

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ЛІНГВІСТИКИ ТА СОЦІАЛЬНИХ КОМУНІКАЦІЙ
КАФЕДРА ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ

ДОПУСТИТИ ДО ЗАХИСТУ
Завідувач випускової кафедри
_____ Ельвіра ЛУЗІК
« ___ » _____ 2023 р

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

(ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА)

ЗДОБУВАЧА ОСВІТНЬОГО СТУПЕНЯ «БАКАЛАВР»

Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність 053 «Психологія»

Освітньо-професійна програма «Практична психологія»

**Тема: «Зв'язок самооцінки підлітка з його
соціометричним статусом в класі»**

Виконавець: студентка групи ПП-426 Белянкіна Марія Сергіївна

Керівник: кандидат пед. наук, доцент Смолінчук Лариса Симонівна

Нормоконтролер: _____ Тамара МИХЕСВА

КИЇВ 2023

НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Факультет лінгвістики та соціальних комунікацій
Кафедра педагогіки та психології професійної освіти
Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки
Спеціальність 053 «Психологія»
ОПП «Практична психологія»

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри

_____ Ельвіра ЛУЗІК

« » _____ 2023 р.

ЗАВДАННЯ

на виконання кваліфікаційної роботи

Белянкіної Марії Сергіївни

1. Тема кваліфікаційної роботи «Зв'язок самооцінки підлітка з його соціометричним статусом в класі» затверджена наказом ректора від «12» квітня 2023р. № 492/ст
2. Термін виконання роботи: з 07.02.2023 р. до 25.06.2023 р.
3. Вихідні дані до роботи: робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до першого та другого розділів, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків загальним обсягом 51 сторінка, з них обсяг основного тексту 38 сторінок, список використаних джерел нараховує 39 позицій.
4. Зміст пояснювальної записки: Вступ; Розділ 1. Теоретичний аналіз дослідження самооцінки та соціометричного статусу підлітків у вітчизняній та зарубіжній науці; Висновки до першого розділу; Розділ 2. Емпіричне дослідження зв'язку самооцінки підлітка та його соціометричного статусу в класі; Висновки до другого розділу; Висновки; Список використаних джерел та літератури; Додатки.
5. Перелік обов'язкового графічного (ілюстративного матеріалу): таблиці.

6. Календарний план-графік

№ пор.	Завдання	Термін виконання	Відмітка про виконання
1.	Опрацювання та реферування літератури з теми дослідження. Визначення об'єкта і предмета дослідження	07.02.2023	24.01.2023
2.	Формулювання теми, мети, завдань дослідження. Написання вступу. Складання попереднього плану роботи. Узгодження з керівником	22.02.2023	05.02.2023
3.	Написання першого розділу. Подання керівникові на перевірку	29.03.2023	31.03.2023
4.	Написання другого розділу. Подання керівникові на перевірку	28.04.2023	26.04.2023
5.	Оформлення роботи. Подання керівникові на перевірку	12.05.2023	15.02.2023
6.	Попередній захист кваліфікаційної роботи	29.05.- 01.06.2023	30.05.2023
7.	Опрацювання зауважень і виправлення недоліків	02.06.2023	04.05.2023
8.	Подання остаточного варіанта роботи на кафедру для перевірки на академічну доброчесність	05.06.2023	5.06.2023
9.	Подання кваліфікаційної роботи на рецензування	12.06.2023	12.06.2023
10	Захист роботи	19.06.2023 - 22.06.2023	

7. Дата видачі завдання: «07» лютого 2023 р.

Керівник кваліфікаційної роботи _____ Лариса Смолінчук

(підпис керівника)

(П.І.Б.)

Завдання прийняв до виконання _____ Марія Белянкіна

РЕФЕРАТ

Пояснювальна записка до кваліфікаційної роботи «Зв'язок самооцінки підлітка з його соціометричним статусом в класі»: 51 сторінка, 39 використаних джерел та літератури, 3 додатки.

Об'єкт дослідження – самооцінка учнів підліткового віку.

Предмет – зв'язок самооцінки підлітка з його соціометричним статусом в класі.

Мета дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні та емпіричному дослідженні особливостей взаємозалежності групового статусу підлітка в класі та його самооцінки.

У кваліфікаційній роботі розкрито поняття «підлітковий вік», «підліток», «самооцінка», «соціометричний статус», «груповий статус», «класний колектив», проаналізовано наукову літературу, розкриті особливості самооцінки осіб підліткового віку, виконано емпіричне дослідження, а саме: підібрано психодіагностичний інструментарій, проведено діагностику самооцінки підлітків та визначено її зв'язок з соціометричним статусом.

Практичне значення роботи полягає в тому, що результати дослідження можуть бути використані при вивченні дисциплін «Психологія особистості», «Вікова психологія», «Соціальна психологія», «Педагогічна психологія» а також в роботі шкільних психологів, педагогів, соціальних працівників, які працюють з підлітками.

Підліток, підлітковий вік, самооцінка, соціометричний статус, група.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	6
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕННЯ САМООЦІНКИ ТА СОЦІОМЕТРИЧНОГО СТАТУСУ ПІДЛІТКІВ У ВІТЧИЗНЯНІЙ ТА ЗАРУБІЖНІЙ НАУЦІ.....	9
1.1. Психологічні особливості підліткового віку.....	9
1.2. Формування самооцінки в підлітковому віці.....	13
1.3. Поняття групового статусу, способи визначення та значення для підлітків.....	20
Висновки до першого розділу.....	26
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗВ'ЯЗКУ САМООЦІНКИ ПІДЛІТКА ТА його СОЦІОМЕТРИЧНОГО СТАТУСУ В Класі.....	27
2.1. Організація емпіричного дослідження та обґрунтування вибору діагностичних методик.....	27
2.2. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження зв'язку самооцінки та соціометричного статусу підлітків.....	31
2.3. Практичні рекомендації щодо підвищення самооцінки підлітків та їх статусу в класі.....	38
Висновки до другого розділу.....	45
ВИСНОВКИ.....	46
СПИСОК використаної літератури	48
ДОДАТКИ.....	53

ВСТУП

Актуальність. Формування особистості розпочинається в дитячому віці та триває впродовж всього життя. Особистість розвивається саме в суспільстві, у взаємодії з батьками, однолітками іншими членами суспільства. Важливою складовою особистості є самооцінка, яка є досить динамічною і формується в різні періоди під впливом різних чинників. Надзвичайно важливим періодом у формуванні самооцінки є підлітковий вік.

Підлітковий вік – це особливий період переходу від дитинства до дорослості. Відповідно, відбуваються зміни чинників впливу на формування різних структур особистості зокрема і самооцінки. В цей період надзвичайно важливим стає оточення дитини, однолітки, наявність друзів, прийняття або неприйняття іншими підлітками і зокрема в класі. Міжособистісні стосунки між однокласниками – важливий чинник впливу на особистість дитини та її сприйняття себе і тому необхідно детально вивчати цю проблему.

Аналіз наукових досліджень показує, що проблема міжособистісних стосунків в підлітковому віці інтенсивно розробляється у психологічній науці, але значна кількість проблем ще залишається нерозв'язаною. Основні питання взаємодії між дітьми описуються у роботах Абраменкової В.В., Ельконіна Д.Б., Драгунової Т.В., Давидова В.В., Дусавицького А.К., Мухіної В.С., Коломінського Я.Я., Киричука А.В., Д.І. Фельдштейна.

Виявлення зв'язку групового статусу та самооцінки допоможе розв'язати ряд питань в роботі з підлітками, визначити шляхи психолого-педагогічної допомоги як окремим учням так і в класному колективі в цілому.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити особливості взаємозв'язку групового статусу підлітка в класі та його самооцінки.

Об'єкт – самооцінка учнів підліткового віку.

Предмет – зв'язок самооцінки підлітка з його соціометричним статусом в класі.

Реалізація поставленої мети передбачається виконанням наступних **завдань:**

1. Здійснити теоретичний аналіз наукової літератури щодо проблеми становлення самооцінки в підлітковому віці та соціометричного статусу підлітка в групі.

2. Підібрати інструментарій та провести емпіричне дослідження самооцінки підлітків та їх соціометричних статусів у класі.

3. Проаналізувати результати дослідження особливостей самооцінки і соціометричного статусу підлітків та встановити їх взаємозв'язок.

4. Розробити практичні рекомендації щодо підвищення самооцінки підлітків та їх статусу в класі.

Методи дослідження:

теоретичні: аналіз, систематизація, класифікація та конкретизація літератури, узагальнення та порівняння теоретичних та емпіричних даних, формулювання висновків.

емпіричні: соціометрія, тестування, опитування.

математичні: кореляційний аналіз r -критерій Пірсона.

Для розв'язання поставлених завдань було використано психодіагностичні методики:

- ✓ метод соціометрії
- ✓ методика загальної самооцінки підлітка (Г.М. Казанцева)
- ✓ методика дослідження самооцінки (С.А.Будасі)

Практичне значення роботи полягає в тому, що результати дослідження можуть використовуватися при вивченні дисциплін «Психологія особистості», «Вікова психологія», «Соціальна психологія», «Педагогічна психологія», а також в роботі шкільних психологів, педагогів, соціальних працівників, які працюють з підлітками.

Структура та обсяг кваліфікаційної роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел, що налічує 39 найменувань, додатків на 7

сторінках. Основний зміст роботи викладений на 40 сторінках і містить 2 таблиці та 2 рисунки. Загальний обсяг роботи – 53 сторінка.

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕННЯ САМООЦІНКИ ТА СОЦІОМЕТРИЧНОГО СТАТУСУ ПІДЛІТКІВ У ВІТЧИЗНЯНІЙ ТА ЗАРУБІЖНІЙ НАУЦІ

1.1. Психологічні особливості підліткового віку

Підлітковий вік вважається одним з найкритичніших етапів життя. Адже це своєрідний перехід від дитинства до дорослості. Той період коли людина перестає бути дитиною, але ще не стала дорослим.

Відповідно до вікової періодизації за Ельконіним межі підліткового віку знаходяться у діапазоні 11-14 років, хоча у кожної дитини цей період може розпочинатись та закінчуватись раніше або пізніше вказаного віку [3].

Характеризуючи дитину підліткового віку, часто звертають увагу на зміни фізіологічного розвитку (зміни пропорцій тіла тощо), суттєві зміни в поведінці, смаках, поглядах тощо. Важливою ознакою є емоційна нестабільність, що пояснюється гормональними змінами на фоні статевого дозрівання. Підліток може дуже болісно сприймати багато життєвих ситуацій та моментів, проявляти надто різкі емоційні реакції, агресивність або навпаки плаксивість.

