

2. У жінок модуси «минулого» і «майбутнього» більш емоційно зафарбовані. Фактор «сили» виражений у більшій мірі у чоловіків по відношенню до «майбутнього». По фактору «активності» в «майбутньому» лідирують жінки.

3. В жіночій вибірці кількість пригаданих спільних подій більша, ніж в чоловічій.

Наше експериментальне дослідження показало, що жінки більш точно сприймають короткі проміжки часу, ніж чоловіки. Більш глибоке дослідження планується при підготовці курсової та кваліфікаційної робіт.

### **Список використаних джерел**

1. Грошев И.В. Психологические различия мужчин и женщин / И.В.Грошев. - М.: Изд-во Московского психолого-социального института; Воронеж : Изд-во МОДЭК, 2005. - С.147-156
2. Бендас Т.В. Гендерная психология / Т.В.Бендас.- М.: Изд. Питер Пресс, 2008.- 430с.
3. М'ясоїд П.А. Загальна психологія / П.А.М'ясоїд. - К.: Вища школа, 2004.- С.273-274.
4. Цуканов Б.Й. Психологія часу: здобутки і перспективи / Цуканов Б.И. – Психолог, 2002 - №7.-С.14-16.
5. Козлова А.В./ А.В.Козлова, А.Т.Терехін / Индивидуальные различия в восприятии времени / Вопросы психологии, 2009.-№6.-С.91-96
6. Петровський О.С. Загальна психологія / <http://www.readbookz.com>.
7. Елькін Д.Г. Вікіпедія / <http://www.ukrreferat.com>

**Мамедова Г.А.**

### **Дослідження рівня домагань як механізму саморегуляції та поведінки**

**Актуальність теми** визначається низкою причин. Розбудова державності України, побудова нового гуманного, демократичного суспільства висуває на передній план проблеми, пов'язані з формуванням всебічно розвиненої особистості, здатної адекватно сприймати зміни в суспільному житті, проявляти свідому активність, спрямовану на приведення внутрішніх резервів у відповідність до зовнішніх умов. Вирішення цих проблем з необхідністю привертає увагу до таких фундаментальних утворень особистості як самооцінка та рівень домагань [ 5].

У вітчизняній психології більшість досліджень, в яких прямо чи опосередковано вивчалися взаємовідносини самооцінка та рівень домагань, зосереджені в рамках окремих вікових періодів. Самооцінка та рівень домагань вивчалися у зв'язку з певною провідною діяльністю, з розвитком діяльності спілкування, саморегуляції, зі становленням окремих особистісних та соціально-психологічних особливостей. У роботах, присвячених вивченню рівня домагань та самооцінки, зазначається, що від їх характеру багато в чому залежить розвиток особистості, її здатність до саморегуляції (Л.І.Божович,

М.Й.Боришевський, Л.В.Бороздіна, І.В.Боязітова, Б.С.Братусь, Л.І.Гаврищак, О.І.Савонько та інші). Доведено, що невміння правильно співвіднести свої можливості з дійсністю, свої домагання з реальними результатами діяльності призводить до різних негативних наслідків: виникнення афекту неадекватності (Л.І.Божович, О.О.Головко, М.С.Неймарк, Л.С.Славіна та інші), розвитку підвищеної тривожності (Л.В.Бороздіна, Л.Відінська, І.О.Меліхова, Г.М.Прихожан та інші), порушення у спілкуванні (Л.І.Гаврищак, Т.І.Юферева та інші) [1].

Підкреслюючи цінність цих досліджень, треба відзначити, що необхідність подальшого вивчення взаємовідносин між самооцінкою і рівнем домагань зумовлена не тільки їх складністю, впливом, який специфіка цих взаємовідносин чинить на розвиток особистості, самосвідомості, процесів саморегуляції поведінки й діяльності. Важливо, що в руслі сучасних наукових поглядів поглиблення уявлень про розвиток та функціонування самооцінки й рівня домагань передбачає рух в напрямку динамічного та структурного їх об'єднання в єдине ціле, в динамічну систему.

Отже, згідно з вищевикладеним, стає очевидною **актуальність** теми нашого дослідження як в соціальному, так і в науковому плані.

