

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Сумський державний університет

Факультет іноземної філології та соціальних комунікацій
Кафедра психології, політології та соціокультурних технологій

«До захисту допущено»

В.о. завідувача кафедри
психології, політології та
соціокультурних технологій
_____ Андріана КОСТЕНКО
(підпис) (Ім'я та ПРІЗВИЩЕ)
_____ 2023 р.

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття освітнього ступеня бакалавр
зі спеціальності 053 Психологія,
Освітньо-професійної програми Психологія
на тему: «Особливості ціннісних орієнтацій сучасних підлітків»

Здобувачки групи ПЛз-91с
Сіробаби Марини Сергіївни

Кваліфікаційна робота містить результати власних досліджень.
Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на
відповідне джерело.

(підпис)

Марина СІРОБАБА
(Ім'я та ПРІЗВИЩЕ здобувача)

Науковий керівник, кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології,
політології та соціокультурних Сергій НІКОЛАЄНКО _____
(посада, науковий ступінь, вчене звання, Ім'я та ПРІЗВИЩЕ) (підпис)

ЗМІСТ

Анотація.....	
ВСТУП.....	
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ СУЧАСНИХ ПІДЛІТКІВ.....	8
1.1. Поняття цінностей та ціннісних орієнтацій у психолого-педагогічній літературі	8
1.2. Психологічні особливості ціннісних орієнтацій у підлітковому віці.....	20
Висновки до розділу 1	32
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ.....	34
2.1. Процедура та методи дослідження ціннісних орієнтацій старших підлітків.....	34
2.2. Аналіз отриманих результатів емпіричного дослідження ціннісних орієнтацій старших підлітків	35
Висновки до розділу 2	46
РОЗДІЛ 3. ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ.....	49
3.1. Основні підходи для розвитку ціннісних орієнтацій підлітків.....	49
3.2. Програма розвитку ціннісних орієнтацій у старших підлітків.....	55
3.3. Апробація програми розвитку ціннісних орієнтацій у старших підлітків.....	78
Висновки до розділу 3.....	79
ВИСНОВКИ.....	81
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	85
ДОДАТКИ.....	90

Анотація

В бакалаврській роботі на тему «Особливості ціннісних орієнтацій сучасних підлітків» розглянуті та охарактеризовані поняття ціннісних орієнтацій, їх основні чинники формування. Був здійснений аналіз теоретичного змісту та проведене емпіричне дослідження особливостей ціннісних орієнтацій старших підлітків. Була використана методика для визначення пріоритетності ціннісних орієнтацій у старших підлітків. Використовувалися статистичні коефіцієнти, які дозволили проаналізувати кореляційний зв'язок між ціннісними орієнтаціями та статтю підлітків, а також їх віком. Проаналізовано психологічні підходи та обґрунтована доцільність їх використання для розвитку ціннісних орієнтацій старших підлітків. Розроблена програма розвитку ціннісних орієнтацій старших підлітків із застосуванням методів когнітивно-поведінкової терапії та соціально-психологічного тренінгу. Була проведена часткова апробація створеної нами програми розвитку ціннісних орієнтацій старших підлітків. Описані та проаналізовані особливості проведення заняття в онлайн-режимі.

Ключові слова: цінності, ціннісні орієнтації, підлітки, особистість, соціально-психологічний тренінг, корекція, розвиток.

Summary

In The Bachelor's thesis on the topic "features of value orientations of modern adolescents", the concepts of value orientations and their main factors of formation are considered and characterized. The theoretical content was analyzed and an empirical study of the features of value orientations of older adolescents was conducted. The technique was used to determine the priority of value orientations in older adolescents. Statistical coefficients were used to analyze the correlation between value orientations and the gender of adolescents, as well as their age. Psychological approaches are analyzed and the expediency of their use for the development of value orientations of older adolescents is justified. A program for the development of value orientations of older adolescents using methods of cognitive behavioral therapy and socio-psychological training has been developed. A partial testing of the program for the development of value orientations of older adolescents was carried out. The features of conducting classes online are described and analyzed.

Key words: values, value orientations, adolescents, personality, socio-psychological training, correction, development.

ВСТУП

Актуальність дослідження. У підлітків активно йде формування самосвідомості, розвиваються незалежні системи самооцінки і незалежних стандартів, все більшого розвитку набуває вміння проникати у світ власного «Я».

Підлітковий вік важливий для розвитку самооцінки і зміцнення самоповаги. Будучи основним регулятором поведінки і діяльності, самоповага безпосередньо впливає на процес самосвідомості, самовиховання і загального саморозвитку.

У разі виникнення соціальної кризи неповнолітні найменш захищені суспільством, недостатньо морально підготовлені та вразливі. Не маючи достатнього життєвого досвіду та моральних переконань, не вміючи розрізняти реальні та уявні цінності, вони часто фіксують у своїй свідомості та діях негативні тенденції розвитку суспільства.

Наразі українське суспільство перебуває в процесі трансформації соціальних і моральних відносин. Цей процес супроводжується значним оновленням культурних і моральних цінностей, що, в свою чергу, впливає на психологічну і практичну діяльність сучасної людини.

Ціннісні орієнтації молоді в сучасних умовах в основному пов'язані зі зростаючою потребою у формуванні позитивної і творчої особистості, умінні знаходити своє місце в житті, самовизначенні і самореалізації, а також з необхідністю визначення духовного потенціалу підростаючого покоління, їх цінності для суспільства. Ось чому проблема ціннісних орієнтацій підлітків продовжує привертати увагу соціологів, філософів, психологів та педагогів. Проблема ціннісних орієнтацій широко вивчалася в психології в країні і за кордоном (М. І. Алексєєва, Б. Г. Ананьєв, М. І. Боришевський, Г. С. Костюк, А. Н. Леонтєв, С. Д. Максименко, І. Н. М'ясищев, С. Л. Рубінштейн, А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл та ін.).

Дослідженнями встановлено, що ціннісні орієнтації, їх зміст і спрямованість постійно специфічні для людини і, будучи показником рівня її

розвитку, виражають внутрішню структуру її ставлення до різних цінностей матеріального і духовного світу. У той же час слід зазначити, що хоча вчені виявляють великий інтерес до проблеми цінностей та ціннісних орієнтацій, ці поняття все ще чітко не визначені і можуть у повній мірі задовольнити інші дослідницькі школи. В експериментальних дослідженнях вченим важко розробляти інструменти та методи дослідження. Вивчення ціннісних орієнтацій молоді необхідно для визначення основних тенденцій в процесі зміни матеріальних і духовних цінностей в сучасному суспільстві. Через кілька років сучасна молодь остаточно визначиться зі своїми цінностями, і наступне покоління прийме ці цінності. Зараз є найголовнішим - виявити проблемні негативні тенденції, і, коли ще є час, спробувати направити процес формування ціннісних орієнтацій на засвоєння позитивних цінностей, вироблених попередніми поколіннями.

Мета дослідження: дослідити особливості ціннісних орієнтацій у старших підлітків; розробити програму розвитку ціннісних орієнтацій старших підлітків.

Об'єкт дослідження - ціннісні орієнтації особистості.

Предмет дослідження – ціннісні орієнтації старших підлітків.

Для реалізації мети дослідження нами висунуто наступні **завдання:**

1. Визначити теоретичні засади вивчення особливостей ціннісних орієнтацій сучасних підлітків.
2. Емпірично дослідити особливості ціннісних орієнтацій старших підлітків.
3. Виявити зв'язок між ціннісними орієнтаціями та статтю старших підлітків
4. Скласти програму розвитку ціннісних орієнтацій старших підлітків.

Гіпотеза дослідження: 1) ціннісні орієнтації мають позитивний зв'язок зі статтю старших підлітків; 2) розвиток ціннісних орієнтацій старших підлітків можливий методами когнітивно-поведінкової терапії та соціально-психологічного тренінгу.

Методи дослідження:

1) теоретичні методи: аналіз, узагальнення та систематизація інформації з наукової літератури;

2) емпіричні методи: спостереження, бесіди, методика «Діагностика ціннісних орієнтацій підлітків» В. Ф. Сопова та Л. В. Карпушиной;

3) методи математичної статистики;

4) методи когнітивно-поведінкової терапії та соціально-психологічного тренінгу (вправи, дискусії, ігри тощо).

Теоретичне значення дослідження полягає у тому, що було уточнено та поглиблено знання про ціннісні орієнтації сучасних старших підлітків, а також зв'язок ціннісних орієнтацій зі статтю старших підлітків.

Практичне значення дослідження полягає у тому, що нами було розроблено програму корекції та розвитку ціннісних орієнтацій старших підлітків, яка може бути використана для підготовки практичних психологів до професійної діяльності, а також вчителями середньої школи у процесі виховної діяльності.

Структура та обсяг роботи: Робота складається з вступу, трьох розділів, кожний з яких містить в собі по два параграфи, висновків до розділів, загальних висновків, списку літератури, який містить 49 джерел, та додатків. Загальний обсяг дипломної роботи - 92 сторінки.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ СУЧАСНИХ ПІДЛІТКІВ

1.1. Поняття цінностей та ціннісних орієнтацій у психолого-педагогічній літературі

Протягом століть в суспільстві завжди присутній та є актуальним конфлікт поколінь. Сучасна молодь опиняється в важкому становищі: різні потрясіння в соціально-економічній структурі супроводжуються кризою цінностей в свідомості. Ті соціальні цінності, якими керувалось життя «батьків», зараз не мають того практичного значення в житті «дітей» [33].

Ціннісні орієнтації формуються на основі базових або базисних цінностей. Їхні змістове значення і актуальність являються доволі різними в житті окремих людей та окремих народів. Ціннісна орієнтація визначає сенс життя кожної людини. У різні століття та епохи визначаються різні об'єкти цінностей. Окремі люди або соціальні групи мають різну життєву орієнтацію [47].

Поняття «цінність» є дуже близьким до поняття «ціннісна орієнтація». Використовувати дане поняття як «ціннісна орієнтація» почав вперше американський соціолог Т. Парсонс. Ціннісні орієнтації – це певна ієрархія індивідуальних та групових цінностей. Ті чи інші цінності мають більшу або меншу значущість для кожного індивіда, і на основі цього обираються сфери та цілі діяльності та відповідні засоби для їх досягнення. Ціннісні орієнтації є найважливішим елементом свідомості людини. Вони відображають світоглядні уявлення, переконання та знання індивіда в темах моралі, естетики, права, політики, екології, економіки [3, с. 53].

Кожна зріла особистість має центральне особистісне утворення таке як система ціннісних орієнтацій. Вона відображає осмислене ставлення людини до соціальної реальності, тим самим визначає чим мотивується поведінка, що в свою чергу істотно впливає на всі види діяльності індивіда. Ціннісні орієнтації особистості визначають внутрішню готовність до виконання певних дій для задоволення потреб та інтересів, вказуючи напрямок поведінки.

Ціннісні орієнтації - це відносно стійка, соціально зумовлена система

уявлень про загальні матеріальні і духовні блага та ідеали, які індивід або людська спільнота визнали важливими, необхідними і корисними для себе, а також про найбільш прийнятні і ціннісні способи їх досягнення. Цінності та потреби мають тісний зв'язок.

Існує також точка зору таких науковців, як С. Тасаєв. Він вважає цінністю всі реальні або уявні предмети і події, що мають значення для людини (включаючи саму людину як найвищу цінність), які вона оцінює, відбирає і використовує з метою розвитку людської особистості та суспільства [28, с. 43].

В той же час, В.А. Василенко говорить, що цінність - це не що інше, як момент важливості для життя якоїсь події, речі, дії, чого-небудь значущого для життя певної людини, групи чи суспільства, а також роль цих елементів в їх житті [34, с. 102].

Цінності являються характерними утвореннями людської свідомості. Вони надають загальні уявлення про ідеали та блага в соціальній та індивідуальній свідомості. Вибудовуються оптимальніші способи для їх набуття.

Наразі немає загального підходу для вирішення цієї проблеми. Проте, зазначивши існуючі підходи в різних концепціях щодо проблеми цінностей, можна класифікувати їх на таких підставах:

- сфери соціального життя;
- суб'єкти або носії цінностей;
- ролі цінностей в житті соціуму.

Залежно від основних сфер соціального життя зазвичай виділяють три групи цінностей:

- матеріальні;
- соціально-політичні;
- духовні.

Матеріальними цінностями вважаються важливі та ціннісні природні об'єкти та предмети, якими є елементи роботи та предмети, які постійно споживаються. Природні блага являються природними цінностями. Предметними цінностями являються матеріальні речі, які були створені руками

людини, та речі, які являються культурною спадщиною з часів минулого.

Соціально-політичними цінностями називають соціальні та політичні явища, акти, події та дії, які мають ціннісне значення. До такого роду цінностей можна віднести соціальне благо, яке займає місце в соціальній та політичній сферах, а також прогресивне значення історичних подій, які позитивно впливають на соціальне процвітання, мир та поглиблення співпраці між народами. Нормативно-оцінна сторона явищ свідомості суспільства, яка виражається у певних формах називається духовними цінностями. Цінності моралі, філософії, науки, мистецтва, права прийнято вважати духовними цінностями.

Хоч всі види цінностей, такі як духовні, матеріальні, соціально- політичні та інші, мають відмінності між собою, проте в цей же час вони тісно взаємопов'язані. Кожен вид має спільний аспект, яких їх поєднує. Є також цінності, які можна одночасно віднести і до соціальнополітичних, і до духовних, і до матеріальних. Такі цінності є загальнозначущі для людей. Серед них, такими цінностями є життя, свобода, здоров'я, і тому подібні.

Цінності класифікують також по суб'єктам:

- індивідуальні,
- групові
- загальнолюдські.

Індивідуальною або особистісною цінністю називають ціннісну значущість якогось предмета, події, явища, ідеї для окремої людини. Кожна людина має здатність по-своєму оцінювати будь-який предмет, подію, явище та ідею. І в кожного індивіда своя цінність того або іншого предмета. Коренем особистісних цінностей є потреби та інтереси самої людини. Вони характеризуються певними смаками, схильностями, звичками, знаннями та будь-якими іншими індивідуальними особливостями людини.

В групових чи загальнолюдських цінностях основою є предмет, ідея, явище, які позитивно оцінюються не однією людиною, а декількома.

Груповими цінностями є цінність предметів, явищ та ідей будь-якої групи

(класу, країни, колективної праці і т.д.). Групові цінності дуже важливі для життя конкретної колективної групи, яка об'єднує індивідів, і містить в собі спільні інтереси і ціннісні орієнтації.

Загальнолюдськими цінностями є цінності об'єктів, явищ та ідей, які прийняті на міжнародному рівні. Загальнолюдські цінності складаються: перш за все, з соціально-політичних та моральних принципів, які розділяють більшість населення міжнародного співтовариства. До них відносяться загальнолюдські ідеали, національні цілі і основні засоби досягнення цих цілей (соціальна справедливість, людська гідність, громадянська відповідальність і т.д.). Загальнолюдські цінності також включають в себе природні цінності та цінності глобального характеру та важливості: підтримання миру, роззброєння, міжнародний економічний порядок та інші питання. З точки зору тієї ролі, яку цінності відіграють у житті суспільства і людини, їх можна розділити на три групи:

1. Цінності, які займають другорядне місце в важливості та значущості для людини і суспільства. Без цих цінностей звичайне функціонування суспільства і людей не буде порушено або кардинально змінено.

2. Повсякденні потреби та цінності повсякденного життя. Більшість духовних та матеріальних цінностей відносяться саме до цієї групи. Ці цінності слугують для того, щоб задовольнити потреби людини матеріального та духовного характеру. Вони являються основою функціонування та розвитку суспільства.

3. Вищі цінності являються надзвичайно важливими цінностями. В їх основі лежать базові стосунки та людські потреби. Вищі цінності дають змогу існувати не тільки одній людині, а і всьому суспільству. Вони є основою нормального існування. Вищі цінності пов'язані з особистим життям індивіда, яке виходить за його межі. Вони знаходяться вище, ніж сам індивід. Ці цінності визначають його власне життя, та його доля будується саме на їх основі. Найвища цінність має універсальний характер. Основу вищих цінностей складають матеріальні, духовні та соціально-політичні цінності. Ними

являються: світ, життя людства; уявлення про свободу, справедливість, права та обов'язки людей, кохання та дружбу; родинні зв'язки; діяльність та зайнятість (творення, праця, творчість, пізнання істини); самозбереження (життя та здоров'я); самореалізація та самоствердження; цінності, що характеризують вибір особистих якостей (вірність, чесність, справедливість, хоробрість, добро) та інші.

У науку соціологами Томасом і Ф. Знанецьким було введено поняття особистісної ціннісної орієнтації. Вони вважають, що ціннісна орієнтація являє собою соціальну установку індивіда, яка впливає на його поведінку і визначає його. Таким чином, ціннісна орієнтація стала предметом досліджень і дала багато різних пояснень.

Існує кілька пояснень того, що таке ціннісна орієнтація. Ціннісна орієнтація - це внутрішній компонент особистісної структури, який формується і інтегрується через життєвий досвід людини в процесі соціалізації та соціальної адаптації.

Різні автори приділяють багато уваги відмінностям між ціннісними орієнтаціями та цінностями, оскільки вони мають велике значення для окремих людей.

Цінності - це основа для пошуку сенсу і цілей в житті, а також засобів їх досягнення. Цінності визначають, що важливо для людини, і ціннісна орієнтація проявляється в розумінні цих цінностей. Ціннісна орієнтація - надзвичайно важливий елемент свідомості, особливо засіб взаємодії зі світом та іншими людьми. Оскільки ціннісні орієнтації тісно пов'язані з поведінкою людини, вони можуть відображати її внутрішню готовність задовольняти свої власні потреби і цілі. Це направляє поведінку. Ціннісна орієнтація - це суб'єктивне ставлення людини до об'єктивних умов життя, і саме система цінностей визначає її поведінку. Ціннісна орієнтація є важливою частиною особистісних і соціальних якостей людини. Сучасна психологія розрізняє поняття ціннісної орієнтації та суб'єктивну цінність, хоча багато дослідників вважають, що цінність є невід'ємною частиною ціннісної орієнтації. Взагалі кажучи, розуміння

взаємозв'язку між ціннісною орієнтацією і цінностями відображає значення цих понять для індивіда [34, с. 29].

Ціннісна орієнтація має три складові:

- Когнітивна або смислова, орієнтована на свій соціальний досвід; Вона є основою наукового пізнання індивідом дійсності та сприяє формуванню його ставлення до цінностей;
- емоційна, включає переживання свого ставлення до цих цінностей і визначає особистісний зміст цього ставлення;
- поведінкова, базується на результаті взаємодії перших двох елементів.

Через сприйняття реальності та її ціннісний досвід суб'єкт розвиває волю до дії та реалізує свій план відповідно до сформульованого плану.

Ціннісна орієнтація - це результат зовнішніх і внутрішніх взаємодій в процесі розвитку особистості, і це суб'єктивне відображення об'єктивного світу в свідомості конкретного індивіда. Цінності відіграють важливу роль у визначенні орієнтації індивіда і його орієнтації в соціальному середовищі.

Отже, виходячи з вищесказаного, можна сказати, що ціннісна орієнтація - це керівний принцип людини щодо станів, явищ і процесів в навколишньому житті, що направляє формування її цілей і шляхи їх досягнення. Вираження цінності життя у свідомості людини залежить від віку, нейропсихологічного розвитку та загального розвитку в цілому.

Цінність суспільства відбивається у важливих видах діяльності індивіда і відбивається в психологічній структурі людини у формі особистої цінності. Чим більший зв'язок цінність має із задоволенням основних потреб індивіда, тим важливіша ця цінність для людини і тим стабільніша її значущість. Ціннісна орієнтація особистості виконує кілька важливих функцій:

- Гармонізує та інтегрує духовний світ особистості та визначає її соціальну значущість;
- визначає цілісність, унікальність і неповторність особистості
- регулює поведінку і діяльність особистості в суспільстві, визначає її поведінку і вчинки.

