рівень самооцінки, а у 44,44% – середній. Відповідно, наявність низького рівня самооцінки відмічається у 33,33% школярів (додаток 3).

Так, учні з високим рівнем самооцінки проявляють здатність адекватно та оптимістично реагувати на зауваження оточуючих, а також адекватно оцінювати свої здобутки та поведінку, вони менше залежать від чужої думки та схвалення. Більше того, вони не страждають «комплексом неповноцінності» і здатні до пролонгованого позитивного світобачення.

Підлітки із середнім рівнем самооцінки схильні недооцінювати себе та свої здібності без достатніх на те підстав. На даному рівні підліток залежний від багатьох факторів, зокрема, стресових ситуацій, перевтом, думок оточуючих, які є значущими для них.

Підлітки з низьким рівнем самооцінки схильні до розвитку «комплексу неповноцінності», імпульсивні, здатні йти на конфлікт, хворобливо переносити критичні зауваження на свою адресу.

Результати вивчення особливостей формування позитивної Я-концепції у школярів дозволяють говорити про респондентів, які в загальному проявляють ціннісне відношення до власного «Я». Такі особливості свідчать про певні труднощі у розвитку позитивної Я-концепції, що вказує на необхідність організації цілеспрямованої виховної роботи в напрямі сприяння, підтримки, створення умов для розкриття внутрішнього потенціалу особистості, її можливостей, потреб та здібностей.

Педагогічні умови ми розглядаємо як обставини за яких результати формування позитивної Я-концепції будуть успішними. У процесі дослідження їх визначено таким чином: створення виховних ситуацій, спрямованих на зміцнення впевненості в імпонуванні іншим людям; забезпечення самореалізації особистості підлітка в значущих для нього видах діяльності; розробка та виконання комплексу вправ для відчуття власної значущості серед однокласників.

Створення виховних ситуацій якісно змінює педагогічний процес: учитель здійснює не прямий, а опосередкований вплив на учнів завдяки параметрам виховної ситуації в умовах гуманного середовища, де учні виступають як активні суб'єкти спеціально змодельованого виховного простору [16, с. 217]. Виховні ситуації мають поліфункціональний характер, є ефективними у формуванні будь-яких якостей особистості підлітка, особливо це стосується таких його внутрішніх характеристик як рішучість, наполегливість, зміцнення віри у власні сили та впевненість в імпонуванні іншим людям. Під час виховних ситуацій підліток стає учасником взаємин, у яких знаходить відповіді на запитання,

що хвилюють його, співставляє себе з іншими, засвоює моделі поведінки у повсякденному житті, пізнає та оцінює себе.

Створення виховних ситуацій – це один із методів організації діяльності та формування досвіду позитивної поведінки школярів, який полягає в спеціальному створенні педагогічних умов, що стимулює зміцнення впевненості в імпонуванні іншим людям.

Самореалізація – одна зі значущих потреб особистості, яка прагне використати свої таланти, здібності, нахили, уподобання і, таким чином, пізнати сутність власного «Я». Завдяки процесу самореалізації особистість навчається обирати мету, проектувати способи її досягнення, що може визначити її життєвий шлях. Самореалізація сприяє її духовному зростанню, забезпечує розвиток таких якостей, як працелюбність, наполегливість, рішучість, відповідальність, креативність тощо [15, с.17].

Задовольняючи потребу самореалізації через різноманітні значущі для особистості види діяльності, особистість визначає життєві цілі, знаходить своє місце в системі відносин і стає тим, ким вона може і повинна стати відповідно до своїх можливостей.

Відповідно з метою формування позитивної Я-концепції, ми визначили комплекс вправ, спрямованих на розвиток самопізнання, самоприйняття, самовпевненості, самозацікавленості, що сприятиме виробленню цілеспрямованості, впевненості, рішучості, наполегливості і забезпечить зміцнення віри у власні можливості підлітка, активізує процес самореалізації, самоствердження, самоактуалізації особистості.

Дослідно – експериментальна робота проводилася на базі опорного закладу «Липовецька загальноосвітня школа І-ІІІ ступеня №2 Липовецької міської ради».

Методика формування позитивної Я-концепції у підлітків передбачала цілі, завдання, зміст, форми, методи та результативність.

