

ПСИХОЛОГІЧНІ НАУКИ

УДК 159.99

Власова О. І.[°]

Київського національного університету імені Тараса Шевченка факультет психології доктор психологічних наук, професор, завідувачка кафедри психології розвитку

Бастракова А.С.

Київського національного університету імені Тараса Шевченка факультет психології, кафедра психології розвитку

ПРОГРАМА ОПТИМІЗАЦІЇ СТАНОВЛЕННЯ САМОДЕТЕРМІНАЦІЇ ПІДЛІТКА

У статті представлено результати емпіричного дослідження становлення самодетермінації, приведено аналіз отриманих результатів з результатами подібних зарубіжних досліджень. Також за результатами дослідження виділено характеристики загального психологічного благополуччя / неблагополуччя і розвиток свободи і відповідальності, що суттєво впливають на самодетермінації і згідно цих результатів представлена програма оптимізації становлення самодетермінації в підлітковому віці. При апробації програми оптимізації становлення самодетермінації в підлітковому віці продемонстровано, що важливою умовою позитивних змін є вмотивованість учасника до тренінгової роботи, а також підтримка змін дитини у сімейному колі.

Ключові слова: самодетермінація, свобода, відповідальність, автономія, мотиваційне інтерв'ю, мотивація, амотивація

В статье представлены результаты эмпирического исследования становления самодетерминации, приведен анализ полученных результатов с результатами подобных зарубежных исследований. Также по результатам исследования выделены характеристики общего психологического благополучия / неблагополучия и развитие свободы и ответственности, которые существенно влияют на самодетерминацию. Согласно полученных результатов представлена программа оптимизации становления самодетерминации в подростковом возрасте. При апробации программы оптимизации становления самодетерминации в подростковом возрасте показано, что важным условием положительных изменений является мотивированность участника в тренинговой работе, а также поддержка изменений ребенка в семейном кругу.

Ключевые слова: самодетерминация, свобода, ответственность, автономия, мотивационное интервью, мотивация, амотивация

This paper presents the results of empirical research of the selfdetermination formation, and gives the analysis of results with the results of similar studies overseas. Also, a study identified characteristics of general psychological well-being / ill-being and development of freedom and responsibility, which significantly affect the selfdetermination formation. According to these results it was presented the optimization program of becoming selfdetermined in adolescence. It is shown that an important condition for positive change is motivated participant in the training, and support for changes in the child's family.

Keywords: selfdetermination, freedom, responsibility, autonomy, motivational interview, motivation, amotivation

Актуальність розробки тренінгової програми оптимізації становлення самодетермінації для підлітків обумовлена тим, що інтенсивність соціальних

процесів, що відбуваються в сучасному світі, висуває певні вимоги до свободи, відповідальності та автономії кожної людини. На сьогоднішній день людина (а особливо підліток), майже щодня, стає перед вибором: використовувати умови для розвитку і пізнання, які відкриваються перед нею в сучасному суспільстві, чи прагнути до спрощення життя і розвитку тільки в певних межах. Значущість дослідження проблеми становлення самодетермінації людини в підлітковому віці пов'язана із тим, що її вирішення створює підґрунтя для активізації внутрішньої позиції особистості через підвищення її здатності контролювати своє життя.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема становлення самодетермінації є відносно новою у вітчизняній психології. Її окремі аспекти частково досліджувалися: В.А.Чорнобровкіною [4], М.М. Бурдукало [1]. Що стосується зарубіжної психології, то питанню самодетермінації присвятили свої роботи Е. Десі, Д.О.Леонтьєв, Дж.Льовінджер [6], О.Р.Калітієвська, Е.Н.Осін, Р.Раян та інші. Незважаючи на широке представлення теми самодетермінації в зарубіжній психології, питання її становлення в онтогенезі залишається достатньо суперечливим. Саме суперечливість підходів науковців до виникнення і розвитку самодетермінації особистості зумовлюють актуальність означеної теми дослідження.

Мета статті – здійснити обґрунтування та психологічний аналіз програми оптимізації становлення самодетермінації підлітка як механізму його особистісної саморегуляції.

Виклад основних матеріалів та результатів дослідження. Для досягнення зазначеної мети був проведений теоретичний аналіз літератури, присвяченої проблемі самодетермінації особистості. З метою узагальнення теоретико-методологічних основ становлення самодетермінації людини в умовах первинної соціалізації та створення концептуальної моделі дослідження, застосовувався метод моделювання.