Ціннісна орієнтація діє на свідомому та підсвідомому рівнях і визначає напрямок волевих зусиль, уваги та інтелекту.

Ціннісна орієнтація визначається свідомістю або підсвідомістю і формується в процесі особистого досвіду. У поточному стані вона являє собою набір ієрархічних особистісних цінностей і визначає спрямованість і вибірковість її поведінки.

Ціннісна орієнтація втілюється і розкривається через оцінку себе, інших і середовища проживання, організацію умов життя, прийняття рішень в конфліктних ситуаціях, вміння знаходити шляхи виходу з проблемних ситуацій. Вони визначають загальний поведінковий процес, пов'язаний з існуванням і моральним вибором, завдяки своїй здатності встановлювати і змінювати правила свого життя [43].

Загалом ціннісні орієнтації підлітків поступово формуються в процесі соціалізації внаслідок проникнення соціальної інформації в індивідуально-психологічний світ дитини. Формування ціннісно-орієнтаційної системи є процесом розвитку особистості, а сама ця система є засобом досягнення певних соціальних цілей [11].

Отже, ціннісна орієнтація - це в основному вибір або відмова від певного сенсу життя і бажання, або відмова діяти відповідно до нього. Ціннісні орієнтації задають загальний напрямок інтересів і прагнень людини, визначають пріоритети особистого вибору в різних областях, формують стимулюючі цілі і плани дій, визначають рівень домагань і прийняття рішень, а також орієнтують на своє життя.

Механізм ціннісної орієнтації реалізується у формі орієнтації на потреба-інтерес-ставлення-ціннісна орієнтація. Ставлення - це тенденція давати певну оцінку, засновану на соціальному досвіді людини по відношенню до певного соціального явища і його готовності діяти відповідно до цього судження.

Ціннісна орієнтація розглядається як загальна спрямованість свідомості і спрямованість особистості. Таким чином, ціннісні орієнтації - це гнучка система, що забезпечує вільний вибір, тому вона всебічно враховує індивідуальні інтереси

і потреби. Вона включає соціальні цінності в особисту поведінку і поведінкові механізми. Іншими словами, вона визнає, що вибірковість людської поведінки та сенс життя належать до людської точки зору. На основі ціннісних орієнтацій формуються особистісні переконання, які об'єднуються в систему і формують духовну культуру людини. Тому ціннісна орієнтація відображає характер конкретної людини як соціального суб'єкта. Ціннісна орієнтація репрезентує почуття самоствердження та самосприйняття людини [29].

Багато дослідників відзначають, що основною функцією ціннісних орієнтацій є регуляція поведінки людини. Розвиваючи систему ціннісних орієнтацій, людина активно бере участь у системі соціальних відносин і ціннісних орієнтацій, що визначають тип поведінки та діяльності [2], [4].

Ціннісна орієнтація визначає цілі діяльності та засоби для досягнення цих цілей. Зміст ціннісної орієнтації особистості визначає, як він сприймає ту чи іншу ситуацію, які завдання він поставив перед собою і які методи дій вибрав. Таким чином, ціннісна орієнтація відображає динамічну та ієрархічну систему цінностей, яка постійно змінюється та розвивається завдяки взаємодії між людьми та суспільством.

Підлітковий вік характеризується формуванням особливого типу молодіжної субкультури, під його впливом спрацьовує основний механізм культурної трансформації нових цінностей і нормативних моделей. Відомий психолог Б. Вітінас проаналізував механізм формування ціннісних орієнтацій і розкрив роль безкоштовної освіти і закріплених соціальних установок і переконань.

Інтерналізація - це процес, за допомогою якого соціальні установки перетворюються на певний людський досвід, заохочуючи позитивну поведінку та запобігаючи негативному. Отже, інтерналізація - це не тільки засвоєння соціальних норм, а й формування цих ідей як орієнтирів і регуляторів людського життя. Вважається, що соціальні концепції засвоюються людиною. Отже, процес формування ціннісної орієнтації полягає в перетворенні об'єктивної цінності в суб'єктивну і значиму цінність. Для того щоб оцінити ефективність ціннісної

орієнтації, Н. Н. Ушакова привела наступні критерії: ціннісні знання. Результатом тут є здатність формувати ціннісну орієнтацію. Вважається, що якщо молода людина повністю розуміє зміст, обсяг, актуальність і зв'язок цього поняття з іншими концепціями і може використовувати це поняття для вирішення практичних завдань, вона вже опанувала ефективну ціннісну диференціацію - це здатність молодих людей вибирати для них ефективну ціннісну орієнтацію [6, С. 27].

Розвинена ціннісна орієнтація-це ознака зрілості людини і показник його соціалізації. Стабільна і безперечна структура ціннісної орієнтації визначає розвиток таких особистісних якостей, як чесність, надійність, вірність певним принципам і ідеалам, позитивне ставлення до життя. Суперечності призводять до суперечностей у поведінці. Недорозвиненість ціннісних орієнтацій є симптомом дитинства, особливо у підростаючого покоління [3, с. 54].

Сьогодні, через відсутність чітко визначеної ціннісної орієнтації, сучасне суспільство переживає духовну кризу, яка головним чином позначається на стані моральної свідомості молоді. Різноманітні методи масової культури і сучасної філософської думки в основному фокусуються на практичності, гедонізмі і економічних цінностях (матеріальний комфорт, гроші, розваги, "спокій" і т.д.). Це небезпечно впливає на розвиток особистості молодих людей і підлітків. Ця вікова група дуже чутлива до формування моральних переконань і ціннісних пріоритетів. Ці переконання і пріоритети визначають основний напрямок особистісного розвитку, взаємин з іншими людьми і моральної поведінки. Найпривабливіший сучасний рекламний слоган - "розслабся!", "Давай повеселимося!", "Якщо ти такий розумний, чому ти такий бідний?", "Природно, в цьому немає нічого поганого!" "Використовуй протизаплідні таблетки!". В кінцевому рахунку, такий розвиток рекламної індустрії сформувало у молодого покоління байдужість до моральних і духовних цінностей, нечутливість до моралі і людським нормам, а також прагматичні і гедоністичні ціннісні орієнтації. Це, безсумнівно, впливає на міжособистісні стосунки та спільні сфери спілкування між молодими людьми, які є основними видами діяльності

підліткового віку.

Низький рівень розвитку моральних установок по відношенню до оточуючих призводить до внутрішніх особистісних конфліктів, що, в свою чергу, призводить до неврозів і дисгармонії особистості, що впливає на дезадаптацію людини в суспільстві. Крім того, неприйняття однолітками змушує цих підлітків шукати схвалення в референтній групі з нижчим культурним рівнем через злочинні розваги. Якщо людина переконана, що любов, краса, мудрість і терпіння - це добре, тоді як егоїзм, потурання своїм бажанням і норовливість - це погано, вона може знайти це моральними та духовними цінностями [25].

Знищення старих цінностей, не замінюючи їх новими, може спричинити багато соціальних проблем, таких як моральні кризи, соціальна нестабільність та зниження цінності людського життя.

Л. Е. Орбан-Лембрік визначає ціннісну орієнтацію як ієрархічну структуру інтересів і потреб людини щодо цінності життя, підтримання певних цінностей і відмова від інших цінностей, тенденцію відкидати інших і те, як люди розрізняють об'єкти і явища на основі особистого сенсу [2]. На думку Д. Леонтьєва, М. Рокича, М. Тейлора, В. Тугарінова та Д. Холстеда, категорія "цінність" є розмитою та багатогранною. Поняття визначається як належне і бажане, на противагу реальному чи дійсному. Цінність належить до ментальних утворень (її джерелами є бажання, інтереси, почуття та установки) [3, с. 18].

У соціальній психології цінність розглядається як культурно опосередковане поняття, що є одночасно і явищем, важливим для людини, яке задовольняє її актуальні потреби та ідеали, і критерієм того, що є належним у досягненні цих потреб [2].

Ціннісна орієнтація відображає позитивну або негативну значимість об'єктів і явищ соціальної реальності для індивіда [4].

Необхідно брати до уваги загальнолюдські цінності, моральні цінності та людські цінності. Треба пам'ятати, що цінності людей змінюються з віком. Наприклад, у підлітковому віці зростає важливість таких цінностей як успішне майбутнє та особисті стосунки з однолітками.

Загальнолюдські цінності включають щастя, здоров'я, комфорт, знання, політичну свободу, творчість та працю [1].

Концепція виховання гуманних цінностей для учнів визначає основні людські цінності, що характеризують культуру особистості, її рівень освіченості, доброту, відповідальність і совість.

До гуманних цінностей відносяться чутливість, справедливість, самоповага і аскетизм, а також доброта, увага, повага, довіра, співчуття, жалісливість, тактовність, делікатність, великодушність, співчуття до оточуючих, чесність, точність, порядність, смиренність, простота, людяність, працьовитість, самоповага і самокритичність [3].

За словами Н. Р. Капустіна, головними моральними цінностями є чесність, справедливість і людяність, які є основними показниками взаємин людини зі світом (саме в цих відносинах проявляється ставлення до роботи, суспільства, краси, природи і самого себе) [6, с. 48].

Таким чином, цінності та ціннісні орієнтації є особливо важливими регулюючими факторами людської діяльності та поведінки. З одного боку, вони є елементами когнітивної структури особистості, з іншого боку, вони є елементами поля особистісної мотивації, що обумовлено двоїстою природою системи цінностей, яка визначається особистим і соціальним досвідом.

Тому в психології питання цінностей особистості та ціннісних орієнтацій вважається пов'язаним з соціалізацією особистості - процесом, який залежить від зовнішніх, соціальних і внутрішніх особистісних факторів. Крім того, в процесі соціалізації людина активно вбирає соціальний досвід і трансформує його в свої власні цінності, установки та інструкції.

Ціннісна (аксіоматична) функція світогляду є репрезентативною серед інших функцій. У світогляді людини навколишній світ не незалежний від нього самого, а проектується через призму його інтересів, що робить його реальною силою, здатною перетворити реальність в те, чого він очікує. Відображаючи світогляд, людина не тільки мислить і інтерпретує реальність в чистому вигляді, а й оцінює її з точки зору соціальних і особистих потреб та інтересів через призму

особистого і соціального (можливо, історичного) досвіду, тим чи іншим чином висловлюючи зміни.

Головним чином це пов'язано з тим, що в процесі перетворення знань в світогляд задіяний не тільки розум (тобто раціональна сфера духовного сприйняття світу людиною), а й чуттєва, емоційна і волюва сфери. Явища соціального життя, так само як і окремі люди, сприймаються через призму людських емоцій. Це можливо тільки завдяки суб'єктивному сприйняттю поточних подій і особистої зацікавленості в тому, що відбувається. Люди оцінюють навколишню дійсність і формують свої власні цінності [38].

У процесі формування соціальних установок внутрішнє " я " людини готується діяти відповідно до набутих знань. Це знання стає духовною основою переконань людини, його життєвих правил і умов його життя. Таким чином, переконання людини (закладене в його світогляді на особистісному рівні) являє собою сплав раціональності, чутливості, емоцій і волі. Вони проявляються як ціннісні орієнтації індивіда, що регулюють його свідомість, поведінку і діяльність.

Позиція світогляду завжди використовується як діалектична єдність моментів розуміння і оцінки, пізнання та інтерпретації, пізнання і сприйняття навколишнього світу. Характеристики такого роду ідеологічної рефлексії є загальними. Це відрізняє світогляд від наукових знань, але не може бути основою для фундаментального конфлікту між ними, оскільки наукові знання також базуються на оціночних судженнях і доповнюються ними.

1.2. Психологічні особливості ціннісних орієнтацій у підлітковому віці

Наразі розглянемо основні новоутворення підліткового віку. Почнемо з середнього шкільного віку, який психологічно називають підлітковим віком.

Його межі охоплюють період від 9-11 до 14-15 років. Отроцтвом називають період життя між дитинством і дорослістю. Однак навіть найпростіше визначення є проблематичним. Якщо з точки зору біологічних закономірностей початок статевого дозрівання можна визначити дуже чітко, то до цього

неможливо сказати про його закінчення. В кінці підліткового віку людина дорослішає соціально і емоційно, набуває досвіду, здатність і готовність брати на себе дорослі ролі, які проявляються в широкому спектрі форм поведінки [11].

Підлітковий вік є одним з найскладніших періодів розвитку людини, і цей період багато в чому визначає подальший розвиток цієї області. Основним видом діяльності є інтимне і особисте спілкування.

Основними характеристиками цього періоду є розуміння дорослості, потреба в самореалізації і соціальному визнанні, прагнення до самоствердження, усвідомлення необхідності придбання морального обличчя і здатність слідувати правилам групового життя.

Прагнучи стати дорослим, можна визначити основні протиріччя: брак соціального досвіду, підлітки мають різний рівень фізичної та соціальної зрілості.

Підлітковий вік - це чутливий період розвитку бажань, орієнтації особистості і формування ідеалів.

Основні потреби підлітків:

- Потреба в самовираженні;
- Потреба вміти щось робити;
- Значущі потреби для інших;
- Потреба спілкуватися з дорослими на рівних;
- Зміцнити сексуальну ідентичність.

У підлітковому віці всі психологічні процеси стають все більш духовними. Вчителів і батьків стали залучати думки дитини, а не його почуття. Теоретичне мислення продовжує інтенсивно розвиватися. Вже в підлітковому віці підлітки можуть формулювати припущення та вживати заходів на основі їх основ, і можуть бути розроблені такі психологічні функції, як класифікація, аналогія та узагальнення. Завдяки цьому підлітки спроможні до аналізу абстрактних ідей. Спостерігається рефлексивне мислення. Внаслідок сильного розумового розвитку з'являється здатність до самоаналізу. Незалежність мислення проявляється як самостійність і схильність до експериментів у виборі способу

дії.

Активно розвивається процес запам'ятовування і засвоєння методів навчання і навичок. Розвиток логічної пам'яті уповільнив розвиток механічної пам'яті. Процес запам'ятовування спрощений для створення логічного зв'язку з матеріалом.

Зв'язок між уявою та теоретичним мисленням сприяє розвитку творчості. Діти почали писати вірші, музику та будувати моделі літаків. Уява в цей час допомагає підліткам справлятися зі своїм неспокійним емоційним життям. Активізуються читання, монологи та письмове спілкування. Комунікативні навички також знаходяться в стадії розвитку.

Найважливішим у розвитку особистості підлітка є його власна велика соціальна активність, метою якої є засвоєння певних стандартів і цінностей, створення цілісних відносин з дорослими і однолітками і, в кінцевому рахунку, самоствердження [12].

Е. Шпрангер при аналізі питання, чи підлітковий вік завжди є віком натиску й бурі, вивів для опису три типи розвитку в підлітковий період [14, с. 112]. Перший тип характеризується швидким і бурхливим процесом кризи, який призводить до появи нового "я", коли підлітковий вік переживає друге народження. Другий тип характеризується плавним, повільним і поступовим розвитком, при якому підлітки вступають у доросле життя без глибоких і серйозних змін у своїй особистості. Третій тип - це процес розвитку, в якому молоді люди активно і свідомо формують і навчають себе долати внутрішню невпевненість і кризи за допомогою волі. Для нього характерна висока ступінь самоконтролю і самоврядування.

На думку Е. Шпрангера, основними характеристиками віку є самопізнання, поява рефлексії і реалізація особистісних якостей. Він намагався зрозуміти одне з найглибших переживань людського життя – любов, і те, як вона проявляється в підлітковому віці. За словами Е. Шпрангера, психологічний опис двох аспектів кохання, еротики та сексуальності дуже важливий. Вони глибоко відрізняються один від одного по переживанням, оскільки вони належать різним рівням

психіки.

Е. Стерн вважає, що підлітковий вік - це етап розвитку особистості. Це є одна із основних проблем в психології. На його думку, це дуже важливо з точки зору цінностей, які людина вважає вищими, і які визначають його життя. Особистість формується по-різному через переживання вищих цінностей [16, с. 44].

Він описує шість типів цінностей і відповідні їм типи особистості:

1) теоретичний тип - індивід, який прагне до об'єктивного розуміння реальності;

2) естетичний тип - люди, які не можуть сприймати об'єктивно

3) економічний тип - в житті така людина керується ідеєю прибутку і бажанням досягти максимальних результатів з мінімальними зусиллями;

4) соціальний тип - сенс життя в тому, щоб любити, спілкуватися і жити на благо інших; асоціальний тип - така людина не є соціальною особистістю і не зацікавлений в спілкуванні з іншими;

5) політичний тип - для цієї особистості характерно прагнення до влади, контролю і впливу;

6) релігійний тип - така людина пов'язує кожне окреме явище із загальним сенсом життя і світу.

Цінності у всіх сферах притаманні всім особистостям, але в підлітковому віці одне з цих переживань є провідним. Порівнюючи вік дітей з пролетарської і буржуазної середовищ, він вважає, що підлітки, які здатні працювати, неминуче змушені рано піклуватися про заробляння грошей, і підліткового віку майже немає. Тому більшість молодих людей дотримуються політичних та економічних поглядів. У буржуазної молоді всі інші орієнтації, тому що вони освічені і мають можливість розвиватися [4].

За словами Е. Стерна, перехідний період характеризується не тільки особливою спрямованістю думок, почуттів, бажань і ідеалів, а й особливим чином поведінки. Він описав це як щось середнє між дитячими іграми та серйозними заняттями для відповідальних дорослих і назвав це серйозною грою.

Прикладами таких ігор є романтичні, сексуальні ігри (флірт, пестоші, кокетство, мрії та бажання), вибір професії і підготовка до неї, спорт і участь в молодіжних організаціях. У серйозній грі молоді люди вчаться стримувати свої сили і виробляють ставлення до різного роду інтересів, в яких він має інтерес та потребує розуміння.

Л. С. Виготський також приділяє особливу увагу підлітковому віку і піднімає нові питання в дослідженнях молоді. Необхідно виявити основні новоутворення в психології підлітків і знайти особливості розвитку в соціальних умовах [17, с. 100]. Головне досягнення, пов'язане з віком - це усвідомлення того, що ти більше не дитина. Підлітки починають відчувати себе дорослими, намагатися бути схожими на них, щоб їх вважали за дорослих. Особливість цієї характеристики, званої свідомістю дорослого, полягає в тому, що підліток відмовляється ідентифікувати себе як дитина [14].

Що стосується критичних моментів підліткового віку, таких як розуміння дорослості, ключовою особливістю є перебудова відносин з дорослими, яка супроводжується появою усвідомлення дорослості [25].

Порівнюючи підлітків з дорослими, можна зробити висновок, що між ними і дорослими немає великої різниці. Вони почали вимагати, щоб до них не ставилися як до дітей, і зрозуміли, що вони мають права. Центральною подією в цій віковій групі є поява ідеї про те, що вони більше не діти. Підліток починає відчувати себе дорослим, намагається подорослішати і вважатися дорослим, відкидаючи світ дітей, але все ще не відчуває себе по-справжньому зрілим дорослим [14].

Одна з головних потреб - позбутися контролю та опіки батьків, вчителів та старших. Ось що відбувається, коли діти звільняються від батьків. Звільнення може бути емоційним, поведінковим або нормативним. Приклад батьків більше не вважається абсолютним і некритичним, як у дитинстві.

Найважливішими причинами відмінностей між батьками та підлітками є відмінності у досвіді дорослих та підлітків, неоднозначність переходу від дитячої залежності до незалежності дорослих та певні норми, які послаблюють

батьківський авторитет через потребу підлітків у автономії [35].

Коли вони дотримуються демократичних методів виховання, вони матимуть найкращі стосунки зі своїми батьками. Вони характеризуються тим, що батьки завжди пояснюють причини своїх прохань і обговорюють з підлітками, використовують авторитет батьків тільки при необхідності, надають значення слухняності і незалежності, батьки встановлюють правила, але не вважають їх абсолютно правильними, прислухаються до думки дитини, але не діють тільки відповідно до його побажань.

