УДК 159.923.2:364-43

Криворучко В.М., Миколаївський державний гуманітарний університет ім. Петра Могили

Криворучко Вікторія Михайлівна – студентка 5-го курсу спеціальності "Соціальна робота" МДГУ ім. Петра Могили. Коло наукових інтересів – формування психологічної культури, формування особистісної зрілості, особистісний розвиток та зростання студентської молоді.

Роль позитивної Я-концепції у становленні особистості майбутнього соціального працівника

Розкривається сутність і значення позитивної Я-концепції та позитивного мислення для успішної професійної діяльності майбутнього соціального працівника, представлені можливості їх формування в умовах професійного навчання.

The essence and importance of the positive self-conception and positive thinking for the successful professional action of the future social worker is revealed. The possibilities of it's formation in the conditions of the education are represented in the article.

Соціальна робота є однією з найважчих професій типу "людина-людина", оскільки соціальний працівник найчастіше бачить людей нещасними, знедоленими, з тягарем багатьох проблем, далеко не кожну з яких можна вирішити остаточно з ряду об'єктивних і суб'єктивних причин. Тому у зв'язку із загрозою професійних ризиків в соціальній роботі, постійних стресових ситуацій, в які потрапляє соціальний працівник у процесі складної соціальної взаємодії з клієнтом, особливо гострою та актуальною постає проблема формування соціально-психологічної культури, особистісної зрілості, основою та підґрунтям яких виступає позитивна Я-концепція.

Сьогодні у вітчизняній і зарубіжній науці певною мірою розроблені базові положення інтегрованого підходу до змісту професійної підготовки соціального працівника, обґрунтована роль соціальної роботи як наукової та практичної діяльності. Але в дослідженнях з питань формування професійно важливих якостей майбутніх соціальних працівників недостатньо вивчена проблема їх ставлення до себе, Я-концепції.

Виходячи з актуальності та нерозробленості певних напрямів означеної проблеми, метою нашої статті буде довести важливість та показати можливості формування позитивної Я-концепції для особистісного розвитку та професійного становлення майбутнього соціального працівника в умовах вузу.

Якщо майбутній соціальний працівник не вміє адекватно ставитися до себе, вирішувати власні психологічні проблеми, то навряд чи він зможе вирішувати проблеми інших, доброзичливо ставитися до клієнтів, позитивно мислити.

Розглянемо професійно важливі якості та характеристики особистості соціального працівника, необхідні для розуміння феномену Я-концепції.

А.Й. Капська наголошує на необхідності впевненості у собі і своїй професії, яка є "стрижнем особистості соціального працівника", постійного самовдосконалення як у професійному, так і особистісному плані. Адже "особливість функцій соціального працівника передбачає органічне поєднання особистісних і професійних якостей" [9, с. 46-48].

А.Ю. Кованов до професійно бажаних особистісних характеристик в першу чергу відносить здатність до емпатії, співпереживання (але без гіперсензитивності як одного з факторів "синдрому вигорання"); внутрішній локус контролю, високий соціальний інтелект (отримання задоволення від розуміння психологічної суті того, що відбувається), відкритість, комунікативність, суб'єкт-суб'єктний характер стосунків,

толерантність і вміння відчужуватися від власних установок, вміння слухати, терпіння, самовладання, стресостійкість [11, с. 139].

Т.Д. Шевеленкова найважливішою характеристикою особистості соціального працівника називає його "гуманістичний потенціал" – ціннісну орієнтацію особистості, що визначає особистісний сенс професійної діяльності", а також "характеристику Я-концепції, Я-образу, що передбачає позитивне самоставлення, високу позитивну самооцінку (високий ступінь прийняття себе), а також позитивне очікуване ставлення з боку партнера по міжособистісній взаємодії" [11, с. 140]. Найбільш адекватною, продуктивною позицією суб'єкта в будь-якій діяльності, що здійснюється в парадигмі "людина-людина", вважається позиція "Я в порядку – ви в порядку", що співвідноситься з упевненістю в собі, здатністю відгукнутися на потреби іншого, прагненням підтримувати гарні стосунки з оточуючими" [11, с. 140]. Важливою характеристикою соціального працівника є здатність до прийняття особистої і соціальної відповідальності за власні дії, а також незалежність від зовнішніх оцінок (внутрішній локус контролю).

