

Це веде не до планомирного й систематичного самовдосконалення на основі установки, що діє тривалий час, а до виправлення вчинків, результатів, тобто ситуативній поведінці на основі короткочасних мотивів, тому збереження стійкості мотиваційної установки можна здійснювати через регуляцію рівня самооцінки [1].

Період навчання у вищому закладі освіти, що припадає на юнацький вік, є одним з найбільш плідних періодів для саморозвитку й самовдосконалення, адже особистістю усвідомлюється перебування на порозі дорослого самостійного життя і того факту, що майбутнє переважно починає залежати від їхньої внутрішньої позиції. Наявність потреби у плануванні життєвого шляху спричинює виникнення особливого утворення – життєвої перспективи, яка визначається як систему уявлень людини про власне майбутнє. Ядром життєвої перспективи виступають життєві плани, ціннісні орієнтації, а її основною функцією – регулятивна, смисловою віссю є «картина майбутнього», на яку орієнтується індивід при побудові ієрархії цілей і засобів для їх досягнення [5]. Чітке формулювання студентами власних життєвих цілей та усвідомлення себе як майбутнього фахівця значним чином впливають на побудову життєвої стратегії, формування стійкої мотивації до самовдосконалення та запуск самотворчих процесів як ключових методів оптимізації індивідуально-психологічних параметрів, що є основою для ефективного функціонування особистості у майбутньому.

Підводячи підсумки, варто зазначити, що проблема мотивації значно загострюється в процесі соціалізації, індивідуалізації та нездатності особистості до інтеграції в новий соціокультурний простір. Мотиваційний процес являється свідомим, цілеспрямованим процесом підвищення рівня професійної компетентності та розвитку професійних якостей і є результатом свідомої взаємодії фахівця з певним соціальним середовищем, у процесі якої реалізується потреба щодо розвитку особистісних якостей, які здатні забезпечити успішність як професійної діяльності та і життєдіяльності в цілому. Висока позитивна мотивація учбово-професійної діяльності є важливим чинником розвитку особистості майбутнього фахівця та може грати роль компенсуючого фактора у випадках недостатньо високих здібностей.

Перспективою дослідження проблеми мотивації до самовдосконалення студентів у психології – є її подальше вивчення.

ЛІТЕРАТУРА

1. Асеев В. Г. Детерминация психического развития личности. М.: Изд-во РАГС, 2004. 32 с.
2. Асеев В. Г. Мотивация поведения и формирование личности. М.: Мысль, 1976. 158 с.
3. Деркач А. А. Акмеологические основы развития профессионала. Изд-во Московского психолого-социального института. Воронеж: НПО «МОДЭК», 2004. 752 с.
4. Ковалев, В. И. Мотивы поведения и деятельности. М.: Наука, 1988. 192с.
5. Поліщук В.М. Вікова і педагогічна психологія: навч. посіб. Суми: Університетська книга, 2010. 352 с.
6. Торубара, О. М. Мотиваційна сфера особистості сучасного студента: фактори та умови формування в процесі професійного становлення. *Педагогічні науки*. 2007. Вип. 45. С. 371-376.
7. Цветкова Г. Професійне самовдосконалення викладачів гуманітарних спеціальностей: обґрунтування технології. *Рідна школа*. 2013. № 8-9. С. 60-66.

Смаль М.

Науковий керівник – доц. Андрійчук І. П.

ОСОБЛИВОСТІ СТАНОВЛЕННЯ САМООЦІНКИ МОЛОДШОГО ШКОЛЯРА

Оцінку особистістю самої себе, своїх можливостей, якостей і місця серед інших людей прийнято називати самооцінкою. Можна стверджувати, що саме самооцінка є ядром особистості та найважливіший регулятор її поведінки. Від неї залежать взаємовідносини людини з навколишнім світом, її критичність, вимогливість до себе та інших, ставлення до своїх і чужих успіхів і невдач та результатів діяльності. Самооцінка пов'язана з рівнем вимогливості людини, а саме ступенем домагань, які ставить вона перед собою при досягненні цілей. Розбіжність між вимогами людини і її реальними можливостями спричинює деформацію

самооцінки, внаслідок чого поведінка особистості стає неадекватною (виникають емоційні зриви, підвищена тривожність і т. д.).