Ще одна проблема в спілкуванні з дорослими - це "семантичні бар'єри". Вони характеризуються тим, що дитина, здається, не чує, що говорить дорослий. Освітня цінність була втрачена. Щоб уникнути утворення смислових бар'єрів, люди не повинні повторювати одні й ті ж вимоги стільки разів, що підлітки не будуть їх виконувати. Вимоги повинні відповідати внутрішній позиції підлітка. Підліток же відповідав усім вимогам вчителя, що робило його в його очах більш незалежним [44].

Вчителям необхідно перейти до нового стилю спілкування з підлітками, ставитися до них як до дорослих, притягати їх до відповідальності за свої вчинки і дозволяти їм діяти вільно. Для цього важливо встановити дружні стосунки з молоддю і налагодити спілкування на основі взаємної поваги.

Потім створюється тичний кодекс, який регулює їх поведінку та стосунки з однолітками. Моральний розвиток зазнає значних змін у підлітковому віці, а духовні зміни призводять до формування унікальної ієрархії цінностей, яка починає впливати на поведінку підлітків. Формування підліткових цінностей характеризується зростаючою складністю, лібералізацією та особистою незалежністю. Ціннісна орієнтація починає формуватися в складну і стійку систему, яка визначає формування активної життєвої позиції [17].

Наступне про що слід звернути увагу – це самооцінка.

Підлітковий вік - це період інтенсивного формування самооцінки. Швидкий розвиток самосвідомості - це здатність пізнати власні психологічні процеси, включаючи складний світ переживань, і потреба зрозуміти себе як

особистість. Починаючи з початкової школи і закінчуючи підлітковим віком, спостерігається криза самооцінки. Незадоволеність собою стрімко зростає [33].

У пізньому підлітковому віці самооцінка може стати важливим регулятором особистої поведінки. У порівнянні з молодшим шкільним віком важливість різних особистісних рис неоднакова. Основними критеріями самооцінки є моральні та психологічні аспекти взаємин. Зміст і характер самооцінки безпосередньо залежать від ступеня участі учнів в різних видах діяльності, а також від досвіду спілкування з однолітками і дорослими [21].

Д. І. Фельдштейн виділив наступні етапи в розвитку підліткової самооцінки:

1. Стадія (10-11 років): молоді люди фокусують свою увагу на своїх недоліках, глибоко стурбовані тим, що вони не можуть оцінити себе, і їх критичне ставлення до себе стає домінуючим.

2. Стадія (12-13 років): потреба в підвищенні самооцінки і в цілому позитивне ставлення до себе як до особистості.

3. Стадія (14-15 років): відбувається "операційна самооцінка", яка визначає фактичне ставлення підлітка до самого себе [49, с. 87].

Стадії формування особистісної рефлексії:

- Стадія, на якій індивідуальна поведінка дитини стає об'єктом рефлексорних очікувань.

- Основна увага зосереджена на аналізі особливостей своїх особистісних характеристик і відносинах з оточуючими.

- Період, коли підлітки стають більш критичними по відношенню до самих себе. Підлітковий вік характеризується набуттям власної ідентичності.

До настання статевої зрілості уявлення про себе і самооцінка ґрунтуються в першу чергу на оцінках дорослих. Самооцінка підлітків легко формується в спілкуванні з однолітками [25].

Так званий образ тіла відіграє центральну роль у розвитку особистості. Швидкість фізичних змін вимагає руйнування образу дитини і створення нового фізичного "я". Ця зміна прискорила зміну психологічної позиції, яку повинні

зайняти підлітки. Принцип природної зрілості, який очевидний як для самого підлітка, так і для навколишнього середовища, унеможливорює збереження умов дитинства.

Дослідження показали, що за цей час різко зросли тривога та незадоволеність своєю зовнішністю [22]; [35].

Стереотипи образу тіла формуються дуже рано, ще до статевого дозрівання. Дослідження показали, що, починаючи з дитячого садка, більшість хлопчиків вибирають моделі фізичного розвитку, подібні до спорту, і приписують їм такі особистісні якості, як уподобання, інтелект, хороші манери і дружелюбність, а не інші моделі. З віком все більше і більше негативних рис приписується тим, у кого внутрішня статура, і все більше і більше позитивних рис приписується тим, у кого зовнішня статура середня [6].

Ще одним важливим моментом є спілкування з однолітками. Це типова діяльність для цієї вікової групи. У процесі спілкування засвоюються етика і соціальні норми поведінки для встановлення відносин рівності і взаємної поваги. Напрямок від спілкування з дорослими до спілкування з однолітками змінився, тому що це:

- Є важливим каналом комунікації для молоді;
- Специфічні типи міжособистісних відносин, в яких молоді люди набувають навичок соціальної взаємодії, розвивають здатність дотримуватися групової дисципліни і розвивають комунікативні навички;
- Особливий тип емоційного контакту, який забезпечує взаємну підтримку і відчуття єдності [26].

Для підлітків характерні дві основні суперечливі потреби:

1. Бажання побути на самоті вимагає територіальної автономії (приватизації);
2. Бажання належати, бути частиною команди, як і всі інші (належати).

Кожен клас розділений на групи, особливо:

- 1) існує соціальний поділ;
- 2) у школі та класі існує особливий рівень, заснований на офіційному

статусі учня.

3) відповідно до неформальних цінностей, прийнятих у студентському середовищі, існує поділ влади та статусу.

Таким чином, студенти мають три типи відносин: зовнішні ділові контакти; стосунки як товаришів, які сприяють обміну знаннями, навичками та компетенціями; та дружба для вирішення певних емоційних та особистих питань. Дружба - це найважливіше. Відносини з однолітками засновані на правилах рівності. У молодіжній команді складаються лідерські відносини.

К. Левін зіграв особливу роль у розвитку ідеї про те, що підлітковий вік - це коли діти шукають своє місце в суспільстві і вступають в соціальне життя дорослих. Він був першою людиною, яка підняла проблему підлітків у контексті соціальної психології. Підлітки, які покинули світ дитинства і ще не вступили в дорослий світ, не можуть знайти своє місце в соціальній групі, що створює унікальну для підлітків субкультуру [13, с 50].

Психосексуальний розвиток підлітків також характеризується гормональною активністю. Гормональна регуляція відбувається на різних рівнях-залозах внутрішньої секреції, гіпофізі і щитовидній залозі - і починається секреція гормону росту і статевих гормонів [11].

Важливий цикл статевого розвитку підлітків пов'язаний з функцією гіпоталамуса, який збирає і вивільняє молекулярні компоненти в гіпофізі і активує всю ендокринну систему. Гіпоталамус є головним центром емоційної поведінки.

Основні структурні та функціональні зміни в мозку завершуються у віці 14 років, коли мозок досягає остаточного обсягу та ваги. Співвідношення сірої речовини до нейронів досягає свого остаточного рівня розвитку приблизно у віці 18 років.

Емоційна нестабільність може посилити сексуальне збудження. Хоча більшість хлопчиків знають причину цього збудження, дівчата відрізняються один від одного: деякі відчувають сексуальну стимуляцію, а інші відчувають неясні почуття, пов'язані із задоволенням таких потреб, як підтримка, самооцінка

та любов. Водночас це стало важливим аспектом сексуальної ідентичності підлітків [19].

Передумовою для розуміння і переживання сексуальних особливостей є те, що у молодих людей є певні стандарти, тобто уявлення про найбільш привабливі та важливі якості чоловіків і жінок, які проявляються в багатьох сферах особистого життя. Ці патерни включають як незалежні від статі етичні норми поведінки, так і поведінкові стереотипи, а також специфічні патерни, пов'язані з відмінностями у формах взаємин між чоловіками і жінками в суспільстві, на роботі і в сім'ї. Важливо підкреслити, що концепція сексуальної ідентичності в підлітковому віці може бути пов'язана з питаннями гендерної ідентичності та статевих ролей.

Статеві ролі - це сприйняття себе як чоловіка або жінки з точки зору установок і поведінки, що проявляються в соціальному середовищі. Формування статевих ролей відбувається протягом короткого періоду часу між підлітковим віком і ранньою дорослістю. У цей перехідний період соціальний тиск з боку дорослих і однолітків вимагає від підлітків прийняття соціально визнаної сексуальної ролі з усіма властивими їм поведінковими характеристиками [25].

Сексуальна поведінка підлітків полягає в тому, щоб знаходити сенс в сексуальних символах. Підлітки починають вивчати концепцію сексуальних жестів і тестувати поведінкові стратегії, які створювали "платформу" для їх уявного сексуального життя і еротичного самовираження в міжособистісних відносинах. Загалом, сексуальний розвиток молодих людей - це динамічний процес, спрямований на набуття та підвищення здатності виражати еротичний зміст за допомогою соціальної поведінки. Слід підкреслити, що найважливіші зміни в психосексуальній свідомості людини відбуваються саме в підлітковому віці [7].

Особливої уваги заслуговує криза підліткової особистості, яка пов'язана з психологічним розвитком особистості підлітка і змінами соціальної ситуації. У психологічній літературі існують різні думки про природу підліткових криз:

А) весь підлітковий період розуміється як безперервний і довгостроковий

криза;

Б) криза розглядається як точка, дуже короткий момент зміни;

В) криза розглядається як наслідок неправильного виховання;

Г) криза оцінюється як необхідна і природна стадія психологічного розвитку.

Є різні думки. Різноманітність цих поглядів базується на емпіричних дослідженнях. Ці дослідження показали, що у деяких підлітків чітко проявляються основні симптоми кризи, такі як впертість, негативізм, егоцентризм, неслухняність, протест проти авторитету, відчуження (нелюдський розвиток особистості також може протікати без особливих зовнішніх симптомів) [18].

Дослідники, що займаються розвитком психологічних криз, виділяють три стадії в їх процесі:

1) докризова або негативна стадія: період руйнування, розрухи або краху звичних моделей поведінки і раніше сформованих структур;

2) реальний момент кризи, тобто момент кризи;

3) посткризовий етап, тобто період, протягом якого формується нова особистість [18]; [25]; [39].

Особистісні кризи в дорослому віці іноді пов'язані з переживанням "відчуження". Останнє розуміється як зміна сприйняття самого себе (деперсоналізація), інших людей і навколишньої дійсності (деперсоналізація). Деперсоналізація характеризується стресом, пов'язаним зі змінами в організмі людини. Підлітки можуть відчувати, що їхні кінцівки ростуть, а пропорції їх обличчя спотворюються, стаючи занадто низькими або занадто високими. Інші можуть сумніватися в реальності своєї особистості. Щоб позбутися цього почуття, вони сформулювали "справжні" ритуали поведінки, які дозволяють їм бути вірними собі та самозбереженню. Наприклад, вони можуть стояти перед дзеркалом кілька годин і уважно спостерігати за своїми обличчями та тілами. Деперсоналізація під час підліткової кризи проявляється як ізоляція від людей, цінностей та зв'язків зі світом. Підлітки можуть скаржитися на те, що їх ніхто не

розуміє, вони самотні, нікому не належать, не заслуговують поваги і не мають власного «Я» [43].

Порівняння з однолітками стає важливим. Уважно спостерігаючи за іншими і постійно порівнюючи себе з іншими, підлітки часто перебільшують свої реальні фізичні вади. Погіршення самооцінки через занепокоєння про недоліки людського образу тіла призвело до появи «комплексу терзіти». Цей вид комбінованого виконання варіюється від людини до людини. Дуже чутливі підлітки можуть зазнати серйозної кризи самооцінки, тоді як у інших підлітків навіть серйозні фізичні вади (затримка росту) не спричиняють "комплексу терзаня".

Для багатьох підлітків переживання кризи пов'язане із зовнішніми проявами негативу і егоцентризму. Заперечення - це відносно короткочасний емоційний стан, який проявляється в незрозумілій поведінці та підліткових словах. Більш конкретно, це бунт проти інших і мимовільне протистояння з дорослими (як правило, батьками) [29].

Підлітковість - це коли підлітки відчайдушно намагаються «не лізти не в свою справу». У той же час деякі підлітки, які залежать від психологічних потреб, починають дуже нервувати [24]. Ці емоції, часто несвідомі, створюють напругу, з якою підліткам важко впоратися. Підлітки цієї категорії часто відчують серйозні кризи через тривогу та сумніви, пов'язані з формуванням власної сексуальної ідентичності. Ці переживання зазвичай не призводять до частих статевих зносин. Це відбувається тому, що для них характерний страх, що їх сексуальний розвиток може не відповідати віковим стандартам [19].

Лібералізація поняття цінності, передача функції так званого морального взірця від батьків, вчителів та інших дорослих до референтної групи. Розширення визначення абстрактних цінностей відбувається без заперечення ідеальної моделі (окремої особистості чи групи), що втілює моральні принципи. Хоча групова відповідність сприйнятим цінностям зростає, це не призводить до радикальної зміни сімейних цінностей.

Ціннісна орієнтація прирівнюється до відповідних культурних традицій.

Більшість цінностей, притаманних культурному середовищу підлітків, отримали визнання.

Принцип взаємності моральних зобов'язань. Це досягається в процесі особистісного розвитку, коли формується позиція, що відкидає егоцентризм. Вже в середньому та пізньому підлітковому віці егоцентризм поступово почав поступатися місцем децентралізації - найбільш ідеальній позиції для підлітків. Це включає розвиток особливих здібностей:

- Застосовувати однакові критерії оцінки до себе та інших;
- Приймати загальні принципи спільного проживання як основу етичної поведінки та оцінити себе та інших відповідно;
- Вміти брати до уваги потреби та інтереси інших в тій же мірі, що і себе.

Соціальне життя сучасних підлітків характеризується різними умовами і можливими мотивами розвитку характеру, але дорослі не завжди в повній мірі враховують ці умови. Наприклад, один підліток може прагнути долучитися до найцікавіших досягнень інтелектуальної культури, відвідуючи консерваторії, музеї та різні виставки, тоді як інший може прагнути встановити контакт з бездомними. Вивчення людської розбещеності повинно підкреслювати, що підлітковий вік характеризується незвичайним розширенням соціальних умов людини, як фізичних, так і емоційних. і особистого простору, а також розширення власних психологічних проблем. Очевидно, що це небезпечні бажання для незрілої людини. Тому дуже важливо, щоб цей шлях підтримувався і опосередковувався дорослими друзями, щоб молода людина могла піднятися до морально-етичних висот життя, не «провалюючись» у позасоціальний простір [35].

Таким чином, значні зміни в суспільному житті відображаються на формуванні ціннісної орієнтації сучасної молоді, що проявляється в домінуванні цінностей, пов'язаних з особистим життям конкретної людини, а також значущості індивідуальної системи ціннісних орієнтацій.

Про духовний світ людини можна судити за цілями його зусиль і об'єктів, які для нього найбільш важливі. Іншими словами, ціннісна орієнтація - це

загальний показник спрямованості особистих інтересів, потреб, домагань, соціального статусу і рівня інтелектуального розвитку. Шлях і перспективи розвитку нашого суспільства залежать від цінностей, якими керується сучасна молодь, і від їх готовності до нових типів соціальних відносин.

У контексті розвитку нового покоління необхідно провести велику інтелектуальну і моральну роботу по їх вихованню і соціалізації, інтеграції та об'єднанню всього суспільства на принципах патріотизму і громадянськості, утвердженню соціальної справедливості і рівноправності.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1

Підсумовуючи сказане в першому розділі, ми можемо сказати, що цінність - це реальний або уявний об'єкт або явище, які важливі для індивіда (включаючи самого індивіда як найвищу цінність), які він обирає і використовує для розвитку своєї особистості та загалом суспільства.

Механізм ціннісної орієнтації працює відповідно до плану «попит-інтерес-ставлення-ціннісна орієнтація». Інтерес - це усвідомлена потреба, а ставлення - це тенденція давати певну оцінку, засновану на соціальному досвіді, набутому індивідом щодо певного соціального явища, і готовність вживати дії, засновані на цій оцінці.

У міру того як соціальна інформація проникає в індивідуально-психологічний світ дітей в процесі соціалізації, поступово формується ціннісна орієнтація підлітків. Формування ціннісно-орієнтованої системи - це процес особистісного розвитку; ця система є засобом досягнення певних соціальних цілей.

Підлітковий вік - це чутливий період розвитку бажань, орієнтації особистості і формування ідеалів.

Основні потреби підлітків:

- Потреба в самовираженні;
- Потреба вміти щось робити;
- Значущі потреби для інших;

- Потреба спілкуватися з дорослими на рівних;
- Зміцнити сексуальну ідентичність.

Основними характеристиками цього періоду є розуміння дорослості, потреба в самореалізації і соціальному визнанні, прагнення до самоствердження, усвідомлення необхідності придбання морального обличчя і здатність слідувати правилам групового життя.

У підлітковому і ранньому юнацькому віці закладається фундамент для формування і розвитку базової структури особистісних цінностей. Цей період еквівалентний 6-11 класам середньої освіти. У цей період школа і батьки повинні переключити свою пріоритетну увагу з освітньої діяльності (розуміється як розширення галузі знань) на освіту як особистості, її цілеспрямований розвиток в інтелектуальній і соціальній сферах. Завдяки експериментам, проведеним з метою з'ясування ціннісних орієнтацій молоді, можна зробити висновок, що недавні зміни, пов'язані з переходом суспільства від одного способу життя до іншого, не зруйнували в свідомості молоді прагнення і життєві цінності, спрямовані на реалізацію позитивних і соціально значущих ідеалів і цінностей.

Моральний розвиток зазнає значних змін у підлітковому віці, а духовні зміни призводять до формування унікальної ієрархії цінностей, яка починає впливати на поведінку підлітків. Формування підліткових цінностей характеризується зростаючою складністю, лібералізацією та особистою незалежністю. Ціннісна орієнтація починає формуватися в складну і стійку систему, яка визначає формування активної життєвої позиції [17].

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ

2.1. Процедура та методи дослідження ціннісних орієнтацій старших підлітків

Збір даних для емпіричного дослідження проводився у квітні 2023 року. Досліджуваними були учні 7 та 9 класів Лебединського ЗЗСО I-III ступенів №5. Для збору даних була використана онлайн платформа Google Forms. Опитувальник був надісланий школярам в їх групи класу в месенджерах Viber та Telegram.

Вибірку досліджуваних склали 32 осіб (по 8 хлопців та по 8 дівчат з кожного класу).

Із метою визначення ціннісних орієнтацій школярів, нами була використана методика діагностики ціннісних орієнтацій підлітків В. Ф. Сопова та Л. В. Карпушиной.

Дана методика направлена на визначення індивідуальної системи ціннісних орієнтацій у підлітків. В ній представлені 5 основних діагностичних шкал:

- Пізнання – за цією шкалою визначається ступінь вираженості прагнення учнів отримати знання про навколишній та їх ставлення до пізнання.;
- Я-цінність – за цією шкалою визначається те, як підліток ставиться до себе, як сприймає себе як особистість та окремого індивіда, наскільки здатний розуміти та цінувати свої якості, усвідомлювати власну значущість.
- Інший-цінність - визначається ступінь вираженості сприйняття учнем іншої людини як окремого індивіда, поваги до інших, вміння будувати міжособистісні стосунки.

- Суспільно-корисна діяльність - визначається ступінь вираженості свідомого ставлення до суспільно-корисної діяльності, тобто, усвідомлення сутності людини як частини суспільного.

- Відповідальність – визначається ступінь відповідальності, вмінні аналізувати свої вчинки, чи керується учень принципами, заснованих на почутті «обов'язку» при прийнятті рішень.

Методика містить 5 блоків з твердженнями, які присвячені кожній із цінностей. В кожному блоці по 10 питань, які містять по два твердження. Опитуваному пропонується обрати одне із двох тверджень, яке йому більше імпонує та відображає його думку, ставлення, погляди.

