

НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені М.П. Драгоманова

ЛУК'ЯНЕНКО Валентина Володимирівна

УДК 37.015.3 : 159.922.8

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СТАНОВЛЕННЯ ЗДАТНОСТІ ДО
САМОЕФЕКТИВНОСТІ В ЮНАЦЬКОМУ ВІСІ**

19.00.07 – педагогічна та вікова психологія

АВТОРЕФЕРАТ

дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата психологічних наук

Київ – 2011

Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано на кафедрі теоретичної та консультативної психології Інституту соціології, психології та управління в Національному педагогічному університеті імені М.П. Драгоманова, Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України.

Науковий керівник: кандидат психологічних наук, професор
ЗЕЛІНСЬКА Тетяна Миколаївна,
Інститут соціології, психології та управління
Національного педагогічного університету
імені М.П. Драгоманова, професор кафедри
теоретичної та консультативної психології

Офіційні опоненти: доктор психологічних наук, професор
ПОМИТКІН Едуард Олександрович,
Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих
НАПН України, завідувач відділу педагогічної
психології і психології праці

кандидат психологічних наук, доцент
ЄРМАКОВА Наталія Олександрівна,
Інститут педагогіки і психології Сумського
державного педагогічного університету ім.
А.С.Макаренка, завідувач кафедри практичної
психології

Захист відбудеться “18” січня 2012 року о 15.00 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д.26.053.10 у Національному педагогічному університеті імені М.П. Драгоманова за адресою: 01601, м. Київ, вул. Пирогова, 9.

З дисертацією можна ознайомитися в бібліотеці Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова, 01601, м. Київ, вул. Пирогова, 9.

Автореферат розіслано “12” грудня 2011 року.

Вчений секретар
спеціалізованої вченої ради

Л.В. Долинська

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність дослідження. На сучасному етапі інтеграції України до європейського та світового співтовариства пріоритетним завданням є становлення цілеспрямованої, активної, впевненої у своїх силах особистості, яка здатна адаптуватися до нових соціально-економічних умов, а також використовувати конструктивні стратегії подолання труднощів на життєвому шляху. Одним із напрямків вирішення зазначеної проблеми є дослідження особливостей та умов підсилення здатності до самоефективності особистості, що визначає успішність молодого людини в діяльності та у взаєминах із людьми.

Сенситивним періодом для становлення самоефективності є юнацький вік, який характеризується розвитком інтелектуальних здібностей, професійною підготовкою, особистісним самовизначенням. Водночас у юнацькому віці має місце найнижча задоволеність смыслом життя, невпевненість у собі, стан загальної невизначеності. Власне студентська специфіка кризового стану супроводжується зростанням критичного ставлення щодо викладачів, розчаруванням у навчанні, в обраному фаху та у власних перспективах і можливостях. Період переходу від юності до ранньої дорослості вимагає бути відповідальним у конкретних напрямках життєдіяльності, а саме: у навчанні (професійній підготовці) як провідній діяльності студента та соціальній взаємодії.

Поняття “самоефективність” закріпилось у психологічній науці у другій половині ХХ століття, проте має глибоке філософське підґрунтя. Філософи розглядають це психічне утворення у зв'язку з цілеспрямованістю та впевненістю (Аристотель, І.Кант, Дж.Локк), з почуттям власної гідності (О.І.Герцен), самовдосконаленням (Г.С.Сковорода).

У зарубіжній психологічній літературі проблема здатності до самоефективності досліджується у контексті ефективного функціонування особистості в соціумі (Ф.Зімбардо, Д.Кенрік, М.Ляйпе, Д.Майерс, С.Нейнберг, Л.Піпло, Дж.Равен, Д.Сірс, Г.Сміт, Ш.Тейлор, Р.Чалдіні) та успішної діяльності: навчальної (А.Бандура, К.Барбаранеллі, С.Браун, Б.Зіммерман, Дж.Капрара, Р.Лент, К.Малтон, К.Пастореллі, Д.Сервон, Д.Шанк), професійної (Н.Бетц, Ф.Лутанс, А.Стайкович), спортивної (Ф.Салліван, Д.Фельц, С.Шорт); як психічне утворення, пов'язане з самоповагою (Дж.Лейн, Дж.Пітч, Е.Чапман), копінг-стратегіями (С.Дженкін, Е.Фрайденберг), почуттям впевненості в собі (Р.Мієльке, Ф.Петерман), соціально-психологічною адаптацією (М.Йерусалем, В.Міттаг), мотивацією (Г.Марш, М.Міллер, Ф.Паджарес); як фундаментальна особистісна характеристика у взаємозв'язку з психічним здоров'ям та самоактуалізацією (А.Маслоу, К.Роджерс, В.Франкл); позитивна самоустановка, що веде до особистісного зростання (Н.Пезешкіан, М.Селігман).

У радянській психології самоефективність вивчалася побіжно, супутньо до інших проблем (О.Г.Асмолов, Л.С.Виготський, О.М.Леонт'єв, С.Л.Рубінштейн).

Сучасною російською психологічною наукою здатність до самоефективності розглядається як психічне утворення, що має загальну, соціальну та діяльнісну складову (А.В.Бояринцева, Т.Й.Васильєва, М.І.Гайдар, О.А.Шепелева); в якості

особистісного утворення, що впливає на кар'єрний успіх та професійну самореалізацію (Ю.М.Гончаров, Р.Л.Кричевський, Є.О.Могилевкін).

Українські вчені вивчають самоефективність у контексті педагогічної парадигми (Т.І.Кремешна), крос-культурної адаптації (І.В.Брунова-Калісецька), сімейного благополуччя (Т.М.Зелінська), мотивації досягнення (С.С.Занюк); амбівалентності атитюдів (А.Е.Хурчак); турботи про себе (І.В.Михайлова).

У віковій психології на сьогодні виникла потреба вивчення здатності до самоефективності не на побіжному рівні, а як самостійного явища: необхідно дослідити психологічні особливості даного феномену, його структуру, критерії, взаємопов'язані з ним особистісні утворення, що дозволить обґрунтувати шляхи психокорекційного впливу з метою підсилення самоефективності в юнацькому віці. Таким чином, соціальна значущість проблеми та її недостатнє вивчення зумовили вибір теми дисертаційного дослідження “Психологічні особливості становлення здатності до самоефективності в юнацькому віці”.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Тема дисертації входить до плану наукових досліджень кафедри теоретичної та консультативної психології Інституту соціології, психології та управління Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова, затверджена Вченою радою університету (протокол № 8 від 28.02.2008 р.) та Радою з координації наукових досліджень у галузі педагогіки та психології НАПН України (протокол № 6 від 17.06.2008 р.).

Мета дослідження — теоретично обґрунтувати та експериментально дослідити зміст, структуру, критерії діагностування, рівні здатності до самоефективності, особливості її становлення у юності; визначити умови та засоби підвищення самоефективності в юнацькому віці; розробити психологічні рекомендації для цілеспрямованого формування у студентів здатності до самоефективності.

В основу нашого дослідження було покладено **припущення** про те, що становлення здатності до самоефективності в юнацькому віці як складного психічного утворення, що проявляється в адекватній оцінці власних здібностей, соціальній компетентності, плануванні та коригування діяльності, у звичайних умовах розвитку особистості юнацького віку є недостатнім з огляду на суперечності цього вікового періоду, тісно взаємопов'язано з такими особистісними характеристиками як самоповага, копінг-стратегії, почуття впевненості в собі, соціально-психологічна адаптація, мотивація навчання і може бути успішнішим за умови цілеспрямованого впливу на ці особистісні утворення активними соціально-психологічними методами навчання.

Для досягнення поставленої мети та згідно з висунутою гіпотезою нами визначено такі **завдання** дисертаційного дослідження:

1. Обґрунтувати теоретико-методологічні підходи до вивчення проблеми становлення здатності до самоефективності в юнацькому віці.
2. Визначити систему критеріїв та показників діагностування рівнів самоефективності в юності.
3. Виявити психологічні особливості та динаміку становлення здатності до самоефективності студентів юнацького віку.