Хоча, як ми вже зазначали раніше, питання самодетермінації в зарубіжних теоріях представлено досить широко, в основі нашого дослідження лежала теорія особистісного потенціалу Е.Р.Калітієвської та Д.А.Леонтьєва, за якої самодетермінація притаманна лише зрілій особистості [2; ст.20] і розуміється як протилежність детермінації, тобто, можливість діяти непередбачуваним для зовнішнього спостерігача чином, не піддаючись зовнішнім тискам, однак у відповідності до певної логіки, що засновується на власних довгострокових інтересах і ціннісно-сміслових орієнтаціях [3; ст.15]. На думку авторів здатність до самодетермінації виникає на основі інтеграції свободи (форма активності, що характеризується свідомим управлінням активністю в будь-якій її точці) та відповідальності (форма регуляції, що характеризується переживанням своєї здатності здійснювати зміни в собі і в навколишньому світі і усвідомленим управлінням цією здатністю). В онтогенезі вони розвиваються відносно незалежно один від одного: перший - через поступове набуття спонтанної активності ціннісного значення, доцільності і смислової регуляції, а другий - через інтеріоризацію механізмів регуляції поведінки. В підлітковому віці свобода і відповідальність перетинаються [3; ст.17]. Проте не завжди ця інтеграція відбувається повністю. Ми обрали саме цю теорію становлення самодетермінації оскільки в інших зарубіжних теоріях таких як теорія самодетермінації Е.Десі та Р.Раяна становлення самодетермінації розглядається як потреба і набувається в

процесі розвитку людини. Спеціально для ілюстрації цього процесу автори вивели описовий континуум автономії. Хоча він був представлений не як континуум розвитку як такий, проте автори припускають, що діапазон поведінки, яку можна віднести до самодетермінації зростає, в залежності від когнітивного розвитку та розвитку еґо, тому що дитячий стиль поведінки має тенденцію ставати більш інтерналізованим з віком [4]. Тобто процес набуття самодетермінації сам по собі стає процесом детермінованим, що на нашу думку суперечить самому поняттю самодетермінації.

В ряді досліджень Е.Р.Калітєвської та Д.А.Леонтьєва було виявлено різні варіанти співвідношення психологічних передумов свободи і відповідальності в підлітковому віці, а саме чотири патерни можливого розвитку[2; ст.20]: автономний (розвинена свобода і розвинена відповідальність), симбіотичний (розвинена відповідальність і не розвинута свобода), імпульсивний (розвинена свобода і не розвинута відповідальність), конформний (не розвинута ані відповідальність ані свобода).

Емпіричне дослідження становлення самодетермінації сучасних підлітків здійснювалось з метою перевірки концептуальної моделі та розробленої на її основі операціональної моделі дослідження. Остання передбачала застосування наступних методик: методика незакінчених речень Вашингтонського університету, шкала задоволеності життям Е.Дінера у співавторстві (SWLS) в адаптації Д.О.Леонтьєва, тест смисложиттєвих орієнтацій (СЖО) Д.О. Леонтьєва, методика діагностики рівня суб'єктивного контролю Дж. Роттера в адаптації Е.Ф.Бажина, С.А. Голинкіної, А.М. Еткінда, опитувальник каузальних орієнтацій Е.Десі та Р.Раяна в адаптації Д.О. Леонтьєва, О.Е. Дергачової, Л.Я. Дорфмана (РОКО, підліткова версія), опитувальник життєстійкості С.Мадді в адаптації Д.О.Леонтьєва та О.І.Расказової, опитувальник особистісної зрілості Ю.З.Гільбуха, а також методи статистичної обробки даних.

У дослідженні брали участь 150 родин, Батьківське ставлення визначалося за результатами тесту «Аналіз сімейних стосунків», проведеного серед матерів (вік від 32 до 53 років). Групу підлітків склали, відповідно, 150 дітей у віці від 14 до 16 років, з них 53% дівчаток та 47% хлопчиків. З досліджуваних родин 21% є материнськими, 79% - повними.

За результатами емпіричного дослідження становлення самодетермінації має шість шляхів розвитку: найбільш психологічно зрілим і здоровим є автономний шлях(розвинута і свобода і відповідальність), менш зрілими, проте достатньо благополучними, є інтерналізований (розвинута відповідальність і не розвинута свобода) та детермінований шляхи (розвинута свобода і не розвинута відповідальність). До неблагополучних шляхів відносяться імпульсивний (розвинута свобода і не розвинута відповідальність), дезадаптивний (розвинута відповідальність і не розвинута свобода) та відчужений(не розвинена ані свобода ані відповідальність). Кожен шлях проявляється з вірогідністю від 15 до 18%, тобто поява будь-якого з шляхів майже однакова. Отримані результати є дещо схожими з результатами Е.Р.Калітєвської та Д.А.Леонтьєва однак, в нашому дослідженні чітко простежується вплив благополуччя та не благополуччя на шляхи розвитку самодетермінації.