За кожен обрану відповідь, яка збігається з ключем, зараховується 1 бал. Максимальна кількість балів, яку можна отримати за один блок (шкалу) – 10 балів. За підрахунком суми балів по кожному блоку, визначається які з 5 базових цінностей індивіда проявлені в більшій мірі, а які потребують певної роботи для їх розвитку. Кожна шкала цінностей має три рівні розвитку: високий, середній та низький.

То ж, на основі обраної методики ми зібрали всю необхідну інформацію з досліджуваного питання. Тепер переходимо до опису та аналізу результатів емпіричного дослідження.

2.2. Аналіз отриманих результатів емпіричного дослідження ціннісних орієнтацій старших підлітків

Отримані результати дослідження, в якому брали участь учні 7 та 9 класів, були оброблені за допомогою програмного забезпечення Microsoft Office Excel.

Через пакет «Аналіз даних» були здійснені такі обчислення математичного аналізу як середнє значення, медіана, мода, стандартне відхилення, дисперсія та коефіцієнт варіації, тобто описова статистика. Ці дані за шкалами наведені в табл. 2.1

Таблиця 2.1

**Описова статистика показників за шкалами ціннісних орієнтацій
школярів 7 та 9 класів**

7 та 9 класи (32 особи)						
	Серед.значен	Медіана	Мода	Станд. відхил.	Дисперсія	Коеф. варіації
Пізнання	5,5	5	4	2,24	5,03	40,78%
Я-цінність	4,56	5	3	2,15	4,64	47,21%
Інший-цінність	4,59	5	6	2,01	4,05	43,83%
Сусп-кор. діял.	4,75	4,5	4	2,17	4,7	45,68%
Відповідальність	6,56	6	6	1,94	3,8	29,71%

Аналізуючи отримані результати за шкалами «Пізнання», «Я-цінність», «Інший-цінність», «Суспільно-корисна діяльність», «Відповідальність» середнє значення, медіана та мода істотно не відрізняються в рамках шкали. Це свідчить, що ми маємо нормальний розподіл даних.

Дивлячись на значення стандартного відхилення за всіма шкалами ціннісних орієнтацій, можна зауважити, що вони приблизно на одному рівні (у діапазоні від 1,94 до 2,24). З цього можна зробити висновок, що отримані дані не мають значної розкиданості відносно середнього значення.

За результатами аналізу ціннісних орієнтацій учнів, показники дисперсії не значно відрізняються один від одного. Проте можна зауважити, що найбільший показник дисперсії був виявлений у ціннісній орієнтації «Пізнання», що свідчить про більш різноманітну вибірку за даною шкалою серед інших. Найменше значення дисперсії виявлено у ціннісній орієнтації «Відповідальність», що свідчить про більш одноманітну вибірку за даною шкалою серед інших.

Згідно з показником коефіцієнта варіації, шкали «Пізнання», «Я-цінність», «Інший-цінність» та «Суспільно-корисна діяльність» більше 33%, що свідчить про те, що вибірка є неоднорідною.

Також ми маємо окремі описові статистики по кожному класу та статі. Для початку порівнюємо отримані статистичні результати між 7 та 9 класами, які наведені в таблицях 2.2 та 2.3.

Таблиця 2.2

**Описова статистика показників за шкалами ціннісних орієнтацій
учнів 7 класу**

7 клас (8 хлопців і 8 дівчат)						
	Серед.значен	Медіана	Мода	Станд. відхил.	Дисперсія	Коеф. варіації
Пізнання	6,18	5,5	5	2,1	4,42	34,01%
Я-цінність	5	5	6	2,33	5,46	46,76%
Інший-цінність	5,37	5,5	6	1,5	2,25	27,90%
Сусп-кор. діял.	4,75	4,5	4	1,8	3,26	38,05%
Відповідальність	6,56	6,5	6	1,78	3,19	27,24%

Таблиця 2.3

**Описова статистика показників за шкалами ціннісних орієнтацій
учнів 9 класу**

9 клас (8 хлопців і 8 дівчат)						
	Серед.значен	Медіана	Мода	Станд. відхил.	Дисперсія	Коеф. варіації
Пізнання	4,81	4	4	2,22	4,96	46,28%
Я-цінність	4,12	3,5	3	1,92	3,71	46,73%
Інший-цінність	3,81	3,5	3	2,19	4,82	57,64%
Сусп-кор. діял.	4,75	4,5	4	2,54	6,46	53,53%
Відповідальність	6,56	6	9	2,15	4,66	32,90%

Аналізуючи отримані результати за таблицями 2.2 та 2.3 за шкалами «Пізнання», «Я-цінність» та «Інший-цінність» середнє значення, медіана та мода в 7 класі дещо перевищують показники 9-ого класу. Внаслідок цього, можемо сказати, що в 7 класі в учнів прагнення до отримання нових знань більша, ніж в учнів 9 класу, більш позитивне ставлення до себе та самоцінність наявні в 7 класі, аніж в 9 класі, рівень поваги до оточуючих та будування міжособистісних відносин також дещо перевищує в учнів 7 класу в порівнянні з учнями 9 класу.

Результати середнього значення, медіани та моди за шкалами «Суспільно-корисна діяльність» та «Відповідальність» між 7 та 9 класами майже ідентичні, окрім показника моди за шкалою «Відповідальність». Мода в 7 класі дорівнює 6, і вона знаходиться практично в одному діапазоні з середнім значенням та

медіаною, що свідчить про нормальний розподіл даних. У випадку з 9 класом, мода значно відрізняється від середнього значення та медіани маючи показник 9. Це свідчить про те, що найпопулярнішим отриманим балом в даній ціннісній орієнтації було 9.

Аналізуючи значення стандартного відхилення за всіма шкалами ціннісних орієнтацій у 7 та 9 класів, можна зауважити, що вони приблизно на одному рівні. З цього можна зробити висновок, що отримані дані не мають значної розкиданості відносно середнього значення.

За результатами аналізу ціннісних орієнтацій учнів 7 та 9 класів, показники дисперсії за шкалами «Пізнання», «Інший-цінність», «Суспільно-корисна діяльність», «Відповідальність» в 7 класі дещо менші, ніж в 9, що свідчить про менш різноманітну вибірку в 7 класі та більш різноманітну в 9 класі. Проте, дисперсія за шкалою «Я-цінність», навпаки, в 7 класі є більш різноманітна, ніж в 9 класі.

Найменше значення дисперсії 2,25 серед учнів 7 класу виявлено у ціннісній орієнтації «Інший-цінність», що свідчить про те, що відповіді учнів були практично схожі і не відхилялись один від одного. Найбільший показник дисперсії 5,46 серед 7 класу виявлено за шкалою «Я-цінність», що свідчить про те, що відповіді були найбільш різноманітні саме за цією шкалою.

Найменше значення дисперсії 3,71 серед учнів 9 класу виявлено у ціннісній орієнтації «Я-цінність». Можемо також припустити, що в 9 класі учні мають вже більш стабільний і схожий рівень самооцінки, в той час коли в учнів 7 класу вона варіюється. Найбільший показник дисперсії 6,46 серед 9 класу виявлено за шкалою «Суспільно-корисна діяльність», що свідчить про те, що відповіді були найбільш різноманітні саме за цією шкалою.

Далі порівняємо отримані статистичні дані між всіма досліджуваними хлопцями та дівчатами, що наведені в таблицях 2.4 та 2.5.

Таблиця 2.4

**Описова статистика показників за шкалами ціннісних орієнтацій
хлопців 7 та 9 класів**

7 клас (8 хлопців) та 9 клас (8 хлопців)						
	Серед.значен	Медіана	Мода	Станд. відхил.	Дисперсія	Коеф. варіації
Пізнання	6,25	6	4	2,14	4,6	34,31%
Я-цінність	5,5	5,5	5	1,71	2,93	31,13%
Інший-цінність	4,68	5	6	1,95	3,82	41,74%
Сусп-кор. діял.	4,93	5,5	6	2,43	5,92	49,31%
Відповідальність	6,37	6	6	2,09	4,38	32,84%

Таблиця 2.5

**Описова статистика показників за шкалами ціннісних орієнтацій
дівчат 7 та 9 класів**

7 клас (8 дівчат) та 9 клас (8 дівчат)						
	Серед.значен	Медіана	Мода	Станд. відхил.	Дисперсія	Коеф. варіації
Пізнання	4,75	5	5	2,14	4,6	45,15%
Я-цінність	3,62	3	3	2,18	4,78	60,33%
Інший-цінність	4,5	4,5	6	2,12	4,53	47,31%
Сусп-кор. діял.	4,64	4	4	1,93	3,72	41,55%
Відповідальність	6,75	6,5	9	1,84	3,4	27,31%

За отриманими результатами в таблицях 2.4 та 2.5 можемо побачити, що за шкалами «Пізнання», «Я-цінність», «Інший-цінність» та «Суспільно-корисна діяльність» середні значення, медіана та мода серед хлопців дещо перевищують показники дівчат. Через це можемо припустити, що хлопці більш мотивовані до навчальної діяльності, ніж дівчата, хлопці мають більш позитивну самооцінку в порівнянні з дівчатами, мають більший рівень поваги до оточуючих та вміння будівництва міжособистісних відносин, хлопці також мають більш виражене свідоме ставлення до суспільно-корисної діяльності, аніж дівчата.

Проте, результати середнього значення, медіани та моди за шкалою «Відповідальність» дещо перевищують у дівчат в порівнянні з хлопцями, що свідчить про те, що досліджувані дівчата є більш відповідальними, ніж досліджувані хлопці.

Аналізуючи значення стандартного відхилення за всіма шкалами ціннісних орієнтацій серед хлопців та дівчат, можна зазначити, що вони приблизно на

одному рівні. Тобто, отримані дані не мають значної розкиданості відносно середнього значення.

Найнижчий показник дисперсії серед результатів хлопців є 2,92 за ціннісною орієнтацією «Я-цінність». Найвищий показник дисперсії серед хлопців є 5,93 за шкалою «Суспільно-корисна діяльність».

Серед результатів дівчат найнижчий показник дисперсії є 3,4 за шкалою «Відповідальність», а найвищий показник дисперсії є 4,78 за шкалою «Я-цінність». Можемо також припустити, що хлопці мають більш стабільний та дещо вищий рівень самооцінки, ніж дівчата.

Згідно з показником коефіцієнта варіації, шкали «Пізнання», «Я-цінність», «Інший-цінність» та «Суспільно-корисна діяльність» серед дівчат більше 33%, що свідчить про те, що вибірка є неоднорідною.

За цим же показником, шкали «Пізнання», «Інший-цінність» та «Суспільно-корисна діяльність» серед хлопців також більше 33%, що вказує на неоднорідність вибірки.

Для виявлення взаємозв'язку між статтю та ціннісною орієнтацією було проведено обчислення рангово-бісеріального коефіцієнта кореляції між ціннісними орієнтаціями та статтю в 7 класі, та між ціннісними орієнтаціями та статтю в 9 класі. Отримані результати наведені у табл. 2.6

Таблиця 2.6

Рангово-бісеріальний коефіцієнт кореляції між ціннісними орієнтаціями та статтю в 7 та 9 класах

Rrb - рангово-бісеріальний коефіцієнт кореляції		
Цінності	Між хлопцями і дівчатами 7 класу	Між хлопцями і дівчатами 9 класу
Пізнання	0,31	0,6
Я-цінність	0,43	0,59
Інший-цінність	0,01	0,09
Сусп-кор. діял.	0,15	0,29
Відповідальн.	0,26	0

У 7 класі за такими шкалами як «Пізнання», «Суспільно-корисна діяльність» та «Відповідальність» отримані результати в діапазоні 0,15 – 0,31, що вказує на слабкий позитивний зв'язок між статтю та ціннісною орієнтацією. За шкалою «Я-цінність» рангово-бісеріальний коефіцієнт кореляції дорівнює 0,43, що свідчить про середній позитивний зв'язок між статтю та ціннісною орієнтацією, тобто проявлення даної цінності в 7 класі переважно залежить від статі. За шкалою «Інший-цінність» рангово-бісеріальний коефіцієнт кореляції практично дорівнює 0, що говорить нам про те, що зв'язку між даною ціннісною орієнтацією та статтю в 7 класі немає.

Можна зазначити, що в 9 класі шкала «Інший-цінність» також практично дорівнює 0, проте це не єдина шкала з таким значенням. Шкала «Відповідальність» також знаходиться в цьому діапазоні. Це свідчить про те, що в 9 класі між даними ціннісними орієнтаціями та статтю немає взаємозв'язку. Виявлено слабкий позитивний зв'язок між ціннісною орієнтацією «Суспільно-корисна діяльність» та статтю з рангово-бісеріальним коефіцієнтом кореляції 0,29. За такими шкалами як «Пізнання» та «Я-цінність» ми маємо рангово-бісеріальні коефіцієнти кореляції 0,60 та 0,59, що свідчить про середній позитивний зв'язок між даними ціннісними орієнтаціями та статтю в 9 класі. Це означає, що проявлення даних ціннісних орієнтацій переважно залежить від статі.

Можна також зауважити, що рангово-бісеріальний коефіцієнт кореляції за ціннісною орієнтацією «Я-цінність» як і в 7, так і в 9 класі знаходиться в діапазоні, який вказує на середній позитивний зв'язок між даною цінністю та статтю. Така шкала як «Відповідальність», що мала слабкий позитивний зв'язок між ціннісною орієнтацією та статтю в 7 класі, не має практично цього зв'язку в 9 класі. А така шкала як «Пізнання», навпаки, маючи слабкий позитивний зв'язок між ціннісною орієнтацією та статтю в 7 класі, має середній позитивний зв'язок в 9 класі.

Для перевірки статистично значущих різниць між хлопцями 7 та 9 класів, та між дівчатами 7 та 9 класів за наведеними ціннісними орієнтаціями, було

розраховано U-статистичний критерій Манна-Уїтні. Результати наведені в таблиці 2.7.

Таблиця 2.7

Показники наявності статистично значущі різниці за критерієм Манна-Уїтні орієнтаціями між хлопцями 7 та 9 класів, та між дівчатами 7 та 9 класів

U-критерій Манна-Уїтні		
Цінності	Між хлопцями 7 та 9 класів	Між дівчатами 7 та 9 класів
Пізнання	38	51,5
Я-цінність	44,5	38,5
Інший-цінність	45,5	46,5
Сусп-кор. діял.	40,5	38,5
Відповідальн.	36	34

За U-статистичним критерієм Манна-Уїтні на 0,05-відсотковому рівні значущості не було виявлено статистично значущої різниці між хлопцями 7 та 9 класів за такими ціннісними орієнтаціями як «Пізнання», «Я-цінність», «Інший-цінність», «Суспільно-корисна діяльність» та «Відповідальність».

Якщо ж аналізувати статистичні різниці між дівчатами 7 та 9 класів, то можна сказати, що за U-статистичним критерієм Манна-Уїтні на 0,05-відсотковому рівні значущості також не було виявлено статистично значущої різниці за такими ціннісними орієнтаціями як «Я-цінність», «Інший-цінність», «Суспільно-корисна діяльність» та «Відповідальність». Проте, слід зауважити, що за ціннісною орієнтацією «Пізнання» ми отримали 51,5, що на 0,5 більше від нашого діапазону. Це свідчить про те, що за U-статистичним критерієм Манна-Уїтні на 0,05-відсотковому рівні значущості виявлена невелика статистично значуща різниця між дівчатами 7 та 9 класів за ціннісною орієнтацією «Пізнання».

Для виявлення кореляційних зв'язків між рангами цінностей в учнів різної статі та учнів різних класів ми обчислили коефіцієнти рангової кореляції за Спірменом. У таблиці 2.8 відображені середні значення отриманих балів учнів і їх ранги у відношенні з ціннісними орієнтаціями. Те, як знаходились середні значення можна проглянути у Додатку А. Результати обчислень коефіцієнтів кореляції рангів Спірмена наведені в таблиці 2.9.

Таблиця 2.8

Цінності	7 клас				9 клас			
	Хлопці		Дівчата		Хлопці		Дівчата	
	серед.знач.	ранг	серед.знач.	ранг	серед.знач.	ранг	серед.знач.	ранг
Пізнання	6,62	1	5,75	2	5,87	2	3,75	3
Я-цінність	5,87	3	4,12	5	5,12	4	3,12	5
Інший-цінність	5,37	4	5,37	3	4	5	3,62	4
Сусп-кор. діял.	4,5	5	5	4	5,37	3	4,12	2
Відповідальність	6,25	2	6,87	1	6,5	1	6,62	1

Таблиця 2.9

Кореляційні зв'язки між рангами цінностей та учнями різної статі та класу

р - коефіцієнт кореляції рангів Спірмена				
	7 клас (хлопці)	7 клас (дівчата)	9 клас (хлопці)	9 клас (дівчата)
7 клас (хлопці)	-	0,6	0,6	0,1
7 клас (дівчата)	0,6	-	0,7	0,7
9 клас (хлопці)	0,6	0,7	-	0,8
9 клас (дівчат)	0,1	0,7	0,8	-

За результатами обчислень ми маємо коефіцієнт кореляції рангів 0,6 між хлопцями та дівчатами 7 класу, та між хлопцями 7 та 9 класів, що вказує на позитивний середній рівень зв'язку між рангами цінностей в даних вибірках.

Також ми маємо високий позитивний рівень зв'язку за коефіцієнтами кореляції рангів 0,7 та 0,8 між дівчатами 7 класу та хлопцями 9 класу, між дівчатами 7 та 9 класів, між дівчатами та хлопцями 9 класу.

І практично не виявлено зв'язку між хлопцями 7 класу та дівчатами 9 класу, про що свідчать коефіцієнти кореляції рангів 0,1.

Також маємо загальні обчислені рівні виразності кожної ціннісної орієнтації хлопців та дівчат 7 та 9 класів. Отримані результати наведені у таблиці 2.10.

Таблиця 2.10

Клас, Стать	Пізнання			Я-цінність			Інший-цінність			Сусп.-кор. діял.			Відповідальн.		
	високий	серед	низький	високий	серед	низький	високий	серед	низький	високий	серед	низький	високий	серед	низький
7 хлопці	3	3	2	1	7	0	0	7	1	0	5	3	0	7	1
7 дівчата	1	6	1	1	3	4	1	6	1	0	7	1	2	4	2
9 хлопці	2	3	3	0	5	3	1	3	4	1	5	2	3	2	3
9 дівчата	1	1	6	0	3	5	0	4	4	0	7	1	2	3	3

За шкалою «Пізнання», її низький ступінь виразності мають 2 хлопці з 7 класу – це становить 25% з усіх досліджуваних хлопців 7 класу; 1 дівчина з 7 класу – це становить 12,25% з усіх досліджуваних дівчат 7 класу; 3 хлопці з 9 класу – це 37,5% з усіх досліджуваних хлопців 9 класу; 6 дівчат з 9 класу – це 75% з усіх досліджуваних дівчат 9 класу. Можна зробити висновок, що мотивація до навчальної діяльності в 9 класі набагато менша, ніж в 7 класі. Та також можна помітити, що дівчата в 7 класі, в основному, мають середній ступінь виразності за даною шкалою, а дівчата 9 класу загалом мають низький ступінь виразності.

За шкалою «Я-цінність», низький ступінь виразності серед досліджуваних 7 класу виявлений лише у жіночої статі, кількістю 4 особи – це 50% з усіх досліджуваних дівчат 7 класу; низький рівень за цією шкалою також мають 3 хлопці з 9 класу – це 37,5% з усіх досліджуваних хлопців 9 класу; 5 дівчат з 9 класу – це 62,5% з усіх досліджуваних дівчат 9 класу. Судячи по отриманим

даним, можемо також побачити, що хлопці 7 та 9 класів, в основному, мають середній ступінь виразності за шкалою «Я-цінність», а дівчата 7 та 9 класів, в основному, мають низький ступінь виразності.