4. Обґрунтувати та апробувати психокорекційну програму підвищення здатності до самоефективності у юнаків та дівчат і сформулювати практичні рекомендації для психологів, викладачів вищої школи, студентів.

Об'єкт дослідження: здатність до самоефективності особистості.

Предмет дослідження: психологічні особливості становлення здатності до самоефективності в юнацькому віці.

Теоретико-методологічна основа дослідження: наукові положення психології про закономірності процесу розвитку особистості (І.Д.Бех, І.С.Булах, Л.І.Божович, Л.С.Виготський, Г.С.Костюк, С.Д.Максименко, С.Л.Рубінштейн); теоретичні концепції про особистісне зростання та самоактуалізацію (Л.В.Долинська, А.Маслоу, Н.Пезешкіан, К.Роджерс, В.Франкл, В.М.Ямницький); принципи актуалізації особистісного потенціалу як умови становлення особистості (Т.М.Зелінська, Д.О.Леонт'єв, Ю.О.Приходько, Г.Крайг, Т.М.Титаренко); наукові концепції про особливості становлення здатності до самоефективності в юнацькому віці (Т.Й.Васильєва, М.І.Гайдар, Б.Зіммерман, Д.Шанк, О.А.Шепелева); особливості вимірювання самоефективності особистості (А.Бандура, А.В.Бояринцева, Дж.Маддукс, М.Шерер); розвиток самоповаги, копінг-стратегій, впевненості у собі, соціальної адаптації, мотивації навчання в юнацькому віці (Н.Ю.Будіч, І.І.Галецька, Є.П.Ільїн, Н.Ендлер, І.С.Кон, Л.Лазарус, С.Р.Пантілеєв, Дж.Паркер, Д.Я.Райгородський, В.Г.Ромек, Є.І.Смаглій, С.Фолькман та ін.).

Методи дослідження. Для досягнення мети, вирішення визначених завдань і перевірки гіпотези нами була розроблена програма дослідження, реалізація якої передбачала застосування комплексу загальнонаукових теоретичних та емпіричних методів та методик, серед яких: аналіз, порівняння, систематизація, узагальнення теоретичних та експериментальних даних з проблеми; спостереження, що сприяло вивченню здатності до самоефективності (загальної, соціальної, діяльнісної) та створенню умов підвищення рівня цього психічного явища; бесіда, яка дозволяла виявити міру усвідомлення здатності до самоефективності; стандартизовані опитувальники (М.Шерера, Дж.Маддукса “Шкала самоефективності”, адаптований А.В.Бояринцевою, “Шкала загальної самоефективності” Р.Шварцера, М.Єрусалема, В.Ромека, “Методика дослідження самостворення” С.Р.Пантілеєва, опитувальник Н.Ендлера, Дж.Паркера “Копінг-поведінка в стресових ситуаціях” в адаптації Т.Л.Крюкової, “Тест на визначення почуття впевненості в собі” Є.І.Рогова, “Методика діагностики соціально-психологічної адаптації” К.Роджерса і Р.Даймонда в адаптації Д.Я.Райгородського, опитувальник Т.І.Ільїної “Мотивація навчання у вищому навчальному закладі”), що дозволили діагностувати рівні самоефективності та її емпіричних корелятивів; психолого-педагогічний експеримент (констатувальний, формувальний, контрольний); активні соціально-психологічні методи навчання; статистичні методи обробки отриманих даних.

Етапи дослідження. Дослідження проводилося у три етапи (пошуковий, експериментальний, формувальний) упродовж 2007—2011 рр.

Експериментальна база дослідження: студенти юнацького віку (17-19 років) Національного технічного університету України “Київський політехнічний інститут” (123 особи), Івано-Франківського фінансово-комерційного

кооперативного коледжу (116 осіб). Загальна кількість респондентів – 239, зокрема 120 студентів перших курсів, 119 – других курсів.

Наукова новизна та теоретичне значення дослідження:

– *вперше* були вивчені вікові особливості становлення здатності до самоефективності в юнацькому віці; визначені критерії і показники (оцінка використання власних здібностей: очікування успіху; соціальна компетентність: ініціатива та стійкість в соціальних контактах; здатність планувати та коригувати: гнучкість та наполегливість у досягненні мети), рівні здатності до самоефективності студентів юнацького віку (високий, середній, низький); теоретично обґрунтована та експериментально апробована психокорекційна програма підвищення здатності до самоефективності юнаків та дівчат;

– *додовнено* методологічні підходи до вивчення становлення самоефективності особистості як здатності до адекватної оцінки власних здібностей, соціальної компетентності, планування та коригування діяльності.

– *набуло подальшого розвитку* вивчення самоефективності, її складових та емпіричних корелятив (самоповаги, копінг-стратегій, почуття впевненості в собі, соціально-психологічної адаптації, мотивації навчання у ВНЗ) у юнацькому віці.

Практичне значення дослідження полягає у тому, що дібрані та модифіковані методики вивчення самоефективності в юнацькому віці, розроблена і експериментально перевірена психокорекційна програма підвищення здатності до самоефективності у студентів юнацького віку. Практичні рекомендації з підвищення рівня самоефективності можуть бути використані викладачами ВНЗ та практичними психологами для підготовки студентів до самостійного дорослого життя. Виявлені психологічні особливості становлення самоефективності, комплексне дослідження її критеріїв, показників, емпіричних корелятив у юнацькому віці можуть бути застосовані викладачами психології у лекційних курсах: “Загальна психологія”, “Вікова та педагогічна психологія” під час вивчення тем: “Особистість”, “Психологія юнацького віку”, “Психологія виховання”.

Апробація та впровадження результатів дослідження. Основні теоретичні і практичні положення дисертаційного дослідження були презентовані та схвалені на: Міжнародній науково-практичній конференції “Формування психологічної культури у дітей та молоді” (Севастополь, 2008), Другій Міжнародній науково-практичній конференції “Духовність у становленні та розвитку особистості” (Суми, 2009); Міжнародній науково-практичній конференції “Соціально-психологічні проблеми реформування вищої освіти в контексті європейського досвіду” (Луцьк, 2010); Всеукраїнській науково-практичній конференції “Актуальні проблеми формування здорового способу життя учнівської та студентської молоді” (Ніжин, 2007), Восьмій Всеукраїнській науково-практичній конференції “Актуальні проблеми практичної психології” (Херсон, 2008), Всеукраїнській науково-практичній конференції молодих науковців “Проблеми психологічної адаптації особистості в різних видах життєдіяльності” (Одеса, 2009), Всеукраїнській науково-практичній конференції “Психологічна служба ВНЗ: досвід та перспективи розвитку” (Запоріжжя, 2009); Всеукраїнській науково-практичній конференції “Особистісно-діяльнісний підхід в навчанні іноземних мов немовних ВНЗ” (Київ, 2011), на засіданнях кафедри

теоретичної та консультативної психології, на звітно-наукових конференціях кафедр НПУ імені М.П.Драгоманова (Київ, 2007-2011).

Результати дисертаційного дослідження *впроваджено* в навчально-виховний процес Республіканського вищого навчального закладу “Кримський гуманітарний університет” (м. Ялта) – довідка №118 від 11 квітня 2011р., Київського національного університету будівництва і архітектури (довідка №3а від 20 травня 2011 р.), Національного університету державної податкової служби України (довідка №1066/01-12 від 18 квітня 2011р).

Публікації. Основні теоретичні положення дисертації, результати експериментального дослідження, висновки висвітлені у десяти друківаних працях, зокрема, п’ять статей – у наукових фахових виданнях, затверджених ВАК України, п’ять – у збірниках матеріалів наукових конференцій.

Структура та обсяг дисертації. Дисертація складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, висновків, списку використаних джерел (266 найменувань), із яких 51 іноземною мовою, 22 додатків на 68 сторінках. Основний зміст дисертації викладений на 176 сторінках, містить 6 таблиць і 8 рисунків. Повний обсяг роботи – 269 сторінок.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ

У **вступі** обґрунтовано актуальність проблеми дослідження; визначено об’єкт, предмет, мету, гіпотезу та завдання дисертаційного дослідження; названо методи та експериментальну базу дослідження; висвітлено наукову новизну, теоретичну та практичну цінність роботи; наведено дані про апробацію та впровадження одержаних результатів, публікації та структуру дисертації.