*Предмет* дослідження – рівень домагань особистості як механізм саморегуляції поведінки та діяльності ;

*Об'єкт* дослідження – особистісна сфера;

*Гіпотеза* дослідження – рівень домагань особистості у підлітковому та юнацькому віці є важливим механізмом саморегуляції та регуляції її поведінки, досягнень у майбутній професійній діяльності.

Відповідно завданнями дослідження є:

1. Теоретично обґрунтувати підхід до поняття рівня домагань, як до динамічної системи, розкрити природу і зміст її структурних компонентів;
2. Діагностувати рівень домагань у підлітковому та юнацькому віці;

Самооцінка та рівень домагань підлітка можуть виявлятися, як в зовнішньому вигляді, так і в формі внутрішніх переживань і між цими сферами (внутрішньої і зовнішньої психіки) може існувати дисгармонія і неузгодженість.

*Мета* дослідження – діагностика рівня домагань особистості з метою визначення їх впливу на поведінку підлітка;

*Методи* дослідження - для досягнення поставленої в роботі мети використовувався комплекс методів, вибір та поєднання яких залежали від змісту проблеми, яка вивчалася, а саме: теоретико-методологічний аналіз літератури; (спостереження за поведінкою); використано методику моторної проби Шварцландера.

Дослідження проводилося на базі середньої загальноосвітньої школи № 19, м. Кривий Ріг, 9 – А та 7-А класах, вибірка-10 досліджуваних.

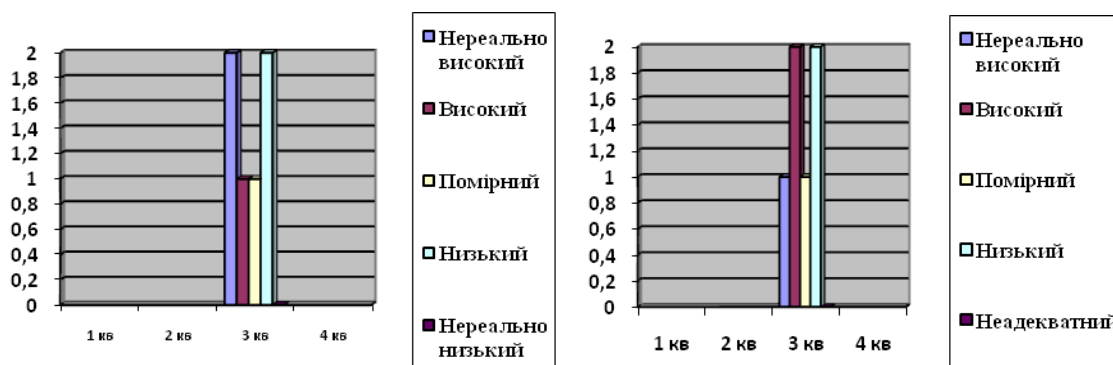
На формування самоповаги і самооцінки впливають багато чинників, що діють вже в ранньому дитинстві - ставлення батьків, ставлення педагогів. Порівнюючи думки про себе оточуючих людей, людина формує самооцінку,

причому цікаво, що людина спочатку учиться оцінювати інших, а потім уже - себе. І лише до 14-15 років підліток опановує метод самоаналізу, самоспостереження і рефлексії, аналізує досягнуті власні результати і тим самим оцінює себе, впливає на рівень домагань особистості, що характеризує ступінь важкості тих цілей, до яких прагне людина і досягнення яких здається їй привабливим і можливим. Рівень домагань - той рівень важкості завдання, який людина зобов'язується досягти, знаючи рівень свого попереднього виконання. На рівень домагань впливає динаміка невдач і удач на життєвому шляху, успіху і неуспіху в конкретній діяльності. Рівень домагань може бути адекватним (людина обирає цілі, яких реально може досягти, і які відповідають її здатностям, умінням, можливостям) або неадекватно завищеним, заниженим. Чим адекватніше самооцінка, тим адекватніший рівень домагань[2].

Дослідження проводилося у парі, що складалася з експериментатора та досліджуваного. Завдання давалося як тест на моторну координацію. Треба було за 10 секунд поставити якомога більшу кількість хрестиків у квадрати даної досліджуваним прямокутної секції. Про справжню мету дослідження досліджуваний не знав до його закінчення. Досліджуваних було мотивовано на визначення кількості хрестиків, яку вони здатні проставити за 8-10 секунд.