За шкалою «Інший-цінність», її низький рівень виразності мають лише 1 хлопець та 1 дівчина серед досліджуваних 7 класу - це становить по 12,5% з усіх досліджуваних хлопців та дівчат 7 класу; 4 хлопці та 4 дівчини з 9 класу – це по 50% з усіх досліджуваних хлопців та дівчат 9 класу. Загалом учні 7 класу мають середній ступінь виразності даної шкали. За даними результатами можемо сказати, що учні 7 класу більш націлені на взаємодію та будівництво міжособистісних відносин з оточуючими, ніж учні 9 класу.

За шкалою «Суспільно-корисна діяльність» показники є майже однакові між 7 та 9 класами. Більшість учнів має середню ступінь виразності даної ціннісної орієнтації. Проте, кількість досліджуваних хлопців, що мають низький рівень виразності даної шкали, перевищують кількість дівчат з таким же рівнем виразності.

За шкалою «Відповідальність», ми бачимо, що більшість хлопців 7 класу мають середній рівень виразності даної ціннісної орієнтації, проте 1 з досліджуваних хлопців має низький рівень – це 12,25% з усіх досліджуваних хлопців 7 класу; низький рівень за цією шкалою також мають 2 дівчини з 7 класу – це становить 25% з усіх досліджуваних дівчат 7 класу; 3 хлопці та 3 дівчини з 9 класу – це по 37,5% з усіх досліджуваних хлопців та дівчат 9 класу. Можемо помітити, що в учнів 9 класу більше осіб, які мають низький ступінь виразності ціннісної орієнтації «Відповідальність», ніж учні 7 класу. Проте, слід зауважити, що і осіб з високим рівнем виразності даної шкали також більше в 9 класі в порівнянні з учнями 7 класу. В 7 же класі більшість досліджуваних школярів мають середній ступінь виразності ціннісної орієнтації «Відповідальність».

Ми акцентували увагу більше на низьких ступенях виразності тої чи іншої ціннісної орієнтації в учнів, саме для того, щоб розуміти над чим нам треба буде працювати, і на що фокусувати увагу, розробляючи корекційну програму для розвитку даних ціннісних орієнтацій у підлітків.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2

На підставі проведення дослідження особистісних ціннісних орієнтацій підлітків 7 та 9 класів Лебединського ЗЗСО I-III ступенів №5 можна зробити наступні висновки.

Загальна кількість досліджуваних склала 32 особи. Для виявлення виразності ціннісних орієнтацій учнів використовувалася методика «Діагностика ціннісних орієнтацій підлітків» В. Ф. Сопова та Л. В. Карпушиной. Отримані дані були проаналізовані методами математичної статистики, зокрема були визначенні середнє значення, медіана, мода, стандартне відхилення, дисперсія, коефіцієнт варіації, рангово-бісеріальний коефіцієнт кореляції, коефіцієнт кореляції рангів Спірмена та U-статичний критерій Манна-Уїтні.

Мотивація до навчальної діяльності в 9 класі менша, ніж в 7 класі. Особливо це стосується жіночої статі, ступінь виразності ціннісної орієнтації «Пізнання» менший.

Хлопці 7 та 9 класів, в основному, мають середній ступінь виразності за шкалою «Я-цінність», а дівчата 7 та 9 класів низький ступінь виразності, що вказує на низьку самооцінку.

Учні 7 класу мають більші показники за шкалою «Інший-цінність», тобто вони більш націлені на взаємодію та будівництво міжособистісних відносин з оточуючими, ніж учні 9 класу.

За шкалою «Суспільно-корисна діяльність» показники є практично однакові між 7 та 9 класами.

В учнів 7 класу за шкалою «Відповідальність» більша частина осіб мають середній ступінь виразності, а в 9 класі більшість варіюється між рівнями.

За допомогою рангово-бісеріального коефіцієнта кореляції було виявлено, що у 7 класі за такими шкалами як «Пізнання», «Суспільно-корисна діяльність» та «Відповідальність» показники вказують на слабкий позитивний зв'язок між статтю та ціннісною орієнтацією. За шкалою «Я-цінність» виявлено середній

позитивний зв'язок між статтю та ціннісною орієнтацією. За шкалою «Інший-цінність» зв'язку в 7 класі немає.

В 9 класі за шкалами «Інший-цінність» та «Відповідальність» не виявлено зв'язку між статтю та ціннісною орієнтацією. Виявлено слабкий позитивний зв'язок між ціннісною орієнтацією «Суспільно-корисна діяльність» та статтю з рангово-бісеріальним коефіцієнтом кореляції 0,29. За шкалами «Пізнання» та «Я-цінність» рангово-бісеріальні коефіцієнти кореляції вказують на середній позитивний зв'язок між даними ціннісними орієнтаціями та статтю в 9 класі.

Рангово-бісеріальний коефіцієнт кореляції підтверджує нам, що показники за шкалою «Я-цінність» залежні від статі, як в 7, та і в 9 класах.

За U-статистичним критерієм Манна-Уїтні на 0,05-відсотковому рівні значущості не було виявлено статистично значущої різниці між хлопцями 7 та 9 класів за такими ціннісними орієнтаціями як «Пізнання», «Я-цінність», «Інший-цінність», «Суспільно-корисна діяльність» та «Відповідальність».

За цим же критерієм між дівчатами 7 та 9 класів також не було виявлено статистично значущої різниці за такими ціннісними орієнтаціями як «Я-цінність», «Інший-цінність», «Суспільно-корисна діяльність» та «Відповідальність». Проте, за шкалою «Пізнання» ми отримали 51,5, що на 0,5 більше від нашого діапазону, тобто є невелика статистично значуща різниця.

За результатами обчислень коефіцієнта кореляції рангів Спірмена отримано середній рівень зв'язку між рангами цінностей у хлопців та дівчат 7 класу, та між хлопцями 7 та 9 класів.

Також маємо високий позитивний рівень зв'язку при коефіцієнтах кореляції рангів 0,7 та 0,8 між дівчатами 7 класу та хлопцями 9 класу, між дівчатами 7 та 9 класів, між дівчатами та хлопцями 9 класу.

Практично не виявлено кореляційного зв'язку між хлопцями 7 класу та дівчатами 9 класу при коефіцієнті кореляції рангів 0,1.

Наша гіпотеза, в якій припускалося, що ціннісні орієнтації мають позитивний зв'язок зі статтю старших підлітків, частково підтвердилась. За допомогою обчислень рангово-бісеріального коефіцієнту кореляції були

виявлені позитивні зв'язки з більшістю ціннісних орієнтацій та статтю. Проте не виявлено зв'язку між ціннісною орієнтацією «Інший-цінність» та статтю в 7 класі, та ціннісними орієнтаціями «Інший-цінність» та «Відповідальність» в 9 класі.

РОЗДІЛ 3. ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ

3.1. Основні підходи для розвитку ціннісних орієнтацій підлітків

Дослідниками ціннісних орієнтацій були: К. Альбуханова-Славська, В. Дільтей, А. Маслоу, Г. Олпорт, Д. Рісмен, К. Роджерс, М. Рокич, Е. Толмен, У. Томас, В. Франкл, З. Фрейд, Е. Фромм, К.Хорні, М. Ядов та багато інших. З проводили дослідження. Фрейд, Е. Фромм, К. Хорні, м. Ядофф та багато інших. З позицій гуманістичної психології такі вчені, як К. Роджерс, А. Маслоу та Г. Олпорт розглядали цінність особистості в «Я» та пов'язували його з потребами людини; на думку К.Роджерса, центральним поняттям теорії особистості поняття «Я», і цей вчений стверджував, що визнання характеристик "Я" та визнання взаємозв'язків, визначених як організована, мобільна і водночас цілісна концептуальна модель, тобто дослідник вбачає суттєвим формування внутрішніх цінностей та самореалізацію особистості [40].

За словами В. Ядова, ціннісна орієнтація - це цілісне ставлення до вільного і відповідального вибору, яке ширше і всеосяжне, ніж фіксовані або навіть фундаментальні ідеали, принципи і соціальні установки. Згідно з цією логікою, ціннісні орієнтації, а не фіксовані установки, з'являються тільки у тих, хто досяг певної стадії власного розвитку [5].

Перехід від установок більш низького рівня (ціннісно-орієнтованих) до установок більш високого рівня (семантично-ціннісним) відбувається шляхом їх поступової активації при відповідних обставинах, відповідних певною мірою особистих потреб. Іншими словами, можна сказати, що нижчий (бажаний) рівень попиту породжує екологічну та поведінкову поведінку в простих цільових ситуаціях, які ще не були соціалізовані. За словами вченого Г. Олпорта, джерелом більшості людських цінностей є суспільна мораль, і він також виділив безліч ціннісних орієнтацій, які не передбачені етичними нормами, таких як навчання, допитливість і грамотність. Етика та цінності визначаються та формуються за допомогою зовнішнього підкріплення, оскільки насправді вони є засобами та умовами для досягнення особистих внутрішніх цілей. Він визначив

це як «категорію знань». Він пояснив це як процес перетворення «категорії знань» у «категорію важливості». Тільки тоді, коли буде ясно зрозуміла суть «категорії знань», отриманої з зовнішнього світу, буде реалізована «категорія сенсу». Вчені пишуть, що цінність - це свого роду особистісний сенс. Наприклад, коли дитина починає усвідомлювати цінність, для нього кожен раз принципово важлива його сутність [41]. Вчені також говорили про інтеграцію людської діяльності і поведінки в механізми дії і прийшли до висновку, що система ціннісних орієнтацій визначається двома характеристиками: особистісним змістом і змістом. За словами Б. Ананьєва, відправною точкою характеристик людини як особистості є його соціальний статус, і ця особистість також є статусом спільноти, яку він сформував і розвивав. Отже, саме на основі соціального статусу людини була розроблена система ціннісних орієнтацій і важливості соціальних ролей. Іншими словами, роль, статус і ціннісна орієнтація складають основні категорії особистісних якостей, визначають структуру їх поведінки і характеристики мотивації, а взаємодіючи з ними - тенденції і характеристики особистості [42].

Аналіз соціального опосередкування міжособистісних відносин дуже важливий в російській психології, оскільки поняття «особистість» невіддільне від соціального оточення. Психолог Л. Виготський ввів поняття "соціальні умови розвитку", в якому говориться, що розвиток особистості залежить від освоєння особистісних і культурних цінностей, які опосередковуються процесом спілкування. Поняття та цінності, які проявляються в міжособистісних стосунках, особливо в безпосередніх соціальних взаємодіях між дітьми та дорослими, потім засвоюються особистістю. Існує безліч психологічних прийомів і методик для розвитку особистісної ціннісної орієнтації.

Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) є одним із таких методів. Її розвиток мав початок з часів біхевіоризму Д. Уотсона та Е. Торндайка і продовжив розвиватися в роботах Д. Вольпе та А. Лазаруса в середині 1950 – початку 1960 років. В основу цього напрямку закладено класичні психологічні теорії:

- 1) Основані на ідеях І. П. Павлова та С. Халла та на роботах А. Лазаруса та Д. Вольпе;
- 2) теорія оперантного навчання Б. Скіннера;
- 3) теорія когнітивного навчання.

Ідея поведінкового напрямку будується на зв'язку між стимулом та певною реакцією. Завдяки експериментальним дослідженням І. П. Павлова, було доведено, що нейтральний стимул може бути як умовний подразник. Мається на увазі, що він може на рівні рефлексу викликати автоматичну реакцію. Щоб сформувати подібну реакцію, потрібно дотримуватися принципу суміжності (безумовному подразнику передують індивідуальні стимули з невеликим випередженням) і багатократного поєднання цих стимулів. Це говорить про те, що завдяки певному стимулу, у нас є можливість впливати на поведінку людини, викликаючи бажану нами реакцію.

Б. Скіннер у теорії оперантного обумовлення запропонував іншу схему формування бажаної поведінки «реакція – стимул». В його теорії поведінку можна контролювати за допомогою результатів і наслідків. Доречним використанням оперантних методів є у потребі сформувати новий патерн поведінки або, наприклад, посилити та розвинути ті моделі реагування, які вже існують.

А. Бандура, А. Лазарус, Т. Нейланс та інші вчені займалися розвитком мультимодальної поведінкової терапії. Вона базується на повноцінній організації особистості. А саме, на когнітивній саморегуляції та модифікації поведінки [23].

Таким чином, поведінкова терапія спрямована на усунення «симптому», тобто небажаної поведінки, і не враховує причин її виникнення.

А. Елліс є засновником раціонально-емоційно-поведінкової терапії (РЕПТ). В її основі лежить взаємозв'язок між думками, емоціями та поведінкою людини. Пояснюється, що при зміні змісту одного з цих елементів, може змінитися й інших два. Отримані емоційні реакції не є наслідком від зовнішньої події, вони є наслідком сприйняття та оцінки цієї події. А. Елліс стверджував, що основою патологічних емоцій є когнітивні помилки, або

іраціональні установки. Основною задачею РЕПТ є виявити та змінити іраціональні установки, судження та погляди [27].

Щоб визначити ролі когніцій на емоційну сферу людини та її поведінку, А. Еллісом було видвигнуто модель ABC(DE):

A – активізуюча подія;

B – сприйняття та оцінка цієї події (раціональні або іраціональні судження);

C – емоційні або поведінкові наслідки події;

D – дискусія після когнітивної оцінки;

E – результат (конструктивний або деструктивний) [27].

Проводячи аналіз за допомогою схеми ABCDE, можна дослідити, який з етапів вплинув на кінцевий результат, а також визначити місце застосування розвивальної чи корекційної роботи для надання психологічної допомоги. Те, як людина сприймає подію, залежить від її ставлення до себе та уявлень про світ, особистих переконань та образу мислення. Емоційні та поведінкові реакції залежать від психофізіологічних особливостей та вмінь саморегуляції. На когнітивну оцінку впливають рівень розвитку рефлексії, рівень внутрішнього контролю, вміння справлятися зі складнощами, дивергентність або конвергентність мислення, сприймання та усвідомлення власних думок щодо ситуації [9].

Когнітивно-поведінкова терапія є ефективною у роботі з іраціональними установками та судженнями, які спричиняють не адаптивні форми поведінки. Виявлення таких установок у роботі з індивідуальною віктимністю є важливим кроком для зміни мислення особистості, що позитивно впливає на психоемоційний стан та зміну поведінкових патернів. Розуміння причинно-наслідкових зв'язків між думками та реакціями сприяє розвитку внутрішнього локусу контролю, і в результаті розширює запас можливих реагування на певні ситуації [15].

Невід'ємною особливістю КПТ є широкий вибір психотехнік: виявлення і спростування іраціональних думок та елементарних помилок,

раціонально-емотивна уява, модифікація занепокоєння та румінацій, виявлення та видозмінювання схем, техніки емоційної регуляції, спростування самокритики, техніка наукового опитування, тренінги для розвитку певних навичок і вмінь, рольова гра, використання гумору для знецінення ірраціонального судження, домашнє завдання.

Багато часу в КПТ приділяється емоційним станам, бо «емоційне уникнення» може підтримувати чи посилювати не адаптивну копінг-поведінку і сприяти виникненню великої кількості психічних патологій. Для здійснення емоційної регуляції необхідно здійснити наступні етапи [32]:

- 1) провести активацію емоцій;
- 2) ідентифікація та диференціація емоцій;
- 3) виявити негативні установки щодо цих емоцій;
- 4) визначити зв'язки між емоціями, переконаннями та копінг-стратегіями;
- 5) створити адаптивні копінг-стратегії.

В КПТ також використовується принцип реципрокності емоцій, тобто взаємовиключення. Людина не може одночасно відчувати протилежні емоції, такі як страх та радість, тому техніки, спрямовані на релаксацію та глибоке дихання, дають можливість позбутися реакцій страху. Вони дозволяють ефективно знизити напругу, що виникає в стресових ситуаціях. Підсилити позитивний результат релаксуючих технік можна, поєднуючи їх з техніками візуалізації [20].

Емоційно-орієнтовані техніки дозволяють навчитися розрізняти власні емоції, досліджувати думки, які викликали певну емоційну реакцію, виявляти свої потреби та шляхи їх забезпечення. Їх доцільно використовувати в стресових ситуаціях, коли людина об'єктивно не здатна змінити саму ситуацію, але набуває можливості більш адаптивно на них реагувати.

Особи, у яких є схильність до віктимної поведінки керуються роллю з позицією жертви. Світогляд такої особистості будується на переконанні, що вона жертва, і він призводить до формування відповідних установок. Це є причиною самостигматизації. Для того, щоб оскаржити та переформувати

іраціональні думки експериментально доведена ефективність когнітивно-поведінкової терапії. Застосування її технік допомагає переоцінити стресову ситуацію і, в результаті, замінити звичний патерн поведінки на більш адаптивний.

Таким чином, когнітивно-поведінкова терапія є ефективним інструментом, що має дієві техніки, які допомагають розвивати адаптивні форми копінг-поведінки у осіб схильних до віктимної поведінки.

Дослідники також виокремлюють **соціально-психологічний тренінг (СПТ)** як один із методів для корекції ціннісних орієнтацій. Він є засобом для розуміння власних життєвих цілей та пріоритетів на майбутнє, за допомогою володіння певними знаннями та навичками.

Загальні цілі СПТ:

- розвиток психосоціальних здібностей індивіда, тобто здатності індивіда ефективно взаємодіяти з оточуючими його людьми.;
- вивчення психологічних проблем та знаходження способів для їх вирішення;
- поліпшення суб'єктивного благополуччя і зміцнення психічного здоров'я;
- розвиток самосвідомості та самоаналізу учасників для корекції або запобігання емоційних та поведінкових розладів на основі внутрішніх та поведінкових змін;
- допомога в процесі особистісного розвитку, реалізації творчого потенціалу, досягненні найкращого рівня життя і відчуття благополуччя і успіху.

У той же час СПТ надає методи використання: групові дискусії, консультації, аутотренінг, рольові та ділові ігри, а також особисті бесіди з психологом. Представник гуманістичного напрямку К. Роджерс надає особливого значення командній роботі, оскільки вважає, що командна робота пов'язана з усуненням стресу. Це сприяє розвитку і саморозкриттю учасників, саме завдяки відносинам, які склалися між учасниками в процесі спільної

діяльності, створюються всі умови для психологічних змін особистості. Важливо також зазначити, що групові заняття включають психологічну безпеку [37].

3.2. Програма розвитку ціннісних орієнтацій у старших підлітків

Виходячи з поставленої мети та гіпотези роботи є припущення, щодо необхідності формування та розвитку сфери психосоціальних та життєво-необхідних ціннісних орієнтацій у підлітків.

Під час емпіричного дослідження в частини учнів 7 та 9 класів були виявлені низькі показники у кожній сфері ціннісних орієнтацій. Низька сформованість ціннісних орієнтацій молодих українців значною мірою може вплинути на майбутнє нашого народу і країни в цілому. Наприклад, відсутність потреби в суспільно корисній діяльності сприяє розвитку егоцентричних якостей у людей, впливаючи на їхні соціальні цінності, комунікативні навички та структуру дозвілля. Виникають як особисті, так і групові та колективні проблеми.

Спектр проблем настільки широкий і багатогранний, що вирішити їх усі одразу неможливо. Тому, спираючись на усвідомлення проблем підлітків, програма сприяє усвідомленню напрямку психосоціальних і життєвих цінностей, необхідних підліткам, розширенню їхніх знань і формуванню відповідного світогляду. Психологічні ігри надають школярам можливість скоригувати свою особистість, осмислити події, що відбуваються, проаналізувати свою поведінку, подумати про превентивні заходи та наслідки подій, розставити пріоритети в діяльності.

Вікова категорія: 12-17 років.

Мета психокорекційної програми: розвиток сфери ціннісних орієнтацій підлітків.

Дана програма розрахована на 8 занять по 1 годині 20 хвилин. В загальному обсязі 10 годин 40 хвилин. Проводитись заняття будуть 2 рази на тиждень.