У **першому розділі** - *“Науково-теоретичні засади дослідження проблеми становлення здатності до самоефективності особистості”* визначається сутність поняття самоефективності, аналізуються науково-теоретичні концепції та підходи до вивчення зазначеної проблеми в зарубіжній, радянській та вітчизняній психології; розкривається генеза становлення здатності до самоефективності, розглядається структура та критерії самоефективності особистості в юнацькому віці.

Враховуючи термінологічну невизначеність у встановленні базової категорії для дефініції самоефективності (психічна здатність (М.І.Гайдар, Т.О.Гордєєва, Ф.Паджарес, Д.Шанк, О.А.Шепелева), психічне утворення (Н.Ю.Будіч, Д.Майерс, Д.Кенрік, С.Нейберг, Р.Чалдіні), специфічна характеристика суб’єкта (І.В.Брунова-Калісецька, В.Г.Ромек, Д.Фейдімен, Р.Фрейджер), оцінка власних дій (А.Бандура, А.В.Бояринцева, У.Гепперт, Дж.Капрара, Д.Сервон, Ф.Халіш), соціальна установка (Н.І.Сарджвеладзе, Н.І. Семечкін, В.О.Ядов), ми довели обґрунтованість визначення цього поняття як здатності до адекватної оцінки власних здібностей, соціальної компетентності, планування та коригування діяльності.

Вивчення проблеми здатності до самоефективності у межах різних науково-теоретичних концепцій є найбільш продуктивним у зарубіжній психології. Представник соціально-когнітивного напрямку в психології А.Бандура вперше концептуалізував це поняття у другій половині ХХ століття. Вченим досліджено сутність, джерела, рівні самоефективності.

У межах концепції сприймання контролю Е.Скіннер самоефективність є одним з чотирьох видів контролю поряд із навченою безпорадністю, локусом контролю та каузальною атрибуцією, які впливають на мотивацію досягнення успіхів у різних сферах, саморегуляцію та поведінку індивіда. Представники гуманістичної психології (А.Маслоу, К.Роджерс, В.Франкл) досліджують здатність до самоефективності супровідно із проблемою особистісного зростання, самоповаги, самоактуалізації, самоздійснення. Фундатори позитивної психології М.Селігман, Б.Фредріксон, М.Чіксентміхалі розглядають самоефективність як позитивну самоустановку, в контексті оптимізму та розвитку власних позитивних якостей, самоповаги, впевненості.

У радянській психології самоефективність досліджувалась побіжно у працях, присвячених віковим особливостям розвитку особистості (Б.Г.Ананьєв, Л.І.Божович, Л.С.Виготський, В.В.Давидов, Д.Б.Ельконін, О.М.Леонтьєв, М.І.Лісіна). Російські вчені розглядають самоефективність як одне з основних утворень професійної самосвідомості, кар'єрного росту, професійної зрілості (А.В.Бояринцева, Ю.М.Гончаров, Т.Л.Григор'єва, М.В.Гущін, Р.Л.Кричевський, Є.О.Могілевкін), досліджуються особливості діяльній та соціальної самоефективності у ранній юності (О.А.Шепелева), становлення самоефективності студентів на етапі професійної підготовки (Т.І.Васильєва, М.І.Гайдар). Вітчизняні вчені досліджують здатність до самоефективності в контексті соціально-психологічної адаптації (І.В.Брунова-Калісецька, І.І.Галецька), мотивації (С.С.Занюк), амбівалентності атитюдів (А.Е.Хурчак), турботи про себе (І.В.Михайлова), педагогічної самоефективності майбутніх вчителів (Т.І.Кремешна). У кожному з цих напрямків розглядаються певні складові здатності до самоефективності, тому їх інтеграція є передумовою подальшого аналізу зазначеної проблеми.

Сенситивність юнацького віку до становлення здатності до самоефективності детермінована такими його особливостями: психологічна готовність до дорослого життя, що вимагає від особистості формування чітко визначених життєвих орієнтирів, здатності здійснювати відповідальні вибори (Т.М.Титаренко); становлення життєтворчої активності людини (В.М.Ямницький); особистісна ідентичність (О.М.Ічанська, М.Кле, Х.Ремшмідт, Е.Еріксон); особистісне та професійне самовизначення (Л.І.Божович, І.С.Кон, А.В.Мудрик); самостійність, ініціативність та відповідальність за свої дії, адекватна оцінка власних здібностей (Д.Шанк, Б.Зіммерман).

Дослідження підходів до визначення структури здатності до самоефективності в юнацькому віці дало підстави для висновку, що перспективним напрямком є виділення трьох складових цього феномену: загальної, соціальної, діяльній (А.В.Бояринцева, Т.Й.Васильєва, М.І.Гайдар, Дж.Маддукс, М.Шерер). Критеріями самоефективності є оцінка власних здібностей (А.Бандура, Т.І.Кремешна), соціальна компетентність (В.Г.Ромек, Г.Сміт, О.А.Шепелева), здатність планувати та коригувати діяльність (А.В.Бояринцева, М.І.Гайдар).

На основі психологічних особливостей юнацького віку були виділені взаємопов'язані зі здатністю до самоефективності особистісні утворення. Виходячи із наукових робіт А.Бандури, Т.О.Гордєєвої, Т.Буффар-Бушара, Дж.Коллінза, Дж.Лейна, О.А.Шепелевої, емпіричними корелятами загальної самоефективності є

самоповага та копінг-стратегії. Відповідно до положень А.Бандури, І.В.Брунової-Калісецької, І.І.Галецької, Р.Мієльке, Ф.Петермана особистісними утвореннями, взаємопов'язаними із самоефективністю соціальних взаємин, є почуття впевненості в собі та соціально-психологічна адаптація. Дослідження Б.Зіммермана, Ф.Паджареса, Д.Шанка допомогли визначити емпіричний корелят самоефективності в діяльності – мотивацію навчання.

Отже, проведений науково-теоретичний аналіз дав можливість визначити сутність здатності до самоефективності, структуру та взаємопов'язані з нею особистісні утворення, теоретичні підходи до їх експериментального дослідження.

У другому розділі – “Експериментальне вивчення психологічних особливостей становлення здатності до самоефективності в юнацькому віці” обґрунтовано психодіагностичний інструментарій дослідження, представлено психологічні особливості складових самоефективності в юнацькому віці, доведено взаємозв'язки самоефективності з особистісними утвореннями (самоповагою, копінг-стратегіями, почуттям впевненості у собі, соціально-психологічною адаптацією, мотивацією навчання у ВНЗ); подано характеристику критеріїв та показників, а також рівнів прояву здатності до самоефективності та її емпіричних корелятив у юнацькому віці.

На основі аналізу наукової літератури з проблеми дослідження нами були виділені складові самоефективності: загальна самоефективність, самоефективність соціальних взаємин, самоефективність у діяльності.

На першому етапі досліджувалися психологічні особливості становлення здатності до самоефективності в залежності від її складових у юнацькому віці за допомогою опитувальника М.Шерера та Дж.Маддукса “Шкала самоефективності”, адаптованого А.В.Бояринцевою.

Загальна самоефективність проявляється у студентів юнацького віку на трьох рівнях: *високому* (адекватна оцінка своїх можливостей, уміння ставити реалістичні завдання, цілеспрямованість, очікування успіху); *середньому* (коливання оцінок власних здібностей від завищеної до заниженої, неспроможність виконати визначені завдання); *низькому* (занижена оцінка власних здібностей, тривожність, депресія, байдужість щодо власних успіхів).