Самооцінка є найважливішим показником розвитку особистості. Вона дає змогу людині робити активний вибір у найрізноманітніших життєвих ситуаціях, визначає рівень її прагнень і цінностей, характер її відносин з оточуючими. Самооцінка починає формуватися ще в ранньому дитинстві, коли дитина відокремлює себе від оточуючих людей і продовжує видозмінюватися протягом усього життя, стаючи все більш критичною і змістовною. Сензитивним періодом для становлення самооцінки як особливого компонента самосвідомості є молодший шкільний вік, тому важливим і необхідним є відслідковувати і, при необхідності корегувати процес формування самооцінки саме в цей віковий період.

Адекватна самооцінка лежить в основі формування у дитини впевненості у собі і своїх можливостях, виступає підставою для розвитку особистої повноцінності та компетентності. Неадекватна самооцінка (як завищена, так і занижена), навпаки, перешкоджає розкриттю і реалізації можливостей і здатностей дитини, веде до виникнення внутрішніх конфліктів, порушень спілкування й у цілому свідчить про неблагополучний розвиток особистості дитини.

Різностороннім дослідженням формування особистості дитини, її самооцінки, соціального розвитку, налагодження зв'язків з оточуючими, виховання культури міжособистісних взаємин у вітчизняній і зарубіжній літературі присвячено чимало праць. Дана проблематика знайшла своє віддзеркалення в працях таких вітчизняних психологів і педагогів, як Б.Г. Ананьєв, Г.С. Абрамова, О.Ф. Бондаренко, Л.І. Божович, А.В. Захарової, Г.С. Костюка, І.С. Кона, М.І. Лісіної, С.Д. Максименко, Є.В. Шорохової, С.Г. Якобсон та ін., в зарубіжній літературі – В. Джемса, Ч. Кулі, Дж. Міда, Е. Еріксона, К. Роджерса, Р. Бернса та інших.

Метою даної статті є дослідження особливостей самооцінки дітей молодшого шкільного віку.

Актуальність дослідження зумовлена тим, що проблема становлення і розвитку самооцінки дитини є однією з центральних проблем розвитку особистості дитини в цілому. Формування адекватної самооцінки дитини є найважливішим чинником розвитку її особистості, а отже і розвитку адекватного суспільства в цілому.

На сучасному етапі роботи початкової школи пріоритетною метою навчання є розвиток особистості школяра. Важливою частиною особистісного розвитку молодшого школяра є сформованість самоконтролю і самооцінки, що співвідноситься з формуванням його самосвідомості саме в цьому віковому періоді. Л.С. Виготський зазначав, що саме в семирічному віці починає формуватися самооцінка як узагальнене, поза ситуативне і разом з тим диференційоване ставлення дитини до самої себе [1, с. 64-65].

Самооцінка - найважливіша особистісна інстанція, що дозволяє контролювати власну діяльність з точки зору нормативних критеріїв, будувати свою цілісну поведінку ВІДПОВІДНО до соціальних норм. Тому необхідно починати формування дій самоконтролю і самооцінки з першого року навчання дитини в школі. Від ТОГО, наскільки повноцінно молодші ШКОЛЯРІ опанують дії контролю і оцінки, буде залежати їх подальше навчання.

У молодшому шкільному віці самооцінка дитини розглядається через призму оцінки самого себе, своєї діяльності, свого становища в колективі, ставлення до інших його членів. Від того, як оточуючі ставляться до дитини, залежить і її ставлення до себе. Від рівня самооцінки залежить активність особистості, її прагнення до самовиховання, її участь у діяльності колективу. Самооцінка формується, перш за все, під впливом результатів навчальної діяльності. Але оцінку цих результатів завжди дають оточуючі дорослі - вчитель, батьки. Ось чому саме їх оцінка визначає самооцінку учнів початкових класів. Здатність реагувати на себе з точки зору інших розвивається в спілкуванні з дорослими, однолітками і в колективній діяльності [3, с. 99].

За твердженням О. Л. Зверєвої, родина – головний інститут виховання. Те, що людина здобуває у родині, вона зберігає протягом усього життя. У родині формуються основи особистості. Саме тому можемо вважати, що самооцінка дитини, як і всі інші особливості її особистості складається у процесі виховання, у якому основна роль належить родині і школі [2].

Велике значення у становленні самооцінки молодшого школяра, на думку М. Феннел, має стиль сімейного виховання, сімейні чи навіть родинні цінності. Працюючи на формування

позитивної оцінки себе, підтримуючи і закріплюючи певну поведінку, використовуючи заохочення (подарунки, слова схвалення) родина ростить здорову особистість. У цьому випадку рівень самооцінки виступає як показник нервово - психічного здоров'я дитини. Родина може і має допомогти дитині перебороти труднощі, що виникають [4].