Мета методики: підвищення рівня самопізнання та самооцінки підлітка.

Завдання методики: забезпечення розуміння та усвідомлення підлітками таких понять як самопізнання,

самооцінка, самоствавлення, позитивне ставлення до інших, самоповага аутосимпатія самозацікавленість; розвиток мотивації до самопізнання, власних емоцій, поведінки; усвідомлення своєї унікальності і значущості, впевненості у своїх можливостях; вироблення умінь керувати своєю поведінкою і займати активну життєву позицію, надавати підтримку оточуючим.

Зміст методики полягав в наступному: засвоєння підлітком соціальних норм і правил шляхом залучення його до ширшого кола соціальних відносин; ідентифікації підлітка зі значущими для нього «іншими»; проведення заходів, що спрямовані на підвищення самооцінки підлітка, зміну його самосприйняття; створення ситуацій успіху, звернення уваги на досягнення підлітка; облік уявлень школяра про себе і своїх індивідуальних особливостей.

Форми роботи: за кількістю: індивідуальні, групові, колективні; за змістом: діалог, вправи, ігри, тренінги, бесіди, дискусії, колективні творчі проекти «Світ моїх захоплень»; засоби: фрагменти фільмів, соціальна реклама, соціальні ролики.

Під час експерименту ми застосували методику «Мій всесвіт», яка складається із декількох блоків: «Календар настрою», «Компліменти» та, відповідно, «Мій всесвіт».

Перша складова – «Календар настрою». Цей блок включає в себе створення класного настінного або власного записника емоцій. На аркуші паперу розміщуються таблички відповідно до днів тижня так, щоб у кожній комірці було достатньо місця для відображення емоцій. Перший варіант – намалювати значок емоцій на початок і наприкінці дня, а потім порівнювати і аналізувати їх. Другий варіант, визначити для кожної емоції певний колір. Наприклад, жовтий – щастя, помаранчевий – радість, червоний – злість, синій – занепокоєння, сірий – сум, зелений – спокій. Учень може самостійно вибирати кольори для своїх емоцій. Таким чином може вибудуватись яскрава інтерпретація настрою, яка буде досить легкою і доступною для підлітка. При виконанні цієї методики важливо пояснити учням, що не існує поганих емоцій, існують негативні і позитивні, і відчувати весь їх спектр – цілком нормально і, більше того,

необхідно. Необхідним є допомога учням проаналізувати свій стан.

Друга складова методики – «Компліменти». Вона стосується перш за все компліментів самому собі, а також - оточуючим. Її можна використовувати латентно по відношенню до учнів, аби виробити у них на підсвідомості розуміння своєї значущості та унікальності. Завдання вчителя полягає в тому, щоб визнавати кожного учня як особистість, незалежно від його досягнень та оцінок. Для учнів ця методика спрямована на виконання завдань «Мої сильні сторони», «Мої добрі справи», «Я...». Учні пропонуються записувати, а потім озвучувати свої сильні риси характеру та добрі справи. У виконанні завдання «Я...» пропонуються вписати свої риси характеру, події із життя, проявивши креативність та оригінальність. Цю методику ми проводили щотижня, щоб можна було відстежити позитивні зрушення в житті підлітка.

Щодо компліментів іншим, принцип роботи подібний. Учні пропонуються говорити або писати приємні слова один одному. Ці компліменти можуть стосуватись різноманітних сфер життя учнів, досягнень, поведінки зовнішнього вигляду тощо. Важливо не обмежуватись рамками прикметникових характеристик.

Третя складова – «Мій всесвіт». Спершу учням пропонуються намалювати букву «я» яким завгодно способом. Кожен сам вирішує, чи потрібно її розмалювати, доповнити різними елементами чи залишити такою, як вона є. Потім вони отримують завдання уявити, що вони – центр Всесвіту, а навколо них знаходяться планети: улюблені заняття, хобі, кольори, музика, тварини, їжа, одяг, місце. Кожен придумує свою унікальну систему та неповторні планети. Згодом дітям пропонуються доповнити речення і за бажанням озвучити їх. Речення можуть бути такого змісту: «Чесно кажучи, мені до сих пір важко...», «Чесно кажучи, для мене дуже важливо...», «Чесно кажучи, я радію, коли...», «Чесно кажучи, найважливіше в житті...» та інші. Важливо донести, що кожна емоція – цінна, у кожного виникають складні ситуації – і це цілком закономірно.