З огляду на отримані результати, була розроблена програма оптимізації становлення самодетермінації для підлітків з інтерналізованим та

детермінованими шляхами розвитку механізму саморегуляції. Даний вибір шляхів був зумовлений наявністю в даних шляхах ресурсів на які підліток може опиратися (розроблення програми для підлітків у яких саморегуляція розвивається дезадаптивними та імпульсивними та відчуженими шляхами є завданнями наступних розробок). Якщо узагальнити, ці шість шляхів розвитку, то вони є, не що іншим як, шляхами поєднання старого досвіду «Я», що залежить від цілей, стандартів та виховання батьків і нового, власного досвіду «Я» - як власної самості, про що також свідчать результати нашого дослідження впливу батьківського ставлення на формування самодетермінації у підлітковому віці. Тому при побудові програми оптимізації було вирішено не тільки включити у групову роботу кейси пов'язані з батьківським вихованням, а також залучити самих батьків у роботу з психологом.

У зв'язку з тим, що два зазначені вище шляхи (інтерналізований та детермінований шляхи) характеризуються низьким відчуттям власної свободи і відповідальності, відсутністю чи надмірним контролем (гіперконтролем) власного життя, завданнями програми оптимізації особистісного розвитку підлітка стали: 1. Укріплення власного «Я» з позиції його наповнення переживаннями власної свободи та відповідальності перед собою. 2. Вираження емоцій стосовно несвободи та відсутності або надлишку контролю над життєвими ситуаціями. 3. Дослідження протиріч в ситуації життєвого вибору. Розвиток механізмів їх подолання. 4. Розвиток і зміцнення почуття дорослості.

Розроблена тренінгова програма з оптимізації становлення самодетермінації особистості призначена для підлітків (14-16 років). Відповідно до прийнятої методології дослідження, важливою складовою її успішного проходження підлітками є залучення їх батьків. Перевірка ефективності програми проводилася на базі психологічного центру "Meliora". Участь у роботі приймали учні 10-х класів, їх кількість склала 12 осіб (7 хлопців та 5 дівчат). Батьки також були залучені до програми, а саме, у перед груповому контакті, на екваторі програми та при її закінченні. Для роботи з батьками були окреслені такі додаткові завдання: а) Інформування батьків щодо особливостей протікання підліткової кризи; б) підтримка та супровід батьків під час проходження їх дітьми програми оптимізації; в) дослідження відношення до автономії дитини, та подолання страхів, що з нею пов'язані. Консультативні зустрічі психолога з батьками також відбувалися протягом життя групи і мали переважно індивідуальний характер. На зустрічах крім відповідей на питання: Як група може допомогти моїй дитині? Що насправді відбувається на групі? Що є специфічним для групової роботи? Яка мета групи? Що в ній відбувається?

Батькам надавалися рекомендації стосовно того як поводити себе з їх дітьми.

У створеній корекційно - розвивальній програмі ми використовували спеціально розроблені прийоми і методи ігрових занять, зміст яких відповідав зазначеним розвивально-корекційним завданням. Підліткам пропонувалися сюжетно-рольові ігри, спеціальні ігри - драматизації, що знімають бар'єри спілкування і є для учасників школою групових і соціальних відносин, засобами досягнення учасниками емоційної децентрації, стабільної позитивної самооцінки. Також були застосовані міні лекції, дискусії та методи релаксації, неігрові вправи з підвищення згуртованості групи, розвитку навичок спілкування, здібності до

емпатії, з продукування різноманітних відчуттів і розвитку навичок адекватного вираження учасниками емоцій у спілкуванні.

Врахування особливостей шляху розвитку становлення самодетермінації у досліджуваних підлітків сприяло індивідуалізації використання психокорекційних заходів, максимальна кількість яких була специфічною для кожного з них. Це доповнювало групові заняття учасників індивідуальною роботою з психологом. Загальний реєстр формувальних інструментів включає приблизно 100 розвивально-корекційних вправ і методів.

Питання мотивації лежить в основі будь-якої діяльності психолога (позитивні та стійкі результати, швидше за все, будуть тоді коли клієнт активно залучається і особисто інвестує у зміни [4, 122]. Тому перед груповою зустріччю, під час інтерв'ю з підлітками та їх батьками обов'язково визначався рівень їх вмотивованості до участі підлітка у груповій роботі. В результатах дослідження був представлений майже весь континуум самодетермінації за Е.Десі та Р.Раяном [5, 350].

