



ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ПІДЛІТКАМ У ФОРМУВАННІ САМОЦІННОСТІ МЕТОДАМИ АСПН

Мартинчук Тетяна

*здобувачка другого (магістерського) рівня вищої освіти
педагогічного факультету заочної форми навчання
Приватного вищого навчального закладу
«Міжнародний економіко-гуманітарний університет
імені академіка Степана Дем'янчука»
м. Рівне, Україна*

Науковий керівник: кандидат психологічних наук, доцент Оксана Мороз

Підлітковий період – це період розвитку між дитинством і дорослістю, важкий період статевого дозрівання і психологічного дорослішання дитини. У складних умовах сьогодення підлітки все частіше постають перед психологічними та соціальними викликами. Це вимагає впровадження методів, які сприяють зниженню стресу, розвитку емоційного інтелекту та формуванню усвідомлення своєї самоцінності.

Категорія самоцінності має неоднозначне трактування у психологічній літературі. Її пов'язують із аспектом самосвідомості, образом Я, самооцінкою і ціннісним самоставленням [4]. Дослідженню цих конструктів, їхній сутності, структурі та індивідуально-психологічній значущості присвячені праці зарубіжних вчених, зокрема А. Адлера, Р. Асаджолі, У. Джеймса, Е. Еріксона, С. Куперсміта, Дж. Маккарті, А. Маслоу, К. Роджерса, М. Розенберга.

Одним із продуктивних шляхів формування у підлітків самоцінності є груповий метод активного соціально-психологічного навчання (АСПН), який розробила академік НАПН України Т. С. Яценко[5]. Він характеризується економічністю, об'єктивністю, а інтерпретація психолога завжди представлена з урахуванням вражень інших членів групи. Глибинно-психологічна робота з підлітками за методом АСПН передбачає дотримання принципів функціонування групи, що передбачають: звертання один до одного на „ти”, спілкування на рівні „людина-людина”, відвертість, розгляд ситуації „тут і тепер”, добровільність, конфіденційність, відсутність оцінних суджень, критики, об'єктивування емоційних станів, вільне вираження почуттів та уникнення їх критики.

В основі моделі внутрішньої динаміки психіки Т.С. Яценко лежить об'єктивування механізмів інтрапротиріч та психодинаміки в рамках внутрішньої цілісності психіки [8, с. 157]. Важливим принципом роботи у групі АСПН є невимушеність і спонтанність, що забезпечує належний

мікроклімат у групі, сприяє самопізнанню, розвінчуванню глибинно-психологічних чинників негативних емоційних станів підлітків тощо. Гуманістичне спрямування групових психокорекційних занять за методом АСПН усуває можливість об'єктивування критики, тому вираження неприйняття матеріалу суб'єкта можливе у формі конфронтації, за допомогою якої здійснюється представлення інформації необхідної для особистого самопізнання підлітка.

У процесі психокорекційних занять за методом АСПН актуалізується когнітивний потенціал і розумові можливості підлітка. Його мислення є сформованим і здатним до абстрактних узагальнень, систематизації отриманої інформації, що підкреслює адекватність використання психокорекції за цим методом [7]. Неприпустимою є поляризація матеріалу на позитивний – негативний, гарний – поганий, кращий – гірший. Відсутність оцінювання важливе не лише з морально боку, але й дидактичного, що є поширеним у шкільних умовах. Складним завданням для підлітків є сприйняття один одного без оцінних суджень та забезпечення максимальної емоційної розкритості, відкритості, позбавлення напруги, що може гальмувати їхню активність у ситуації „тут і тепер”. Нівелювання такої поляризації сприяє виявленню спонтанної та невимушеної поведінки підлітків, легкому вияву емоційних станів різної валентності, усуненню заохочення й покарання.

Специфіка формування самоцінності та психокорекційного процесу групової роботи за методом АСПН виражається в єдності всіх методичних прийомів, в пізнанні цілісних проявів психіки учасників навчання з її свідомою та несвідомою сферами. У зв'язку з тим, що цей метод орієнтується на глибинні аспекти психіки підлітка, тобто її несвідомі вияви, суттєвого значення набуває спонтанна, невимушена поведінка, що забезпечує пізнання внутрішньої детермінованості вчинків, усвідомлення своєї самоцінності. Задля цього в групі мінімізується формальна структурованість усіх процедур, прийомів і пропозицій керівника.