Л. С. Виготський припускав, що саме у семирічному віці починає формуватися самооцінка – узагальнене, стійке, позаситуативне і, разом з тим, диференційоване ставлення дитини до себе. Самооцінка опосередковує відношення дитини до самої себе, інтегрує досвід її діяльності, спілкування з іншими людьми. Це найважливіша особистісна інстанція, що дозволяє контролювати власну діяльність із погляду нормативних критеріїв, будувати свою цілісну поведінку відповідно до соціальних норм [1].

Основними факторами, що впливають на становлення самооцінки молодших школярів, є стиль домашнього виховання, шкільна оцінка, особливості спілкування вчителя з учнями і взаємовідносини з однолітками.

Великий вплив на розвиток самооцінки надає шкільна оцінка успішності. Орієнтуючись на оцінку вчителя, діти самі вважають себе і своїх однолітків хорошими, поганими, відмінниками, двієчниками, і так далі, при цьому наділяючи представників кожної групи відповідними особистісними якостями. Оцінка успішності в молодших класах, по суті, є оцінкою особистості в цілому і може визначати соціальний статус дитини в колективі. Важливо пам'ятати і неодмінно розрізняти оцінку діяльності та оцінку особистості. Переносити оцінку окремих результатів діяльності на особистість у цілому є неприпустимим, оскільки молодші школярі ще слабо відмежовують себе від своєї діяльності. Тому негативний відгук про свою роботу вони сприймають як оцінку себе: я поганий/погана.

Особистісний розвиток дитини може спотворюватись, якщо дитина не відчуває себе компетентною в навчальній діяльності, адже така діяльність є основою для молодшого школяра. Діти усвідомлюють важливість своєї компетентності у сфері навчання і, описуючи якості найбільш популярних однолітків, вказують саме на розум і знання, в першу чергу [3, с. 100].

У молодших школярів спостерігаються такі види самооцінки: адекватна стійка, завищена стійка, нестійка у бік неадекватного завищення або заниження. Причому від класу до класу зростає вміння правильно оцінювати себе, свої можливості і в той же час знижується тенденція переоцінювати себе. Стійка занижена самооцінка виявляється вкрай рідко. Все це говорить про те, що самооцінка молодшого школяра динамічна і має тенденцію до стійкості, поступово переходить у внутрішню позицію особистості, стає мотивом поведінки, впливає на формування певних якостей особистості.

Діти, що мають адекватну самооцінку, активні, бадьорі, товариські, мають почуття гумору. Зазвичай вони з цікавістю і самостійно шукають помилки в своїх роботах, вибирають завдання у відповідності зі своїми можливостями. Після вирішення завдань вибирають таку ж або більш важку діяльність, після невдачі перевіряють себе або беруть менш важку. Їхні прогнози на своє майбутнє стають все більш обґрунтованими і менш категоричними.

Дослідження самооцінки дітей молодшого шкільного віку проводилось на базі СЗШ І-ІІ ступенів №29 м. Тернополя. Вибірка дослідження склалась з 27 дітей 8-9 років. Для дослідження самооцінки молодших школярів використовувались такі методики: проективна методика «Дерево» Д. Лампена, методика Т. Дембо – С. Рубінштейна, методика визначення емоційного рівня самооцінки А. В. Захарової.

Для дослідження шкільної мотивації і адаптації, а також як себе почуває дитина в даний час у школі та чого прагне дітям було запропоновано уважно роздивитись запропоноване зображення з чоловічками, обрати спочатку і розфарбувати, або обвести червоним кольором чоловічка, схожого на дитину, або яка нагадує їй себе, має такий ж настрій. Далі обрати, розфарбувати або обвести чоловічка на місці якого вони б хотіли бути - зеленим кольором.

Дослідження показало, що лише у 14,8% дітей (4 особи) вибір червоного і зеленого чоловічків співпав, що свідчить про комфортний стан, хорошу адаптацію і задоволення власною позицією. 37% (10 осіб) виявляють товариськість, дружню підтримку, і лише 18,5% (5 осіб) хотіли б виявляти її на далі. 18,5% (5 осіб) - мотивовані на розваги, а отже втомлені, і 22,2% (6 осіб) дітей - обрали для себе мотивацію на розваги. У 33,2% (9 осіб) – комфортний стан нормальна адаптація, і 22,2% (6 осіб) – прагнуть її отримати. 3,7% (1 особа) – визнає стійкість свого положення, бажання досягати успіхів, не переборюючи перешкод. 11,1% (3

осіб) – обирали для себе установку на подолання перешкод. Можливо це пов'язано із закінченням шкільного семестру та очікуванням контрольних. 7,4% (2 осіб) – обрали установку на лідерство, і хотіли б бути лідерами 25,9% дітей (7 осіб).