Суттєво змінюється соціальна ситуація розвитку, не перший план виходить спілкування з друзями та однолітками. Значна частка цього спілкування відбувається в мережі, за допомогою телефонного зв'язку, але також і при зустрічах та прогулянках з друзями. Дорослі відіграють менше значення в плані авторитету. Якщо в ранньому та дошкільному дитинстві батьки є ключовою фігурою соціалізації дитини, в молодшому шкільному віці – вчитель на рівні з батьками є важливою фігурою в житті, формуванні та соціалізації дитини, в підлітковому віці вони відходять на задній план. Підліток суттєво обмежує спілкування з батьками, значно менше ділиться переживаннями, інтересами тощо. Часто спостерігається підвищення

конфліктності у взаємодії з батьками та старшими через гострий прояв почуття дорослості, яке не відповідає фактичному стану речей, оскільки підліток все ще залежний від батьківської сім'ї у фінансовому та інших планах.

Тим не менш, дитина намагається заявити про свою позицію, урівняти права з дорослим, бажає володіти статусом дорослої людини. У випадку різних вимог до дитини та дорослого (наприклад обмеження користування гаджетом за умови необмеженого користування тим самим гаджетом дорослого), підліток відчуває гостру несправедливість, може бунтувати протестувати тощо [5].

Підліток наполягає на власній дорослості, що часто підкріплюється друзями, які знаходяться на таких самих позиціях або є старшими за віком. Друзі проявляють певні ознаки дорослої поведінки та щоб залишатись членом групи підліток відчуває потребу поводитись таким самим чином. Залежність від думки референтної групи може мати різні наслідки: негативні – використання ненормативної лексики, вживання різних речовин, асоціальна поведінка; та позитивні – здоровий спосіб життя, захоплення спортом, занурення в навчання тощо.

Подекуди підлітки навіть не розділяючи думки чи поведінки групи підтримують її щоб не бути ізольованим чи виключеним з групи. У даному віці відбувається розширення самосвідомості, формування бачення власного «Я». Підлітки стають більш усвідомленими щодо своїх власних уподобань, вони розвивають свою особистість, формують ідеали та цінності, і розуміють своє місце в суспільстві. Підлітки також починають порівнювати себе з іншими, що допомагає їм зрозуміти свої сильні сторони та аспекти, які можна покращити. Діти прискіпливо ставляться до власної зовнішності, переважно вдаючись до неконструктивної самокритики. Переважно, дівчата надто критично ставляться до власної ваги, хлопці проявляють незадоволеність зростом. Крім того, на тлі інтенсивного росту та фізіологічного розвитку виникає багато зауважень до пропорцій тіла, болісне сприймання дерматологічних проблем, що виникають через гормональну перебудову [23].

Визначають основні потреби підліткового віку:

- прагнення до взаємодії з однолітками,
- бажання бути самостійним та незалежним,
- прагнення до емансипації від дорослих,
- визнання своїх прав з боку інших людей [25].

Емансипація пов'язана з головним надбанням підліткового віку – відчуттям дорослості. Тим не менш, батькам важко сприйняти дорослішання дитини. Саме на цьому ґрунті виникає більшість протиріч, адже підліток відстоює власну дорослість, оточуючі дорослі (батьки, вчителі тощо) певним чином чинять супротив цьому, продовжують ставитись та встановлювати правила і вимоги як для молодшого школяра. Підліток вже не відчуває себе дитиною, але ще не може сприйматися дорослими як рівний.

З іншої сторони, формується потреба в знаходженні авторитетів (яким не є батьки тепер) або однодумців. І переважно підлітки шукають серед однолітків або трохи старших дітей. Відбувається формування «Мікконцепції», що іноді набуває досить суворого змісту: «ми – свої, вони – чужі». Таким чином формуються групи. На початку спостерігається гендерний поділ: групи дівчат та групи хлопців. Надалі групи стають змішаними, діляться на пари, зав'язують романтичні стосунки. Цінності та пріоритети групи стають цінностями підлітка [25].

Інший важливий фактор – статеве дозрівання та романтичні стосунки. Статеве дозрівання у підлітків супроводжується гормональною перебудовою, що може призводити до різких перепадів настрою. Це пов'язано зі змінами рівня гормонів у організмі, які можуть впливати на емоційний стан. Підлітки можуть переживати радість та веселощі одного моменту, а в інший момент відчувати смуток, тугу, навіть без причини, яка була б очевидною. Статеве дозрівання також супроводжується і соматичними змінами. Підліток ці зміни може приймати дуже критично. Виникає надмірна увага до зовнішності, надто критичне ставлення. Що в свою чергу тягне незадоволеність собою та може мати вплив на прийняття або неприйняття групою.

1.2. **Формування самооцінки в підлітковому віці**

Формування самооцінки розпочинається ще в ранньому дитинстві, суттєві зміни відбуваються на межі дошкільного і молодшого шкільного віку [1].

Поняття самооцінка тлумачать досить широко, тому досить складно вивести ознаки. Так, С. Куперсміт в поняття самооцінка вкладає відношення індивіда до себе, яке формується поступово протягом життя і розвивається до стану звичайності. Це внутрішнє ставлення до себе виявляється через схвалення або несхвалення себе самого, і ступінь цього схвалення визначається переконаністю індивіда у власній самоцінності та значущості.[9].

Активний розвиток самооцінки відбувається в період молодшого школяра та значною мірою залежить від ставлення батьків до дитини, слів схвалення чи не схвалення вчителя, оцінки вчителя та, частково, навчальної успішності. В цей же період самооцінка набуває таких характеристик як рефлексивність, диференційованість, стійкість, адекватність.

Загальна самооцінка, як почуття власної цінності і значущості, дійсно впливає на психологічне благополуччя дитини. Високий рівень загальної самооцінки сприяє кращій адаптації дітей в школі та здатності легше переносити невдачі і подолати труднощі.

Дослідники (Р. Бернс і S. Harter) вказують, що діти з високим рівнем загальної самооцінки мають більшу відкритість та доброзичливість. Вони легше встановлюють контакти з новими людьми і швидше знаходять собі друзів. Це може бути пов'язано зі стабільним почуттям власної цінності, що дозволяє дитині бути більш впевненою та комунікабельною.[1].

На думку М. Розенберга [35], самооцінка є відображенням таких важливих якостей як самоповага, самоцінність та позитивне ставлення до всіх компонентів власного «Я». натомість низька самооцінка є ознакою неприйняття себе, заперечення або відторгнення деяких структур власного «Я», негативне ставлення до власної особистості.

Аналізуючи різні методи виміру глобальної самооцінки, Р. Уайлі [38] пише, що принцип простого підсумовування приватних самооцінок, що застосовується при складанні діагностичних процедур, є проявом теоретичного невігластва, і що повинні бути зроблені кроки для врахування значущості пунктів та їхнього внеску в узагальнену самооцінку.

І. Дубровіна зазначає, що в учнів початкової класів самооцінка формується, насамперед, через навчання, а також залежить від позитивних або негативних оцінок учителя. Також можна зазначити, що у формуванні самооцінки характерне значення мають підстави, на які спирається суб'єкт, оцінюючи себе [10].

В загальному спостерігається наступна тенденція: в першому класі у дітей як і у дошкільників самооцінка завищена, вони дуже високо оцінюють власні можливості, вірять у власну унікальність та здатність виконати все. До кінця молодшого шкільного віку самооцінка суттєво знижується і зниження триває в наступні роки. Так у підлітковому віці у багатьох дітей виникають проблеми заниженої самооцінки.

Виступаючи ядром особистості, самооцінка налаштовує поведінку людини. Визначена Р. Бернсом структура виділяє три елементи установок (когнітивний, емоційний, поведінковий) стосовно Я концепції:

1. Образ Я уявлення індивіда про себе.
2. Самооцінка афективна оцінка його уявлення.
3. Потенціальна поведінка, яка може бути викликана образом Я і самооцінкою[1].

Предметом самооцінки є здібності і взаємовідносини з оточуючими людьми, особистісні прояви. Узагальнена і відносно стійка самооцінка є предметом психологічного дослідження багатьох відомих психологів всіх часів.

Вчені вважають, що самооцінка формується в процесі соціального порівняння, де одним з основних критеріїв є "соціальний еталон" або стандарт, з яким особа порівнює себе. а при його відсутності найближче соціальне оточення. Ставлення до себе, включаючи прийняття свого тіла, його окремих

частин та особливостей є важливим компонентом самосвідомості, яке впливає на самоповагу та самореалізацію особистості в різних сферах життя. Підлітковий вік характеризується особливо прискіпливим ставленням до свого тіла, діти наділяють особливого значення своєму фізичному я, тому надзвичайно важливо, щоб уявлення про своє фізичне «Я» було сформовано правильно, позитивно.

Як вже зазначалось, самооцінка динамічне утворення і формується в процесі виховання та соціалізації. Провідну роль тут відіграє сім'я та школа. Школа – це джерело соціалізації, а також сукупність різних оцінок суб'єкта. Відповідно, самооцінка підлітка формується під впливом сукупності суджень оточуючих: оцінка вчителя, навчальні успіхи, висловлювання та ставлення однокласників. Навчальна успішність стає одним з головних критеріїв оцінки в молодшому шкільному віці та значно менш впливовим фактором в підлітковому. Тим не менш, навчальна успішність може впливати на груповий статус учня та його стосунки з однокласниками.

С.В. Чайкіна виділяє наступні рівні розвитку самооцінки:

- Перший рівень – процесуально-ситуативний. Цей рівень характеризується відсутністю причинно-наслідкового зв'язку між вчинками дитини і якостями особистості. Підліток оцінює власну особистість лише за певними безпосереднім зовнішнім результатами діяльності. Зважаючи на те, що результати не завжди є результатом старань та здібностей дитина, а подекуди збігом обставин тощо, самооцінка має тенденцію до необ'єктивності. Окрім того, така оцінка є досить ситуативною, характеризується випадковістю та нестійкістю відповідно самооцінка також дуже мінлива. Трансформації особистості на такому рівні більше схожі на самовиправлення вчинків, тобто ситуативна корекція поведінки (робити щось або не робити щось), а не розвиток певних якостей для запобігання чи корегування певних наслідків.

- Другий рівень розвитку – якісно-ситуативний. Характеризується встановленням прямої взаємозалежності вчинки-якості. Тобто, на цьому рівні здійснення якихось дій або навпаки не здійснення, пов'язується з наявністю або

відсутністю певної якості. На цьому етапі якість та вчинок сприймаються як єдність, відсутнє усвідомлення глибини особистісних якостей, а обмежується поведінковими актами. Окремий вчинок не завжди відображає всі аспекти характеру або якості особи і може бути випадковим. Самооцінка на основі окремого вчинку може бути не об'єктивною і нестійкою, оскільки вона заснована на обмеженому обсязі інформації. Так як дитина прирівнює набуті якості до конкретних вчинків, відповідно самовиховання обмежується окремими поведінковими актами та має стихійний ситуативний характер [26].