Вікова динаміка рівнів прояву загальної самоефективності в юнацькому віці характеризується статистично достовірним зменшенням від 17-18 років до 18-19 років високого рівня з 39,16% до 15,13% ($\varphi^*=4,29$ при $p \leq 0,01$) та збільшенням середнього на 14,67% (відповідно з 46,67% до 61,34%, $\varphi^*=2,27$, $p \leq 0,05$) і низького на 9,06% ($\varphi^*=1,85$ при $p \leq 0,05$).

Самоефективність соціальних взаємин знаходить свій вияв на трьох рівнях: *високому* (впевненість, адаптованість у стосунках), *середньому* (напруга в переживанні позитивних і негативних емоцій у спілкуванні, коливання у проявах впевненості та ініціативи), а також *низькому* (емоційна напруга, неконтрольованість негативних переживань, зниження впевненості та соціальної адаптації).

Вікова динаміка рівнів самоефективності соціальних взаємин має такі тенденції: високий рівень зменшується статистично достовірно на 21,53% від 37,5% 17-18-річних до 15,97% 18-19-річних респондентів, $\varphi^*=3,83$, $p \leq 0,01$; середній рівень

зростає статистично значущо на 15,5% відповідно з 45% до 60,5%, $\phi^*=2,4$, $p \leq 0,01$; низький рівень притаманний 17,5% першокурсників та 23,53% другокурсників.

Самоефективність у діяльності виявляється у юнаків та дівчат на трьох рівнях: *високому* (здатність до ефективного планування діяльності, внутрішня мотивація, гнучкість та наполегливість), *середньому* (суперечності в пізнавальній сфері, неузгодженість у плануванні та коригуванні діяльності), *низькому* (неспроможність долати перешкоди на шляху до мети, відсутність наполегливості).

Вікова динаміка рівнів самоефективності в діяльності характеризується статистично достовірним зменшенням високого рівня у респондентів від 17-18 років до 18-19 років на 25,71% ($\phi^*=4,58$ при $p \leq 0,01$). Середній рівень властивий 41,67% першокурсників та 57,14% другокурсників із статистично вірогідним збільшенням на 15,47% ($\phi^*=2,37$ при $p \leq 0,01$). Низький рівень збільшується на 10,24%, (відповідно 18,33% та 28,57%).

Таким чином, середній рівень домінує у кожній складовій самоефективності. Оптимальним для становлення цього психічного явища в юнацькому віці є високий рівень. Виявлено статистично достовірне зменшення високого рівня, що супроводжується збільшенням середнього та низького у студентів 18-19 років.

Дослідження взаємозв'язків між основною методикою М.Шерера та Дж.Маддукса “Шкала самоефективності”, адаптованою А.В.Бояринцевою та додатковою (“Шкала загальної самоефективності” Р.Шварцера, М.Єрусалема, В.Ромека) за допомогою коефіцієнта рангової кореляції Спірмена, виявило позитивний зв'язок між відповідними рівнями ($r_s=0,94$, $p \leq 0,05$), що засвідчило конструктну валідність вивчення здатності до самоефективності в юнацькому віці.

На *другому етапі* констатувального експерименту досліджувалися взаємозв'язки між самоефективністю студентів юнацького віку і особистісними утвореннями, які, за нашим припущенням, є її емпіричними корелятами.

Емпіричним корелятом загальної самоефективності є **самоповага**, яка вивчалась за допомогою “Методики дослідження самоствавлення” С.Р.Пантілеєва, фактор “самоповага” (шкали “самокерування”, “самовпевненість”, “віддзеркалене самоствавлення”). Самоповага в юнацькому віці виявляється на трьох рівнях: *високому* (почуття обґрунтованості власних внутрішніх спонукань, можливостей та цілей, відчуття сили власного “Я”, домінування мотиву успіху, переконання про здатність викликати в інших повагу); *середньому* (ситуативне самокерування, періодична підпорядкованість “Я” зовнішнім обставинам, нестійкість інтересу до власної особистості, очікування негативної оцінки здібностей іншими); *низькому* (погана саморегуляція, відсутність бажання шукати причини поразки у собі, недостатній вольовий контроль на шляху до успіху, незадоволення власними можливостями, сумніви у здатності викликати повагу). Підрахунок щільності взаємозв'язків за коефіцієнтом рангової кореляції Спірмена між загальною самоефективністю та показниками самоповаги дав можливість виявити позитивний кореляційний зв'язок для 17-19-річних студентів ($r_s=0,89$, $p \leq 0,05$).

Дослідження другого емпіричного корелята загальної самоефективності – **копінг-стратегій** (опитувальник Н.Ендлера, Дж.Паркера “Копінг-поведінка в стресових ситуаціях” у адаптації Т.Л.Крюкової) – виявило три стилі копінг-поведінки: *проблемний* (здатність усвідомити проблему, проаналізувати власні

можливості та шляхи її вирішення, подолати активними діями важку життєву ситуацію); *соціальне відволікання* (відсторонення від стресової ситуації, пошук соціальної підтримки); *емоційний* (самозвинувачення, нервова напруга, зосередження на власних недоліках). Простежено позитивний кореляційний зв'язок між стилями копінг-стратегій та загальною самоефективністю для 17-19-річних респондентів: $r_s=0,94$, $p\leq 0,05$.

Почуття впевненості в собі – емпіричний корелят самоефективності соціальних взаємин – розкривається у студентів юнацького віку за допомогою методики Є.І.Рогова “Тест на визначення почуття впевненості в собі” на трьох рівнях: *високому* (позитивне переживання власної успішності у ситуаціях спілкування, самоконтроль у стосунках, відкритість у висловленні думок і почуттів); *середньому* (коливання проявів впевненості, внутрішній дискомфорт у ситуаціях соціальної взаємодії, відволікання від реальних контактів); *низькому* (соціальний страх, фіксація на внутрішніх переживаннях із проявами депресії та агресії). Підрахунок щільності взаємозв'язків між здатністю до самоефективності соціальних взаємин та почуттям впевненості в собі показав позитивний кореляційний зв'язок для 17-19-річних респондентів: $r_s=0,89$, $p\leq 0,05$.

Другим емпіричним корелятом самоефективності соціальних взаємин у юнацькому віці є **соціально-психологічна адаптація**, яка досліджувалась за допомогою шкали “адаптивність” опитувальника К.Роджерса і Р.Даймонда “Методика діагностики соціально-психологічної адаптації” в адаптації Д.Я.Райгородського. Це психічне утворення має наступні рівні: *високий* (прийняття норм і цінностей соціального середовища, ініціативність у встановленні та підтримці соціальних контактів), *середній* (конфлікт в переживанні негативних і позитивних емоцій у стосунках, тривожність, почуття самотності), *низький* (самотність, невпевненість, уникнення відповідальності, відсутність ініціативи у соціальних взаєминах). Підрахунок щільності взаємозв'язків між самоефективністю соціальних взаємин та соціально-психологічною адаптацією виявив позитивний кореляційний взаємозв'язок для 17-19-річних респондентів $r_s=0,85$, $p\leq 0,05$.

Мотивація навчання у ВНЗ, емпіричний корелят самоефективності в діяльності, досліджувалась за допомогою опитувальника, розробленого Т.І.Льбіною “Мотивація навчання у вищому навчальному закладі” за трьома шкалами: “набуття знань”, “оволодіння професією”, “отримання диплома”. Мотивація навчання у студентів юнацького віку розкривається на трьох рівнях: *високому* (задоволення як процесом, так і результатом отримання знань та професійних навичок, здатність до ефективного планування діяльності, внутрішня мотивація); *середньому* (суперечність між внутрішньою та зовнішньою мотивацією з домінуванням останньої, орієнтація на результат); *низькому* (зовнішня мотивація, відсутність зацікавленості навчанням). Підрахунок щільності взаємозв'язків між самоефективністю в діяльності та мотивацією навчання за коефіцієнтом рангової кореляції Спірмена виявив позитивні кореляційні зв'язки для 17-19-річних респондентів ($r_s=0,89$, $p\leq 0,05$).

Встановлені позитивні взаємозв'язки між здатністю до самоефективності та особистісними утвореннями в юнацькому віці дають можливість розробити

психокорекційну програму формування самоефективності, використовуючи цілеспрямований вплив на ці особистісні утворення.