Неадекватна занижена самооцінка, невіра у свої сили і можливості, невпевненість у собі, "самоїдство", думка про себе як про невдаху заважатимуть соціальному працівнику бачити в клієнтах позитивні якості, які можуть стати основою його любові до них, що, на думку Г.П. Медведєвої, є професійно важливою якістю соціального працівника (але далеко не всі клієнти об'єктивно здатні викликати до себе любов). Такий спеціаліст не зможе, "визначаючи позитивні риси і якості клієнта, змінити його думку про самого себе і викликати ту позитивну трансформацію особистості, яка сприятиме позитивним змінам його життєвих обставин" [12, с. 88]. Як стверджує В. Юрченко, "люди, які недооцінюють себе, схильні недооцінювати інших" [15, с. 106].

О.Г. Карпенко вважає, що ставлення людини до самої себе є надзвичайно важливим індикатором її уміння вирішувати проблеми інших як свої власні. Адже "людина, котра нездатна зрозуміти саму себе, не зрозуміє й іншого, а не вміючи вирішити свої проблеми, не зможе допомогти ближньому" [10, с. 18].

Самоповага, впевненість у собі, вимогливість до себе, адекватність самооцінки, самокритичність, самоактуалізація особливо виразно відображають сутність Я-концепції соціального працівника.

В психологічній науці Я-концепція – це складна динамічна система всіх уявлень людини про себе, пов'язана з їх оцінкою; переконання, тенденція поведінки, набір установок, спрямованих на самого себе [8, с. 29].

Я-концепція містить когнітивний (образ Я – уявлення індивіда про себе), емоційно-оцінковий та поведінковий компоненти, що знаходяться у динамічному взаємозв'язку і взаємодоповненні.

Дослідники за сутнісними властивостями поділили Я-концепцію на позитивну і негативну. Зокрема, Р. Бернс вказує, що *позитивна Я-концепція* характеризується "твердою переконаністю в імпонуванні іншим людям, упевненістю у здатності здійснювати певний вид діяльності і почуттям власної значущості" [1, с. 27]. Загалом її емпірично можна прирівняти до позитивного ставлення особи до самої себе, до самоповаги, прийняття себе, відчуття власної цінності і непересічності, віри в успіх, оптимізму. *Негативна Я-концепція* – негативне ставлення до себе, внутрішнє неприйняття себе, відчуття власної неповноцінності і меншовартості, песимізм [8, с. 29].

Я-концепція формується під впливом минулого досвіду, успіхів та невдач, ставлення до нас людей, особливо в дитячі роки, власної зовнішності. Образ власного Я визначає діапазон можливостей людини – те, що вона у змозі чи не у змозі здійснити [8, с. 29]. Численні експерименти абсолютно чітко продемонстрували, що як тільки змінювалась Я-концепція, проблеми та задачі, пов'язані з нею, вирішувалися швидко та без надмірних зусиль. Найбільш переконливі експерименти у цьому напрямку провів П. Лекі, один з перших дослідників у психології образу власного Я. Він був викладачем і перевірив слушність теорії на тисячах студентів.

Ф.В. Калошин робить висновок, що осягнення та використання Я-концепції відкриває простір для суттєвих змін якостей людини завдяки наступним важливим умовам:

1) всі наші дії, почуття, вчинки завжди узгоджуються з Я-концепцією. Змінюючи Я-концепцію, ми змінюємо себе, своє життя;

2) уявлення про себе дійсно можна змінити. Пам'ять про минулі удачі відіграє роль "банку інформації", який надає нам впевненості у власних силах і сприяє при вирішенні чергової задачі або проблеми. За їх відсутності необхідно "синтезувати або штучно відтворити та контролювати практичний досвід у лабораторії нашої свідомості"[8, с. 30].