Для визначення особливостей самооцінки дитини й уявлень дитини про те, як її оцінюють інші люди, дітям пропонувалося поставити себе на одну з сходинок і обґрунтувати свою відповідь. Далі дітям пропонувалося поставити фігурку (букву М) на ту сходинку, на яку, на їх думку, поставила б мама.

У ході діагностики виявлено: 48,2% учнів (13 дітей) мають адекватний рівень самооцінки, ці діти вже мають здатність критично оцінювати себе як особистість. Ставлять себе на 2-3 сходинку згори, мамина оцінка або така ж, або вища. У 44,4 % учнів (12 осіб) завищений рівень самооцінки, тобто діти ставлять себе на найвищі сходинки і вважають, що їх думка і думка мами збігається. Це може свідчити про те, що ці діти менш благополучні або вони видають бажане за дійсне. 7,4 % учнів (2 осіб) мають занижений рівень самооцінки, такі діти вважають, що мама поставить їх нижче, ніж вони самі себе, це характеризує дітей як не благополучних.

Для визначення емоційного рівня самооцінки дітям пропонувалося обрати своє місце у схематичних малюнках. У ході діагностики виявлено, що 3,8 % дітей (1 особа) мають високий рівень самооцінки, такі діти переоцінюють свої можливості, можуть характеризуватися відсутністю самоконтролю. 19,2 % дітей (5 осіб) мають середній рівень самооцінки, ці діти – активні, спритні, самостійно шукають помилки у роботі, обирають завдання відповідно до їх можливостей. 77% учнів (20 осіб) мають низький рівень самооцінки, такі діти невпевнені у собі, бачать тільки негативне, починаючи будь-яку діяльність, очікують невдачі. Так само можна сказати, що 61,5 % учнів визнає свою унікальність, а от 38,5 % визнають свою схожість з іншими.

Результати дослідження показали, що лише невелика кількість дітей має адекватний рівень самооцінки, у більшості молодших школярів самооцінка є ще недостатньо сформованою і потребує певної корекції. Саме у цьому віці можна і навіть необхідно створювати умови для формування адекватної самооцінки у дітей. Вважаємо, що організовуючи навчально-виховну роботу, учитель повинен свідомо та цілеспрямовано формувати самооцінку молодших школярів надалі.

Перспективи подальших розвідок у цьому напрямі логічно вбачати в розробці психологічних рекомендацій вчителям і батькам щодо роботи з дітьми для покращення умов формування адекватної самооцінки у молодших школярів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Вікова та педагогічна психологія: Хрестоматія. Москва, 2003. 367с.
2. Зверева О. Л. Сімейна педагогіка і домашнє виховання дітей. Москва, 2009. 256 с.
3. Сергєєва О. В. Становлення дій самоконтролю і самооцінки у молодших школярів. *Початкова школа плюс До і Після*. 2006. №6. С. 12-15.
4. Феннел М. Як підвищити самооцінку. Москва, 2005. 287 с.

Шевчук Д.

Науковий керівник – викладач Чіп Р. С.

ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ТА ПЕРЕЖИВАННЯ ЕКЗАМЕНАЦІЙНОГО СТРЕСУ

В умовах сьогодення людині часто приходится переживати стресові ситуації, що детермінують виникнення різних типів реакцій, які проявляються як у адаптивній здатності, так і у неможливості протистояти складним обставинам. У зв'язку з цим, значний дослідницький інтерес науковців спрямований на вивчення особливостей впливу стресу на особистість та її здатності до оволодіння стресовою ситуацією та пошуку шляхів подолання стресу. Складний процес здобування освіти молоддю вимагає неабияких фізичних та інтелектуальних зусиль, емоційної стійкості, врівноваженості, подолання та сприйманні різних стресових ситуацій, а особливо в екзаменаційний період. Відтак, особливої уваги вимагає проблема переживання стресу студентами під час навчання, в період складання іспитів та потребує розробки нових підходів до вивчення психологічного стану студентської молоді.