Узагальнення отриманих результатів *на третьому етапі* констатувального експерименту дозволило визначити такі критерії та показники діагностування здатності до самоефективності: оцінка використання власних здібностей (очікування успіху); соціальна компетентність (ініціатива та стійкість у соціальних контактах); здатність планувати та коригувати (гнучкість та наполегливість у досягненні мети), а також їх емпіричні кореляти. На основі зазначених критеріїв виявлено три рівні здатності до самоефективності в юнацькому віці. Характеристика рівнів представлена у табл. 1.

Аналіз отриманих даних засвідчив, що *високий рівень* здатності до самоефективності характерний для 32,64 % осіб юнацького віку (43,06% 17-18-річних та 21,57% 18-19-річних). *Середній рівень* характерний для 48,95% студентів (41,94% першокурсників та 56,30% другокурсників). *Низький рівень* поширений у 18,41% юнаків та дівчат (15% 17-18-річних та 22,13% 18-19-річних). Оптимальним для становлення особистості юнацького віку є високий рівень, який не є домінуючим. Переважання середнього та низького рівнів (67,36%) зумовлене психологічними особливостями цього віку, переживанням кризи переходу до ранньої дорослості, зокрема, недостатнім усвідомленням важливості адекватної оцінки власних здібностей, суперечностей у переживанні соціальної компетентності, зниженням здатності планувати та коригувати діяльність. Віковими тенденціями самоефективності в юності є статистично значуще збільшення середнього рівня на 14,36% ($\varphi^*=2,23$, $p\leq 0,05$) у 18-19-річних студентів юнацького віку та статистично достовірне зменшення у них високого рівня на 21,49%, $\varphi^*=3,59$ при $p\leq 0,01$; наявність цих відмінностей між вибірками пояснюється переходом 18-19-річних студентів до більш критичного ставлення щодо своїх соціальних установок та реальних дорослих позицій. Отже, самоефективність проявляється у здатності із самоповагою, впевнено оцінити власні можливості досягнення успіху, бути адаптивним у соціальних взаєминах, мати внутрішню мотивацію діяльності та конструктивно вирішувати складні життєві ситуації. Виявлена негативна вікова тенденція становлення здатності до самоефективності в юнацькому віці зумовила необхідність побудови психокорекційної програми роботи зі студентами других курсів, спрямованої на підсилення цього психічного явища.

У **третьому розділі** “*Психокорекційна програма підвищення здатності до самоефективності в юнацькому віці*” представлено теоретичні засади формування експерименту, визначено психолого-педагогічні умови становлення здатності до самоефективності, представлено апробовану нами психокорекційну програму, проаналізовано результати її впровадження, виявлено динаміку становлення здатності до самоефективності в ЕГ і КГ, розроблено практичні рекомендації для викладачів, психологів з її корекції.

Теоретичним підґрунтям психологічної корекції здатності до самоефективності в юнацькому віці стали положення гуманістичної терапії (А.Маслоу, К.Роджерса, В.Франкла), гештальттерапії (Ф.Перлза), арт-терапії (О.Ф.Потьомкіної), позитивної психотерапії (Н.Пезешкіана, М.Селігмана), поведінкової психотерапії (А.Бандури, В.Ромека). Враховуючи психологічні

Характеристика рівнів самоефективності в юнацькому віці

Критерії та показники; взаємозв'язки з особистісними утвореннями	Р І В Н І		
	Високий	Середній	Низький
Загальна самоефективність - оцінка використання власних здібностей: очікування успіху; самоповага, копінг-стратегії	Адекватна оцінка власних здібностей, очікування успіху у діяльності та соціальних взаєминах; задоволення собою, усвідомлення власних слабких і сильних сторін; проблемно- спрямований стиль копінг- поведінки	Незбалансованість позитивних і негативних оцінок власних можли- востей, сумніви у здатності досягти успіху, викликати повагу, що гальмує досягнення у різних сферах; абстрагування, спроби компенсації негативних емоцій або звернення до інших за підтримкою	Занижена оцінка своїх здібностей, байдужість щодо власних успіхів; зосередження на недоліках, що призводить до зниження самоповаги; неспроможність конструктивно вирішити проблему, роздратованість, занурення у біль та страждання
Самоефективність соціальних взаємин - соціальна компетентність: ініціатива та стійкість у соціальних контактах; почуття впевненості в собі, соціально-психологічна адаптація	Здатність до адаптивної та конструктивної соціальної компетентності, ініціатива та стійкість у встановленні та підтримці соціальних контактів, впевненість, відкритість у висловленні думок і почуттів	Знижена здатність до адаптивної та конструктивної соціальної компетентності, коливання проявів впевненості та ініціативи, відво- лікання від реальних контактів або їх уникнення; надмірне зосереджен- ня на негативних переживаннях щодо ефективності у взаємодії з оточенням, соціальної адаптації	Дезадаптивна соціальна компе- тентність, відсутність ініціативи та стійкості, фіксація на внутрішніх переживаннях з проявами депресії та агресії в соціальних контактах; зниження впевненості у власних силах, уникнення активних форм самовиявлення, соціальний страх
Самоефективність у діяльності - здатність планувати та коригувати: гнучкість та наполегливість у досягненні мети; мотивація навчання у ВНЗ	Ефективне планування та коригування діяльності з домінуванням внутрішньої мотивації, гнучкість та наполегливість, подолання перешкод на шляху до мети, задоволення як процесом, так і результатом діяльності	Неузгодженість у плануванні та коригуванні діяльності, суперечності між зовнішньою та внутрішньою мотивацією, коливання проявів наполегливості у досягненні запланованого, орієнтація на результат	Неспроможність самостійно планувати і коригувати діяльність, відсутність прагнення долати перешкоди, бути наполегливим, досягати мети, зовнішня мотивація, формальне прагнення лише до результату діяльності та байдужість до її процесу

особливості здатності до самоефективності, спираючись на основні принципи гуманістичної, позитивної психології, методологічною основою психокорекційної роботи з учасниками експериментальної групи ми обрали розвивальну (діалогічну) стратегію (Г.О.Ковальов) та особистісно орієнтований підхід (І.Д.Бех, І.С.Булах). Тому, беручи до уваги вже існуючий досвід, при розробці психокорекційної програми ми виходили з того, що високий рівень здатності до самоефективності у студентів юнацького віку, який зумовлює їх особистісне зростання, формується шляхом послідовного впливу на взаємопов'язані з цим психічним явищем особистісні утворення через моделювання умов його підвищення. Провідними психолого-педагогічними умовами становлення здатності до самоефективності в юнацькому віці є актуалізація усвідомлення значущості самоефективності особистості, активація адекватності оцінки власних здібностей юнаків та дівчат, розвиток самоповаги, сприяння використанню конструктивних копінг-стратегій, регуляція міжособистісних стосунків, стимуляція прагнення до стійкого переживання успішності у соціальних взаєминах, актуалізація здатності до планування діяльності, підсилення мотивації отримання нових знань, умінь, навичок студентів юнацького віку. Це передбачає зростання самоповаги, копінг-стратегій, впевненості в собі, соціально-психологічної адаптації, мотивації навчання у ВНЗ, що й спричиняє становлення здатності до самоефективності.

Мета формувального експерименту полягала у створенні умов для підсилення здатності до самоефективності в юнацькому віці через цілеспрямований вплив на взаємопов'язані з нею психічні утворення (самоповагу, копінг-стратегії, почуття впевненості в собі, соціально-психологічну адаптацію, мотивацію навчання у ВНЗ) засобами психокорекції. Формувальний експеримент базувався на таких принципах, як моделювання ефективної поведінки; актуалізація внутрішнього потенціалу особистості; усвідомлення та реалізація життєвих цілей. Загальними принципами були активність, поступовість, комплексність, щирість, відкритість, конфіденційність, індивідуалізація.

