

**СТУДЕНТТЕРДІҢ  
ӨЗІНДІК БАҒАЛАУ  
ҚҰЗЫРЕТТІЛІГІН  
ЗЕРТТЕУДІҢ  
ЕРЕКШЕЛІКТЕРІ**

Қазақстан Республикасының «Білім туралы» заңында мемлекеттік саясат негізінде ең алғаш рет «Әр баланың жеке қабілетіне қарай интеллектуалдық дамуы, жеке адамның дарындылығын дамыту» сияқты өзекті мәселелер енгізіліп отыр. Бұл тектен-тек емес, өйткені елбасы еліміздің дамуына, әлемнің бәсекеге барынша қабілетті 50 елінің қоғамдастығына қарай жедел жылжуымыз және оның тұрақты мүшесі ретінде Қазақстанның тұғырнамасын нығайтуымыз керектігін атап өткен.

Яғни, тұлғаның өзіне эмоциялық-құндылық қатынастарды білдіреді. Бұл бағыт өкілі К. Роджерс пікірінше, «Мен» құрамдастарының арасындағы мән неғұрлым жақындасқан сайын, соғұрлым өзіндік бағалау жоғары болады [1,58 б.]. Ол өзіндік сана мен өзіндік бағалауды тұлға құрылымында орталық буынға жатқызды. Яғни, өзіндік бағалау тұлғаның әлеуметтік ортада бағдарлануын және ішкі талаптар мен сыртқы жағдайлардың келісімділігін қамтамасыз етеді. Тұлғаның психикалық тұтастығының маңызды жағдайларының бірі өзіндік бағалаудағы тәжірибе күшімен бұрын қалыптасқан құндылықтар жүйесін өзгертуге бейімділігі деп қарастырды. Бірақ К. Роджерс идеалды және шынайы «Мендерді» арақатынасын жасайтын жалғыз фактор деп есептей отырып, тұлға ортасын және тұлғааралық қарым-қатынас рөлін асыра бағалайды. Осы орайда, автор өз зерттеулерінде тұлғаның өзіндік санасы қалыптасуындағы әлеуметтік-экономикалық қатынастардың рөлін ескермеді.

Өзіндік бағалау – өзіндік сана сезімдерінің бірлігі, тұлғаның қасиеттеріне, сапасына деген қатынасы. Өзіндік бағалауға икемділік, орнықтылық, адекваттылық (жағымды, жағымсыз) сияқты сипаттамалар тән болады. Өмірлік тәжірибелерде қалыптасқан «Мен» бейнесі әлемді, басқа адамдарды қабылдауға, оларды бағалауға әсер етіп, соның негізінде адам өзінің мінез-құлқын өзіндік бағалайды [2, 201 б.].

К. Роджерс өзіндік бағалау теориясын және өзіндік бағалауға психотерапиялы әсер ету курсының ұйымдастырды. Оның ойынша өмірлік жағдайларға ең оңай бейімделу өзіндік бағалаудың икемділігін дамыту болып табылады, яғни өзіне деген адекватты қатынасты дамыту, бұл басқа адамдармен қарым-қатынасты дұрыс қалыптастыруға, өзін-өзі сыйлаудың

жоғарылауына әкеледі. Адам үшін «Меннің» саналы компоненттері адамның мінез-құлқын реттеудің негізгі құралы болып табылады [1, 62 б.]. Кеңес психологиясында өзін-өзі бағалау мәселесі теориялық деңгейде терең зерттелінген. (Б.Г. Ананьев, Л.И. Божович, С.Л. Рубинштейн, И.В. Чеснокова, В.А. Ядов және т.б.).

Өзіндік бағалауды түсіндіруде К. Левин [Мотивтер, қызығушылықтар, талаптану деңгейі және олардың динамикалық арақатынасын қарастырды. Осы орайда, түрлі тапсырмаларды орындаудағы жетістіктер мен сәтсіздіктерге, талаптану деңгейіне, шағын топтардағы статуска өзін-өзі бағалаудың тәуелділігі туралы фактілер анықтала бастады.

Өзіндік бағалау компоненттері болып табылатын өзіндік сана-сезімдердің онтогенетикалық даму ерекшеліктері Б.Г. Ананьевтің, С.Л. Рубинштейннің, Л.С. Выготскийдің жұмыстарында қарастырылады [3, 132; 5.6.].

И.А. Абеуова және И.С. Ташиева пікірі бойынша, өзіндік бағалау – өз қабілетінді, психологиялық сапалар мен әрекетінді, өмірлік мақсаттар мен оған жету мүмкіндігінді, басқа адамдар арасындағы өз орнындағы бағалауға мүмкіндік береді [7, 32 б.].