- Третій рівень – якісно-консервативний. На цьому рівні формуються прямі кореляційні зв'язки між вчинками та якостями особистості. Якість та вчинок не ототожнюються. Усвідомлення якості як окремої характерологічної одиниці. Розуміння, що конкретний вчинок не є свідченням сформованості певної якості. Руйнування прямолінійних зв'язків між ними, нові складні зв'язки між властивостями особистості та її поведінкою можуть бути недостатньо усвідомлені, що призводить до недооцінки та недостатньої об'єктивності в самооцінці. Дитина може продовжувати оцінювати себе за раніше досягнутий рівень розвитку, не враховуючи нових змін і вдосконалень. В констатації досягнутого раніше рівня розвитку властивостей особистості і порівнянні його з новими змінами в поведінці дійсно відіграється головна роль у самооцінці. В цьому процесі можуть виникати недооцінки коректив, які внесені в характеристику внутрішнього світу, оскільки люди мають тенденцію до консервативного оцінювання себе. У результаті самооцінка має тенденцію до консервативності і недостатньої об'єктивності [26].

Рівні самооцінки є послідовно вихідними і пов'язаними між собою щаблями її генезису. Кожен генетично більш пізній рівень самооцінки не знищує попередній, а розвивається на його основі, перетворюючи його. Ранні рівні самооцінки входять у структуру більш пізніх рівнів, і така багатоступінчастість високих рівнів самооцінки призводить до складності їх функціонування.[26].

Вплив самооцінки на різні аспекти життя підлітка є важливим і комплексним. Особливості самооцінки можуть мати вплив на емоційне самопочуття, взаємини з оточуючими, розвиток творчих здібностей і навчання.

Низька самооцінка може призвести до недооцінювання своїх можливостей підлітком і обмежувати його самореалізацію. Він може відчувати неуспішність і нездатність до виконання складних завдань, що може заважати його самоствердженню та розвитку. Такі підлітки часто уникають викликів і ризиків, намагаючись залишатися в зоні комфорту.

З іншого боку, висока самооцінка сприяє вірі у свої власні можливості і успішне завершення починань. Підліток, який вірить у себе і свої здібності, може брати на себе виклики, ставити перед собою амбітні цілі і працювати над їх досягненням. Це може призводити до більших успіхів у навчанні, розвитку творчих здібностей і формування здорових взаємин з оточуючими.

Проте, неадекватно завищена самооцінка також може мати негативні наслідки.

Крім того, самооцінка виступає важливим показником можливих психологічних проблем учнів і взаємин у шкільному колективі. Оскільки для багатьох підлітків шкільний колектив є основною референтною групою, невідповідний статус або неадекватна самооцінка можуть призвести до проблем в навчанні та соціальних взаєминах.[8].

в динаміці оцінних суджень у підлітковому і юнацькому віці спостерігається зміна у спрямованості оцінок. У підлітковому віці підлітки часто орієнтовані на отримання оцінки від своїх однолітків, адже референтна група для них має велике значення.

Підлітки виробляють оцінні судження на основі порівняння себе з іншими. Вони намагаються зрозуміти, наскільки вони схожі на своїх ровесників, і дуже цікавляться тим, як їх сприймають інші. Вони шукають своє місце в групі, бажають бути прийнятими та відповідати соціальним нормам і очікуванням ровесників. Протягом юнацького віку оцінні судження можуть змінюватися. Поступово, підлітки починають розвивати свій внутрішній світ, формувати власні цінності і ідентичність. Вони поступово звертаються до

внутрішнього самооцінювання, замість виключно зовнішнього порівняння з однолітками. У юнацькому віці вони стають більш самостійними у визначенні власної цінності і залежать менше від думки інших. Таким чином, динаміка оцінних суджень у підлітковому і юнацькому віці відображає перехід від орієнтації на отримання оцінки від однолітків до більш внутрішнього самооцінювання і формування власної ідентичності.

Відхилення усвідомлення підлітком свого становища в колективі може мати негативні наслідки. Якщо підліток переоцінює своє становище, то він може виявляти зневагу до інших, проявляти неадекватну поведінку та настанову на домінування над іншими. Це може створювати напруженість та конфлікти в колективі.

З іншого боку, недооцінка свого становища може сприяти виникненню невпевненості, почуття відчуженості та нижності в порівнянні з іншими. Це може обмежити самореалізацію підлітка, його можливість брати активну участь у соціальних взаєминах та розвитку.

У вітчизняній психології таке питання було всестороннє досліджене Л. Божович, яка виділяє дві основні функції педагогічної оцінки: орієнтуючу (вплив на інтелект) і стимулюючу (вплив на афективно-вольову сферу особи). Поєднання самосвідомості і самооцінки сприяє формуванню знань дитини про себе та її сприйняття власних якостей. [4] .

Отже, самооцінка це динамічне утворення, яка починає формуватися ще у дошкільному періоді і змінюється впродовж часу. На розвиток самооцінки підлітка впливають різні фактори: ставлення в сім'ї, навчання, оцінка вчителя, однолітки та положення в колективі.

1.3. Поняття групового статусу, способи визначення та значення для підлітків

Поняття «соціометричний статус» або «груповий статус» введене Якобом Морено і відображає становище людини в соціальній групі. Система

міжособистісних відносин у групі складається з емоційних, ділових та інтелектуальних зв'язків між її учасниками, а соціометричний статус окремої особи визначається її авторитетом в очах інших учасників групи. Статус індивіда в групі є реальною соціально-психологічною характеристикою його положення в системі внутрішньогрупових відносин. Він визначає ступінь авторитетності особи для інших учасників групи.

Внутрішня установка людини в системі внутрішньогрупових відносин є її особистим, суб'єктивним сприйняттям власного статусу. Це означає, як вона оцінює своє реальне положення, свій авторитет і ступінь впливу на інших членів групи. Дійсний статус особи в групі може співпадати з її сприйняттям цього статусу, коли людина має реалістичну оцінку свого положення та авторитету в групі. Однак, іноді сприйняття статусу може розходитися з його фактичним положенням. Наприклад, деякі люди можуть переоцінювати свій статус і вважати себе впливовішими або авторитетнішими, ніж вони насправді є. У той же час, інші можуть недооцінювати свій статус і не враховувати свій дійсний вплив на групу.

Психологічне дослідження або психодіагностика в школі має певні особливості. Психодіагностика має на меті збирати інформацію про психологічні особливості учнів з метою забезпечення їхнього ефективного навчання та розвитку. Фахівець проводить різні методики, тестування, спостереження та інтерв'ю, щоб отримати об'єктивну інформацію про психологічні процеси, особливості особистості, когнітивні та соціальні здібності учнів. Отримані дані психодіагностики допомагають визначити шляхи та форми надання допомоги учням, які мають труднощі у навчанні, спілкуванні або психологічному самопочутті.

Вона виділяє такі принципи побудови та організації психодіагностичної діяльності шкільного психолога:

- важливість відповідності обраного діагностичного підходу та методики меті психологічної діяльності у школі. Коли вибирається конкретна методика психодіагностики, важливо враховувати цілі і завдання, які передбачаються для

ефективного супроводу освітнього процесу в школі. Методика повинна виявляти саме ті психологічні особливості школяра, які є ключовими для його успішного навчання та розвитку в шкільному середовищі.

- результати психодіагностики в освітній системі мають бути сформульовані в "педагогічній" мові або бути легко зрозумілими педагогам, результати психодіагностики повинні бути доступними для тлумачення і мати практичну цінність. Важливо, щоб результати психодіагностики були конкретними, зрозумілими і придатними для безпосереднього застосування педагогами. Це допомагає забезпечити ефективний психологічний та соціально-педагогічний супровід учнів і покращити їх освітні результати.

- однією з важливих характеристик методів психодіагностики є їх прогностичність. Це означає, що на основі результатів діагностики можна прогнозувати певні особливості розвитку дитини на подальших етапах навчання і передбачати можливі порушення або труднощі.

- високий розвивальний потенціал методу, сам процес обстеження може сприяти розвитку дитини, а результати діагностики можуть бути використані для побудови програм розвитку.

- економічність процедури, ефективна діагностична методика має бути економічною, тобто необхідні матеріали та ресурси для її проведення повинні бути доступними. Крім того, методика повинна бути компактною та швидкою у проведенні, але при цьому збирати багатофункціональну та релевантну інформацію. Це дозволяє зберегти час та зусилля психологів і педагогів, які застосовують методику, і забезпечити економічність процедури.[15].

Відповідно до мети психодіагностичної діяльності виділяють три основні діагностичні схеми: діагностичний мінімум, первинна диференціація норми і патології розумового розвитку і поглиблене психодіагностичне обстеження. Кожна схема спрямована на вирішення своїх завдань психологічного супроводу та має власні обмеження. Разом з тим зазначені схеми органічно взаємопов'язані між собою і в реальній шкільній практиці та можуть застосовуватися в певній системі, послідовності.

Діагностичний мінімум є комплексним психолого-педагогічним обстеженням всіх школярів певної паралелі, спрямованим на виявлення соціально-психологічних особливостей, які суттєво впливають на їх ефективність навчання і розвитку. Реалізація цієї схеми має дві головні цілі.

По-перше, вона дозволяє визначити групу школярів, у яких є помітні труднощі в навчанні, поведінці і психологічному самопочутті в шкільному середовищі. Це дозволяє ідентифікувати дітей, які потребують додаткової уваги, підтримки та інтервенцій для досягнення успіху.

По-друге, діагностичний мінімум допомагає визначити специфічні особливості когнітивного, емоційно-вольового та особистісного розвитку всіх школярів у межах обстежуваної паралелі. Ці знання стануть основою для успішного психологічного супроводу освітнього процесу в майбутньому.

Діагностичний мінімум має диференційний характер, що дозволяє умовно розподілити групу обстежуваних на дві підгрупи: "психологічно благополучні" діти і діти "з проблемами навчання і розвитку".

У першій підгрупі знаходяться діти, у яких не спостерігаються значні проблеми у навчанні, взаємодії та самопочутті в шкільному середовищі. Вони мають нормальний психічний і особистісний розвиток. Для цієї підгрупи може бути достатньо загального обстеження, яке допоможе встановити їхні потреби і забезпечити оптимальні умови для подальшого розвитку.

У другій підгрупі знаходяться діти, які мають проблеми у навчанні і розвитку. Для них рекомендується проведення поглибленого обстеження особистості, яке передбачає індивідуальний відбір методик. Це дозволяє більш детально вивчити їхні психологічні особливості, виявити причини труднощів і розробити індивідуальні психологічні стратегії та педагогічні підходи для успішного супроводу і підтримки.

Таке диференційне підходу дозволяє зосередити увагу на дітях з особливими потребами і забезпечити їм індивідуалізовану підтримку, що сприяє покращенню їхнього навчання та розвитку.

Очевидно, соціометрія належить до діагностичного мінімуму, рекомендована для застосування в основній школі з метою моніторингу розвитку дитячого колективу. Робота з соціально-психологічними аспектами розвитку учня, врахування його ролевих позицій, статусу і взаємин з однолітками є важливою складовою психологічного супроводу освітнього процесу. Це допомагає створити сприятливу соціальну і психологічну атмосферу в школі, покращує мотивацію до навчання та сприяє гармонійному розвитку учня. Також соціометрію можна проводити і в початковій школі, адже містить просту інструкцію, швидка для виконання, не потребує додаткових роз'яснень чи особливих навиків.