Розроблена нами програма роботи з підсилення здатності до самоефективності в юнацькому віці полягає в актуалізації усвідомлення значущості її складових (загальної самоефективності, самоефективності соціальних взаємин, самоефективності в діяльності), оволодінні знаннями, виробленні умінь та навичок, необхідних для підвищення адекватної оцінки власних здібностей, соціальної компетентності, здатності планувати та коригувати діяльність. Психокорекційна робота проводилась із 30 студентами другого курсу Національного технічного університету України "Київський політехнічний інститут" (експериментальна група), до складу контрольної групи входило 30 студентів-другокурсників зазначеного ВНЗ. Експериментальну групу було поділено на дві підгрупи по 15 осіб у межах академічних груп.

Психокорекційна програма була реалізована в жовтні-квітні 2008-2009 навчального року і передбачала 22 заняття. Формувальний експеримент проводився у три етапи: підготовчий, основний, заключний. Підготовчий етап (2 заняття в жовтні 2008 р.) був спрямований на з'ясування сутності й вікових особливостей здатності до самоефективності та специфіки психокорекції. У процесі основного етапу формувального експерименту (листопад 2008-квітень 2009 року), який

передбачав 18 занять психологічного гуртка, що проводились у психокорекційній групі раз на тиждень упродовж 90 хвилин та індивідуальні консультації, заняття з англійської мови, вирішувалися наступні завдання:

- стимулювати процеси формування адекватної оцінки власних здібностей, сприяти очікуванню успіху у діяльності та соціальній взаємодії;
- сприяти зростанню соціальної компетентності, розвитку ініціативи та впевненості у встановленні та підтримці соціальних контактів;
- розвивати здатність до ефективного планування та коригування діяльності, гнучкості та наполегливості у досягненні цілей, формувати внутрішню мотивацію діяльності.

Групова форма проведеної психокорекційної роботи подається через характеристику архітекτονіки групових занять (вступна, робоча, підсумкова фази), психокорекційних вправ із зазначенням мети, інструкції, необхідного часу виконання, психологічного коментаря з обговоренням використаних методів, прийомів та технік: бесіди, дискусії, проєктивного малювання, рольової гри, метафоризації, роботи у підгрупах, активного слухання, когнітивного реструктурування, візуалізації, продовження розповіді, позитивного та негативного підкріплення, моделювання поведінки, висловлювання по колу, виконання психодіагностичних методик, домашнього завдання.

Заключний етап психокорекції (квітень 2009 року) передбачав узагальнення отриманого студентами особистісного досвіду та осмислення динаміки становлення здатності до самоефективності (два заняття). Для виявлення кількісних та якісних змін було проведено контрольний експеримент (табл. 2).

Таблиця 2

Динаміка здатності до самоефективності в експериментальній та контрольній групах

N=60

Рівні самоефективності	До експерименту				Після експерименту			
	КГ		ЕГ		КГ		ЕГ	
	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%
Високий	4	13,33	5	16,67	5	16,67	16	53,34
Середній	19	63,33	17	56,66	18	60	10	33,33
Низький	7	23,34	8	26,67	7	23,33	4	13,33

Відповідно до даних, що представлені в таблиці, в експериментальній групі співвідношення рівнів здатності до самоефективності до та після формувального експерименту є таким: кількість юнаків та дівчат із високим рівнем збільшилась на 36,67% (у 3,2 рази), з середнім – зменшилась на 23,33 % (у 1,7 рази), кількість студентів із низьким рівнем зменшилась на 13,34 % (у 2 рази). У контрольній групі спостерігається протилежна тенденція: статистично недостовірне збільшення високого рівня, зменшення показників середнього рівня, відсутність динаміки низького рівня.

Водночас, вивчення результатів дослідження емпіричних корелятив самоефективності в експериментальній групі вказує на достовірні позитивні зміни у кожному з них. Кількість студентів з високим рівнем за усіма параметрами *самоповаги* зростає статистично значущо, з середнім та низьким суттєво зменшилась. Аналіз динаміки *копінг-стратегій* виявив достовірність позитивних змін у проявах проблемного копінгу (збільшення на 40%, $\varphi^*=3,44^{**}$, $p \leq 0,01$), соціального відволікання (зменшення на 16,67%) і емоційного стилю (зменшення на 23,33%, $\varphi^*=2,46^{**}$, $p \leq 0,01$). Порівняльний аналіз вираженості *почуття впевненості в собі* продемонстрував збільшення чисельності респондентів, які мають високий рівень на 33,34% ($\varphi^*=2,7^{**}$, $p \leq 0,01$), зменшення кількості студентів із середнім (на 23,34%, $\varphi^*=1,84^*$, $p \leq 0,05$) і низьким (на 10%) рівнями. Дослідження *соціально-психологічної адаптації* дозволяє констатувати статистично вірогідні зміни за усіма рівнями: збільшення високого на 40% ($\varphi^*=3,27^{**}$, $p \leq 0,01$), значне зменшення середнього і низького рівнів. Порівняння динаміки *мотивації навчання у ВНЗ* в експериментальній групі після проведення формувального експерименту дозволяє констатувати, що існують статистично достовірні позитивні зміни за усіма показниками мотивації навчання на високому, середньому та низькому рівнях.

Одержані результати дозволяють зробити висновок, що після застосування психокорекційної програми кількість студентів із низьким та середнім рівнем здатності до самоефективності значно зменшується, натомість кількість юнаків та дівчат з високим рівнем збільшується. Таким чином, результати проведеного теоретичного і експериментального дослідження підтвердили висунуту гіпотезу і дозволили зробити загальні висновки та намітити перспективи подальшої розробки проблеми.

ВИСНОВКИ

У дисертаційному дослідженні представлено вирішення проблеми становлення здатності до самоефективності в юнацькому віці: розкрито сутність самоефективності, її психологічні особливості, критерії діагностування, рівні, умови її підвищення, також обґрунтовано та апробовано програму шляхів та засобів психологічного впливу на її становлення, визначені рекомендації стосовно підсилення самоефективності у студентів юнацького віку.

1. Одним із напрямків виховання цілеспрямованої, успішної, впевненої у своїх силах особистості є дослідження психологічних особливостей та умов підвищення самоефективності як здатності до адекватної оцінки власних здібностей, соціальної компетентності, планування та коригування діяльності. Самоефективність спрямовує особистість на очікування успіху в різних сферах життєдіяльності, ініціативність та стійкість у встановленні та підтримці соціальних контактів, гнучкість та наполегливість у досягненні мети.

Юнацький вік – період особистісного самовизначення, професійної підготовки, розширення кола соціальних взаємин – є сенситивним для зростання самоефективності особистості. Водночас, перехід від юності до ранньої дорослості супроводжується віковою кризою, для якої характерні незадоволеність смыслом життя, розчарування у навчанні, критичне ставленні до викладачів, невпевненість у встановленні соціальних контактів, що гальмує процес особистісного зростання юнаків та дівчат.

2. Структура самоефективності, яка зумовлена психологічними особливостями юнацького віку, містить у собі такі складові: загальна самоефективність, самоефективність соціальних взаємин, самоефективність у діяльності. Критерієм та показником загальної самоефективності є оцінка використання власних здібностей (очікування успіху), самоефективності соціальних взаємин – соціальна компетентність (ініціатива та стійкість у соціальних контактах), самоефективності в діяльності – здатність планувати та коригувати (гнучкість та наполегливість у досягненні мети). Психологічні особливості становлення здатності до самоефективності при переході до ранньої дорослості пов'язані з віковими проявами її складових, а також із такими особистісними утвореннями як самоповага (самокерування, самовпевненість, віддзеркалене самоставлення), копінг-стратегії (проблемний стиль, соціальне відволікання, емоційний стиль), почуття впевненості в собі, соціально-психологічна адаптація, мотивація навчання у ВНЗ (мотиви набуття знань, отримання професії, диплома). Таким чином, самоефективність у юнацькому віці – це здатність із самоповагою, впевнено оцінити власні можливості у досягненні успіху, бути адаптивним у соціальних взаєминах, мати внутрішню мотивацію діяльності та конструктивно вирішувати складні життєві ситуації.