Завдання:

1. Розвиток прагнення до самовдосконалення;

2. Посилення пізнавального мотиву до навчальної діяльності;
3. Підвищити рівень розуміння власної значущості, почуття власної гідності та цінності;
4. Розвинути позитивну Я-концепції особистості підлітка;
5. Розширення уявлення щодо системи цінностей людей в суспільстві загалом та окремо кожної людини;
6. Розвинення адекватності світосприйняття. Усвідомлення себе в системі міжособистісних стосунків;
7. Формування усвідомлення про власний вибір життєвих пріоритетів.

Структура занять:

1. Ритуал привітання.
2. Розминка.
3. Основна частина. Вправи, що спрямовані на розвиток навчальної мотивації підлітків, підвищення самооцінки, самопізнання та саморозкриття, розуміння цінності та значущості оточуючих та близьких людей, розвиток цілеспрямованості, наполегливості, уміння управляти своїми мотивами та бажаннями.
4. Релаксація
5. Рефлексія. (Що сподобалось – не сподобалось, було добре – погано і чому; чому це важливо, навіщо ми це робили).
6. Ритуал прощання.

Обладнання: ватман, маркери, аркуші А4 за кількістю учасників, кольорові олівці або фломастери, стікери, кольоровий папір, іграшки, свічка, кулька.

Очікуваний результат:

1. Школярі чітко усвідомлюють важливість розуміння процесу формування ціннісних орієнтацій починаючи з раннього віку.
2. Вироблення конструктивних шляхів групової взаємодії, уміння різнобічно аналізувати ситуації.
3. Прагнення до самовдосконалення.

4. Підвищення рівня мотивації до навчання;
5. Усвідомлення себе в системі цінностей та важливості власного вибору.
6. Підвищення рівня самооцінки, цінності себе та оточуючих людей.

Заняття 1

Вправа 1. «Самопрезентація»

Мета: знайомство учасників тренінгу.

Тривалість: 10 хвилин.

Учасникам пропонується сісти в коло. Потім кожен по черзі говорить таку інформацію про себе: ім'я; свої захоплення; дві улюблені риси свого характеру; пам'ятна подія із власного життя.

Ведучому та іншим учасникам дозволяється ставити додаткові запитання тому, хто розповів про себе.

Вправа 2. Правила групи

Мета: встановити з учасниками правила для тренінгу.

Тривалість: 5 хвилин.

Прикладом можуть бути такі правила:

1. Відвертість та чесність. Не приховувати свої емоції та почуття, виражати їх. Якщо хочеться збрехати, то краще відмовитися від відповіді, аніж навіювати учасникам хибні думки.

2. Конфіденційність. Зберігати те, що обговорювалось та відбувалось, в межах групи.

3. Повага до інших. Вислуховувати, не перебивати, не ображати один одного. Не критикувати та не оцінювати інших. Не говорити про когось у третій особі, а звертатися прямо до людини.

4. «Тут-і-зараз». Дозволяється обговорювати саме ті події, які відбулися саме тут і зараз.

5. Відповідальність. Дотримуватися зазначених правил. Бути уважним, не відволікатись. Починати висловлювання зі слова «Я».

6. Бути активним в роботі у групі. Виразити свою думку. Говорити про можливі труднощі, що відбулися під час тренінгу.

Вправа 3. «Очікування»

Мета: дізнатися про очікування та сподівання учасників від тренінгу та занять.

Тривалість: 10 хвилин

Тренер пропонує учасникам висловити свої очікування та сподівання щодо занять, та після обговорення кожному учаснику пропонується на дошці-плакат написати, що для них являється найбільшою цінністю в житті.

Вправа 4. «Асоціативний ланцюжок»

Мета: визначити поняття цінностей з учасниками

Тривалість: 10 хвилин.

Учасникам пропонується по черзі продовжити фразу: «Як я розумію, цінності – це». І таким чином, створити асоціативний ряд.

Притча «Найважливіші речі»

Мета: ознайомити учасників з притчею та обговорити її, поглянути на цінності з різних сторін.

Тривалість: 20 хвилин

Молодий хлопчина постійно був занепокоєний щодо власного життя та майбутнього. І ось, одного разу, проходячи по берегу моря, він зустрічає мудрого старця.

– Чим так занепокоєний, хлопче? – запитав старець.

– Я ніяк не можу зрозуміти, що для мене в житті є найважливішим, — відповів хлопець.

- Це просто, — сказав старець. Із землі він підняв пустий глечик і почав його заповнювати камінням розміром з кулак.

Коли він заповнив глечик до кінця, він запитав у юнака:

— Цей глечик повний, чи не так?

— Так, — сказав юнак.

Старець кивнув та потім взяв в руку дрібні камінці, кинув їх також в глечик і легенько потрусив. Пустоти між великим каміння заповнились дрібними камінцями. Старець усміхнувся, після чого, запитав:

— А чи зараз глечик повний?

Хлопчина кивнув. Потім старець взяв жменю піску і висипав це в глечик. Пісок зміг заповнити ті пустоти, які залишилися між камінням.

— Ось тобі і відповідь на твоє питання, — сказав старець. — Велике каміння — це найважливіші речі в житті такі як сім'я, кохана людина, духовний розвиток, мудрість. Навіть, якщо ти все з цього втрадиш, то твоє життя все ще буде повним. Старець хвилинку помовчав, та продовжив:

— Дрібні камінці — це теж важливі речі для тебе такі як дім, робота, матеріальний добробут. А пісок — це дрібниці, які насправді не мають жодного значення.

Молодий хлопчина дуже уважно сдухав, і старець продовжив:

– Інколи люди роблять помилку, коли спочатку засипають глечик піском, бо, таким чином, в глечуку зовсім не лишається місця для каміння. Так само і в житті. Якщо ти будеш витратити сили на дрібні й незначущі речі, то в ньому й не буде місця для найважливіших цінностей. Тому насамперед треба подбати про велике каміння, і, звісно, не забувати про дрібне. А пісок як хвилі життя сам заповнить пусті проміжки між ними.

Запитання для обговорення притчі:

- Які життєві цінності подібні до великого каміння, а які до малого, а які до піску?
- Як їх розрізнити? Чим вони відрізняються?
- На даному етапі вашого життя в якому порядку ви «наповнюєте власний глечик»?
- Як саме ви можете більше подбати про велике каміння та свій глечик?

Вправа 5. «Актуалізація проблеми»

Мета: усвідомити власні цілі.

Тривалість: 15 хвилин.

Учасникам тренінгу пропонується написати на листочку відповіді на три питання:

1. Чого я хочу досягти в житті?
2. Яким я бачу себе через 3 роки?
3. Якби я дізнався, що мені залишилося жити півроку, що б я зробив?

Загальне обговорення

Мета: зворотній зв'язок

Тривалість: 10 хвилин.

Для обговорення і завершення заняття учасники відповідають на такі питання:

1. Які почуття в мене були протягом заняття?
2. Що мені давалося складно на даному занятті?
3. Що я можу взяти із собою в подальше життя?

Заняття 2

Вправа 1. «Кришталева кулька»

Мета: зворотній зв'язок, налаштувати учасників до тренінгу.

Тривалість: 5 хвилин.

Вправу можна виконувати як сидячи, так і стоячи. Учасники збираються в коло. І по черзі учасники передають один одному кульку(повітряну, скляну,...). Та людина, в якій в руках кулька, розповідає про те, що вона відчуває в даний момент.

«Притча»

Мета: покращити вміння до аналізування ситуацій.

Тривалість: 10 хвилин

«Сьогодні ми підніmemo тему, яка має безпосереднє відношення до вашого життя: навчання. Спочатку я хотіла би розповісти вам притчу про навчання.

Жив собі студент, який поставив собі за мету "вивчити все". Він був неперевершеним у навчанні. Одного разу він зрозумів, що знає більше, ніж його вчителька, тому вирішив попрощатися з нею і попросив познайомити його з

кращим вчителем. Тоді йому відповіли, що немає нікого подібного і краще за вчителя Вонга. Учень шукав зустрічі з цим мудрим чоловіком протягом багатьох років, і через 20 років він дістався до Гори Мудрості, де жив Вонг, і зустрів його на смертному одрі. Учень лише встиг запитати: "Як мені стати найосвіченішою та найрозумнішою людиною?". І Вонг відповів йому: "О, нещасний, знай, що нікого й нічого неможливо навчити".

Довго сидів учень на горі мудрості, обдумуючи останні слова свого вчителя. Через багато років сивий учень сидів на лавці зі своїми правнуками і дивився, як вони грають у шахи. Він запитав наймолодшого: "Хто навчив тебе цієї гри?". На що хлопчик весело відповів: "Хто мене може навчити? Я сам захотів і навчився". У той же момент учень зрозумів найбільшу таємницю і отримав відповідь, яку шукав усе життя.

Ця притча є дуже повчальною для всіх нас. А слова "хочу і навчуся" повинні стати нашим життєвим девізом.»

Обговорення притчі:

1. Чи знайшли ви якусь користь для себе після почутої притчі?
2. Що вам би хотілося змінити в ній?
3. Чи змогли б ви як учень вчитися і дізнаватись щось нове на протязі всього життя?
4. Як ви вважаєте, яка була мотивація в учня, що він присвятив все своє життя зустрічам з більш мудрішими людьми, ніж він сам?

Вправа 2. «Я все зможу!»

Мета: підвищити мотивацію учнів до навчання за допомогою нових видів діяльності або іншому ставленні до ситуації.

Тривалість: 15 хвилин

Учні по черзі мають розповісти про якусь справу, яку їм досить гарно вдається виконувати. Після доповіді вони дають відповіді на такі запитання:

1. Де це вміння може знадобитись?
2. Як тобі вдалося цьому навчитися?

Обговорення:

1. Чи з'явилося у когось бажання навчитись тому, що вміє робити хтось інший?
2. Від вміння якого учасника ви були здивовані?

Вправа 3. «Відвертість»

Мета: налаштувати учасників на відверте спілкування.

Тривалість: 10-15 хвилин.

Перед учасниками розкладається багато карток. Кожен з них буде брати картку й продовжувати написану на ній фразу. Продовжуючи фразу на картці треба говорити правдиво.

«Відверто кажучи, коли я йду до школи ...; коли вчитель мене хвалить...; коли вчителька мене лає...; я у школі ненавиджу...; я буду краще навчатися, якщо...; моя прихована мрія, щоб у школі...; діти з якими я вчуся...; коли у нас контрольна...; коли я думаю про школу...; коли я відповідаю біля дошки...; коли дзвенить дзвінок...; коли я одержую дванадцять...; коли закінчуються уроки...; коли я одержую двійку...; коли мої друзі ігнорують мене я відчуваю...; коли я виявляю турботу про іншу людину, я відчуваю...; коли мої друзі піклуються про мене, я відчуваю...; коли мене не розуміють, я відчуваю....»

Обговорення:

1. Чи складним було говорити правду?
2. Оцініть по 10-бальній шкалі наскільки ви були відвертими.

Вправа 4. «Протилежні двері»

Мета: налаштування учасників тренінгу на те, що тільки від них самих залежить те, які вони відкриватимуть двері в своєму житті.

Тривалість: 15 хвилин

Учасникам пропонується уявити, що перед ними наліво й направо знаходяться двері. За одними дверима знаходиться те, що приносить радість у навчанні, а за другими те, що мучить й чого ви не любите у школі. Треба розділити аркуш паперу навпіл та намалювати або записати.

Обговорення:

1. Що ви відчували, коли малювали одні та другі двері?

2. Що малювати вам було легше?
3. На вашу думку, що ви можете змінити в собі, щоб мати змогу, при відкритті будь-яких дверей, отримувати радість?

Вправа 5. «Будинок моєї мети»

Мета: усвідомлення учасниками власної реалізації життєвих цілей.

Тривалість: 15 хвилин.

Учасники мають об'єднатися в групи й намалювати разом будинок, який може допомогти їм у досягненні успіхів у навчанні.

Деталі малюнка:

Дах – це мета, яку ви ставите перед собою під час навчання.

Стіни – завдання, вирішивши які, допоможуть досягти поставленої мети.

Стежка – методи і способи, за допомогою яких, можна досягти мети.

Будяки й каміння – це перешкоди, які заважають у досягненні поставленої мети.

Вправа 6. «Посмішка по колу»

Мета: завершити роботу, отримати позитивні емоції.

Тривалість: 5 хвилин.

Під кінець заняття пропонується завершальна розважальна вправа. Кожному потрібно, повернувшись до свого сусіда, побажати йому щось гарне та приємне, взяти посмішку в свої руки та передати її йому. Так робить кожен по черзі.

Заняття 3.

Вправа 1. «5 добрих слів»

Мета: отримати зворотній зв'язок, позитивні емоції, підвищити самооцінку, самопізнання.

Тривалість: 10 хвилин

Учасники діляться на групи по 6 чоловік. Кожен учасник має намалювати на папері свою долоню і написати на ній власне ім'я. Потім цей аркуш передається по колу групи, і кожен має написати на пальцях долоні позитивну

якість або рису характеру даної людини. Долоні повертаються власникам по колу.

Обговорення:

- Які почуття у вас виникали, коли ви читали написи на своїй долоні?
- Чи знали ви про ті свої переваги, які вас написали учасники?
- Чи завжди ми адекватно ставимося до себе, турбуємося про себе, жаліємо і хвалимо себе?

Інформаційне повідомлення «Самопізнання»

Тривалість: 5 хвилин

Самопізнання - це вивчення та пізнання себе. Здатність до самопізнання властива людині і реалізується за допомогою розуму. Складність самопізнання полягає в його спрямованості на людину і її внутрішній світ, який багатий суб'єктивними і особистісними характеристиками. Наше уявлення про себе формується під впливом оцінок інших людей, коли ми пов'язуємо установки, мотиви, цілі і наслідки нашої поведінки з соціальними нормами, прийнятими суспільством. Самосприйняття - найважливіша умова, яка мотивує людину змінити свою ситуацію на краще.

Самооцінка людини визначається її рівнем впевненості в собі, своїх можливостях, своїх здібностях. Люди, які відчують себе щасливими, вірять, що їх люблять, що вони є потрібними, їх цінують і ставляться з повагою. Вони майже завжди мислять позитивно. Зазвичай люди, які вчать поважати себе, можуть добре сприймати інших. Люди поведуться по-різному в різних ситуаціях і з різними людьми - вдома, на роботі, з друзями або на вулиці. Важливо розуміти, що люди не завжди можуть впливати на події або змінювати їх, але вони можуть змінити своє ставлення до них. Майте на увазі, що думки людей, як правило, притягують події і ситуації, необхідні для самореалізації і розвитку, але якщо вони будуть думати тільки про зло, вони також будуть притягувати непотрібні речі. Ці речі неминуче відбудуться. Тому навіть у складних ситуаціях дуже важливо розвивати позитивне мислення, нести

відповідальність за власну поведінку, а також знаходити та цінувати досвід, який допомагає вам рости.

Вправа 2. «Мої сильні сторони»

Мета: допомогти учасникам розкрити свої сильні сторони.

Тривалість: 15 хвилин

Кожному учаснику потрібно розповісти про свої сильні сторони - про те, що йому подобається, що він любить, цінує, приймає в собі, що дає йому відчуття внутрішньої свободи та впевненості. Треба також звернути увагу на якості, які йому подобаються, але не властиві йому і він би прагнув розвинути їх в собі.

Обговорення:

- Визначаючи свої сильні сторони, з якими труднощами ви зіткнулись?
- Наскільки відвертими ви були при виконанні цієї вправи?
- Яку нову інформацію ви дізналися про себе та інших в нашій групі під час виконання вправи?

Вправа 3. «Робота над помилками»

Мета: підвищити впевненість у собі.

Тривалість: 10 хвилин.

Кожному із учасників потрібно взяти по аркушу паперу та написати на ньому й проаналізувати невдачу, яка трапилась з ним в минулому. Учасники мають поміркувати над кожною помилкою, визначити, що корисного вони змогли придбати в результаті цієї невдачі (досвід, якості характеру, нові розуміння чогось в житті, ...)

Обговорення:

- Чи може бути людина сильна, якщо у її житті трапилась якась невдача?
- А якщо людина опустила руки при першій же невдачі, чи можна мотивувати себе на подолання цієї перешкоди? А що для цього потрібно?

Вправа 4. «Контраргументи»

Мета: оволодіння навичками самоаналізу, заохочення до глибокого саморозкриття, що веде до самотрансформації та виявлення своїх недоліків і незадовільних звичок.

Тривалість: 10 хвилин.

Учням надається по аркушу паперу. Вони мають його розділити на дві половини. Ліва колонка називатиметься «Мені не подобається», в неї потрібно записати максимально чесно всі ті речі, які не подобаються в тобі саме зараз, сьогодні. І в правій частині аркуша до кожного твердження треба написати контраргумент, який можна протиставити, чим ти задоволений саме зараз.

Обговорення:

- Чи було завдання важким у виконанні?
- Що було робити легше: визначати свої недоліки чи наводити контраргументи?
- Чому так?

Вправа 5. «Атоми і молекули».

Мета: розважальна вправа, щоб відпочити та порухатись.

Тривалість: 5 хвилин.

Тренер: «Уявіть собі, що ви – поодинокі атоми. Почнеться хаотичний броунівський рух, в якому можливі ваші легкі зіткнення один з одним. По моїй команді ви маєте з'єднатися в молекули, в яких число атомів дорівнює названому мною числу». Після якогось часу від моменту початку гри, тренер називає цифру, наприклад, «шість». По цій команді учасники з'єднуються в групи по шість осіб. І це повторюється уже з іншими числами і т.д.

Вправа 6. «Моє життя»

Мета: допомогти учасникам усвідомити свій широкий спектр здібностей і дати їм можливість створити образ власного майбутнього.

Тривалість: 15 хвилин.

Учасникам тренінгу дається завдання записати найважливіші речі та справи, на які вони витратимуть свій час, енергію та здібності в наступному

році, а також ресурси та резерви, необхідні для реалізації цих завдань, бажань та інтересів.

Учні отримують малюнок метелика, який символізує їх майбутнє і життя (в даному випадку через рік), і малюнок гусениці, який символізує їх внутрішні резерви (що потрібно зробити, щоб реалізувати ці прагнення і плани, і що потрібно зробити, щоб досягти цього в майбутньому).

Що потрібно зробити гусениці і скільки зусиль їй потрібно докласти, щоб стати метеликом, і не просто метеликом, а красивим і чудовим метеликом.

Коментар психолога: «Заглядати у своє майбутнє - важке, але дуже корисне завдання. Його корисність полягає в тому, що воно заповнює "прогалину в часі" в тому, як людина думає, а не в тому, як вона "повинна" або "буде". Мати позитивний погляд на майбутнє - означає стати господарем власного життя».

Вправа 7. Завершення тренінгу.

Тривалість 10 хвилин.

Обговорення:

- Що важливе та нове на сьогоднішньому занятті ви дізнались?
- Яка вправа найбільше сподобалась?

Заняття 4

Вправа 1. «Намалюй свій настрій»

Мета: зворотній зв'язок, рефлексія.

Тривалість: 5 хвилин.

Учасникам потрібно на аркуші паперу намалювати два кола, які потім стануть обличчями. На першому обличчі малюється емоція, яку учасник відчуває в даний момент. А на другому обличчі емоцію потрібно буде намалювати в кінці заняття.

Вправа 2. «Мій герб»

Мета: саморозкриття, самопізнання.

Тривалість: 40-45 хвилин.