О. Федоренко рекомендує використовувати метод соціометрії також для діагностики успішності інтеграції учнів з вадами слуху в колектив в умовах інклюзивної освіти. Автор аналізує розподіл соціометричних статусів серед учнів із збереженим слухом та слабчуючих та робить висновки про розподіл категорій. Також за допомогою цього методу автор робить висновки про взаємодію дітей. Результати соціометричного дослідження Федоренко О. доповнює спостереженням та робить висновки про особливості та причини домінування певних соціометричних категорій [29].

Н. Дідик пропонує застосування соціометрії для діагностики рівня соціально-психологічної адаптованості школярів. Соціальна адаптація - це процес, який включає активне пристосування індивіда до соціального середовища, в якому він перебуває. Це означає, що людина взаємодіє з іншими людьми, вступає в соціальні відносини, набуває соціальних норм, цінностей, норм поведінки і засвоює їх. Автор виявляє, що соціальний статус в класі впливає на процес адаптації та його успішність: діти зі статусом відторгнуті та ізольовані проявляють дезадаптованість в класі, тоді як «зірки» мають високий рівень адаптованості. Важко сказати що є причиною, а що наслідком, головне, що ці критерії взаємопов'язані та робота з соціальним статусом дитини сприятиме адаптованості її в колективі [8].

Д. Г. Михайленко наголошує на важливості систематичної перевірки соціально-психологічного клімату в будь-якому колективі. Специфіка соціально-психологічного клімату є інтегральним утворенням, що включає в себе різноманітні характеристики групи. Ці характеристики не можна зведені до однієї загальної ознаки або типу клімату. Соціально-психологічний клімат складається з взаємодії таких факторів, як ставлення та спілкування між членами групи, рівень взаєморозуміння, довіра, підтримка, конфлікти та їх вирішення, лідерство, співпраця тощо. Дані характеристики взаємопов'язані та взаємозалежні, що створює кумулятивний ефект, який визначає соціально-психологічний клімат групи. В.В. Корнійчук також застосовує метод соціометрії в дослідженні міжособистісних стосунків школярів. Автор проводить детальний аналіз та співвідносить соціометричні статуси з типом поведінки виявленим при спостереженні. Соціометричного опитування Корнійчук В. В. показало, що рівень згуртованості класних колективів різний. Можна було б припустити, що більш згуртованими виявляться 4 клас, адже тривалість спільного життя дітей більша. За три роки навчання діти мали можливість познайомитися та зблизитися і відповідно сформувати більш міцнішу систему дружніх зв'язків. Але виявилось, що емоційно теплою є становище у класному колективі другокласників. Молодші школярі, при оцінці однолітків, часто орієнтуються на соціальні характеристики. У відповідях і другокласників, і четвертокласників саме здатність однолітка взаємодіяти, виявляти увагу до партнерів та дружелюбність, займає перші позиції [17].

А.І. Василенко досліджує взаємозв'язок групового статусу та агресивності в основній школі. Автор виявляє певні відмінності агресії групи підлітків малоприняті і ізольовані в порівнянні з групами підлітків лідерів та загальнопринятих. Рівень фізичної агресії у підлітків з нижчим соціометричним статусом вище. Також малоприняті підлітки різняться вищим рівнем фізичної агресії в порівнянні з групою підлітків соціометричного статусу ізольовані. За показником непрямой агресії група малопринятих підлітків значно різниться зі всіма іншими групами підлітків, демонструючи

вищій рівень проявів цього виду агресії, подібні результати відносно інших груп встановлені і у ізольованих підлітків. За показником роздратованості встановлені незначні відмінності між малоприйнятими підлітками та іншими порівнюваними групами, демонструючи вищій рівень проявів цього виду агресії [4]. Тобто, дослідження Василенко І. А. демонструє, що соціальне неприйняття дитини в колективі призводить до посилення роздратування та агресії.

Отже, соціометрія входить до основного переліку психодіагностичних методик в школі. Найбільш поширено використовується в середній школі (з підлітками), але також можна використовувати в старшій чи початковій. Цей метод легкий до проведення та інтерпретації, тому рекомендований для застосування в школі.

Висновки до першого розділу

Підлітковий період – це складний період коли людина переходить від дитинства до дорослості. В цей період відбуваються суттєві фізіологічні зміни (зміни в тілі, гормональна перебудова), психологічні зміни (формування відчуття дорослості, формування та дозрівання окремих структур особистості) та соціальні (важливість групового статусу, участь в різних соціальних групах тощо). Всі ці новоутворення змінюють і ставлення до себе, прийняття себе. Таким чином, відбувається зміна в оцінюванні власної індивідуальності, власної особистості.

Провідне місце у формуванні самооцінки підлітка займає ставлення однолітків, думка групи та статус який підліток займає в групі. Визначення групового статусу можливо за допомогою проведення психодіагностичного методу – соціометрії. Цей метод досить широко використовується в середній школі, дає інформацію про колектив, положення учня в колективі, а також може бути помічником при виявленні успішності адаптації школяра.

РОЗДІЛ 2.

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗВ'ЯЗКУ САМООЦІНКИ ПІДЛІТКА ТА ЙОГО СОЦІОМЕТРИЧНОГО СТАТУСУ В КЛАСІ

2.1. Організація емпіричного дослідження та обґрунтування вибору діагностичних методик

Дослідження зв'язку самооцінки підлітків та соціометричного статусу в класі проводилось в декілька етапів:

I етап – теоретичний аналіз досліджуваної проблеми.

II етап – вибір методів та проведення діагностичного дослідження.

III етап – аналіз результатів та інтерпретація даних.

IV етап – узагальнення та підведення підсумків.

Дослідження проводилось на базі конотопської загальноосвітньої школи №11. В дослідженні взяли участь 29 осіб підліткового віку: 18 дівчат та 11 хлопців. Дослідження проводили зі згоди адміністрації та класного керівника.

Для дослідження використовувався **метод соціометрії** (Харченко)[28]. Даний метод заснований на уявному виборі, котрий роблять всі члени групи. Створюється досить напружена емоційна ситуація, в рамках якої учасникам необхідно зробити вибір на листку на користь або проти деяких членів групи. (Додаток А)

Наступна методика яка використовувалася – це **методика дослідження самооцінки** (С.А.Будасі).

Методика дозволяє провести кількісне дослідження самооцінки особистості, її вимір. В основі даної методики лежить спосіб ранжирування. Методика включає поняття, що характеризують окремі якості особистості. (Додаток Б). Підлітку пропонують уважно переглянути список слів, що характеризують окремі якості особистості. На основі запропонованого списку респондент виписує в *другу колонку* баланку (Додаток Б) значущі властивостей особистості, з яких 10 описують ідеальну з точки зору досліджуваного людину

(ідеал), а інші 10 - негативні, тобто ті, які ні в якому випадку не повинні бути у ідеалу (антиідеал). Позитивним моментом при цьому варіанті проведення дослідження є свобода вибору еталонних значень.

Після того, як заповнена друга колонка таблиці, досліджуваний починає заповнювати *першу* колонку X1, працюючи зі словами з другої колонки. Він повинен описати себе так, щоб на першому місці колонки №1 стояла та якість, яка йому властива найбільше, на другому місці - властива, але менше, ніж та якість, яка записана під №1 і т.д. Під номером 20 повинна стояти та якість, яка досліджуваному властива найменше. Черговість позитивних і негативних якостей в даному випадку не враховується. Головне - максимально достовірно описати себе.

Після того, як виконаний цей етап роботи, респондент заповнює *третю колонку* X2. В ній він повинен описати свій ідеал людини, поставивши на перше місце в колонці ту якість, яка, на його думку, повинна бути виражена у ідеальній людини якнайбільше, на другому - виражена, але менше, ніж перше і т.д. Під № 20 повинна стояти та якість, якої в ідеалі практично не повинно бути. Для заповнення цієї колонки таблиці досліджуваний повинен працювати тільки зі словами з колонки №2. (Колонку №1 з описом себе досліджуваний повинен закрити листом паперу на час заповнення колонки X1).

Після відбору та ранжування (перша частина завдання – перша колонка X1) номери переписуються експериментатором разом з рангами, а виконується друга частина завдання – самооцінка (третя колонка X2)

Порядкові номери цих властивостей в обох рядах приймаються за їх ранги. Різниця номерів (рангів), яка визначає місце тієї чи іншої властивості, в кожному випадку дає можливість вирахувати коефіцієнт кореляції.

У колонці №4 підраховуємо різницю рангів (номерів) за кожною виписаною якістю. Наприклад: така властивість як «акуратності» в першій колонці стоїть на 1 ранговому місці, а в третій - на 7. d буде дорівнювати: $1-7=-6$; така якість як «чуйність» і в першій, і в третій колонці стоїть на 3 ранговому місці. В цьому випадку d буде дорівнювати: $3-3=0$; така якість як «заздрість» в

першій колонці стоїть на 20 ранговому місці, а в третій - на 9. В цьому випадку d буде дорівнювати: $20-9=11$ і т.д.

У колонці № 5 підраховуємо d^2 (піднесення до квадрату) за кожною якістю. У колонці № 6 підраховується сума d^2 , тобто $\sum d^2 = d_1^2 + d_2^2 + d_3^2 + \dots + d_{20}^2$. Значення коефіцієнта рангової кореляції (r) може бути в межах $[-1; +1]$. Чим ближче коефіцієнт до 1 (від 0,7 до 1), тим вищою є самооцінка, і навпаки. Про адекватність самооцінки свідчить коефіцієнт від 0,4 до 0,6.

Коли одержаний коефіцієнт не менше $-0,37$ і не більше $+0,37$, то це вказує на слабкий, *незначний зв'язок* (або на те, що його немає) між уявленнями людини про риси свого ідеалу і про свої реальні риси. Такий показник може бути отримано через недотримання досліджуваним інструкції. Та якщо інструкція виконувалася, то подібний зв'язок означає нечітке і недиференційоване уявлення людини свого ідеального «Я» і «Я-реального».

Значення коефіцієнта кореляції від $+0,38$ до $+1$ засвідчує наявність *позитивного зв'язку* між «Я-ідеальним» і «Я-реальним». Якщо з'ясовано позитивний зв'язок між «Я-ідеальним» і «Я-реальним», то величина коефіцієнта засвідчує *завищення самооцінки*. При цьому, якщо значення r перебуває в інтервалі від $+0,39$ до $+0,89$, то у досліджуваного є лише *тенденція до завищення самооцінки*, а якщо в інтервалі від $+0,9$ до $+1$, то його самооцінку слід вважати *неадекватно завищеною*.