Представлена методика сприяє підвищенню рівня позитивної Я-концепції та розвиває інші, не менш важливі її

складові, такі як повага та самоповага, розуміння та саморозуміння, зацікавленість та самозацікавленість, самовпевненість, самоприйняття та самокерівництво.

У ході дослідження ми також використовували вправи, ігри, тренінги, бесіди, дискусії, моделювали і проводили колективні творчі проекти.

Комплекс вправ, спрямований на підвищення рівня самоствавлення, допоміг підліткам визначити пізнати власне Я і, що не менш важливо, наблизити його до розуміння своєї цінності. Серед таких вправ можна виділити «5 ситуацій», що викликають думку: «почуваюся добре», а потім відтворити їх у своїй уяві, запам'ятати ці почуття, а потім уявити, що вони - у надійному місці і учень може в будь-який час «дістати» їх звідти. Як результат, підліток набуває досвіду у створенні позитивних почуттів. Вправа «Перспектива», яку ми проводили, навчала підлітків формулювати основні цілі, яких вони хотіли б досягти найближчим часом. Під час виконання вправи учні давали відповіді питання: «Що на тебе чекає в перспективі?», «Чи на тебе чекають якісь важливі справи?» тощо, і визначали конкретні кроки для досягнення цих цілей. Вправа «Драбина» спрямована на оцінювання підлітками своїх особистісних якостей. Їм пропонувалося на зображенні сходів у сім сходинок відзначити фішками рівень розвитку у них позитивних якостей та рівень домагань. Окрім того ця вправа дає можливість визначити своє місце з позиції навколишніх людей.

У процесі дослідження ми проводили ігри для підвищення самооцінки підлітка. Наприклад, рольова гра «Неприємна ситуація»: «учень отримав погану оцінку і говорить з батьками», «розбив скло і веде мову з директором», «посварився з однокласником і обговорює це з другом». Учням пропонується розіграти одну із ситуацій, ввійти в роль, продемонструвавши хід подій. При цьому важливо було відчувати весь спектр емоцій героя ситуацій. По завершенню гри відбувалося обговорення подій та оцінювання ситуацій. Інша гра «Скарбничка досягнень» допомагала підліткам визначати та цінувати свої маленькі перемоги. У розміщену в класі скриньку учні опускали записки із написаними досягненнями. В кінці місяця їх зачитували і таким

чином акцентували увагу на успіхах підлітка. Це сприяло підвищенню його самооцінки, утверджувало віру у власні сили. Гра «Так і ні» передбачала роботу учнів у парах. Їм пропонувалося говорити слова «так і ні» різними інтонаціями, тоном, мімікою, пантомімікою. Ця вправа допомагала вивільнити і трансформувати накопичену напругу чи негатив у позитив.

Формуванню позитивної Я-концепції уваги сприяло проведення тренінгів. Серед них – «Дивись на життя по іншому». Перед ведучим постає завдання: вести з учасниками діалог «Чи вважаєш ти себе хорошим? Чому», «Чи вважаєш ти себе поганим? Чому?», «Чим зайняті твої думки?». Допускається формулювання авторських запитань. Кожен учасник може дати пораду, як, наприклад, відволіктись від поганих думок. Ще один тренінг, «Час для себе», допомагає долати стрес та виробляти позитивне ставлення до себе. Учні зручно розміщувалися на стільцях і уявляли себе в найкомфортнішому місці. Така вправа супроводжувалася приємною музикою. Цей тренінг ми пропонували учням проводити вдома для зняття емоційної напруги, тривоги та підвищення почуття впевненості.