Ми переконані, що успішна діяльність соціального працівника у будь-якій сфері неможлива без позитивного мислення, причому не тільки під час виконання функціональних обов'язків. Як зазначає Г.П. Медведєва, спеціалісту, який спостерігає навколо себе людські страждання, важко зберегти оптимізм, однак це життєво необхідно. Оскільки від позиції (налаштування) соціального працівника залежить активність клієнта, оптимізм можна вважати однією з основних якостей особистості соціального працівника [12, с. 90-91].

У дослідженнях сучасних психологів Аарона Бека, Альберта Елліса, Наполеона Хілла, а також практикуючих лікарів (Максуелла Мольца, Найта Данлопа) здійснюється пошук шляхів формування навичок мислення, яке б допомагало сучасній людині бути здоровою, успішною та щасливою, а також механізмів зміни звички людей мислити непродуктивно. Мислення, спрямоване на формування стійкого здоров'я, успішної професійної діяльності, відчуття душевного комфорту, називається *саногенним* (те, що народжує здоров'я) [2, с. 14]. У роботах деяких учених саногенне мислення має аналоги – позитивне, оздоровче. *Патогенне мислення* (мислення, яке породжує хворобу, паталогію характеру) називають ще й негативним. Негативний спосіб думок породжує тривогу і невдоволення, фрустрації та озлобленість. "Негативіст боїться труднощів і не знає мети, знає, що його в усьому переслідує невдача, тому справді на неї приречений. Важко тягне він за собою протягом життя всезростаючий комплекс неповноцінності. Налаштована на поразку підсвідомість природно штовхає його від однієї поразки до іншої" [7, с. 82]. Особистості з негативним мисленням протипоказано займатися соціальною роботою.

Максуел Мольц рекомендує формувати позитивне мислення з пошуку самого себе, з власного самоприйняття та адекватного самооцінювання. І в той самий час для формування позитивного уявлення про себе рекомендує використовувати позитивне мислення. Суть його полягає в тому, щоб, з одного боку, змінювати позитивний образ власного "Я" під впливом вдалих вчинків, а з іншого боку, не дати йому зруйнуватися в разі невдачі [7, с. 82].

В. Бобрицька вважає, що можна використати можливості власного мислення, своєї уяви для створення та реалізації моделі особистого і професійного успіху, здорового і щасливого життя [2, с. 14]. Позитивне мислення допомагає робити проблемні ситуації керованими й витрачати зусилля саме на їх розв'язання.

Які ж можливості має сучасна освіта та сучасний вищий навчальний заклад (ВНЗ) для формування позитивної Я-концепції та позитивного мислення майбутнього соціального працівника?

Частково відповідь на це питання дала О.Є. Гуменюк, яка здійснила монографічне дослідження самотворення Я-концепції як гармонійне взаємодоповнення чотирьох складових (когнітивної, емоційно-оцінкової, поведінкової і спонтанно-креативної) в контексті організаційного клімату модульно-розвивальної інноваційної системи освіти. Вона переконана, що позитивна Я-концепція, окрім сім'ї та вулиці, набуває певної самодостатності у процесі навчання у ВНЗ. Але загальновідомо, що традиційна лекційно-семінарська система освіти сприяє формуванню тільки когнітивної складової (Я-образ) Я-концепції особистості, а емоційно-оцінкова (Я-ставлення), поведінкова (Я-вчинок) й, особливо, спонтанно-креативна (Я-духовне) не повно актуалізуються й відтак недорозвиваються [13, с. 109].