Подібна робота у групі дозволяє індивіду стати менш залежним від зовнішніх впливів, більш здібним до внутрішньої обумовленості розвитку на шляху до вдосконалення [9, с. 317]

Важливим завданням є об'єктивування та усвідомлення власної особистісної проблеми, яка зумовлює виникнення дисфункцій емоційної сфери. До таких занять підліток може усвідомлювати лише наслідки дії особистісної проблеми, а саме: відчуття напруженості, тривоги, очікування невдачі, підвищену агресивність, пасивність, апатію тощо. Причому усвідомлюючи їх, він не розуміє ролі глибинно-психологічних чинників й її впливу на емоційну сферу та психіку в цілому. Виникнення особистісної проблеми спостерігається в ранньому дитинстві за наявності внутрішньої суперечності, яка маскується за рахунок суб'єктивної інтеграції психіки



підлітка. Аналіз матеріалу отриманого у ході занять доводить, що захисти виконують подвійну функцію, по-перше, вони забезпечують збереження й задоволення інфантильних інтересів „Я”; по-друге, – захист „Я” в актуальних умовах життєдіяльності.

Отже, під час психокорекційного навчання спостерігається прийняття групових цінностей та формування навичок прийняття інших, взаємопідтримки й усунення ситуативних захистів. Психодіагностичні та психокорекційні процеси АСПН мають процесуальний характер і здійснюються відповідно до вимог багаторівневості та порційності. Завдяки цим процесам групова робота набуває керованості й цілеспрямованості, що зорієнтовані на забезпечення індивідуально-неповторного психокорекційного результату кожного учасника тренінгового заняття. Матеріал психологічного пізнання, отриманий у процесі занять АСПН, забезпечує проникнення в зміст несвідомого шляхом позовжнього аналізу інваріантних характеристик поведінки підлітка. Пізнання стабілізованих характеристик психіки забезпечується об'єктивуванням феномену базових захистів, когнітивною основою яких є логіка несвідомого. Психокорекційна робота з підлітками глибинного спрямування забезпечує розкриття внутрішнього потенціалу особистості, латентних можливостей і резервних ресурсів психіки. Загалом психокорекція сприяє оптимізації емоційного та психічного стану суб'єкта в цілому. У процесі психокорекційних занять за методом АСПН актуалізується когнітивний потенціал і розумові можливості підлітка, формується усвідомлення самоцінності. Його мислення є сформованим і здатним до абстрактних узагальнень, систематизації отриманої інформації, що підкреслює адекватність використання психокорекції за цим методом.

ЛІТЕРАТУРА

1. Балл Г. О. Про психологічний зміст особистісної свободи // Педагогіка і психологія. – 1996. – № 3. – С 18–26.
2. Бондаренко А. Ф. Психологічна допомога: теорія і практика. – К.: Освіта України, 2007. – 332 с.
3. Татенко В. А. До проблеми автентичності людського буття: парадигма вчинку // Розвиток педагогічної і психологічної наук в Україні 1992 – 2002: Збірник наукових праць до 10-річчя АПН України / Академія педагогічних наук України. – Харків: ОВС, 2002. – Ч. 1. – С. 550–563.
4. Чепелєва Н. В. Теоретико-методологічні засади психологічної герменевтики // Розвиток педагогічної і психологічної наук в Україні 1992-2002. Збірник наукових праць до 10-річчя АПН України / Академія педагогічних наук України. – Харків: ОВС, 2002. – Частина 1. – С. 503–516.

5. Яценко Т. С., Авраменко С. М., Зажирко М. П., Харенко С. Г. Прикладні аспекти застосування активного соціально-психологічного навчання у школі: Навч. посібник. – Черкаси: видавець Чабаненко Ю., 2006. – 112 с.
6. Яценко Т. С., Іваненко Б. Б., Харенко С. Г. Об'єктні відношення та їх глибинно-психологічний зміст // Психологія і суспільство – Тернопіль: ТОВ Гал-друк, 2005. – № 3. – С. 53–58.
7. Яценко Т. С. Основи глибинної психокорекції: феноменологія, теорія і практика: Навч. посіб. – К.: Вища шк., 2006. – 382 с.
8. Теорія і практика глибинної психокорекції / Сост.: С.М. Аврамченко, Н.В. Дметерко, М.П. Зажирко, І.В. Євтушенко, А.Е. Мелоян, С.Ш. Раджабова: під ред. Академіка Т.С. Яценко. – Донецьк: ДПіП, 2008. – 268 с.
9. Фрейд З. Лекції по введенню в психоаналіз / З. Фрейд. – М.: 2007. – 456 с.