

професійного самовизначення свідчить про те, що професійне самовизначення є динамічним процесом розвитку внутрішньої активності і самоактуалізації особистості. Найбільш значимими творчими якостями особистості для успішного професійного самовизначення є: творча активність (креативність), незалежність і самостійність у прийнятті рішень, аналогічність (здатність до активного співробітництва), гнучкість поведінки, рефлексія і сенситивність. Усі перелічені риси, властиві творчій особистості, тому саме розвиток творчих якостей особистості припускає успішне професійне самовизначення.

### Література

1. Пономарев Я. А. Психология творчества : избранные психол. труды / Я.А.Пономарев. — М. : Академия педагогических и социальных наук, Московский психолого-социальный ин-т, 1999. — 480 с.
2. Фридман Л. М. Психология детей и подростков : справочник для учителей и воспитателей / Фридман Л. М. — М. : Институт психотерапии, 2003. — 479 с.
3. Фромм Еріх. Мати чи бути? / Еріх Фромм ; [пер. з англ. Ольги Михайлової та Андрія Буряка]. — К. : Український письменник, 2010. — 222 с.
4. Хьелл Л. Теория личности: основные положения, исследования и применение : учеб. пособие [для студ. и аспирантов психол. фак., слушателей курсов психол. дисциплин на гуманит. фак. вузов РФ] / Л.Хьелл, Д. Зиглер ; [пер.с англ. : С. Меленевская, Д. Викторова]. — СПб. : Питер, 1997. — 608 с.

*І. В. Мудрік*  
*м. Київ*

## ВПЛИВ РІЗНИХ ФОРМ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ НА ФОРМУВАННЯ САМОСВІДОМОСТІ ОСОБИСТОСТІ

**Анотація.** Визначено вплив на самосвідомість особистості різних організаційних форм фізичного виховання.

**Ключові слова:** самосвідомість, фізичне виховання.

Аналіз вітчизняних і зарубіжних публікацій свідчить, що Я-концепція як результат розвитку самосвідомості в онтогенезі досліджували Р. Бернс, В. Дžeme, Е. Еріксон, К. Роджерс, М. Розенберг, З. Карпенко, Ч. Кулі, Дж. Мід, Л. Орбан-Лембрик, В. Петровський, Л. Терлецька, В. Юрченко, Т. Шибутані, Т. Яценкота та ін. В українській психології самосвідомість особистості та її структурні утворення вивчали М. Боришевський, І. Бех, В. Васютинський, С. Васківська, Т. Дмитрова, В. Романець, Т. Титаренко, П. Чамата, О. Шевченко, Т. Яблонська та ін.

З'ясовано, що уявлення науковців про напрями розвитку самосвідомості не завжди збігаються. Одні психологи (Д. Фельдштейн) вважають, що самосвідомість особистості розвивається завдяки діяльнісному компоненту, інші (І. Чеснокова) розглядають самосвідомість як єдність самоусвідомлення, емоційно-ціннісного ставлення до себе і саморегулювання поведінки. Існує думка (П. Чамата), що самосвідомість – це усвідомлення людиною себе у взаємовідносинах з навколишнім середовищем та іншими людьми.

Досліджувалися схеми тіла (Р. Моляко, А. Тхостов) й ціннісне ставлення власного фізичного “Я”. Наразі відсутні дослідження ціннісного ставлення до

власного фізичного “Я” і формування самосвідомості особистості в процесі фізичного виховання й фізичного самовдосконалення.

Зазначене спонукало дослідити формування свідомого ставлення особистості до власного фізичного “Я”, близького (товариші по спорту, друзі) та далекого оточення (знайомі або товариш за місцем навчання, мешкання) за різних педагогічних умов організації фізичного самовдосконалення; проаналізувати результати досліджень процесу формування самосвідомості й порівняти їх з іншими психолого-педагогічними дослідницькими результатами.

Дослідження проводились у контрольній і двох експериментальних групах студентів. До контрольної групи було відібрано студенти, які тренувалися в основних навчальних відділеннях, займалися загальною фізичною підготовкою. До першої експериментальної групи – студентів, які тренувалися у спортивних навчальних відділеннях з індивідуальних видів спорту (види легкої атлетики, атлетичної гімнастики та ін.). До другої експериментальної групи – студентів, які тренувалися у спортивних навчальних відділеннях з колективних (ігрових) видів спорту.