Для нашого дослідження, як вже зазначалося ми обрали 5 учнів підліткового віку та 5 учнів юнацького віку (9 та 7 класи).

Результати діагностики з використанням моторної проби Шварцландера, для учнів підліткового та юнацького віку представлені на малюнку 1.



Малюнок 1 Рівень домагань учнів підліткового віку та юнацького віку

Проаналізуємо результати діагностики учнів підліткового віку. Високий нереалістичний рівень показали два учні (2 бали); високий реалістичний рівень ми мали змогу спостерігати у одного учня (1 бал); помірний рівень домагань ми виявили також у одного учня (1 бал); низький рівень домагань був виявлений у двох учнів (2 бали).

Тепер проаналізуємо результати діагностики учнів юнацького віку. Високий нереалістичний рівень ми виявили у одного учня (1бал); високий реалістичний рівень ми виявили у двох учнів (2бали); помірний рівень був виявлений у одного учня (1бал); низький рівень показали два учні (2 бали).

Порівнявши результати дослідження, з результатами спостереження за поведінкою учнів, ми можемо зробити висновок, що рівень домагань у

юнацькому віці вищий за показники у підлітковому віці. Високий реалістичний рівень домагань людини може поєднуватися у неї із впевненістю у цінності власних дій, з прагненням до самоствердження, відповідальністю, корекцією невдач за рахунок власних зусиль, з наявністю стійких життєвих планів. Високий нереалістичний рівень домагань ми побачили навпаки у підлітковому віці. Якщо у людини високий нереалістичний рівень домагань, то, як правило, він супроводжується фрустрованістю, вимогливістю до оточуючих, екстрапунітивністю. Особи з таким рівнем домагань іпохондричні та відчують труднощі в реалізації власних життєвих планів.

Помірний рівень домагань був однаковий і у учнів підліткового віку і у учнів юнацького віку. Такий рівень домагань характерний для досліджуваних, що впевнені в собі, товариських, які не шукають самоствердження, налаштованих на успіх, тобто таких, що розраховують міру своїх зусиль та здатність зіставити міру своїх зусиль з цінністю досягнутого.

Низький рівень домагань ми можемо побачити у рівній кількості і у учнів підліткового віку і у учнів юнацького віку. Цей рівень домагань залежить у більшості від установки на невдачу. В осіб з нереалістично низьким рівнем домагань часто бувають неясними плани на майбутнє. Зазвичай вони орієнтовані на підлеглисть та часто проявляють безпомічність.

Неадекватного рівня домагань ми не спостерігаємо.

Корекція рівня домагань має бути направлена на узгодженість уявлень про бажаний результат із можливостями та здібностями людини. Закріплення цієї узгодженості в конкретній успішній діяльності підвищує адекватність рівня домагань.

Зважаючи на те, що результати спостереження за поведінкою учнів протягом навчального процесу практично співпали з результатами методики, можливо зробити висновок: визначивши рівень домагань учнів у майбутній професійній діяльності, ми можемо враховувати його у плануванні особистісно-орієнтованого підходу до учнів.

### Список використаних джерел

- 1) Бороздина Л. В. Исследование уровня притязаний. Учебное пособие/ Л.В.Бороздина. – М., 1986. –103 с..
- 2) Семаго М. Интегративная оценка эмоционально-личностной среды у детей. / Школьный психолог / - № 2. - М. 2003.
- 3) Виготський Л.С. Педагогічна психологія / під редакцією В.В. Давидова/ Л.С.Виготський. – М.: Педагогіка, 1991. – 479с.
- 4) [http://www.djerele.com/index.php?option=com\\_content&task=view&id=9393&Itemid=71](http://www.djerele.com/index.php?option=com_content&task=view&id=9393&Itemid=71). Пашукова Т. И., Допира А. И.,
- 5) <http://studentam.net.ua/content/view/3236/86/>. Пашукова Т. И., Допира А. И., Дьяконов Г. В. Психологические исследования: Практикум по общей психологии для студентов педагогических вузов. Учеб. пособие. — М.: Изд-во «Институт практической психологии», 1996.