Значення коефіцієнта кореляції в інтервалі від $-0,38$ до -1 засвідчує *значущий негативний зв'язок* між «Я-ідеальним» і «Я-реальним». Він відображає невідповідність або розбіжність уявлення людини про те, якою їй потрібно бути, і те, якою вона є за її уявленнями насправді. Цю невідповідність пропонується інтерпретувати як *занижену самооцінку*. Чим ближче коефіцієнт до -1 , тим більший ступінь невідповідності.

Остання методика – це **методика загальної самооцінки підлітка** (Г. М. Казанцевої). Використовується для дослідження дітей підліткового віку.

Методика містить 32 твердження, які необхідно оцінити за 4-и бальною шкалою.(Додаток В)

2.2. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження зв'язку самооцінки та соціометричного статусу підлітків

Аналізуючи результати дослідження, ми виявили що в класі є 4 особи, яких не обрав жоден однокласник, відповідно ці діти перебувають у статусі «ізолювані». Серед ізолюваних 2 дівчинки та 2 хлопця.

Також 8 осіб отримали малу кількість виборів (1-2) що свідчить про статус – «малопопулярні».

10 осіб отримали від 3-х до 5-ти виборів і перебувають у статусі «загальноприйняті».

7 осіб отримали понад 6 виборів, а отже перебувають у статусі «зірка». Найпопулярнішими серед зірок є дві дівчини, одна з них отримала 10 виборів, інша 13 виборів. Тобто серед найбільш популярних обрали саме дівчат. Варто зауважити, що в класі нерівномірний гендерний розподіл (62% класу дівчата та 38% – хлопці). Діти в 7-ому класі в дружбі значною мірою поділяються за статтю (дівчатка дружать з дівчатами, хлопці з хлопцями). Цим може пояснюватись такий результат. Серед хлопчиків також є лідер з кількістю виборів – 9. Результати подані в таблиці 2.2.1.

**Групові статуси підлітків, результати за методом соціометрії
(Харченко)**

Назва статусу	Кількість учнів з цим статусом
«Зірки»	24,1%
«Загальноприйняті»	34,4%
«Малопопулярні»	27,5%
«Ізольовані»	14%

Проаналізуємо групу яка викликає найбільше занепокоєння – ізольовані. Одна дівчинка відмовилась здійснювати вибір, та її також ніхто не обрав. Вважаємо це досить тривожним сигналом неприйняття та порушення адаптації.

Другий учень (хлопець) зі статусом «ізолюваний» зробив чотири вибори, обирає лише хлопців зі статусом «загальноприйняті» або «зірка».

Третій учень з аналогічним статусом здійснив свій перший вибір на користь хлопчика «зірки», другий вибір на користь «малоприйнятої» дівчинки та третій вибір на користь дівчинки «зірки».

Четверта учениця з подібним статусом здійснила свій перший вибір на користь дівчинки зірки, другий вибір на користь «малоприйнятої» дівчинки, третій вибір на користь дівчинки «зірки» та останній вибір на користь «загальноприйнятої» дівчинки.

Можна зауважити, що учні з соціометричним статусом «ізолювані» часто обирають однокласників зі статусом «зірка».

Аналізуючи вибір «малоприйнятих» можна помітити, що учні обов'язково здійснюють хоча б один вибір на користь «зірок» класу.

Отже, діти які відчують недостатню прийнятність класом прагнуть співпрацювати з лідерами класу. Цікавим є також, що «ізолювані» та «малоприйняті» часто з протилежної статі обирають саме «зірок».

Учні з соціометричним статусом «зірка» обирають переважно із загальноприйнятих та зірок. Очевидно, що найбільш популярні учениці в класі (які отримали найбільше виборів) першим вибором обрали одна одну.

Підрахувавши кількість взаємних виборів (105), за допомогою цього показника виявила рівень згуртованості колектива і цей показник становить 39%. Показник досить не високий, хоча знаходиться в межах середнього рівня згуртованості. Варто зауважити що загальна кількість «ізолюваних» та «малопопулярних» становить 41%. Отже, можна припустити недостатньо сприятливий соціально-психологічний клімат.

Наступним етапом нашого дослідження було визначення самооцінки. Як ми зазначали, самооцінка – одне з найважливіших утворень, що регулює поведінку і діяльність особистості і значною мірою визначає стратегії подолання життєвих труднощів.

За допомогою методики загальної самооцінки було визначено рівень самооцінки підлітків (рис. 2.2.1.). Було визначено, що більшість опитаних (74%) має низький рівень самооцінки, лише чверть – середній рівень (24%) та лише 2% респондентів мають високий рівень самооцінки (рис. 2.2.1.).

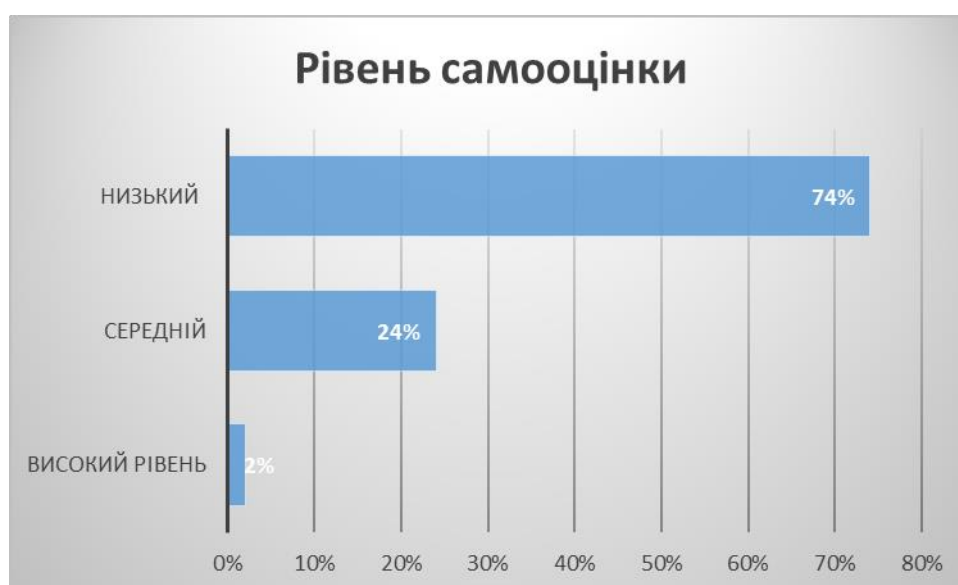


Рис. 2.2.1 Рівень самооцінки підлітків

Інша методика визначення самооцінки полягає в співставленні свого Я-реального та Я-ідеального. Відповідно до цієї методики було виявлено зовсім інші результати (рис. 2.2.2). Високою самооінкою характеризується 21% опитаних підлітків, низькою – лише 10%. Тоді як більшість досліджуваних відзначають середній рівень самооцінки – 69% респондентів.

Важливо зауважити, не виявлено жодного досліджуваного з неадекватно високою, або неадекватно низькою самооінкою.

Також можна звернути увагу, що не виявлено жодного учня з результатами в діапазоні від -0,38 до 0,38, що вказувало б слабкий зв'язок між поняттям людини про риси свого ідеалу і про свої реальні риси. Отже, можна говорити про чітке та диференційоване уявлення досліджуваними підлітками свого ідеального та реального «Я».

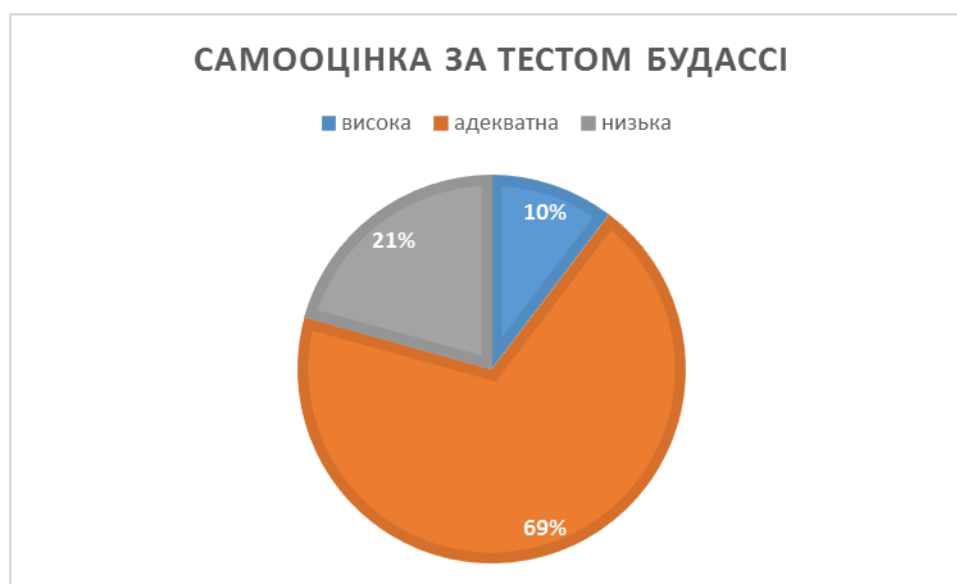


Рис. 2.2.2. Розподіл рівня самооцінки в досліджуваній групі за методикою Будассі

Внаслідок проведення емпіричного дослідження, отримані результати показали, що спостерігається певна невідповідність рівня самооцінки за різними методиками. Тим не менш, варто зауважити, що друга методика свідчить про відповідність Я-реального та Я-ідеального підлітка, перша методика визначає більш ситуативний стан – відчуття себе на даний момент

часу. Для визначення істинності дослідження варто провести кореляційний аналіз.

Для виявлення зв'язку між самооцінкою та груповим статусом в кореляційну таблицю вносили дані про кількість виборів здійснених на користь учня. Було проведено кореляційний аналіз r-критерій Пірсона та виявлено взаємозалежність між самооцінкою та груповим статусом учнів (кількістю виборів на користь конкретного учня) (табл. 2.2.2).

Як видно з таблиці, кількість виборів обернено корелює з загальною самооцінкою. Варто зауважити, що за специфікою методики, чим вищий бал тим нижча самооцінка. Відповідно, результати кореляції свідчать, чим вища самооцінка, тим більше виборів здійснюють на користь цього учня.

Також прослідковується прямий кореляційний зв'язок між самооцінкою (за методикою Будасі) та кількістю виборів підлітка іншими членами колективу.

Таблиця 2.2.2

Кореляційний аналіз

	Методика загальної самооцінки підлітка (М.Г. Казанцева).	Методика дослідження самооцінки (С.А.Будасі).	Метод соціометрії (Харченко);
Методика загальної самооцінки підлітка (М.Г. Казанцева).	-----	r=-0,93 при p<0.05	r=-0,85 при p<0.05
Методика дослідження самооцінки (С.А.Будасі).	r=-0,93 при p<0.05)	-----	r=0,86 при p<0.05
Метод соціометрії (Харченко);	r=-0,85 при p<0.05	r=0,86 при p<0.05	-----

Звертаємо увагу на міцний кореляційний зв'язок між методиками загальної самооцінки Г.М. Казанцевої та методикою самооцінки Будасі $r=-0,93$ при $p<0.05$. Не зважаючи на те, що була суттєва відмінність рівнів самооцінки за різними методиками, аналіз виявляє міцний кореляційний зв'язок двох шкал, що свідчить про коректність виконання дослідження.