Модульно-розвивальну систему О.Є. Гуменюк вважає важливим чинником для позитивного утвердження Я-концепції студентів, що дає змогу нормувати теоретичні надбання та наповнювати їх ціннісним змістом у професійній діяльності з наставником, в результаті розвивається позитивне ставлення до себе та інших (емоційно-оцінкова складова), студенти здійснюють освітній вчинок (розробка та реалізація соціального проекту), що сприяє утворенню поведінкової складової їхньої Я-концепції (Я-вчинок). Спонтанно-креативний компонент (Я-духовне) сприяє "внутрішньому діалогу особистості із потаємними глибинами своєї душі, котрий спонукає до примноження добра, вдосконалення довкілля і самого себе" [13, с. 111]. А останнє є фактично місією соціального працівника в його професійній діяльності.

Для будь-якого студента прийняття себе починається з безумовного позитивного прийняття його тими, ким він залучається в освітній процес. Освітній простір має стати джерелом саморозвитку та безперервного самовдосконалення. Тому В. Юрченко розглядає формування позитивної Я-концепції студента через механізм оптимізації міжособистісних взаємин у системі "студент-викладач" в період його професійного навчання. Під "оптимальними" він розуміє такі взаємини між викладачами і студентами, які є особистісно орієнтованими: забезпечують дотримання психологічних умов для самоствердження і самореалізації студента як майбутнього фахівця; створюють емоційно-психологічний клімат, який сприяє виникненню почуття психологічної захищеності, зняттю надмірного хвилювання в ситуації випробування, зниженню рівня реактивної тривожності студента (зокрема в ситуації їхньої взаємодії з викладачами), виробленню адекватного емоційно-оцінного ставлення викладача і студента один до одного [14, с. 104]. Це сприяє "введенню" у поле самосвідомості студента, в його Я-концепцію професійно-рольових установок "Я – майбутній соціальний працівник", "Я – хороший – майбутній соціальний працівник".

Ф.З. Вільданова переконана, що одним із свідчень високого рівня розвитку вищої освіти є функціонування у вузі *психологічної служби* (соціально-психологічного центру). Діяльність соціально-психологічного центру може охоплювати різні напрямки супроводу освітньої діяльності студентів та викладацького складу.

Особливо ефективним є запровадження у навчальний процес вузу нетрадиційних форм організації навчання і активних методів роботи, зокрема тренінгової форми занять. Соціально-психологічний центр може реалізувати широкий спектр тренінгових занять на формування позитивної Я-концепції: адаптаційні тренінги, впевненості у собі, позитивного мислення, особистісного розвитку та зростання, актуалізації особистісної зрілості, партнерського спілкування, активного слухання, безконфліктної взаємодії; цикл тренінгів "Я – майбутній соціальний працівник" для становлення професійної культури та професійної готовності студентів. Групи психологічного тренінгу створюють для студентів умови отримання особистісного досвіду і тим самим полегшують розвиток самосвідомості. Під час занять формуються стійкі комплекси особистісних властивостей.

Проблема полягає ще у тому, що частині викладачів також притаманні негативні тенденції в Я-концепції. Це негативно впливає на характер взаємин "викладач-студент". З огляду на це одним з напрямів організаційно-методичної роботи у вузі має бути стимулювання активності педагогів для оптимізації їхніх взаємин із студентами.

Психолого-педагогічна система роботи Соціально-психологічного центру з формування позитивної Я-концепції майбутнього соціального працівника має бути комплексною і може передбачати:

а) діагностику самоставлення студентів (наприклад, дослідження ставлення до себе за допомогою тесту-опитувальника В.В. Століна та С.Р. Пантилєєва);

б) проведення циклу соціально-психологічних тренінгів на формування позитивної Я-концепції, позитивного мислення та оперативну діагностику змін у Я-концепції студента з наступним розробленням системи психокорекційних програм;

в) вивчення Я-концепції викладачів з метою надання їм психокорекційної допомоги, діагностику взаємин у системі "студент-викладач", яка дасть інформацію для індивідуальних і групових консультацій викладачів з метою розв'язання виявлених проблем і коригування психологічних позицій учасників взаємин;

г) психологічну емоційно-оцінну підтримку студентів під час практики.