Бесіди сприяли виробленню позитивного ставлення до себе. Головна їх мета – сформувати у підлітків розуміння поняття самооцінки та розкрити шляхи її підвищення. Наприклад, бесіда «Моя самооцінка – мій вибір», яка розпочиналася із притчі «Все в твоїх руках». Під час обговорення учні з'ясовували причини низької або високої самооцінки та визначали шляхи формування адекватної самооцінки. Зміст бесіди «Від самооцінки до вчинку» був спрямований на осмислення таких моральних якостей як чесність, порядність, миролюбність, толерантність, милосердя та формування їх у підлітків. Цьому сприяло обговорення дилем, ситуацій морального вибору. Під час обговорення акцентувалась увага на оцінці власних моральних вчинків, і таким чином розвивалася потреба до самоаналізу та розширювалось уявлення про себе. Сприятливими темами для бесіди були наступні: «Що таке самооцінка?», «Навіщо потрібна самооцінка?», «Формула щастя» та ін.

Під час дискусій проводилося обговорення спірних питань, які хвилювали підлітків. Прикладом є дискусія «Камінь», під час

якої учні висловлювали свої міркування про те, що може засмучувати людину, обтяжувати її та робити нещасною. Після цього пропонувалися варіанти виходу із подібних станів. Учні мали можливість висловитись, яких негативних станів вони хотіли б позбутися. Вдалою, на наш погляд, була тема дискусії: «Середній рівень самооцінки: плюси та мінуси», де підлітки міркували про переваги і недоліки цього рівня самооцінки, і доводили, чому так важливо не зупинятись, а прагнути підвищувати його.

Малюнки та плакати є досить оригінальним засобом для проведення роботи над підвищення позитивної Я-концепції. Дієвою є вправа, що називається «Розфарбуй свої почуття». Заздалегідь готуються листи зі схематичним зображенням «чоловічка». Учневі потрібно приготувати кольорові олівці: жовтий, оранжевий, зелений, блакитний, червоний, коричневий, чорний та уявити, що цей «чоловічок» – казковий герой. Він може відчувати різні почуття, які живуть у різних частинах його тіла. Потрібно розфарбувати ці почуття: радість – жовтим; щастя – помаранчевим; задоволення – зеленим; гнів, роздратування – яскраво-червоним; почуття провини – коричневим; страх – чорним. Після того, як «чоловічки» розфарбовані, підлітки демонструють свої малюнки та коментують їх. Доцільним було використання проєктивного малюнку «Я в минулому, я в теперішньому, я в майбутньому». На аркуші паперу, учні малювали себе, якими вони були, є, і будуть. Біля малюнку вони залишали коментар у вигляді речення-пояснення.

Ця діяльність не обмежувалася індивідуальними малюнками. Створення колективного плакату «Веселка» було спрямоване на покращення емоційного стану та усвідомлення своєї цінності. Малюнки на плакаті були різними за змістом, формою, кольором, текстурою та величиною. Згодом цей «витвір» було розміщено у класі і кожен відчував свою вагому причетність до колективної справи. Для вивільнення негативних емоцій учні виконували вправу «Хвиля». Їм потрібно намалювати на папері різні гострі лінії. Завдання полягало в тому, щоб згладжувати всі гострі кути, зробивши їх хвилями, дугами, а потім зафарбувати одним або різними кольорами чи навіть урізноманітнити іншими деталями.

Розроблена та апробована методика забезпечила формування позитивної Я-концепції, допомогла розширити уявлення підлітків про процеси самопізнання, самотворення, самореалізації, самоствердження, самовизначення, усвідомити самооцінку, самоповагу, своє місце в колективі ровесників та оточенні і зміцнити впевненість у власних можливостях для досягнення життєвих цілей.

За підсумками експерименту ми можемо констатувати, що статистично вірогідно знизився показник низького рівня самооцінки в учнів з 33,33% до 11,11% ($p < 0,05$). Це відбулось за рахунок збільшення як середнього (з 44,44 до 50,00%), так і високого (з 22,23 до 38,89%) рівнів самооцінки, $p > 0,05$. Це вказує на позитивну динаміку змін в самооцінці підлітків та наочно демонструє необхідність подальшої роботи з покращення їх самооцінки. Результати сформованості рівня самооцінки підлітків до експерименту і після його проведення висвітлено на Рис. 3.1.