Отже, відповідно до результатів кореляційного аналізу, прослідковується міцний кореляційний зв'язок між самооцінкою та кількістю виборів членами колективу на користь конкретного учня. Що свідчить про взаємозалежність групового статусу та самооцінки.

З одного боку самооцінка впливає на відносини в групі, з іншого - самооцінка підлітка обумовлюється його статусом в групі. У період становлення особистості (підлітковий період) оцінка інших, громадська думка є дуже важливою і впливає на самооцінку. Ця закономірність стосується всіх підлітків. Самооцінка є показником можливих психологічних проблем у окремих учнів і згуртованості колективу. А так як для підлітків, у більшості випадків, референтною групою є клас, особистісні проблеми можуть виникати саме через невідповідність статусу підлітка у групі в поєднанні з неадекватною самооцінкою.

Таким чином, аналіз рівня самооцінки підлітків та її зв'язок з статусом в класі є важливим завданням для психолога і педагога, які працюють з підлітками .

Важливим є також визначення, що є причиною, а що наслідком. Тобто, чи низький статус впливає на зниження самооцінки, чи навпаки – через низьку самооцінку учень має низький соціометричний статус в групі.

2.3. Рекомендації щодо підвищення самооцінки підлітків

Низький соціометричний статус свідчить про погану адаптацію підлітка в колективі, що в свою чергу призводить і до погіршення навчальної успішності, до зниження самооцінки. Тому важливо працювати над самооцінкою учня, підвищенням соціального статусу в групі, згуртованістю класу.

Згуртованість класу – ознака сприятливого соціально-психологічного клімату в групі. Це важливий елемент успішності класу, запорука ефективного навчання та взаємодії.

Класний керівник повинен здійснювати певні дії для згуртованості класу. Зокрема:

1. Створити в класі єдину систему традицій і цінностей. Це важливий елемент об'єднання. Здійснювати це можна за допомогою:

- бесід,
- читання та обговорення літературних джерел,
- перегляд відеороликів чи фільмів з подальшим обговоренням.

Також шляхом започаткування специфічних класних традицій, наприклад кожної останньої п'ятниці місяця спільними прогулянки в парку, відвідування притулків тварин тощо.

2. Важливо звернути увагу та робити певні дії для підвищення соціального статусу «ізольованих» учнів, проводити з ними індивідуальну роботу по їх всесторонньому розвитку, формуванню у них навиків спілкування з однолітками. Можливо провести бесіду з батьками. В роботі з «ізольованими» учнями важливо враховувати різні сторони ситуації, при потребі залучати шкільного психолога та соціального педагога.

3. Вести роботу над подальшим розвитком згуртованості колективу, підтримувати розвиток дружніх взаємин між учнями. Сприяти цьому можуть спільні поїздки, екскурсії, неформальне проведення часу класним колективом. Також педагог може запропонувати тренінг або тренінгові ігри для розвитку

товариськості та згуртованості, провести під час виховної години. Приклад таких вправ:

Вправа «Розмовляючі руки»

Мета вправи: емоційно-психологічне зближення учасників.

Ведучий надає команди, які учасники виконують мовчки в парах. Пари діляться не побажанню а за вибіркоким принципом, або педагог може поставити в пари дітей з високим та низьким статусом.

В парах виконують завдання:

- Привітатися за допомогою рук.
- Помиритися руками.
- Виразити підтримку за допомогою рук.
- Пожаліти руками.
- Виразити радість.
- Побажати удачі.
- Попрощатися руками.

Обговорення: Що давалося легко, а що складно? Кому було складно мовчки передати інформацію? Кому легко? Чи звертали увагу на інформацію від однокласника або більше думали, яким чином передати інформацію самим?

Вправа «Будинок»

Мета вправи: усвідомити свою роль в групі та стиль поведінки.

Хід вправи: Ведучий надає інструкцію: «Ви як клас повинні стати повноцінним будинком! Кожен учень повинен вибрати, ким він буде в цьому будинку -стіною, дверима а може бути предметом меблів або шпалерами, предметом меблів, телевізором чи квіткою? Вибір за Вами! Але пам'ятайте , що Ви повинні бути функціональним та повноцінним будинком! Створіть свій будинок! Можна спілкуватися між собою ».

Обговорення: Як проходила взаємодія? Відразу Ви змогли визначити свою роль в «будинку»? Чому Ви обрали саме цю роль?

Вправа «Груповий малюнок»

Мета: за допомогою спільної діяльності згуртувати колектив.

У всіх учасників заняття на парті лежить олівець улюбленого кольору. Ведучий носить по рядах ватман, затримуючись на кожній парті по 15 секунд. У цей час учні повинні намагатися встигнути намалювати перше, що прийде в голову. Таким чином ми отримуємо колективний портрет на початку серії занять (і в кінці).

Обговорення групового портрету його елементів, особливостей і ходу створення, видів взаємодії при його малюванні, почуттів, які виникали під час роботи. За допомогою клейкої стрічки портрет кріпиться на дошці, зазначається час і дата його створення.

4. Розподіл між учнями доручень.

Для цього на дошці учні пишуть слова, які є значущими для визначення майбутніх доручень. Потім учні визначають, яке стало доручення в класі вони хотіли б виконувати. Розподіл обов'язків стимулює розвиток колективної відповідальності та згуртованості класу.

5. Спільна перемога завжди сприяє згуртованості колективу. В навчальних закладах постійно відбуваються різні конкурси (літературні, мистецькі тощо) та змагання (інтелектуальні, спортивні), необхідно заохочувати клас до участі. Якщо не має можливості всім приймати участь, інші вболівають. Вчити бути активними вболівальниками, можна разом придумувати гасла, кричалки тощо.

6. Періодично проводити діагностику, опитування. Таким чином легше діагностувати та вчасно вирішувати проблеми. Конфлікт між двома особами може серйозно вплинути на цілий клас, перерости в суперечку груп, роз'єднати цілу групу. Тому необхідно вчити дітей розв'язувати конфлікти, управляти конфліктами.

7. На уроках практикуйте групові види діяльності, причому частіше змінюйте склад мікрогруп, щоб учні вчилися тісній взаємодії з різними людьми.

8. Робота по згуртуванню колективу повинна бути щоденною і планомірною, вона не повинна носити епізодичний характер.

9. Важливо враховувати нові тенденції та особливості підростаючого покоління. Захопленість гаджетами варто використовувати в освітніх та розвивальних цілях. Пропонуйте дітям якісний контент (наприклад, пізнавальні відео-ролики); формуйте групи в соціальних мережах та допомагайте заповнювати цікавою розвивальною інформацією: головоломки, задачі, відео майстер-класів тощо.

Крім того необхідно працювати конкретно над самооцінкою учнів. Для цього варто дотримуватись таких рекомендацій:

1. Надання позитивних прикладів для наслідування, бесіди про унікальність кожної людини та особливості конкретного учня.
2. Розвиток рефлексії. Здійснення систематизованих та цілеспрямованих впливів на розвиток цієї якості.
3. Рефлексія власних особливостей , які можуть бути схвалені в колективі.
4. Слідування груповим нормам в групі
5. Розвиток внутрішньої мотивації через надання автономії, можливості вибору та самостійності.
6. Робота над прийняттям відповідальності за власні дії.
7. Оволодіння конструктивними способами реагування в проблемних (чи конфліктних) ситуаціях.
8. Розвиток толерантності по відношенню до оточуючих.
9. Розвиток лідерських якостей.
10. Розвиток самооцінки, через проведення тренінгів, психологічних вправ, ігор тощо.

Приклади вправ:

«Крила впевненості»

Мета вправи: відкрити для себе нові енергетичні можливості.

Відчуття впевненості можна стимулювати за допомогою свідомого активування позитивних асоціацій та спогадів про ситуації, коли ви відчували себе дуже впевнено. Для цього рекомендується знайти комфортне положення тіла, наприклад, лягти або сісти, щоб зосередитися на своїх думках та емоціях.

Почніть згадувати і переживати кілька таких ситуацій в своїй пам'яті. Постарайтеся відчути той самий емоційний стан, який ви відчували у цих ситуаціях. Це може супроводжуватися фізичними змінами, наприклад, підвищенням самосвідомості, підняттям голови, випрямленням спини та розправленням плечей.

Це свідоме активування відчуття впевненості може допомогти вам відчувати себе більш впевнено і контролювати ситуації. Важливо зосередитися на позитивних аспектах своєї особистості і досягненнях, щоб підтримувати цей стан впевненості. Практика самосвідомого виклику цих відчуттів може допомогти вам стати більш впевненою людиною.

«Яким я себе бачу, яким я буду в майбутньому»

Мета: навчитися продукувати об'єктивну самооцінку себе, навчитися фокусувати увагу на результаті, якого потрібно досягти.

Дану вправу треба проводити в групі. Необхідно взяти листок, фломастери і намалювати себе таким, яким бачите. Чим яскравіше буде малюнок, тим краще. Домальовуйте важливі елементи з вашого життя: захоплення, хобі, улюблену тварину і так далі. Після чого всі листочки потрібно зібрати і перемішати, далі всі діляться враженнями з приводу кожного малюнка.

Аутотренінг для підвищення самооцінки

Самооцінку можна підвищити самому. Тут добре практикуються аутотренінги – це словесні вправи для формування у себе позитивного ставлення. Ґрунтується цей метод на теорії: що про себе думаєш, то і отримуєш. Якщо людина на постійній основі називає себе «бездарем» або «невдахою», то в результаті у нього формується занижена самооцінка. Щоб її підвищити, потрібно не думати про себе погано, хвалити себе та підбадьорювати.

Пам'ятка для підлітків:

- ✓ Вдосконалюйте себе. Порівнюйте себе зі своїм минулим, це може бути корисним для оцінки свого особистого розвитку і прогресу. Це дозволяє вам побачити, як ви змінилися і які досягнення ви набули з часом.
- ✓ Прийміть недоліки. Важливо розуміти, що кожна людина має свої унікальні риси характеру, і не всі негативні риси можна або потрібно змінювати. Деякі з них можуть мати свою користь або важливу функцію в певних ситуаціях. Приймати себе таким, який ви є - важливий крок до самоприйняття і саморозвитку. Це не означає, що треба ставитися пасивно до недоліків або негативних рис характеру, які заважають досягненню особистих цілей чи взаємодії з іншими. Проте, іноді корисно розглянути їх у контексті того, як вони можуть впливати на нас і навіть які переваги вони можуть мати.
- ✓ Думайте позитивно. важливо не занурюватися у ілюзії або уникати реальності, а дивитися на світ об'єктивно і з тверезим поглядом. Шукання позитивних моментів, вигоди і користі для себе може допомогти змінити своє ставлення до ситуації і знайти рішення, яке сприятиме досягненню поставлених цілей.
- ✓ Займайтеся улюбленими справами. Захоплення і хобі допомагають нам відкривати нові інтереси, знаходити різноманітні шляхи самовираження та розвитку. Вони також допомагають нам сприймати себе як унікальну і цікаву особистість. Коли ми вдосконалюємося в своїх захопленнях, відчуваємося впевненіше і маємо можливість спілкуватися з іншими, які поділяють наші інтереси. Тому рекомендую вам знайти своє захоплення, що робить вас цікавою людиною.
- ✓ Не бійтеся просити і приймати допомогу. Якщо ви потребуєте сторонньої допомоги, то не соромтеся її попросити, коли вона вам потрібна. Будьте відкриті до підтримки, яку надають інші люди, і дайте їм можливість виявити свою доброту і готовність допомогти. Також не забувайте, що ви можете бути корисними і надавати допомогу іншим, коли вони цього

потребують. Спільна підтримка і допомога створюють сильні та здорові спільноти.