При формуванні контрольної і експериментальних груп ми послуговувалися гіпотези, що у студентів контрольної і першої експериментальної груп мотивація до фізичного самовдосконалення має бути іншою, порівняно зі студентами другої експериментальної групи. Навчально-виховні заняття у студентів контрольної групи мають загальнорозвивальний характер і зазвичай спрямовані на загальну фізичну підготовку. Навчально-виховні заняття студентів першої експериментальної групи, які займаються індивідуальними видами спорту (гімнастика, атлетична гімнастика, важка атлетика, біг на середні та довгі дистанції тощо), спрямовані на розвиток особистих фізичних, функціональних і морально-вольових якостей. Навчально-виховні заняття студентів другої експериментальної групи, які займаються ігровими видами спорту (футбол, баскетбол, волейбол), також мають загальнорозвивальний характер і зазвичай спрямовані не стільки на розвиток окремих фізичних якостей, скільки на розвиток техніки, тактики (колективних дій), морально-вольових якостей.

Дослідження самооцінки стану власного фізичного розвитку і фізичного розвитку близького (друзі, товариші зі спортивного колективу) і далекого (знайомі за місцем мешкання або навчання) оточення свідчать що більшість студентів контрольної групи, не залежно від фізичної підготовленості, по-різному оцінюють стан свого фізичного розвитку. У контрольній групі неадекватну завищену і занижену самооцінку власному фізичному розвитку дають 3 – 5% студентів.

У свідомості студентів першої експериментальної групи частина власного “Я” в особистому життєвому просторі посідає перше місце, а близьке і далеке оточення посідає друге-третє місця. У спортивному просторі на першому місці – ціннісне ставлення до своєї статури і стану фізичної тренуваності, на другому і третьому – показники, які характеризують ставлення до статури і стану фізичної тренуваності близького і далекого оточення.

У свідомості студентів другої експериментальної групи частина власного “Я” в особистому життєвому просторі посідає друге місце, близьке оточення –

перше, а далеке оточення – третє. У спортивному просторі на другому місці знаходяться показники, які характеризують їхнє ставлення до своєї статури і стану фізичного розвитку, цим показникам близького оточення відводиться перше місце, а далекого оточення – третє місце.

Таким чином, у свідомості студентів, які тренуються у групах з індивідуальних видів спорту перше місце посідають показники, які характеризують власне “Я”, як у життєвому, так і в спортивному просторі. У свідомості студентів, які тренуються у групах з ігрових видів спорту, де успіх залежить від колективних дій, перше місце посідають показники “Ми”, як у життєвому, так і спортивному просторі. Зазначене свідчить про відмінності у свідомості у студентів, які сформувалися під впливом власного життєвого досвіду і різних організаційних форм фізичного вдосконалення. Студенти, які тренуються у колективних (ігрових) видах спорту, інколи помиляються в оцінці можливостей своєї або іншої команди “Вони”.

У психолого-педагогічній літературі “Я-концепцію” розглядають як динамічну сукупність властивих кожній особистості установок (за Д.Узнадзе), спрямованих на саму особистість. Адекватна самооцінка може бути як позитивною, так і негативною. Позитивне самооцінювання про переважно позитивне ставлення особистості до себе, самосприйняття себе, відчуття власної цінності. За позитивної “Я-концепції” ціннісне ставлення до себе і до іншої людини характеризується схильністю до розуміння позиції іншого, здатністю до особистого зростання, відповідністю своїй сутності, відповідальністю за свій вибір і вчинки.

Негативне самооцінювання свідчить про негативне ставлення особистості до власного фізичного стану, що супроводжується пригніченістю, зневірою у власних силах. Занижене самооцінювання доцільно розглядати як негативну “Я-концепцію”, негативне ставлення до себе, внутрішнє неприйняття себе, відчуття власної неповноцінності.