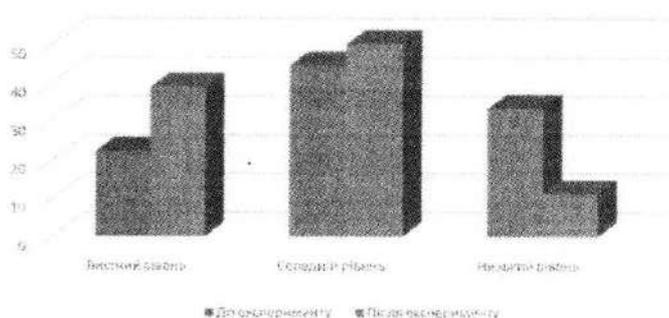


Рис. 3.1. Рівні сформованості позитивної Я-концепції підлітків

За опитувальником «Шкала самооцінки» ми отримали такі результати: позитивна динаміка спостерігалася за такими показниками, як самоповага (збільшилось з 72,20 до 93,33%, $p < 0,05$), аутосимпатія (з 55,71 до 86,11 %, $p < 0,05$) та самозацікавленість (з 69,93 до 92,33 %, $p < 0,05$). Разом з тим підвищення показників очікування ставлення інших та глобального самоставлення, хоча й демонстрували тенденцію до збільшення, та ці відмінності не є статистично вірогідними. За цими показниками необхідно відмітити позитивну загальну динаміку змін у вивченні критеріїв самоставлення. Варто зазначити, що впроваджена методика краще впливає на ті

аспекти самоствавлення, які залежні від можливостей психіки людини, в той же час є певне занижене очікування змін з боку об'єктивної реальності.



Рис. 3.2. Самооцінка підлітками інтегрального відчуття «за» чи «проти» власного «Я» людини

За результатами нашого експерименту ми маємо можливість констатувати, що позитивна динаміка відмічається за всіма показниками, та не завжди вона є однаково значущою. Так найбільш виражені, статистично вірогідні зміни відмічались в показниках самозацікавленості (збільшення з 57,96 до 85,14%, $p < 0,05$) та самозвинувачення (зменшення з 44,39 до 12,98%, $p < 0,05$). В той же час досить вагомим є збільшення показника самоприйняття, з 67,04% до 83,66%, проте цей показник не є статистично вірогідним ($p > 0,05$). Показники самовпевненості, ставлення інших, самокерівництва та саморозуміння не виявили статистично вірогідного збільшення ($p > 0,05$). Отже ми не можемо вважати ці зміни результатами проведеного експерименту.

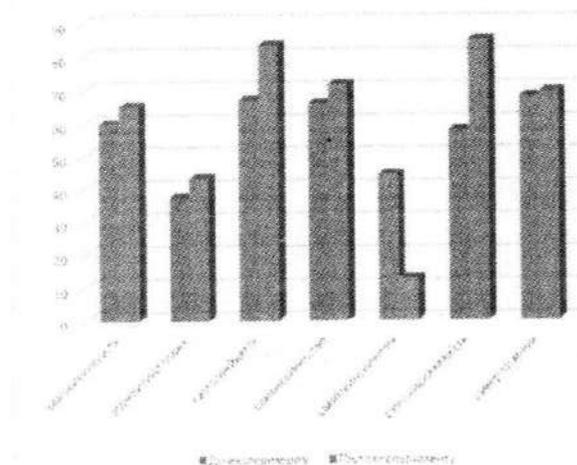


Рис. 3.3. Результати вимірювання вираженості у підлітків установки на ті чи інші внутрішні дії за ставленням до «Я» людини

Результати формувального експерименту продемонстрували динамічне зростання сформованості позитивної Я-концепції за показниками самозацікавленості, самозвинувачення. Варто зазначити, що формування позитивної Я-концепції це складний і довготривалий процес, а тому потребує значного терміну проведення експериментального дослідження для отримання високих результатів.

На основі аналізу теоретичних засад формування позитивної Я-концепції в учнів підліткового віку визначено сутність поняття «позитивна «Я-концепція» особистості. Це поняття ми розглядаємо як комплекс уявлень особистості про себе та свою самооцінку, ставлення до цих характеристик, що відображаються у поведінці і забарвлені позитивними емоціями і почуттями. Я-концепція – це не лише образ-Я, але й Я-фізичне і Я-духовне, що включає в себе поведінковий, когнітивний та емоційний компоненти. Всі ці складники транслюють ставлення підлітка до себе, до своїх якостей, пов'язані з особистісними оцінними судженнями. Я-концепція – це не лише констатація, опис рис своєї особистості, а й уся сукупність її оцінних характеристик, установок, спрямованих на самого себе. У структурі Я-концепції виділяються три основні елементи: переконання, яке може бути обґрунтованим або необґрунтованим (когнітивна складова), емоційне ставлення до цього переконання (емоційно-оцінна складова), відповідна реакція (поведінкова складова).