Далі подаємо аналіз виявленої мотивації підлітків, оскільки їх батьки демонстрували схожі тенденції. *Відсутність мотивації* - підлітки не були вмотивовані до початку тренінгової роботи або до того щоб відчувати зміни, які можуть відбутися, якщо вони почали працювати у групі. Взагалі, відсутність мотивації можна охарактеризувати як *амотивацію*, яка могла з'явитися з двох основних причин. Перший тип сформувався в результаті відсутності зацікавленості чи цінності даної активності. Підлітки не вбачали ніякої вигоди в тому, щоб стати більш самостійними, не відчували, що це важливо. Цей тип амотивації можна було спостерігати у досліджених з відчуженим шляхом розвитку самодетермінації, а також у підлітків з імпульсивним типом, які не відчують у собі сил до змін. *Зовнішня регуляція*. Серед підлітків із зовнішньою регуляцією є певні відмінності, а саме: частина з них продемонструвала інтроєктивну регуляцію, інша – регуляцію на основі ідентифікацію. *Інтроєктивна регуляція* була притаманна підліткам, які самі могли «тиснути» на себе, використовуючи внутрішні спонукання, такі як почуття людської гідності і гордості, з одного боку, і почуття провини і сорому, з іншого, що очевидно є проекцією їх відповідного сімейного досвіду. *Ідентифікація й інтеграція* притаманна підліткам, які повністю визнавали важливість групової роботи та проявляли щирю готовність брати участь у процесі, їх мотиваційний стан ми називали ідентифікацією. Цей термін означає припущення, що люди ідентифікуються із значенням діяльності та охоче приймають на себе відповідальність за регулювання поведінки. *Внутрішня мотивація*. Внутрішньо мотивована, людина займається діяльністю задля власного задоволення, так як процес або діяльність сама по собі цікава і приємна.

Оскільки мотивація підлітків та їх батьків варіювалася від амотивації до високих автономних форм мотивації та було з'ясовано, що останній тип мотивації дає носію безсумнівні переваги, виникло питання про те, як найкращим чином сприяти виникненню у підлітків більш автономних форм мотивації.

Для реалізації такого завдання програми ми вирішили використати мотиваційне інтерв'ю, яке в літературі описане як особистісно - орієнтований, «не директивний метод для підвищення внутрішньої мотивації до змін шляхом вивчення і вирішення амбівалентності до змін» [4, ст.127]. В мотиваційному

інтерв'ю головним є положення про те, що клієнт має амбівалентні почуття до змін. і тому припускає, що вирішальним для психолога є "йти поруч" з клієнтом, а не боротися з його опором, для того щоб змінити і зосередити увагу на виявленні та вирішенні розбіжностей між бажаною поведінкою і фактичною поведінкою. Отже, при застосуванні мотиваційного інтерв'ю ми припускали, що клієнти знають, що краще для них самих і мають природну схильність рухатися в напрямку до адаптації, якщо їм дати достатню підтримку у своєму дослідженні змін. Ось чому мотиваційне інтерв'ю було обране для бесіди з батьками перед залученням їх та дітей до групової роботи, а також у процесі роботи з дітьми.

Основним результатом тренінгу стало значне збільшення рівня автономії підлітків-учасників ($\phi = 2,16$; $p < 0,01$), підвищення їх осмисленості життя і від цього збільшення задоволеності ним ($\phi = 1,97$; $p < 0,01$; $\phi = 1,89$; $p < 0,01$). Ефективність курсу також підтверджується позитивними відгуками підлітків які приймали участь у тренінговій програмі (90-100%). Показником продуктивності розробленої програми в розвитку самодетермінації підлітків слід також вважати підвищення інтернальності її учасників за методикою «РСК» Дж. Ротера (шкали «загальна інтернальність», «інтернальність у сфері досягнень», «інтернальність у сфері невдач» ($\phi = 2,06$; $p < 0,01$).

Після застосування програми тренінгу оптимізації становлення самодетермінації для підлітків та індивідуальної роботи з батьками учасників спостерігалася інтенсивна тенденція до автономного шляху розвитку самодетермінації.

Висновки. Дослідження становлення самодетермінації з одного боку підтвердило, а з іншого розширило отримані дані і зроблені висновки по більш раннім дослідженням [2, ст. 49]: системоутворюючим фактором диференціації вибірок на типи, що розрізняються шляхами особистісного розвитку, є характеристики загального психологічного благополуччя / неблагополуччя і розвиток свободи і відповідальності (активності і саморегуляції).