Ефективними можуть бути застосування тренінгових занять для становлення позитивної самооцінки підлітків. Психологічні тренінги рекомендовано запроваджувати в межах навчального закладу як обов'язковий або факультативний предмет. Також можуть бути запропоновані різні заняття для підвищення стресостійкості, що надзвичайно важливо в період війни та соціальної нестабільності, підвищеного ризику та глобальних змін. Такі заходи сприятимуть формуванню особистої ефективності та впевненості підлітка.

Висновки до другого розділу

Отже, в другому розділі описано методики за допомогою яких здійснено дослідження. Було використано 2 методики визначення самооцінки та 1 соціометричну методику визначення групового статусу учня.

Виявлено переважання низького рівня самооцінки підлітків. А також виявлено, що в досліджуваному класі є учні з різними статусами: ізольовані, малоприняті, загальноприняті та зірки.

Також виявлено, що ізольовані та знехтувані учні здійснюють переважно вибір на користь зірок класу.

За допомогою статистичного аналізу підтверджено взаємозв'язок самооцінки та групового статусу учнів.

Розроблено рекомендації, щодо роботи над самооцінкою підлітків, а також підвищенням згуртованості класу. Рекомендовано посилено працювати з дітьми з статусом «ізольовані».

ВИСНОВКИ

1. Отже, підлітковий вік є досить складним періодом розвитку людини. В цей період відбуваються значні зміни в фізичній, соціальній та психологічній сфері людини. Проблема самооцінки осіб підлітків є дуже актуальною. Серед чинників самооцінки виокремлено: вплив батьків (їх прийняття та ставлення), образ фізичного Я, положення в колективі, емансипація тощо.

Положення в колективі визначаємо за допомогою соціометричного статусу. Соціометрія – це метод дослідження внутрішньо групових зв'язків, визначення рівня згуртованості групи та ролі конкретного учасника як частини групи. Метод соціометрії було запропоновано Я. Морено і він став дуже популярним. Перевагою цього методу є легкість виконання, простота інструкції, метод можна застосовувати в будь-якому колективі не залежно від віку, статі чи будь-яких інших критеріїв. Метод соціометрії також застосовують для діагностики соціально-психологічного клімату.

Учнівський колектив — сильний засіб формування особистості, але лише в тому випадку, коли психологічний клімат в ньому позитивний та безконфліктний. Психологічний клімат, який спостерігається у різних освітніх колективах, може відрізнятися за своїм змістом та спрямуванням. З огляду на це виділяють три основних види психологічного клімату: з позитивною, негативною та нейтральною спрямованістю.

2. Метод соціометрії є обов'язковим діагностичним інструментом в школі. Цей напрям роботи вважається дуже важливим, оскільки положення учня в колективі, неформальний статус та його рольові позиції, багато в чому визначають його ставлення до школи, до однолітків і навчання, та врешті решт – впливають на процес соціалізації. Метод соціометрії широко використовується в школі: початковій – досліджуючи міжособистісні зв'язки, адаптацію тощо; середній школі – діагностуючи психологічний клімат, виявляючи зв'язки з особливостями поведінки, особистості тощо; навіть з

метою діагностики успішності інтеграції учнів з особливими потребами в інклюзивних класах тощо. Тобто, метод соціометрії легкий у застосуванні в межах загальноосвітньої школи, а також досить інформативний як для педагога, так і для психологів.

3. За допомогою емпіричного дослідження було виявлено досить низький рівень згуртованості, велику кількість осіб зі статусом «ізольовані» та «малоприйняті». Хоча «зірок» також досить багато. Учня з нижчим соціометричним статусом характеризуються нижчою самооцінкою.

4. На основі аналізу літературних джерел та емпіричних даних, було розроблено рекомендації педагогам. Зокрема: введення спільних традицій та формування єдиних цінностей, спільна не навчальна діяльність, спільна творча діяльність та участь в конкурсах, участь та помірний контроль з боку керівника в соціальних мережах, тобто створення спільних класних груп, куди запрошуються всі однокласники та наповнення якісним контентом.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бернс Р. Розвиток «Я – концепції» та виховання / Р. Бернс. М. : Прогрес. 2006. С. 24–30.
2. Безушко В. Гендерні особливості становлення самооцінки старших підлітків / В. Безушко, С. Чопик // Тернопільський державний педагогічний університет. Факультет педагогіки та психології. 2020. № 34. С. 214–216.
3. Бояківська І. О. Особливості самоставлення обдарованих підлітків залежно від типу відносин у сім'ї / Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія і педагогіка». Випуск 30. 2016. С. 21–27
4. Василенко І. А. Агресивність та особливості статусного положення підлітків / І. А. Василенко, Тарарака І.С. // Традиції та новації сучасної освіти в Україні. «Наука і освіта». №3. 2013. С.44–46.
5. Ващенко І. В., Завацька Н. Є. Психологічні технології конструктивного самозбереження особистості в епоху суспільних трансформацій. Розвиток особистості в різних умовах соціалізації: колективна монографія / за наук. ред. Л. Калмикової, Г. Хомич. Київ: Слово, 2016. С. 405–421.
6. Выготский Л. С. Проблемы возраста / Л. Выготский. Собр. соч. Т. 4. – М.: Восток, 1993. С. 258.
7. Гордійчук О. Є. Моральне виховання молодших школярів засобами етнопедагогіки / О. Є. Гордійчук / автореферат дисертації на здобуття ступеню кандидат педагогічних наук : 13.00.07. Тернопіль. 2008. С.20.
8. Дідик Н. М. Діагностика соціально-психологічної адаптація підлітків / Н. М. Дідик / інтернет ресурс. – режим доступу: file:///C:/Users/v/Downloads/znpkp_sp_2015_24_8.pdf.
9. Дуткевич Т. В. Загальна психологія: (Конспект лекцій): Навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / Т. В. Дуткевич / Кам'янець-Подільський держ. педагогічний ун-т. Кафедра психології. Кам'янець-Подільський, 2002. 96 с.

10. Дячук П.В. Дидактичні умови забезпечення процесу формування самооцінки молодшого школяра. Педагогіка та психологія : зб. наук.праць Чернівецького нац. ун-ту імені Юрія Федьковича. Чернівці, 2014. С. 55–61.
11. Істомін І. М. Сучасні методичні підходи до оцінки й прогнозування психологічної сумісності та згуртованості. Проблеми екстремальної та кризової психології. Вип. 3. Ч. 1. С. 160–170.
12. Застосування діагностичних мінімумів в діяльності працівників психологічної служби : [метод. рек.] / авт.-упор.: В. М. Горленко, В.Д. Острова, Н. В. Сосновенко, І. І. Ткачук ; за заг. ред. В. Г. Панка. Київ : УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2018. 106 с
13. Захарова А. В. Психологія формування самооцінки / А. В. Захарова. 2005. 180 с.
14. Залученова Е. А. Соотношение самооценки и уровня притязаний и его влияние на личностные особенности : автореф. дис. на соискание наук. степени канд. психол. наук: спец. 19. 00. 01 «Общая психология, психология личности, история психологии» / Е. А. Залученова. М., 1995. 23 с.
15. Красноруцький О. О. Соціометрична процедура як соціально психологічний метод вивчення окремої особистості та колективу в системі управління підприємством / О. О. Красноруцький, О. В. Смігунова / інтернет ресурс. – режим доступу: <http://journals.urau.ua/index.php/wissn021/article/viewFile/84208/79702>
16. Качинська А. В. Чинники впливу на розвиток самоставлення у підлітковому віці / Освіта та розвиток обдарованої особистості. № 8–9 (15–16) / 08-09/ 2013. С. 105–108.
17. Корнійчук В. В. Розвиток міжособистісних відносин у молодшому шкільному віці / В. В. Корнійчук // Психологія: реальність і перспективи. Збірник наукових праць РДГУ. вип. 1. 2013. С. 162–164.
18. Лапшова Н. С. Теоретичні підходи до аналізу типології соціального статусу особистості / Н. С. Лапшова // Український психологічний журнал: зб.

наук. праць Київського національного університету імені Тараса Шевченка / гол. ред. І. В. Данилюк, 2018. №1. С. 106–121.

19. Лапшова Н. С. Теоретичні засади дослідження соціального статусу особистості / Н. С. Лапшова // Теоретичні і прикладні проблеми психології: зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. – Северодонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2015. №1 (36). С. 235–243.

20. Лапшова Н. С. Соціальний статус особистості як загальносистемна модель / Н. С. Лапшова // Психологічний часопис: зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України / гол. ред. С. Д. Максименко, 2020. Т.6. № 8(40). С. 101–108.

21. Ліпковська Ю. Формування адекватної самооцінки у школярів / Ю. Ліпковська // Психологічні виміри культури, економіки, управління: Науковий журнал ІХ., 2016. С. 61–69.

22. Морено Я.Л. Соціометрія: Експериментальний метод. та наука про суспільство /Пер. з англ. М.: Академічний. проект, 2001. 384 с.