Визначено, що становлення «Я-концепції» як центру внутрішнього світу особистості відбувається здебільшого у підлітковому віці. Цей період є сензитивним для самоусвідомлення, визначенні свого місця в системі взаємин з однолітками. У цей віковий період розвиваються прагнення до самопізнання, самооцінювання, самовизначення, самореалізації, що і є визначальним для формування Я-концепції. Провідною діяльністю учнів цього віку стає спілкування з однолітками. Міжособистісні стосунки дозволяють підлітку втілити почуття «Я» і почуття дорослішання в слова, вчинки, переживання, зробити ці почуття помітними для себе та інших.

Проведено діагностику рівня сформованості позитивної Я-Концепції підлітків методами анкетування, бесіди, аналізу

продуктів діяльності, опитувальників «Шкала самооцінки» та «Тесту-опитувальника самоствавлення» на початку експерименту. Це дало можливість диференціювати сформованість самооцінки особистості на високому, середньому та низькому рівнях. Окрім того, проведений кількісний та якісний аналіз таких характеристик особистості як самоповага, аутосимпатія, самозацікавленість, самовпевненість, самосприйняття, самокерівництво, саморозуміння, самозвинувачення та очікуване ставлення інших, дозволив виявити причини та труднощі, що виникають у підлітків у процесі формування позитивної «Я-концепції та визначенні адекватних педагогічних умов, що забезпечать ефективність цього процесу.

Визначено, обґрунтовано та експериментально перевірено педагогічні умови, за яких формування позитивної Я-концепції буде успішним: створення виховних ситуацій, спрямованих на зміцнення впевненості в імпонуванні людям; забезпечення самореалізації особистості підлітка у важливих для нього видах діяльності; розробка та виконання комплексу вправ, що формують відчуття значущості серед однокласників. Для перевірки ефективності педагогічних умов розроблено методикау «Мій всесвіт», що забезпечила підвищення рівня сформованості позитивної Я-концепції, сприяла розвитку позитивного самоствавлення, саморозуміння, самозацікавлення, прагнення до самовдосконалення, самовизначення та самореалізації. Методика реалізовувалась відповідно до принципів гуманності, демократичності, відкритості, творчості, діалогічності.

Методика реалізовувалась відповідно до принципів гуманності, демократичності, відкритості, творчості, діалогічності.

Експериментальна перевірка педагогічних умов, що забезпечили ефективність формування позитивної Я-концепції, довели їх дієвість. Про це свідчать результати діагностики сформованості Я-концепції на кінець експерименту. У той же час виконане дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми. Подальшого розгляду потребує дослідження формування позитивної Я-концепції інших вікових категорій: учнів молодшого шкільного віку та старшого підліткового віку.

Список використаної літератури:

1. Бабенко О. О. Теоретичний аналіз вивчення страху як психологічної проблеми у формуванні самооцінки підлітків. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки. 2016. №2(2). С. 12-15.
2. Балл Г. О. Орієнтири сучасного гуманізму (в суспільній, освітній, психологічній сферах): Видання друге, доповнене. Житомир: ПП «Рута», Видавництво «Волинь», 2008.
3. Burns, R. B. (1979) *The Self-Concept; Theory, Measurement, Development and Behaviour*, London Longman.
4. Білан А. Особливості самооцінки молодших школярів і зв'язок з адаптацією до умов навчання в школі. Актуальні проблеми мистецької підготовки майбутнього вчителя. Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю. 2020. 24-25 лист. С. 39 – 44.
5. Богучарова О., Труляев Р. Психологічні особливості позитивної я-концепції вихованців загальноосвітніх шкіл-інтернатів. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Психологічні науки. 2018. №7(52). С. 99 – 107.
6. Боцвінок С. М. Соціально-психологічна практика та її зміст як важливий чинник у формуванні успішної особистості. Проблеми сучасної психології. 2016. Вип. 32. С. 36- 47.
7. Булах І. С. Психологія особистісного зростання підлітків: реалії та перспективи : монографія. Вінниця, ТОВ «Нілан-ЛТД», 2016. 340с.
8. Вакулюк А.О. Теоретичні аспекти дослідження особливостей самооцінки підлітків з різним типом спрямованості особистості. Матеріали заочної Всеукраїнської науково-практичної конференції. Психологія сьогодні: дослідження, проблеми, перспективи. 2020. С. 156 – 159.
9. Варгата О. В. Психологічні особливості формування самооцінки молодших школярів. Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах : зб. наук. пр. Запоріжжя : КПУ, 2019. Вип. 64, т. 1. – С. 70-74.
10. Водолазська О.О. Самооцінка та мотивація досягнень як чинники професійного становлення майбутніх психологів. Наука і освіта. 2015. №10. С. 49 – 54.
11. Гірчук О. В., Подкопаєва Ю. В. Умови формування та трансформації самоставлення у дітей і підлітків. Психологія: реальність і перспективи: збірник наукових праць РДГУ. 2019. Вип. 12. С. 184–189.
12. Гресько І.М. Роль самооцінки у підтриманні психологічного здоров'я особистості. Особистісні та ситуативні детермінанти здоров'я. Матеріали IV Всеукраїнської науково-практичної конференції. Вінниця, 2019. С. 6 – 68.
13. Гуляєва О.В. Особливості позитивного функціонування студентів з обмеженими можливостями здоров'я. Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Психологія. 2018. №64. С. 85-90.
14. Гуменюк О. Є. Психологія Я-концепції: Монографія. Тернопіль: Економічна думка, 2002. 186 с.
15. Гуцол Л. М. Педагогічні умови самореалізації студентів вищих навчальних закладів у процесі дозвілленої діяльності дис. ... канд. пед. Наук. Вінниця. 2018. 302 с.
16. Демченко О.П. Д 31 Виховні ситуації в особистісно зорієнтованому просторі початкової школи: монографія. К. : Видавничий Дім «Слово», 2014. 416 с.
17. Демчук О.А. Я-концепція як продукт розвитку самосвідомості особистості. Молодий вчений. 2016. №12. С. 240 – 243.
18. Дмитрієва С.М. Бутузова Л.П. Психологічні особливості самооцінки та рівня домагань старшокласників. Наука і освіта. 2016. № 5. С. 166-172.
19. Доценко Л., Безугла В., Козлова А. Особливості розвитку самооцінки у дітей молодшого шкільного віку засобами малюнкової терапії. Теорія і практика сучасної психології. 2020. № 2. С.110 – 114.
20. Зозуляк-Случик Р., Лесюк О. Психологічні особливості формування самооцінки підлітків. Обрії. 2015. № 1. С. 23–26.
21. Калюжна Є., Дудко А. Психологічні особливості формування Я-концепції у старшому шкільному віці. Актуальні проблеми педагогіки, психології та професійної освіти. 2016. №1. С. 3 – 9.
22. Калюжна Є.М. Роль самооцінки у формуванні статусу особистості у групі. Проблеми сучасної психології: зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України та Державного вищого навчального закладу «Запорізький національний університет». 2015. № 2 (8). С. 102–108.
23. Каплінський В.В. 100 складних ситуацій на уроках та поза уроками. Шукаємо рішення: Навчально-методичний посібник для майбутніх вчителів. – Вінниця, 2017. – 108 с.
24. Краєва О.А. Психологічний аналіз аспектів «Я-концепції» в структурі особистості підліткового віку під час трансформаційних змін. Науковий вісник Херсонського державного університету. 2017. №5(2). С. 65 – 69.
25. Ліпковська Ю. Формування адекватної самооцінки у школярів. Психологічні виміри культури, економіки, управління: Науковий журнал. 2016. №9. С. 61 – 69.