3. Здатність до самоефективності у юнацькому віці проявляється на трьох рівнях: високому, середньому, низькому. *Високий рівень* характеризується наявністю осмисленої інформації про власні здібності, здатністю до успішної міжособистісної взаємодії, що має свій вияв у впевненості, ініціативності. Цьому рівню властиві наполегливість у досягненні цілей, задоволення як процесом, так і результатом діяльності, пошук конструктивних шляхів вирішення складних життєвих ситуацій. Вищезазначеному рівню притаманні високі показники самоповаги, впевненості, адаптованості у стосунках, а також внутрішня мотивація навчання. *Середній рівень* відзначається незбалансованістю позитивних і негативних оцінок власних можливостей, переживанням внутрішнього дискомфорту у ситуаціях взаємодії, нестійкістю цілей, уникненням відповідальності. Виявляються сумніви як щодо поваги до себе, так і у здатності викликати повагу оточення. У разі виникнення проблеми має місце абстрагування, соціальне відволікання. Зниження впевненості та соціально-психологічної адаптації впливає на ефективність соціальних взаємин. Виникають суперечності між зовнішньою і внутрішньою мотивацією навчання з переважанням останньої, зменшення інтересу до набуття нових і професійних знань. *Низький рівень* характеризується уникненням соціальних контактів, непевненістю, дезадаптованістю, неспроможністю планувати діяльність, розподіляти власний час, долати перешкоди на шляху до мети. Цьому рівню властива надмірна фіксація уваги на власних недоліках, роздратованість, емоційна відчуженість, домінування зовнішньої мотивації навчання над внутрішньою, що знаходить свій вияв у прагненні отримати диплом про вищу освіту за мінімальних інтелектуальних зусиль.

Становлення здатності до самоефективності обумовлюється особливостями юнацького віку. Констатується негативна вікова тенденція збільшення середнього і низького з одночасним зменшенням високого рівня здатності до самоефективності у 18-19-річних студентів, порівняно з 17-18-річними. Оптимальним для особистісного зростання студентів юнацького віку є високий рівень зазначеного психічного

утворення, тоді як насправді, домінуючим є середній та низький рівні. Виявлені тенденції пояснюються кризою переходу до ранньої дорослості, що характеризується руйнацією життєвих планів, розчаруванням в обраному фаху, викладачах, у системі навчання у ВНЗ, незадоволеністю власним становищем у суспільстві, стосунками, станом загальної невизначеності

4. Відсутність достовірної динаміки у проявах складових самоефективності та особистісних утворень, взаємопов'язаних із нею, обумовили необхідність психокорекційної роботи зі студентами юнацького віку. Ефективним шляхом оптимізації цього процесу є створення засобами психокорекції умов становлення здатності до самоефективності в юнацькому віці: актуалізація усвідомлення значущості самоефективності особистості; посилення інтеграції оцінки позитивних і негативних сторін власної особистості з домінуванням позитивного переживання; активація адекватності оцінки власних здібностей; розвиток самоповаги особистості юнацького віку; сприяння використанню конструктивних копінг-стратегій у складних життєвих ситуаціях; регуляція міжособистісних стосунків; стимуляція прагнення до стійкого переживання успішності у соціальних взаєминах; актуалізація здатності до планування діяльності; посилення мотивації отримання нових знань, вироблення необхідних умінь і навичок.

Програма психологічної корекції здатності до самоефективності базується на активізації у студентів юнацького віку самоповаги, конструктивних копінг-стратегій, почуття впевненості в собі, соціально-психологічної адаптації, мотивації навчання у ВНЗ. Позитивні зміни у рівнях особистісних утворень, взаємопов'язаних із самоефективністю, характеризуються зростанням самоповаги, яка виявляється у самокеруванні, самовпевненості, віддзеркаленому самоставленні; підсиленням здатності до проблемного стилю копінг-поведінки, зростанням впевненості в собі та соціальної адаптації, підвищенням внутрішньої мотивації навчання. Після проведення психокорекційної роботи в експериментальній групі були отримані результати, які дали можливість констатувати статистично достовірне збільшення кількості юнаків та дівчат з високим рівнем здатності до самоефективності та водночас зменшення чисельності студентів, які мають середній та низький рівні. У контрольній групі зміни виявилися статистично незначущими.

5. На підставі отриманих результатів були сформульовані рекомендації для практичних психологів, викладачів ВНЗ. У них підкреслюється необхідність удосконалення знань про психологічні особливості юнацького віку та особливості становлення здатності до самоефективності в юності, підсилення загальної, соціальної та діяльнісної самоефективності, що призводить до успіху в різних сферах життєдіяльності, особистісного зростання молоді. Доцільно приділяти увагу віковим особливостям самоповаги, копінг-стратегій, почуття впевненості в собі, соціально-психологічної адаптації, мотивації навчання, які впливають на підвищення рівня здатності до самоефективності в юнацькому віці. Викладачам у ході організації навчальних занять, засвоєння студентами окремих тем можна зважати на запропоновані умови формування самоефективності під час вивчення певного предмета. Практичним психологам визначені нами рекомендації дадуть можливість проводити діагностування та ознайомлювати студентів юнацького віку із критеріями та показниками здатності до самоефективності. Доцільно регулярно

підвищувати рівень самоефективності за допомогою вправ, які впливають на формування адекватної оцінки власних здібностей, підсилюють очікування успіху в діяльності та соціальній взаємодії, формують здатність до адаптивної та конструктивної соціальної компетентності, ініціативності у встановленні та підтримці соціальних контактів, відкритості у вираженні думок і почуттів, сприяють ефективному плануванню та коригуванню діяльності з домінуванням внутрішньої мотивації, гнучкості та наполегливості у досягненні цілей, задоволенню як процесом так і результатом діяльності.

Проведене дисертаційне дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми, що розглядається. Перспективи її подальшого вивчення пов'язані з поглибленим концептуальним аналізом здатності до самоефективності за усіма складовими, створенням психодіагностичних методик дослідження цього психічного явища, вивчення особливостей здатності до самоефективності у взаємодії “викладач-студент”, що й буде предметом нашого подальшого наукового пошуку.

Список опублікованих праць за темою дисертації

1. Лук'яненко В.В. Науково-теоретичні концепції та підходи до вивчення проблеми здатності до самоефективності / В.В.Лук'яненко // Актуальні проблеми психології. Том 10. Частина 8./ [За ред. академіка С.Д. Максименка]. – К.; Главник, 2008. – С.344-351.
2. Лук'яненко В.В. Психологічні характеристики особистісних корелятивів самоефективності в юнацькому віці / В.В.Лук'яненко // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. – Психологія. Збірник наукових праць. Вип. 51. – К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2009. – С.132-138.
3. Лук'яненко В.В. Роль самоефективності у формуванні здорового способу життя студентів юнацького віку / В.В.Лук'яненко: матеріали Всеукраїн. Наук.-практ.конф [”Актуальні проблеми формування здорового способу життя учнівської та студентської молоді”], (Ніжин, 14-16 листопада 2007 р.). – Ніжин: Вид-во НДУ ім.М.Гоголя, 2007. – С. 235-236.
4. Лук'яненко В.В. Роль сім'ї у становленні самоефективності в юнацькому віці / В.В.Лук'яненко // Актуальні проблеми практичної психології. Збірник наукових праць. – Част. 1. – Херсон, 2008. – С. 228-229.
5. Лук'яненко В.В. Вивчення взаємозв'язків самоефективності з особистісними утвореннями студентів юнацького віку / В.В.Лук'яненко // Науковий часопис “Психологічні перспективи”. – 2010. – Вип.16. – Луцьк, 2010. – С.158-167.
6. Лук'яненко В.В. Експериментальне вивчення становлення самоефективності в юнацькому віці /В.В.Лук'яненко: матеріали Всеукраїн. наук.-практ. конф.молодих науковців [“Проблеми психологічної адаптації особистості в різних видах життєдіяльності”], (Одеса, 13 квітня 2009 р.). – Одеса: СМІЛ, 2009. – С.156-159.
7. Лук'яненко В.В. Дослідження діяльнісної та соціальної самоефективності у студентів юнацького віку / В.В.Лук'яненко: матеріали Всеукраїн.наук.-практ. конф. [“Психологічна служба ВНЗ: досвід та перспективи розвитку”], (Запоріжжя, 19-20 травня 2009 р.). – Запоріжжя: ЗНУ, 2009. – С.63-65.