Дана вправа починається з дискусії: що таке герб та яке його символічне значення? Можна пояснити це на прикладах гербів міст та регіонів. Бажано

поговорити також про герб свого рідного міста в деталях і обговорити його зміст. Що символізують та як можна інтерпретувати зображені предмети на гербі (меч, орел, щит, ріг, книга, лев, пшениця, ...) Це теж буде доречно. У бесіді із учнями слід звертати їх увагу на їх власні якості, основні риси особистості, захоплення, навички, таланти і т. д. Їх можна буде намалювати на їх власному гербі, це буде символічно, якщо, наприклад, скласти намальовані речі в геометричну фігуру, розставити, впорядкувати зображені об'єкти. І, таким чином, вийде прекрасний особистий герб. Оскільки не існує двох однакових людей, не буде і однакового герба. Кожен є індивідуальним і особливим.

Отже, завдання учнів намалювати особистий герб, на якому він зобразить свої інтереси, цінності і важливі йому речі. Кожен учасник демонструє свій герб та розкриває його зміст. Можна зробити з них виставку.

Вправа 3. «Я люблю себе»

Мета: розвиток позитивного самосприйняття, вміння любити себе.

Тривалість: 10 хвилин.

Часто ми можемо бути незадоволеними собою, а можемо й, навпаки, відчувати задоволення і позитивне сприйняття себе. Яке ставлення до себе у вас частіше є переважним?

На жаль, ми часто можемо забувати похвалити себе, та часом ставимось вимогливо до себе і картаємо себе за провину. Є дуже важливим піклуватися про себе та цінувати себе, просто любити.

Тому, хочу вам запропонувати голосно зараз сказати декілька разів «Я люблю себе за те, що ...» і продовжити дану фразу.

Вправа-рефлексія 4. «Сенкан»

Мета: закріпити позитивні емоції, отримані від роботи на занятті та сприяти усвідомленню своєї особистості.

Тривалість: 15 хвилин.

Інструкція для учасників: Сенканом називають білий вірш, у якому певна інформація поєднана в короткий вислів з п'яти рядків.

Структура сенкана:

1. Перший рядок складається з одного слова (іменника) - назва поняття (Я).
2. В другому рядку представлений опис, що складається вже із двох слів (прикметників) (Розумна, чудесна)
3. Третя - визначає характерні дії й складається із трьох слів (дієслів). (Розвиваюсь, расту, навчаюсь)
4. У четвертому рядку формується фраза, що складається з чотирьох слів і впражає ставлення до теми. (Я можу зробити все)
5. Останній рядок складається з одного слова (споніма до темц), у якому відбито суть або сформульований висновок. (Цінність).

Інформаційна промова

Тривалість: 5 хвилин.

Під кінець заняття я хочу поділитися з вами кількома порадами, як підвищити свою самооцінку:

- Замість того, щоб пам'ятати про погане, згадуйте частіше про хороше.
- Намагайтеся знаходити позитив у всьому, що відбувається.
- Завжди пам'ятайте про свої успіхи і хваліть себе.
- Прощайте собі помилки. Визнавайте свої помилки, не перекладайте провину на інших і не звалюйте всю провину на себе.
- Цінують себе. Пам'ятайте, що люди, які люблять себе, добре виглядають і відчувають себе добре.
- Прийміть себе такими, якими ви є! А потім вдосконалюйте себе.
- Жити сьогоднішнім днем допоможе вам більше насолоджуватися життям.

Вправа 5. «Намалюй свій настрій»

Мета: зворотній зв'язок, рефлексія.

Тривалість: 5 хвилин.

Домалювати емоцію, яка у вас зараз на другому обличчі на аркуші.

Обговорення:

1. З яким настроєм ви були на початку заняття?

2. Який настрій у вас зараз?

3. Чи ваші малюнки схожі один на одного? Яка між ними відмінність?

Заняття 5.

Вправа 1. «Я в променях сонця»

Мета: сформувати почуття внутрішньої стабільності, гармонії та довіри до себе.

Тривалість: 15 хвилин.

Учасникам пропонується на аркуші паперу намалювати сонце. В його центрі кожен учасник пише своє ім'я (можна написати «Я»), а на променях пише свої сильні сторони, або те, що йому подобається в собі, що дає внутрішній спокій та гармонію.

За бажанням учні можуть презентувати свої сонечка.

Вправа 2. «Мій дракон, мої недоліки».

Мета: навчити учасників вмінням аналізувати та виокремлювати свої негативні сторони та знаходити й обирати шляхи для їх подолання.

Тривалість: 40 хвилин.

Учасникам розповідається про те, що кожен з них має «свого дракона». Ей дракон – це їх недоліки, які заважають їм жити, але з якими вони змиряються.

Потім тренер пропонує учням намалювати «свого власного дракона» і дати йому назву в загальному та його іншим головам або частинам окремо. Після того, як учасники закінчили малювати драконів, вони мають придумати історію про те, як вони переможуть власних драконів.

За бажанням учасники можуть об'єднуватися в групи і вигадувати спільну історію, але з тим правилом, що герої і дракони мають бути в такій же кількості як і членів групи. Потім, хто хоче, може розповісти та показати свою історію та дракона.

Вправа 3. «Маленькі добрі справи»

Тривалість: 15 хвилин.

Учасникам треба об'єднатися в пари і через пантоміму показати одну маленьку добру справу, після якої швидко може підвищитись повага до самого

себе (притримати двері в магазині, допомогти понести важкі пакети, позичити чистий листочок однокласнику, ...)

Вправа 4. «Рефлексія»

Мета: зворотній зв'язок.

Тривалість: 10 хвилин.

Підведення підсумків, обговорення вражень від тренінгу, поговорити про те, що сподобалось, а що можливо було складним для виконання.

Заняття 6.

Вправа 1. «Особистий момент»

Мета: налаштуватись на заняття, поділитись унікальними фактами про себе.

Тривалість: 10 хвилин.

Учасники сідають або стають в коло. Кожен має знайти будь-яку річ в себе, яка є цінною для нього, або може бути цікавою та незвичайною для інших, проте звична для себе. Від імені цієї речі розповісти групі щось нового про себе.

Вправа 2. «Мій всесвіт»

Мета: навчитися аналізувати свою «Я»-концепцію; сформувати позитивну «Я»-концепцію.

Тривалість: 20 хвилин.

Учасники отримують аркуш паперу для малювання. Вони малюють сонце в центрі аркуша і пишуть велику літеру "Я" в центрі сонячного кола. Потім проводять лінію від цього "Я", який є центром Всесвіту, до зірок і планет. Вони символізують улюблені заняття, улюблені кольори, улюблених тварин, ігри, одяг, музику, улюблені звуки та запахи, улюблену пору року, улюблена справу, місце, співака або гурт, героя. Написати речі, які ти добре вмієш робити, речі, які ти вважаєш, що можеш зробити, речі, у яких ти впевнений...

Ведучий промовляє, що поглянувши на свою зоряну карту, кожен може побачити свій потенціал, стільки речей, які роблять кожного з нас унікальним, стільки речей, які ми всі маємо спільно. Саме тому ми потрібні одне одному і саме тому кожен може досягти успіху в житті.

Вправа 3. «За що я ціную себе та інших людей»

Мета: сформувати в учнів почуття власної значимості та значимості оточуючих людей, виховання самоповаги та доброзичливості.

Тривалість: 15 хвилин.

Запропонувати учасникам розділити аркуш паперу на 2 колонки. У першій колонці записати твердження «За що я ціную себе», а в другій колонці записати «За що я ціную рідних та близьких людей». Потім іде обговорення психолога з кожним учасником.

Вправа 4. «Масаж по колу»

Мета: покращити настрій учасникам через фізичну активність, навчити навичкам турботи про інших.

Тривалість: 5 хвилин.

Учасники стають у коло один за одним, кладуть руки на плечі один одному, при цьому повільно йдуть і роблять масаж спини, плеч і голови послідовно.

Вправа 4. «Тематичний життєвий багаж»

Мета: розвинути рефлексію, визначити пріоритетні напрями роботи для самовдосконалення.

Тривалість: 20 хвилин.

Учасникам дається по листочку. Їх завдання подумати та записати відповіді на послідуєчі питання:

- 10 важливих подій, які трапились в моєму житті;
- 5 найдорожчих людей;
- 5 важливих моїх ролей;
- 5 моїх постійних почуттів;
- 5 вантажів, які я хочу скинути;
- 3 моїх таємні мрії.

Обговорення:

1. Чи було важким відповідати на дані питання?
2. Що давалося найскладніше? А що найпростіше?

3. Які думки та відчуття з'явилися після вправи?

Вправа «Колір моєї душі» та обговорення на завершення.

Мета: навчитись транслювати свої відчуття, прислухаючись до себе.

Тривалість: 10 хвилин

Ведучий: «Сядьте так, як вам буде зручно, розслабте шию, відкиньте голову назад. Закрийте очі. Спробуйте подивитись в середину себе, у свій внутрішній світ.

- Прислухайтесь до себе...

- І ось ви можете побачити веселку різних кольорів...

- Ви бачите колір своєї душі...Який він...

- Який колір ви бачили? Що ви відчуваєте?

Спробуйте це відтворити.

Обговорення:

- Який колір душі ви змогли побачити?

- Чи сподобалась вам дана вправа?

Обговорення тренінгу і підведення підсумків.

Заняття 7

Вправа 1. «Мозковий штурм».

Мета: розвиток когнітивних процесів.

Тривалість: 10 хвилин.

Запропонувати кожному учаснику виділити три основні характеристики «відповідальності».

Обговорення вправи.

Притча «Чародій і горіхи»

Мета: поглянути з іншого боку на відповідальність.

Тривалість: 10 хвилин.

Учасникам зачитується притча «Чарівник і горіхи». «Одного разу візир захотів горіхів. Йому принесли горщик, повний горіхів. Візир опустил руку в горщик і взяв жменю горіхів. Але як би він не старався, йому не вдавалося відірвати руку від горщика. Ніхто в палаці не наважувався йому щось порадити.

Тоді він наказав, що той, хто перший буде проходити повз його палац, привести його до себе. Незабаром привели простого селянина. Селянин запитав, що сталося, і порадив візирові послабити кулак у горщику. Коли візир зробив це, він зміг витягнути руку з горщика. Ти справжній чарівник, - сказав візир селянину.»

Обговорення:

- Як ви вважаєте, про що ця притча?
- Як вона пов'язана з темою відповідальності?

Вправа 2. «Незакінчені речення»

Мета: пізнати себе в сфері відповідальності та проаналізувати себе та свої вчинки.

Тривалість: 15 хвилин.

Учасникам заняття роздаються аркуші з написаними реченнями, яким треба дописати закінчення:

1. Для мене, бути відповідальним означає ...
2. Люди, які є більш відповідальними за інших - це люди, які ...
3. Бути відповідальним за себе означає ...
4. Я несу відповідальність за ...
5. Я впізнаю відповідальних людей за ...
6. Чим більше я відповідальним, тим більше я ...
7. Найбільш тяжким видом відповідальності для мене є ...
8. Мені було б страшно нести відповідальність за ...
9. Безвідповідальними людьми називають тих, хто ...
10. Я проявляю свою відповідальність стосовно інших через ...

Далі учасники по закінченню вправи по черзі починають зачитувати закінчені ними речення та коментувати їх.

Вправа 3. «Моя майбутня професія»

Тривалість: 15 хвилин.

Учасникам пропонується скласти письмово розповідь щодо своєї майбутньої професії. Також важливим аспектом в даній вправі є, відповісти в тексті на такі питання:

- Чи бачу я перед собою чітку картину своєї майбутньої професії та її завдання?
- Що мені треба зробити для досягнення успіхів у професійній діяльності?
- Чи моя майбутня професія допоможе мені досягти успіхів і в інших життєвих цілях?
- Яку роботу мені б хотілося виконувати через 5 років?
- Які у мене є сильні або слабкі сторони у мотивах професійної діяльності?

Обговорення:

- З якими складнощами ви стикнулися при виконанні даного завдання?
- Що нового ви для себе дізналися?

Вправа 4. «Подаруй комплімент товаришу»

Мета: поліпшення психоемоційного стану, підвищення рівня самооцінки, формування навичок робити компліменти та помічати кращі сторони один одного.

Тривалість: 5 хвилин.

Учасники передають по колу іграшку, при цьому говорячи компліменти один одному.

Вправа 5. «П'ять слів»

Мета: отримання зворотного зв'язку від групи, підвищення рівня відповідальності, самопізнання.

Тривалість: 10 хвилин.

Учасники діляться на групи по 6 осіб. Кожен з них має обвести свою руку на аркуші і на долоні написати своє ім'я. Потім листочок передається по колу групи і кожен записує на пальці ознаку цієї людини, яка характеризує власника як відповідальну особу. І, таким чином, цей листочок передається по черзі і кожен робить подібний запис. Завдання закінчується, коли намальована долоня повертається власнику.

Обговорення:

- Що ви відчували, коли прочитали написи на своїй долоні?
- Чи знали ви про такі свої ознаки, які написали вам інші?

Вправа 6. «Без маски»

Тривалість: 10 хвилин.

Всім учасникам заняття пропонується взяти по черзі картку, які лежать в центрі кола, і відразу, не підготувавшись, продовжити незакінчене речення.

Учасники мають бути чесними та щирими.

Незакінчені фрази можуть бути такими:

Те, що мені дійсно дуже хочеться, так це ...

Мені насправді дуже дратуюсь, коли на занятті ...

Я б дуже хотіла забути, що ...

Іноді було так, що через однокласників я відчувала ...

Було таке, що я дуже злякалась від того, що мої друзі ...

Мені було б страшно бути відповідальною за ...

В кінці вправи обговорюється щирість учасників і обговорюються складнощі, з яким вони стикнулись під час вправи.

Завершення тренінгу.

Обговорення з учасниками, які вправи сподобались, які враження після тренінгу.

Заняття 8

Вправа 1. «Посмішка»

Мета: підняти один одному настрій, налаштуватись на тренінг.

Тривалість: 5 хвилин.

Учні стають у коло і посміхаються один одному.

Вправа 2. «Моє послання у світ»

Мета: потренувати учасників у чіткому розумінні та постановці своїх думок та цілей.

Тривалість: 30 хвилин.

Тренер: «Уявіть, що вам надалась можливість через пряму трансляцію на широкому екрані звернутись з промовою до всього світу.»

1. Тепер ваше завдання сформулювати й записати своє звернення (гасло), яке б ви хотіли донести до всіх людей. Теми можуть бути будь-які.

2. Віднайдіть персонажа або героя, який би відображав і був носієм ваших ідеалів та ідей щодо поставленої проблематики. Герой може бути взятий з сфер кіно, спорту, літератури, мистецтва і т. д..

3. Створіть промову, в якій ви розкриваєте суть вашого звернення до всього людства на Землі.

4. Презентуйте свою промову і виступ (заклик до дій).

Вправа 3. «Сонечко»

Мета: відпочити між вправами

Тривалість: 5 хвилин

Учасникам потрібно потерти долоні одна об одну протягом 1-2 хвилин. Потім розвести їх на 1-2 см одна від одної і відчутти тепло між долонями. Далі з отриманої позитивної енергії створити кульку-сонце і "кинути" її обранцеві.

Вправа 4. «Лист з майбутнього»

Тривалість: 30 хвилин.

Дана вправа виконується супроводжується грою тихої та спокійної музики на фоні. Це добре допомагає розслабитись. Можна включити, наприклад, класичну музику або звуки природи. Кожному учаснику роздається аркуш паперу, на якому він буде писати собі лист із майбутнього.

- Уявіть, що у вас з'явилася можливість поспілкуватись з собою з майбутнього. Тобі двадцять років, і ти зустрів себе «в минулому» - школяра N-го класу. Ви разом прогуляли по парку і сіли на зустрічну лаву. Почали діалог. Будучи дорослим, що би ти хотів сказати, порадити та побажати собі «сьогоднішньому»? Чого краще слід уникати, а на що, навпаки, краще звернути увагу?

Обговорення

- Які відчуття після вправи?

- Що можливо для себе корисного ви змогли взяти?
- Чи виникали труднощі під час виконання завдання?

Вправа 5. «Свічка»

Мета: підсумувати отриманий досвід, враження, почуття від всього тренінгу та завершити його.

Тривалість: 10 хвилин.

Усім пропонується сісти у коло. Після чого, тренер запалює свічку. Ця свічка передається один одному. Той, хто тримає свічку, розповідає про свої емоції, відчуття, настрій під час занять, що найбільше запам'яталось та сподобалось, що корисного та позитивного учасники взяли для себе за весь час тренінгу, та що будуть використовувати у своєму житті. Можна також побажати щось хороше один одному, і на завершення вправи всім обійнятись.

3.3. Апробація програми розвитку ціннісних орієнтацій у старших підлітків

Було проведене одне тренінгове заняття з психорозвивальної програми тривалістю 80 хвилин, за темою «Цінності в нашому житті» для 10 студентів першого курсу спеціальності «Соціальна робота» Сумського державного університету. Через те, що в нашій країні наразі йдуть бойові дії, є небезпечним проводити заняття в офлайн режимі. Тому воно проходилося в онлайн-форматі за допомогою платформи Zoom. Учасники були згодні щодо такого формату.

Під час заняття використовувалися різні методики, включаючи вправи на знайомство, групові дискусії, завдяки чому учасники могли взаємодіяти один з одним, говорити про свої очікування від занять, висловлювати свої думки та переконання, ділитися своїми враженнями по закінченню тренінгу. Також ми зі студентами визначали та розглядали такі поняття як «цінності», «ціннісні орієнтації». Всі учасники тренінгу висловлювали свої думки, ділилися своїми цінностями в житті, їх пріоритетністю та брали активну участь у виконанні вправ та їх обговоренні. Студентам також надавалася можливість визначити і зрозуміти власні цілі в житті та способи їх досягнення. Учасниками тренінгу був отриманий

новий досвід та інтерактивний погляд на конкретні та реалістичні способи розвитку ціннісних орієнтацій та індивідуальних особливостей.

Учасники позитивно відгукувались щодо тренінгу, вони отримали новий досвід та зробили певні висновки для себе, проте зауважили, що офлайн режим був би кращим та ефективнішим. Також для збільшення ефективності та корисності від програми, треба провести всі заняття з розробленої нами програми, які містять вправи не тільки для визначення цінностей в житті, а й для розвитку певних навичок учасників.

Висновки до розділу 3

Дана програма була нами розроблена для розвитку сфер ціннісних орієнтацій старших підлітків, які мають низький ступінь виразності розглянутих ціннісних орієнтацій.

Існує безліч психологічних прийомів і методик для розвитку особистісної ціннісної орієнтації. Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) та соціально-психологічний тренінг (СПТ) є одними із таких методів.

Когнітивно-поведінкова терапія є ефективною у роботі з ірраціональними установками та судженнями, які спричиняють не адаптивні форми поведінки. Виявлення таких установок у роботі з індивідуальною віктимністю є важливим кроком для зміни мислення особистості, що позитивно впливає на психоемоційний стан та зміну поведінкових патернів.

Соціально-психологічний тренінг складається з інформаційних, когнітивних та розвиваючих компонентів. Він є засобом для розуміння власних життєвих цілей та пріоритетів на майбутнє, за допомогою володіння певними знаннями та навичками.

Програма складалась з вправ, які спрямовані на розвиток навчальної мотивації підлітків, підвищення самооцінки, самопізнання та саморозкриття, розуміння цінності та значущості оточуючих та близьких людей, розвиток цілеспрямованості, наполегливості, уміння управляти своїми мотивами та

бажаннями, вміти чітко визначати власні життєві цінності. Також сформувані цілі на подальше життя і правильно розподіляти час.

Ця розвивальна програма може бути раннім початковим стимулом для розвитку особистості загалом і підлітків зокрема, їхньої здатності правильно ставити життєві цілі, враховувати свої інтереси і потреби, набувати нових навичок і прагнути до розвитку нових компетенцій.

Було проведене одне тренінгове заняття з психорозвивальної програми за темою «Цінності в нашому житті» для студентів першого курсу в онлайн-форматі. Учасники отримали новий позитивний досвід та зробили певні висновки для себе.