26. Остапенко І.В. Стратегії та технології активізації самоідентифікування молоді: методичний посібник. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2019. 92 с.
27. Пенькова О.І. Самооцінка як фактор становлення процесу самовдосконалення особистості школяра. Актуальні проблеми психології: Загальна психологія. Історична психологія. Етнічна психологія. 2015. №9(7). С. 244 – 250.
28. Попович І. С. Соціальні очікування особистості як регулятор соціально-психологічної реальності. Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць Інституту психол. імені Г. С. Костюка НАПН України. Т. 1. Вип. 44. К. : Фенікс, 2016. С. 138–143.
29. Психологія життєтворення особистості в сучасному світі // За ред. Т. М. Титаренко. К.: Міленіум, 2016. 320 с.
30. Рибалка В. Теорії особистості у вітчизняній філософії, психології та педагогіці. Посібник. Житомир : Видавництво ЖДУ ім. І. Франка, 2015. 872 с.
31. Солодухова О., Солодухов В. Значення «Я-концепції» в роботі молодого вчителя. Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Психологія. 2017. №55. С. 228 – 236.
32. Стельмах О.В. Психологічні умови формування професійної Я-концепції майбутніх рятувальників : дис. ... канд. псих. наук : 19.00.07 / Нац. університет «Острозька академія». Острог, 2016. 265 с.
33. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої: монографія. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.
34. Фурман О. Я-концепція як предмет багатоаспектного теоретизування. Психологія і суспільство. 2018. № 1-2. С. 38-67.
35. Чайка Г.В. Психологічні особливості Я-концепції комп'ютерних гравців : дис. ... д-ра с.-г. наук : 19.00.01 / Нац. академ. пед. наук України Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Київ, 2017. 212 с.
36. Чайка Г.В. Я-концепція як структурно-динамічний аспект поняття «Я» в працях українських і зарубіжних дослідників. Актуальні проблеми психології. 2016. №14. С. 215-226.
37. Чумак О. О. Психологічні особливості становлення самооцінки в юнацькому віці. Збірка наукових праць студентів – членів проблемних груп Інституту соціології, психології та соціальних комунікацій. Випуск 7. Київ, 2014. С. 172 - 178.
38. Шахова О.Г. Соціальна психологія особистості: Навчальний посібник. Харків: «Контраст», 2019. 116 с.
39. Шилова Н. І. Психологічні особливості спрямованості особистості сучасного підлітка. Теорія і практика сучасної психології. 2017. № 2. С. 54–58.
40. Шилова Н. І. Спрямованість особистості як соціально-психологічне явище. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки. 2017. Вип. 5 (1). С. 135–140.
41. Шуманська А. Формування самооцінки у школярів як умова їх навчальної діяльності. Актуальні проблеми фізичної культури, спорту та фізичного виховання : зб. матеріалів I Всеукр. наук.-практ. Інтернет-конф. з міжнар. участю, 02 груд. 2020 р. Полтава : Національний університет імені Юрія Кондратюка, 2020. С. 266-270.
42. Щербан Т. Д. Деякі психологічні особливості підготовки успішного фахівця. Проблеми сучасної психології. 2016. №31. С. 569-582.
43. Яновська Т. А. Психологічні особливості прояву конфліктної поведінки підлітків із різним рівнем самооцінки. Психологія і особистість. 2016. №1(9). С. 93–108.
44. Erikson E.H. *Childhood and society* (2 nd ed). 1993. New York: Norton. 336 p.
45. Matthew McKay, Patrick F. *Self-Esteem: A Proven Program of Cognitive Techniques for Assessing, Improving and Maintaining Your Self-Esteem*. Oakland: New Harbinger Publications, Inc, 2016. 376 p.
46. Naomi M. P. De Ruiter, Paul L. C. Van Geert, E. Saskia Kunnen. Explaining the “How” of Self-Esteem Development: The Self-Organizing Self-Esteem Model. *Review of General Psychology*. 2017. №1. P. 49 – 68.
47. Vallacher, R. R., Van Geert, P., Nowak A. The intrinsic dynamics of psychological process. *Current Directions in Psychological Science*. 2015. №24. P. 58–64.
48. Wong, A. E., Vallacher, R.R., Nowak A. Intrinsic dynamics of state self-esteem: The role of self-concept clarity. *Personality and Individual Differences*. 2016. №100. P 167–172.
- 49.