8. Лук'яненко В.В. Теоретичні засади психокорекційної роботи з підвищення рівня самоефективності в юнацькому віці / В.В.Лук'яненко // Проблеми загальної та педагогічної психології. Збірник наукових праць Інституту психології ім.Г.С.Костюка АПН України. – Київ, 2009. – Том XI, част. 4. – С.226-236
9. Лук'яненко В.В. Динаміка становлення здатності до самоефективності студентів юнацького віку в умовах цілеспрямованого психологічного впливу / В.В.Лук'яненко // Вісник ХНПУ ім. Г.С. Сковороди. Психологія. – Харків, 2010. – Випуск 34. – С.121-130.
10. Лук'яненко В.В. Підвищення самоефективності студентів юнацького віку на заняттях з англійської мови у вищому технічному навчальному закладі / В.В.Лук'яненко: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції [“Особистісно-діяльнісний підхід в навчанні іноземних мов студентів немовних ВНЗ”], (Київ, 20 травня 2011 р.). – К., 2011. – С. 101-104.

АНОТАЦІЇ

Лук'яненко В.В. Психологічні особливості становлення здатності до самоефективності в юнацькому віці. – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. – Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, Київ, 2011.

Дисертація присвячена дослідженню сутності, ролі, вікових особливостей становлення здатності до самоефективності в юнацькому віці. У роботі представлений аналіз науково-теоретичних концепцій та підходів до вивчення проблеми самоефективності у зарубіжній, радянській та вітчизняній психології, розкриті вікові особливості її прояву. Визначено структуру (загальна самоефективність, самоефективність соціальних взаємин, самоефективність у діяльності), критерії і показники її діагностування (оцінка використання власних здібностей: очікування успіху; соціальна компетентність: ініціатива та стійкість в соціальних контактах; здатність планувати та коригувати: гнучкість та наполегливість у досягненні мети), рівні прояву (високий, середній, низький). Встановлено взаємозв'язки між здатністю до самоефективності із самоповагою, копінг-стратегіями, почуттям впевненості в собі, соціально-психологічною адаптацією, мотивацією навчання у вищому навчальному закладі.

Обґрунтовано, розроблено, апробовано психокорекційну програму підвищення здатності до самоефективності в юнацькому віці шляхом впливу на її емпіричні кореляти активними соціально-психологічними методами навчання. Доведено ефективність цієї програми, що робить можливим її впровадження у навчально-виховний процес як чинника особистісного зростання в юнацькому віці. Сформульовано практичні рекомендації для психологів, викладачів.

Ключові слова: самоефективність, здатність, юнацький вік, самоповага, копінг-стратегії, почуття впевненості в собі, соціально-психологічна адаптація, мотивація навчання у ВНЗ.

Лукьяненко В.В. Психологические особенности становления способности к самоофективности в юношеском возрасте. – Рукопись.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.07 – педагогическая и возрастная психология. – Национальный педагогический университет имени М.П. Драгоманова, Киев, 2011.

Диссертация посвящена исследованию сути, роли, психологических особенностей, эмпирических коррелятов самоофективности, ее структуры, критериев измерения, поиску путей и способов повышения уровня самоофективности в юношеском возрасте.

В работе проанализированы научно-теоретические подходы к изучению самоофективности в зарубежной психологии – социально-когнитивной, гуманистических теориях, позитивной психологии, а также в советской и отечественной психологии. Исследованы психологические особенности становления самоофективности в юношеском возрасте, на основе которых были определены эмпирические корреляты самоофективности: самоуважение, копинг-стратегии, чувство уверенности в себе, социально-психологическая адаптация, мотивация обучения в вузе.

Обоснована сущность самоофективности личности в юношеском возрасте, которая определяется как способность адекватно оценивать свои возможности, быть социально компетентным, планировать и корректировать деятельность и имеет следующие составляющие: общая самоофективность, самоофективность социальных взаимоотношений, самоофективность в деятельности. Критерием общей самоофективности выступает оценка своих возможностей (показатель – ожидание успеха), самоофективности социальных взаимоотношений – социальная компетентность (показатель – инициатива и стойкость в социальных контактах), самоофективности в деятельности – способность планировать и корректировать деятельность (показатель – гибкость и настойчивость в достижении целей).

В работе представлены *результаты* экспериментального исследования становления способности к самоофективности в юношеском возрасте.

Выявлены уровни самоофективности в юношеском возрасте (высокий, средний, низкий). На втором курсе, по сравнению с первым, констатируется статистически значимое снижение количества студентов с высоким уровнем, которое сопровождается увеличением количества юношей и девушек со средним и низким уровнями самоофективности. Отсутствие достоверной позитивной динамики в составляющих самоофективности, а также в психологических образованиях, взаимосвязанных с ней в юности (самоуважении, копинг-стратегиях, уверенностью в себе, социально-психологической адаптации, мотивации обучения в вузе), свидетельствует о необходимости дифференцированной психокоррекционной работы со студентами этого возраста, направленной на повышение самоофективности.

Обоснована и разработана психокоррекционная программа формирования самоофективности студентов юношеского возраста, которая включала следующие направления: формирование адекватности оценок своих возможностей, повышение социальной компетентности, способности планировать и корректировать деятельность и базировалась на принципах моделирования эффективного

поведения, актуализации внутреннего потенциала личности, осознания и реализации жизненных целей. Характеризуются психологические упражнения апробированной психокоррекционной программы, которая была реализована в экспериментальной группе на групповых психокоррекционных занятиях психологического кружка, в индивидуальных беседах, консультациях, на занятиях по английскому языку.

Результаты контрольного эксперимента в экспериментальной группе свидетельствуют о статистически значимых позитивных изменениях в уровнях самооффективности, а также увеличении количества студентов с адекватной оценкой своих возможностей, способных к конструктивной социальной компетентности, к эффективному планированию деятельности.

Это подтверждает эффективность реализованной психокоррекционной программы повышения самооффективности у 18-19-летних студентов, свидетельствует о возможности оказания психологической помощи студентам юношеского возраста в процессе их личностного развития и необходимости включения апробированной программы в учебно-воспитательный процесс высшего учебного заведения. Разработаны практические рекомендации для практических психологов, преподавателей высших учебных заведений.

Ключевые слова: самооффективность, способность, юношеский возраст, самоуважение, копинг-стратегии, чувство уверенности в себе, социально-психологическая адаптация, мотивация обучения в вузе.

Lukyanenko V.V. Psychological peculiarities of self-efficacy formation in adolescence. – Manuscript.

The dissertation is represented to obtain the scientific degree of candidate of psychological sciences in specialty 19.00.07 – pedagogical and age psychology. – National Pedagogical Dragomanov University, Kyiv, 2011.

The dissertation describes the research of the essence, role, psychological peculiarities, structure of self-efficacy, effective ways and methods of its formation in adolescence. The dissertation shows the analysis of scientific theoretical conceptions, approaches to the research of self-efficacy in foreign, soviet and native psychological literature and age peculiarities of the phenomena.

The structure (general, social, action self-efficacy), criteria for measurement (assessment of one's abilities, social competence, ability to plan and correct actions), empirical correlates (self-respect, coping strategies, assertiveness, social adaptation, motivation for learning), and the levels of their display are determined.

The psychocorrectional program of self-efficacy raise in adolescence, directed to creation of psycho-pedagogical conditions for productive overcoming of age crisis by means of their activation is substantiated, developed and implemented. Its effectiveness as system of influence on intensity of self-efficacy and activation of personal development of students at the adolescent age is proved.

Key words: self-efficacy, ability, adolescence, self-respect, coping strategies, assertiveness, social adaptation, motivation for learning.