Ми змогли підтвердити нашу другу гіпотезу, в якій припускалося, що розвиток ціннісних орієнтацій старших підлітків можливий методами когнітивно-поведінкової терапії та соціально-психологічного тренінгу.

ВИСНОВКИ

Кваліфікаційна робота на здобуття освітнього ступеня бакалавра з психології присвячена дослідженню поняття ціннісних орієнтацій підлітків. Робота включає в себе програму розвитку ціннісних орієнтацій підлітків за допомогою соціально-психологічного тренінгу, що має позитивно вплинути на розуміння особистістю своїх життєвих цілей та пріоритетів.

Цінностями є всі важливі для індивіда реальні або уявні предмети і явища (включаючи самого індивіда як найвищу цінність), які він оцінює, обирає і використовує для власного розвитку та суспільства загалом.

Однією з головних особливостей підліткового віку є зміна формату стосунків з дорослими. Це пов'язано з появою почуття дорослості у підлітка. Через це виникає одна з головних потреб в цьому віці - потреба стати вільним від контролю та опіки батьків, вчителів і старших. Підлітки стають активними комунікаторами з однолітками і вважають авторитет однолітків більш важливим, ніж батьківський.

Основними потребами підлітків є

- 1) Потреба в самовираженні;
- 2) потреба бути здатним щось робити;
- 3) потреба бути значущим для інших;
- 4) потреба в рівноправному спілкуванні з дорослими;
- 5) зміцнення статевої ідентичності.

Допідліткова Я-концепція та самооцінка ґрунтуються насамперед на оціночних судженнях дорослих. Самооцінка підлітка легко формується у спілкуванні з однолітками.

Нами було проведене дослідження ціннісних орієнтацій підлітків. Участь в досліджуванні брали 32 учні в загальній кількості. Це були учні 7 та 9 класів Лебединського ЗЗСО I – III ступенів №5.

Для емпіричного дослідження була використана методика «Діагностика ціннісних орієнтацій підлітків» В. Ф. Сопова та Л. В. Карпушиной.

Дана методика направлена на визначення індивідуальної системи

ціннісних орієнтацій і підлітків. В ній представлені 5 основних діагностичних шкал: «Пізнання», «Я-цінність», «Інший-цінність», «Суспільно-корисна діяльність» та «Відповідальність».

Отримані дані були проаналізовані методами математичної статистики, зокрема були визначені середнє значення, медіана, мода, стандартне відхилення, дисперсія, коефіцієнт варіації, рангово-бісеріальний коефіцієнт кореляції, коефіцієнт кореляції рангів Спірмена та U-статичний критерій Манна-Уїтні.

Мотивація до навчальної діяльності в 9 класі менша, ніж в 7 класі. У хлопців 7 та 9 класів більша та стабільніша самооцінка, ніж у дівчат 7 та 9 класів. Учні 7 класу мають більш націлені на взаємодію та будівництво міжособистісних відносин з оточуючими, ніж учні 9 класу. Ступінь виразності ціннісної орієнтації, пов'язаної з суспільно-корисною діяльністю є практично однаковий між 7 та 9 класами. Більша частина учнів 7 класу мають середній ступінь виразності ціннісної орієнтації «Відповідальність», а в 9 класі більшість учнів варіюється між рівнями.

За допомогою рангово-бісеріального коефіцієнта кореляції був виявлений слабкий позитивний зв'язок між статтю та ціннісними орієнтаціями «Пізнання», «Суспільно-корисна діяльність» та «Відповідальність» у 7 класі. За шкалою «Я-цінність» виявлено середній позитивний зв'язок між статтю та ціннісною орієнтацією. За шкалою «Інший-цінність» зв'язку в 7 класі немає.

В 9 класі за шкалами «Інший-цінність» та «Відповідальність» не виявлено зв'язку між статтю та ціннісною орієнтацією. Виявлено слабкий позитивний зв'язок між ціннісною орієнтацією «Суспільно-корисна діяльність» та статтю. За шкалами «Пізнання» та «Я-цінність» рангово-бісеріальні коефіцієнти кореляції вказують на середній позитивний зв'язок між даними ціннісними орієнтаціями та статтю в 9 класі.

Рангово-бісеріальний коефіцієнт кореляції підтверджує нам, що показники за шкалою «Я-цінність» залежні від статі, як в 7, та і в 9 класах.

За U-критерієм Манна-Уїтні не було виявлено статистично значущої різниці між хлопцями 7 та 9 класів за досліджуваними ціннісними орієнтаціями. За цим же критерієм між дівчатами 7 та 9 класів також не було виявлено статистично значущої різниці за такими ціннісними орієнтаціями як «Я-цінність», «Інший-цінність», «Суспільно-корисна діяльність» та «Відповідальність». Проте, за шкалою «Пізнання» є невелика статистично значуща різниця.

За результатами обчислень коефіцієнта рангової кореляції Спірмена отримано середній рівень зв'язку між рангами цінностей у хлопців та дівчат 7 класу, та між хлопцями 7 та 9 класів. Високий позитивний рівень зв'язку при отриманих коефіцієнтах кореляції рангів між дівчатами 7 класу та хлопцями 9 класу, між дівчатами 7 та 9 класів, між дівчатами та хлопцями 9 класу. І практично не виявлено кореляційного зв'язку між хлопцями 7 класу та дівчатами 9 класу.

Нами була розроблена розвивальна програма для розвитку сфер ціннісних орієнтацій підлітків, які мають низький ступінь виразності розглянутих ціннісних орієнтацій. Соціально-психологічний тренінг (СПТ) є одним із основних методів корекції та розвитку ціннісних орієнтацій, що складається з інформаційних, когнітивних та розвиваючих компонентів.

Програма складалась з вправ, які спрямовані на розвиток навчальної мотивації підлітків, підвищення самооцінки, самопізнання та саморозкриття, розуміння цінності та значущості оточуючих та близьких людей, розвиток цілеспрямованості, наполегливості, вміння управляти своїми мотивами та бажаннями, вміти чітко визначати власні життєві цінності. Також сформувані цілі на подальше життя і правильно розподіляти час.

Ця програма розвитку може бути раннім початковим стимулом для розвитку особистості загалом і підлітків зокрема, їхньої здатності правильно ставити життєві цілі, враховувати свої інтереси і потреби, набувати нових навичок і прагнути до розвитку нових компетенцій.

Було проведене одне тренінгове заняття з психорозвивальної програми за темою «Цінності в нашому житті» для 10 студентів першого курсу Сумського державного університету в онлайн-форматі. Учасники отримали новий позитивний досвід та зробили певні висновки для себе. Для збільшення ефективності та користі від тренінгів треба провести всі заняття зі створеної нами психорозвивальної програми. Та бажано в офлайн режимі.

Частково підтверджена перша гіпотеза щодо позитивного зв'язку між ціннісними орієнтаціями та статтю старших підлітків. Та підтверджена друга гіпотеза, в якій припускалося, що розвиток ціннісних орієнтацій старших підлітків можливий методами когнітивно-поведінкової терапії та соціально-психологічного тренінгу.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алексеева В. Г. Ценностные ориентации как фактор жизнедеятельности и развития личности. *Психологический журнал*. Т.5, № 5. С. 63-70.
2. Бубнова З. З. Методика диагностики индивидуальной структуры ценностными ориентациями. *Методы психологической диагностики*. Выпуск 2 / Под ред. Воронина А. М. Институт психологии РАН, 1994. С.144 - 157.
3. Бубнова С.С. *Ценностные ориентации личности как многомерная нелинейная система*. *Психологический журнал*. Т.20. 1999. № 5. С. 38-44.
4. Будиной Г. Л., Корнилова Т. В. Личностные ценности и личностные предпочтения субъекта. *Вопросы психологии*. 1993. № 5. С. 99-105.
5. Василюк Ф. Е. Психология переживания: монография. Москва: МДУ, 1984. 200с.
6. Большой психологический словарь // Под ред. Мещерякова Б. Г., Зинченко В. П. СПб, Москва, 2003. 672 с.
7. Выготский Л. С. Педология подростка. // *Собр. соч.:* Т. 6. 1982. С. 242.
8. Войскунский А. Е. Психологические аспекты деятельности человека в Интернет-среде // 2-я Российская конференция по экологической психологии: тезисы. Москва: Экопсицентр РОСС. 2000. С. 269-270.
9. Войцеховська О., Закалик Г. Сучасні напрями психологічних досліджень копінг-стратегій особистості. *Педагогіка і психологія професійної освіти*. 2016. №2. С. 95-104.
10. Головаха Е. И. Жизненная перспектива и ценностные ориентации личности. *Психология личности в трудах отечественных психологов* / Сост. Л.В. Куликов. СПб. 2001. С. 256-269.
11. Джексон С., Босма Г. Исследования подросткового периода: обзор европейских исследований 90-х годов и их перспективы. *Бюллетень*

клуба конфликтологов. Вып. 5. Красноярск, 1996. 23 с.

12. Драгунова Т.В. Проблема конфликта в подростковом возрасте. *Вопросы психологии*. 1972. № 2. 39 с.

13. Дюндик Н. Н., Федоренко Е. Ю. Возрастная специфика изучения и профилактики зависимости в школьных условиях. *Журнал практического психолога*, 1999. 46-54 с.

14. Жуков Ю. М. Ценности как детерминанты принятия решений. Социально-психологический подход к проблеме. Психологические проблемы социальной регуляции поведения / Под ред. Е. В. Шороховой, М. И. Бобневой. Москва: Наука. 1976. С. 254-277.

15. Исаева Е. Р. Возрастные и гендерные особенности стресс-преодолевающего поведения (на примере российской популяции). *Вестник ТГПУ*. 2009. № 6 (84). С. 90-98.

16. Каннингэм С., Портер А. Сетевые средства связи: двенадцать способов изменить нашу жизнь : антология современной классической прогностики. 2000. 96 с.

17. Кара-Мурза С. Г. Манипуляция сознанием: учебное пособие. 2006. 864 с.

18. Киприянова Е. В. Исследование ценностных ориентаций старшеклассников и управление социализацией личности. *Обществознание в школе*. 1999. №2. С. 50-52.

19. Крысько В. Г. Секреты психологической войны (цели, задачи, методы, формы, опыт) / Под общ. ред. А. Е. Тараса. Минск: Харвест. 1999. 448 с.

20. Кузікова С.Б. Теорія і практика вікової психокорекції: навчальний посібник. 2-ге видання, перероблене, доповнене. Суми: Університетська книга, 2020. 300 с.

21. Курганов С.Ю. Некоторые особенности учебной деятельности на переходе от подросткового возраста к юношескому. *Бюллетень клуба конфликтологов*. №4, г. Красноярск, 1995. 8 с.

22. Курышева О. А. Динамика представлений о взрослости у детей младшего подросткового возраста, *Бюллетень клуба конфликтологов*. №7, г. Красноярск, 1999. 9 с.
23. Кучеренко Е. В. Психосинтез: начало психотерапии. Киев, 2017. 84 с.
24. Леонтьев Д. А. Ценностные представления в индивидуальном и групповом сознании: виды, детерминанты и изменения во времени. *Психол. обозрение*. 1998. С. 27-33.
25. Леонтьев Д. А. Методика изучения ценностных ориентаций. Москва. 1992. 17 с.
26. Майерс Д. Социальная психология : учебник для вузов. 6-е изд. пер. с англ. В. Гаврилов и др. СПб.; Москва; Харьков: Питер. 2001. 752 с.
27. Мушкевич М. І. Основи психотерапії. Вид. 3-тє. Луцьк: Вежа Друк, 2017. 420 с.
28. Ньюман Ю., Ньюман Б. Различия между детством и взрослостью: идентификационная граница. *Бюллетень клуба конфликтологов*. 1996. № 5.
29. Обухова Л. Ф. *Возрастная психология : учебник для вузов*. Москва. Высшее образование: МГППУ. 2007. 460с.
30. Орлов С. В. Молодежь и ценностные ориентации. Современная молодежная политика (Правовые аспекты реализации). Сборник научных статей. Москва. Научно-исследовательский центр при Институте молодежи. 1999. С. 54-58.
31. Палагина Н. Н. *Психология развития и возрастная психология : учебное пособие для вузов*. Москва: Московский психолого-социальный институт. 2005. 288с.
32. Паттерсон С., Уотринс Э. Теории психотерапии. СПб: Питер, 2003. 352 с.
33. Поливанова К. Н. *Психологическое содержание подросткового возраста. Вопросы психологии*. 1996. №1. С. 20 - 33.
34. Поливанова К. Н. *Психология возрастных кризисов: учебное*

пособие. Москва. Издательство: Академия, 2000. 184 с.

35. Попов В. А., Кондратьева О. Ю. Изменение мотивационно-ценностных ориентаций учащейся молодежи. *Социологические исследования*. 1999. №6. С. 96-99.

36. Прийменко В. Газета «Психолог». 2006. № 46. С. 13-16.

37. Роджерс К. Р. Клиенто-центрированная терапия. Москва: Рефлбук, 1997. 320 с.

38. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. Москва: Педагогика. 1989. 488 с.

39. Сергоманов П. А. *К вопросу ведущей деятельности в старшем школьном возрасте*. Педагогика развития. Материалы конференции. Красноярск. 2000. 7 с.

40. Серенкова В.Ф. Типологические особенности планирования личностного времени: автореф. дис. Москва, 1991. 21 с.

41. Сырцова А. Возрастная динамика временной перспективы личности: монография. Москва, 2008. 317 с.

42. Скворчевська Є. Л. Психологічні особливості часової перспективи та сприйняття часу у психологічних дослідженнях. *Науковий огляд: міжнародний науковий журнал*. 2016. № 1. 9 с.

43. Томилова А. В. Система интересов старших подростков при традиционном и возрастосообразном обучении. 2009. № 9. С.24-30.

44. Тюменева Ю. А. По особенностям общественной ситуации развития детей разного пола и нормативная регуляция поведения. *Бюллетень клуба конфликтологов №5*. Красноярск. 1996. 11 с.

45. Хавыло А. Место и роль системы ценностных ориентаций в структуре личности и ее развитии. *Психология и бизнес*. 2009. URL: <https://psycho.ru/library/3196>

46. Хасан Б. И., Тюменева Ю. А. Особенности присвоения социальных норм детьми разного пола. *Вопросы психологии*. 2012. № 3. С. 20-27.

47. Хмелів Є. Дослідження ціннісних орієнтації учнів середніх і старших класів. *Виховання школярів*. 2001. № 8. С. 10-13.
48. Цукерман Г. А. Психология саморазвития: задача для подростков и их педагогов. Рига, ПЦ «Эксперимент». 1997. 276 с.
49. Франкл В. Человек в поисках смысла: Сборник: Пер. с англ. и нем. / Общ. ред. Л. Я. Гозмана и Д. А. Леонтьева. Москва: Прогресс. 1990. 368 с.

ДОДАТКИ

Додаток А

	7 клас хлопці								Серед.знач
	1.12 років	2. 13 років	3. 12 років	4. 13 років	5. 13 років	6. 13 років	7. 13 років	8. 13 років	
I. Пізнання	7	5	10	4	9	5	4	9	6,62
II. Я - цінність	5	5	9	4	6	5	6	7	5,87
III. Інший-цінність	7	6	6	5	5	4	3	7	5,37
IV. Сусп. діяльн.	6	6	7	3	4	2	3	5	4,5
V. Відповідальн	6	6	7	3	8	6	6	8	6,25

	7 клас дівчата								Серед.знач
	1.12 років	2. 13 років	3. 12 років	4. 13 років	5. 13 років	6. 12 років	7. 12 років	8. 13 років	
I. Пізнання	6	3	7	9	5	5	5	6	5,75
II. Я - цінність	6	1	6	9	3	4	1	3	4,12
III. Інший-цінність	6	4	6	5	8	7	3	4	5,37
IV. Сусп. діяльн.	7	4	8	6	4	5	2	4	5
V. Відповідальн	8	4	8	6	9	4	9	7	6,87

	9 клас хлопці								Серед.знач
	1.14 років	2. 14 років	3. 13 років	4. 14 років	5. 14 років	6. 14 років	7. 13 років	8. 14 років	
I. Пізнання	4	6	9	4	4	6	6	8	5,87
II. Я - цінність	6	3	7	3	3	7	7	5	5,12
III. Інший-цінність	6	2	8	5	3	1	3	4	4
IV. Сусп. діяльн.	7	6	10	0	7	4	6	3	5,37
V. Відповідальн	5	6	9	9	9	8	3	3	6,5

	9 клас дівчата								Серед.знач
	1.14 років	2. 14 років	3. 14 років	4. 13 років	5. 14 років	6. 14 років	7. 14 років	8. 14 років	
I. Пізнання	8	2	3	4	5	3	1	4	3,75
II. Я - цінність	4	2	5	3	5	2	3	1	3,12
III. Інший-цінність	7	6	1	1	3	2	5	4	3,62
IV. Сусп. діяльн.	5	4	0	5	4	4	4	7	4,12
V. Відповідальн	9	8	5	6	5	6	5	9	6,62

Додаток Б

Клас, стаття	Пізнання			Я-цінність			Інший-цінність			Суспільно-корисна діяльність			Відповідальність		
	високий	серед	низький	високий	серед	низький	високий	серед	низький	високий	серед	низький	високий	серед	низький
7 хлопці	37,50%	37,50%	25%	12,50%	87,50%	0	0	87,50%	12,50%	0	62,50%	37,50%	0	87,50%	12,50%
7 дівчата	12,50%	75%	12,50%	12,50%	37,50%	50%	12,50%	75%	12,50%	0	87,50%	12,50%	25%	50%	25%
9 хлопці	25%	37,50%	37,50%	0	62,50%	37,50%	12,50%	37,50%	50%	12,50%	62,50%	25%	37,50%	25%	37,50%
9 дівчата	12,50%	12,50%	75%	0	37,50%	62,50%	0	50%	50%	0	87,50%	12,50%	25%	37,50%	37,50%

Додаток В

Приклад знаходження рангово-бісеріального коефіцієнту кореляції за шкалою «Пізнання» учнів 7 класу

Дівчата			Хлопці		
Вихідні дані	Упорядковані	Ранг	Вихідні дані	Упорядковані	Ранг
6	9	3	7	10	1
3	7	5,5	5	9	3
7	6	7,5	10	9	3
9	6	7,5	4	7	5,5

5	5	11	9	5	11
5	5	11	5	5	11
5	5	11	4	4	14,5
6	3	16	9	4	14,5
		Сума: 72,5			Сума: 52,5
X1 = 72,5 x 8 = 9,06			X0 = 52,5 x 8 = 6,56		
Rrb = 2(X1 - X0)/N = 2(9,06 - 6,56)/16 = 0,31					

Формула та приклад знаходження U-критерій Манна-Уїтні

$$U_{\text{емп.}} = (n_1 \cdot n_2) + \frac{n_x \cdot (n_x + 1)}{2} - T_x$$

7 клас хлопці			9 клас хлопці		
Вихідні дані	Упорядковані	Ранг	Вихідні дані	Упорядковані	Ранг
5	9	1	3	7	3,5
5	7	3,5	6	7	3,5
9	6	7	7	7	3,5
4	6	7	3	6	7
6	5	10,5	3	5	10,5
5	5	10,5	7	3	15
6	5	10,5	7	3	15
7	4	13	5	3	15
		Сума: 63			Сума: 55,5
U = (8 x 8) + 8 x (8 + 1)/2 - 55,5 = 100 - 55,5 = 45,5					

Формула та приклад знаходження коефіцієнта кореляції рангів Спірмена

$$\rho = 1 - \frac{6 \sum d^2}{n(n^2 - 1)}$$

N	R1	R2	R1 - R2	(R1 - R2)^2
1	1	2	-1	1
2	3	5	-2	4
3	4	3	1	1
4	5	4	1	1
5	2	1	1	1
				1+4+1+1+1=8
p = 6 x 8 / 5 x (25 - 1) = 1 - 48/120 = 1 - 0,4 = 0,6				