Виходячи з вищенаведеного матеріалу, ми можемо дійти таких висновків:

По-перше, формування позитивної Я-концепції майбутнього соціального працівника слід розглядати в контексті загальних психолого-педагогічних умов, в яких перебуває студент, навчаючись у вузі. Перехід ВНЗ до модульно-розвивального інноваційного навчання сприяє повноцінному функціонуванню студентів як особистостей паритетної освітньої діяльності, забезпечує розвиток і самотворення позитивної Я-концепції. Позитивний вплив на Я-концепцію студентів здійснюється через механізм оптимізації їхніх взаємин з викладачами завдяки реалізації особистісно орієнтованої моделі взаємодії між ними.

По-друге, процес підготовки майбутнього соціального працівника потребує ґрунтовного психологічного забезпечення. Однією з функцій психологічної служби вузу має бути оперативна діагностика процесу особистісного становлення студента як майбутнього соціального працівника і в першу чергу його самоставлення, забезпечення сприятливих умов для полегшення його професійної особистісно-психологічної адаптації завдяки реалізації широкого спектру тренінгових занять на формування позитивної Я-концепції та позитивного мислення.

По-третє, позитивна Я-концепція передбачає позитивне самоставлення, позитивну самооцінку, а також позитивне очікування з боку партнера у міжособистісному спілкуванні. Оволодіння позитивним (саногенним) мисленням сприяє досягненню успіху у будь-якій справі, успішному подоланню перешкод, невдач, криз, надає віри у власні сили, більші можливості адаптації до змін у житті, оптимізм, самовладання, доброзичливість, задоволення життям, добрі стосунки з оточуючими людьми. Усе це конче потрібно соціальному працівнику-практику, який працює майже завжди в стресогенних умовах.

Література

1. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. – М.: Прогресс, 1986. – 424 с.
2. Бобрицька В. Мислення та здоров'я людини. Роздуми про позитивне, критичне та негативне мислення // Психолог. – 2004. – № 12. – С. 11-17.
3. Вильданова Ф.З. Образовательное пространство как источник саморазвития личности студента // Прикладная психология. – 2002. – № 5-6. – С. 131-134.
4. Гуменюк О. Соціальний формат розвитку Я-концепції // Психологія і суспільство. – 2004. – № 3. – С. 82-90.
5. Жатько Е.В. Формирование уверенности в себе у студентов вуза как психолого-педагогическая проблема // Инновации в образовании. – 2004. – № 6. – С. 77-84.
6. Иващенко А.В., Агапов В.С., Барышникова И.В. Проблемы Я-концепции личности в отечественной психологии // Мир психологии. – 2002. – № 2. – С. 17-29.
7. Калошин В.Ф. Теорія та практика позитивного мислення // Педагогіка толерантності. – 1999. – № 2. – С. 80-87.
8. Калошин В.Ф. Як сформувати позитивне мислення // Практична психологія та соціальна робота. – 1998. – № 2. – С. 29-33.
9. Капська А.Й. Соціальна робота: деякі аспекти роботи з дітьми та молоддю: Навчально-методичний посібник. – К.: УДЦССМ, 2001. – 220 с.
10. Карпенко О.Г. Професійне становлення соціального

працівника: Навчально-методичний посібник. – К.: ДЦССМ, 2004. – 164 с.
11. Кованов А.Ю. Личное и профессиональное Я в практике психосоциального консультирования // Мир психологии. – 2002. – № 2. – С. 135-143.
12. Медведева Г.П. Этика социальной работы: Учеб. пособие. для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Гуманит. изд. центр "ВЛАДОС", 2002. – 208 с.
13. Ткачук С. Психологічний аналіз самотворення позитивної Я-концепції // Психологія і суспільство. – 2003. – № 3. – С. 107-113.
14. Юрченко В. Оптимізація взаємин у системі "Студент-викладач" // Освіта і управління. Том 1. – 1997. – № 3. – С. 103-110.