Неадекватне самооцінювання може бути наслідком завищеного чи заниженого самооцінювання, яке не відповідає реальному “Я”. Порушення емоційного механізму “Я-концепції”, суперечність уявлень, відчуття, ідей призводять до дисгармонії особистості. Такий стан у соціології називають “когнітивним дисонансом”. Внутрішня суперечність “Я-концепції” може бути причиною виникнення стресу, пригніченості. За негативною “Я-концепції” знижується соціальна активність особистості, втрачається бажання саморозвитку, самовдосконалення, самоактуалізації, активної адаптації. На це також звертав увагу у своїх дослідженнях К. Роджерс.

Адекватна самооцінка і позитивна “Я-концепція” формуються і підкріплюються завдяки позитивним реакціям і оцінкам авторитетних, значущих для особистості людей. На самооцінку також впливає ціннісне ставлення особистості до певного явища.

Вважаємо, що ціннісне ставлення до власного фізичного “Я” треба розглядати як детермінанту поведінки особистості в трьох напрямках: 1) як особа сприймає себе та інших (близьке оточення); 2) як інші (близьке оточення) сприймають тебе; 3) як особа оцінює і розуміє своє місце у певному просторі.

Самосвідомість особистості – складне особистісне утворення, його структура складається з пов'язаних одиниць: самооцінки, рівня домагань, соціально-психологічних очікувань та образу “Я”. М. Боришевський визначає останню складову як інтегральну форму самосвідомості людини. Аналіз структури особистості дає змогу авторові з'ясувати, що образ “Я” є тим “каркасом”, який сприяє особистості у виборі певної лінії поведінки та є загалом глобальним механізмом її саморегуляції. М. Боришевський вважає, що відповідальність, почуття обов'язку, соціальної причетності, розуміння власних бажань та інтересів тих, хто поруч).

Проведені дослідження і аналіз дають підстави для припущення, що ціннісне ставлення до власного фізичного “Я” доцільно розглядати з позицій теорій свідомості та “Я-концепції” особистості, як системне інтегральне утворення, зумовлене впливом когнітивного, емоційно-ціннісного і поведінкового компонентів. Останні акумулюють знання суб'єкта про себе й інших, особистісні розумові утворення, переживання суб'єктом своєї самооцінки порівняно з оцінкою інших суб'єктів, а також з оцінкою і самооцінкою властивостей і якостей, можливостей, цінностей, які проявляються у життєвому, навчальному, спортивно-оздоровчому просторі.

Ми припускаємо, що фізичне тренування особистості є фактором, який впливає на відчуття особистих цінностей та прийняття образу “Я”, формує також самосвідомість особистості й сприяє її орієнтації на власне фізичне самовдосконалення. Суб'єкт-об'єктний аспект нашого дослідження припускає наявність відповідного ставлення до свого фізичного стану, фізичного стану інших людей, що відображається у різних типах зв'язку “Я-Ти”, “Я-Ми”, “Ми-Вони” і відповідає поглядам інших науковців (К. Абульханова, В. Агапов). На нашу думку, у процесі формування навчально-виховного спортивного середовища (педагогічних умов) необхідно враховувати характер спортивної діяльності (індивідуальну або колективну спортивну конкуренцію), що задовольняє різні сторони власного “Я” й сприяє процесу формуванню індивідуальної або колективної самосвідомості.

*Г. А. Назаренко*

*м. Київ*

## **ВИХОВАННЯ КУЛЬТУРИ ДЕМОКРАТИЗМУ СТАРШОКЛАСНИКІВ НА ОСНОВІ ВИКОРИСТАННЯ ІКТ: КОНЦЕПТУАЛЬНО-ДІАГНОСТИЧНИЙ ЕТАП ДОСЛІДНО-ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЇ РОБОТИ**

*Анотація.* Розкрито зміст виховання культури демократизму старшокласників на основі використання інформаційно-комунікаційних технологій.

*Ключові слова:* культура демократизму, інформаційно-комунікаційні технології.

Демократизація політичного життя нашої держави передбачає визнання (не лише декларативно, а й на практиці) народу, громадян джерелом влади; гарантоване включення громадськості у механізм влади, в процеси підготовки, прийняття і реалізації рішень; набуття значущості суб'єктом політичного життя