23. Нестерак А. Психологічні особливості життя підлітка / Центр психології та психотерапії / <https://psychologist.com.ua/articles/psihologichni-osoblivosti-zhittya-pidlitka>

24. Невідома Я. Г. Особливості соціалізації у юнацькому віці / Я. Г. Невідома // Збірник наукових праць КПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г.С.Костюка НАПН України Проблеми сучасної психології. 2012. Випуск 17. С. 337–346

25. Підлітковий вік / Буклет створено за фінансової підтримки Європейського Союзу. Зміст матеріалів є виключно відповідальністю ВГЦ «Волонтер» та не обов'язково відображає точку зору Європейського Союзу та/або ЮНІСЕФ / http://knowledge.org.ua/wp-content/uploads/2020/01/%D0%9F%D1%96%D0%B4%D0%BB%D1%96%D1%82%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D0%B9_%D0%B2%D1%96%D0%BA_teenagers_UA.pdf

26. Савчин М.В. Психологія відповідальної поведінки: Монографія. – Івано Франківськ: Місто НВ. 2008. 280 с.
27. Соломка Е., Прокопович Ю. Організація і проведення соціометричної методики в соціально-психологічних дослідженнях : навчально-методичний посібник. Ужгород, 2008. 32 с.
28. Чайкіна С. В. Особливості формування самооцінки молодших школярів / С. В. Чайкіна // Теоретичні і прикладні проблеми психології. № 2(31). 2013. С. 223–230.
29. Федоренко О. Особливості соціальної інтегрованості молодших школярів зі зниженим слухом в умовах інклюзивної освіти / О. Федоренко // Особлива дитина: навчання й виховання. Вип. №1. 2015. С. 79–85.
30. Фудорова О. М. Теорії соціального статусу: пізнавальні можливості і дослідницькі стратегії. Вісник Харківського національного університету ім. В. Н. Каразіна. 2009. №24. С. 110–116.
31. Харченко О. В. Соціальний статус особистості: структура, детермінанти розвитку та форми прояву: автореферат дис. ... канд. філософ. наук: 09.00.03. Київ, 2001. 22 с.
32. Харченко Н. В. Методичні рекомендації щодо забезпечення самостійної роботи студентів з дисципліни “Методика виховної роботи” (для магістрів). К.: ДП «Вид. дім «Персонал», 2009. 36 с.
33. Царенко О. В. Створення сприятливого психологічного клімату в учнівському колективі / О.В. Царенко // Таврійський вісник освіти. – 2015. – № 3(51). С. 271–276.
34. Kauffman B. Y., Bakhshaie J., Manning K., Rogers A. H., Shepherd J. M., Zvolensky M. J. The role of emotion dysregulation in the association between subjective social status and eating expectancies among college students. *Journal of American College Health*. 2020. № 68(1). P. 97–103.
35. Rosenberg, M., Schooler, C., & Schoenbach, C. (1989). Self-Esteem and Adolescent Problems: Modeling Reciprocal Effects. *American Sociological Review*, 54, 1004-1018.

36. Schram A., Brandts J., Gërxhani K. Social-status ranking: a hidden channel to gender inequality under competition. *Experimental economics*. 2019. №22(2). P. 396–418.
37. Von Rueden C. The roots and fruits of social status in small-scale human societies. *The psychology of social status*. New York: Springer, 2014. P. 179– 200.
38. Wylie, R., & Chi, M. T. H. (2014). The Self-explanation principle in multimedia learning. In R. E. Mayer (Ed.), *The Cambridge handbook of multimedia learning* (2nd ed., pp. 413-432). New York, NY: Cambridge University Press.
39. Waseem F., Jibeen T., Iqbal W. Z. Determinants of Life Satisfaction: Role of Living Arrangements, Social Status, and Perceived Satisfaction in Women. *Journal of International Migration and Integration*. 2019. №1. P. 15– 23.

ДОДАТКИ

Додаток А

Метод соціометрії

Підліткам роздали клаптики паперу та запропонували написати ім'я трьох осіб, яких би вони прийняли в команду.

Інструкція:

«Ми з вами будемо виконувати одну цікаву творчу роботу. Яку? Про це я розкажу пізніше. Мені хочеться, щоб ви працювали дружно, злагоджено й швидко. Ви самі можете вибрати собі партнерів з спільної діяльності. Для цього напишіть кожен на аркуші паперу своє прізвище, а потім прізвища трьох учнів, з якими ви хотіли б бути в одній команді; при цьому не має значення, хлопчик це чи дівчинка. Ваші відповіді я збережу в таємниці».

За рахунок так поставленого питання, ми визначаємо з ким дитина готова виконувати спільну діяльність, кого приймає та готова співпрацювати. Далі ми ставимо ще 1 запитання: «Кого б ти вибрав для поїздки або походу на природу?» – таким чином ми визначаємо вибір дитини в ситуації поза школою, але також відповідальною і такою що потребує взаємодії.

Після того, як було зібрано аркуші з іменами, дані були перенесені в єдину матрицю.

Інтерпретація відбувається відповідно до такого **ключа**:

якщо одного учня вибирають понад шість разів, то він умовно зараховується до «зірок»;

3–5 разів — це свідчить про те, що учень за кількістю виборів потрапляє в зону «бажаних»;

1–2 рази — учень «малопопулярний»

Якщо учня ніхто не вибирає, то він — «ізолюваний».

Також методика дозволяє порахувати коефіцієнт взаємних виборів:

$$KB = (R1 / R2) \cdot 100,$$

де R1 — загальна кількість взаємних виборів;

R2 — загальна кількість виборів.

Під час оцінювання індексу згуртованості класного колективу слід керуватися такими нормами:

0 – 0,35 – низький рівень згуртованості класу,

0,36 – 0,69 – середній рівень згуртованості класу,

0,7 – 1 – високий рівень згуртованості класу.

Чим вищий коефіцієнт взаємних виборів, тим більш згуртованим є клас, що слугує показником сприятливого соціально-психологічного клімату.

**Методика дослідження самооцінки
(С. А. Будассі)**

Список якостей: Акуратність, безпечність, вдумливість, запальність, гордість, грубість, життєрадісність, дбайливість, чарівність, заздрість, соромливість, злопам'ятність, щирість, привітність, вишуканість, примхливість, легковірність, повільність, ніжність, мрійливість, недовірливість, мстивість, наполегливість, невимушеність, сприйнятливість, нерішучість, нестриманість, образливість, обережність, чуйність, педантичність, наполегливість, рухливість, підозрілість, принциповість, поетичність, презирливість, розважливість, розв'язність, рішучість, самозабуття, стриманість, співчуття, незворушність, терпимість, боягузтво, захоплюваність, поступливість, холодність, ентузіазм.

Інструкція: Досліджуваному пропонують уважно переглянути список слів, що характеризують окремі якості особистості. Вибори респондент вписує в бланк.

Бланк дослідження за методикою С. А. Будассі

X1	Якості	X2	D=X1-X2	D ²	∑ D ²
	1. ...				

Інтерпретація результатів: Про адекватність самооцінки свідчить коефіцієнт кореляції від 0,4 до 0,6.

Коли одержаний коефіцієнт не менше -0,37 і не більше +0,37, то це вказує на слабкий, незначний зв'язок (або на те, що його немає) між уявленнями людини про риси свого ідеалу і про свої реальні риси. Такий показник може бути отримано через недотримання досліджуваним інструкції. Та якщо інструкція виконувалася, то подібний зв'язок означає нечітке і недиференційоване уявлення людини свого ідеального «Я» і «Я-реального».

Значення коефіцієнта кореляції від +0,38 до +1 засвідчує наявність позитивного зв'язку між «Я-ідеальним» і «Я-реальним». Якщо з'ясовано позитивний зв'язок між «Я-ідеальним» і «Я-реальним», то величина коефіцієнта засвідчує завищення самооцінки. При цьому, якщо значення r перебуває в інтервалі від +0,39 до +0,89, то у досліджуваного є лише тенденція до завищення самооцінки, а якщо в інтервалі від +0,9 до +1, то його самооцінку слід вважати неадекватно завищеною.

Значення коефіцієнта кореляції в інтервалі від -0,38 до -1 засвідчує значущий негативний зв'язок між «Я-ідеальним» і «Я-реальним». Він відображає невідповідність або розбіжність уявлення людини про те, якою їй потрібно бути, і те, якою вона є за її уявленнями насправді. Цю невідповідність пропонується інтерпретувати як занижену самооцінку. Чим ближче коефіцієнт до -1, тим більший ступінь невідповідності.

**Вивчення рівня самооцінки підлітків
(Г.М.Казанцева)**

Інструкція: «Уважно прочитайте речення-судження і висловіть у чотирьох бальній системі своє ставлення до них. При цьому бали повинні означати: « Я думаю про це: «дуже часто», «часто», «інколи», «зрідка», «ніколи». У бланку відповідей у відповідну графу праворуч поставте знак «+» (плюс).

Опитувальник (бланк відповідей)

Речення-судження	Я думаю про це:				
	Дуже часто	Часто	Інколи	Зрідка	Ніколи
1. Мені хочеться, щоб мої друзі підбадьорювали мене					
2. Постійно відчуваю свою відповідальність за роботу					
3. Я хвилююсь за своє майбутнє					
4. Багато з моїх знайомих мене ненавидять					
5. Я меншою мірою ініціативний, ніж інші					
6. Я переживаю за свій психічний стан					
7. Я побоююсь видаватися нерозумним					
8. Зовнішній вигляд інших куди кращий за мій					
9. Я боюсь виступати з промовою перед незнайомими людьми					
10. Я часто роблю помилки					
11. Шкода, що я не вмію говорити належним чином з людьми					
12. Шкода, що мені не вистачає впевненості у собі					
13. Мені хотілося б, щоб мої дії схвалювались іншими частіше					
14. Я надто сором'язливий					

15. Я проживаю життя марно, моє життя некорисне					
16. Багато з моїх знайомих невірної думки про мене					
17. Мені немає з ким поділитися своїми думками					
18. Люди очікують від мене надто багато					
19. Оточуючі не особливо цікавляться моїми досягненнями					
20. Я легко збентежуюся					
21. Я відчуваю, що багато людей мене не розуміють					
22. Я не почуваю себе в безпеці					
23. Я часто без підстав хвилююся					
24. Я почуваю себе ніяково, коли входжу в кімнату, де вже сидять люди					
25. Я почуваю себе скутим					
26. Я відчуваю, що люди говорять про мене за моєю спиною					
27. Я впевнений, що люди майже все сприймають легше, ніж я					
28. Мені здається, що зі мною повинна статися якась неприємність					
29. Мене хвилює думка про те, як люди ставляться до мене					
30. Шкода, що я не такий комунікабельний, товариський					
31. У суперечках я висловлююся тільки тоді, коли впевнений у своїй правоті					
32. Я думаю про те, чого чекає від мене громадськість					

Кожній відповіді досліджуваного приписується певна сума балів відповідно до шкали: дуже часто – 4 бали, часто – 3 бали, іноді – 2 бали, рідко – 1 бал, ніколи – 0 балів. Для того щоб визначити рівень самооцінки, необхідно додати бали кожного із 32 суджень.

3 бали – таке трапляється зі мною часто.

2 бали – іноколи.

1 бал – рідко.

0 балів – ніколи.

Після завершення, сума балів підраховується та інтерпретується наступним чином.

Сума балів від 0 до 25 свідчить про високий рівень самооцінки, при якому людина правильно реагує на зауваження інших і рідко сумнівається у своїх діях.

Сума балів від 26 до 45 показує середній рівень самооцінки, при якому людина рідко страждає на комплекс неповноцінності і лише час від часу підлаштовується під думку інших.

Сума балів від 46 до 128 – це низький рівень самооцінки, при якому людина болісно сприймає критичні зауваження, намагається завжди зважати на думку інших і часто страждає на «комплекс неповноцінності».