Тому у програмі оптимізації становлення самодетермінації у підлітковому віці робився акцент саме на ці аспекти

За результатами проведеного дослідження ефективності застосування програми оптимізації становлення самодетермінації дуже важливим при проходженні даної програми є вмотивованість учасника тренінгової роботи, а також підтримка змін дитини у сімейному колі.

Після використання програми тренінгу оптимізації становлення самодетермінації та індивідуальної роботи з батьками учасників спостерігається інтенсивна тенденція до автономного шляху розвитку самодетермінації у підлітків.

Список використаних джерел:

1. Бурдукало М. М. Образ сім'ї як чинник автономізації особистості у юнацькому віці : автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.07 / НАН України. – К., 2014 . – 21 с.
2. Калитеевская, Е. Р. Пути становления самодетерминации личности в подростковом возрасте / Е. Р. Калитеевская, Д. А. Леонтьев // Вопросы психологии. - 2006. - N 3. - С. 49-55
3. Леонтьев Д.А. Психология свободы: к постановке проблемы самодетерминации личности /Д.А.Леонтьев// Психологический журнал. - 2000.- Т. 21 -№ 1. - С.15-25.
4. Чорнобровкіна, В. А. Особистісна свобода людини як предмет психологічного дослідження : автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.07 / НАН України. – К., 2014 . – 21 с.

5. Deci, E. L. Facilitating internalization: The self-determination theory perspective/ E.L.Deci, H.Eghrari, B. C. Patrick & D. R. Leone //Journal of Personality. - 1994. – Vol. 62. – P.119-142.
6. Loevinger, J., & Blasi, A. The self: Interdisciplinary approaches/ J.Loevinger, & A.Biasi// Strauss S. & Goethals O. Development of the self as subject. New York, 1991 - P. 150-167.
7. Ryan, R. M. Emotional autonomy versus detachment: Revisiting the vicissitudes of adolescence and young adulthood/ R. M. Ryan, J. H. Lynch //Child Development, 1989. – Vol. 60.- P. 340- 356.

Отримано 08.09.2014 р.

УДК 159.922

Сіпакова О.А. °

Київського національного університету імені Тараса Шевченка Інститут післядипломної освіти,
студентка

ЦІННІСНІ ОРІЄНТАЦІЇ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.

У статті розглядаються змістові особливості ціннісних орієнтацій сучасної студентської молоді, їхні функції у структурі особистості. Ціннісні орієнтації студентської молоді трактуються як культурний компонент особистості. Надається порівняльна характеристика ціннісних орієнтацій молоді в політичній, комунікативній та культурно-соціальній сферах.

Ключові слова: ціннісні орієнтації, цінності, студентська молодь

В статье рассматриваются содержательные особенности ценностных ориентаций современной студенческой молодёжи, их функции в структуре личности. Ценностные ориентации студенческой молодёжи трактуются как культурный компонент личности. Дается сравнительная характеристика ценностных ориентаций молодёжи в политической, коммуникативной и культурно-социальных сферах.

Ключевые слова: ценностные ориентации, ценности, студенческая молодёжь

In the article the rich content features of the valued orientation of modern student youth, their functions, are examined in the structure of personality. The valued orientation of student young people are interpreted as a cultural component of personality. Comparative description of the valued orientations of young people as given in political one, communicative and a mcode cultural-social spheres.

Keywords: valued orientations, values, student young people

Актуальність. Особа у суспільстві належить до певної соціальної групи і є носієм її цінностей і норм. Проте в ході життєдіяльності люди пересуваються у соціальній структурі суспільства по горизонталі і вертикалі. Соціальна мобільність зумовлює зміну старого образу життя, цінностей, норм, стилю поведінки, мовного коду на прийнятті у новій соціальній групі. Таким чином, зміна положення індивіду у системі соціальних координат робить його новою людиною.

Цінності, прийняті у тій чи іншій соціальній групі, визначають норми поведінки цієї групи, а порушення їх – карається. Людина, яка належить до будь-якої великої (клас, стан) або малої (навчальна група або трудовий колектив) соціальної групи, має підкорятись законам, які прийняті в цьому соціумі, не порушувати їх і не наслідувати цінностей інших груп.

Суперечності між нагальною необхідністю формування ціннісних орієнтирів вітчизняного соціуму, впровадження в освітній процес вищого навчального закладу програм щодо становлення та розвитку ціннісних орієнтацій молодих