Өзіндік бағалау – тұлғаның өзін-өзі басқа адамдар ортасындағы орнын, қасиеттерін, өз мүмкіндіктерін бағалауы. Яғни, өзіндік бағалау – қоршаған ортаның өзгермелі шарттарына тәуелсіз өзіндік ерекшелігінді саналау. Өзін-өзі саналау белгілі бір даму этаптарында өзіндік бағалауға айналады. Өзін-өзі саналау уақытқа сәйкес өзінің даралығынды сезінумен байланысты, кез келген психикасы сау адам өткенін есіне сақтайды, қазіргі кезеңді басынан өткереді, болашаққа үмітпен қарайды. Өзіндік бағалау адамның өз жүріс-тұрысын және іс-әрекетін реттеуге тікелей қатысы бар, тұлғаның белсенді дамуында қалыптасатын және оның ішкі әлемінде өзіндік көрініс табатын орталық компонент, тұлға сипаты, маңызды тұлғалық білім. Тұлғаның жас ерекшелік даму деңгейінің белгілі бір кезеңінен бастап өзіндік бағалау үлкен маңызға ие бола бастайды.

Студенттердің өз бетінше өмір сүруге дайындық жүреді, құндылықтардың, әлемге көзқарастың қалыптасуы, мамандық таңдау, сондай-ақ қоғамдағы өз орнын анықтау. Осы айтылған әлеуметтік-тұлғалық факторлар әсерінен жастардың қоршаған адамдармен қарым-қатынас жүйесі қалыптасады, өзіне деген қатынасы өзгереді. Осы әлеуметтік позициясына сәйкес оның мектепке, қоғамдық маңызды жү-

мыстарға, оқу әрекетіне деген көзқарасы өзгереді, болашақ мамандығы, қызығушылықтары және жүріс-тұрыс мотиві арасында өзара байланыс орнайды.

И.С. Кон айтуы бойынша: «Бағаланып отырған қасиет тұлға үшін қаншалықты маңызды болса, өзіндік бағалау процесіне психологиялық қорғаныс механизмдері де қатысады» [8, 12 б.].

Я.П. Коломинский зерттеулері бойынша өзі қатарлас құрбылар тарапынан қолдау таппаған жағдайда жоғары сынып оқушысы өзінің топтан өзге жерлерде дәрежесін шектен тыс жоғары бағалауға бейім келеді.

Тұлғаның жастық позициясы өзіндік бағалау ерекшеліктерін детерминациялайды. Оның дамуы сыртқы ортамен өзара әрекеттесуде тұлға бағытын өзгертуге мүмкіндік береді. Мұнда өзін-өзі реттеу процесінің мәні мен өзін-өзі бағалау дамуы – өзін-өзі тәрбиелеудің қозғаушы күші болып табылады.

Өзіндік бағалау – еңбектің, танымның және қарым-қатынастың күрделі өнімі. Мұның негізінде тұлға өз мінез-құлқы мен әрекетін, сондай-ақ айналасындағылармен мақсатқа бағытты қатынасын ұйымдастырады.

Ғалым Л.И. Божович еңбектерінде өзіндік сананың әрбір компоненті әр қалай түсіндіріледі [2]. Осы орайда, өзіндік бағалау бірде тұлғаның тірегі болса, енді бірде іс-әрекетті реттеуші ретінде қарастырылады. Өз еңбектерінде автор тұлғаның басқа адамдарды тануы өзін танудың алдынан шыға отырып, оның қайнары мен тірегі болып келеді деп көрсетті. Басқа адамдармен өзін қатар қою және салыстыру өзіндік бағалау критерийі болып табылады. Тұлға іс-әрекет процесінде өзін басқалармен салыстыра отырып, басқалардан байқағандарын өзінен табады да, нәтижесінде өз қылықтары мен әрекеттерін, қасиеттері мен құрылымдарын ұғына бастайды.

Тұрақты өзіндік бағалаудың қалыптасуын, оның талаптану деңгейімен байланысын және мінез-құлық мотиві ретіндегі рөлін Е.И. Савонько, Е.А. Серебрякова, Л.С. Славина 1 және т.б. ғалымдар еңбектерінде кездестіреміз. Өзіндік бағалаудың тұрақсыздығы өзіне қатынастың қалыптаспауының салдары болып табылмайды [9.10]. Өзіндік бағалаудың қалыптасуында тұрақсыз болып келетін екі кезең бар:

Оның құрылу кезеңі;

Жаңа жағдайларға байланысты оның «тербелісі», «сынуы».

Екінші кезеңдегі өзін-өзі бағалаудың тұрақсыздығы жаңа және ескі өзін-өзі бағалау арасындағы күрестен туындайды. Өзін-өзі

бағалау сипатындағы ерекшелік ақиқат өмірлік әрекеттер арқылы анықталады. Бұл жерде негізгі фактор бағалау қатынасында бейнеленетін адамның іс-әрекеті және айналасындағылармен қарым-қатынасы болып табылады.

Кеңестік ғалымдар Л.И. Божович және Л.В. Благондежина еңбектерінде: «Тұрақты өзін-өзі бағалау баланың психикалық дамуында маңызды рөлге ие. Тұрақты өзін-өзі бағалаудың және талаптану деңгейінің қалыптасуы психикалық даму фактор ретінде ішкі қарама-қайшылықтар туындауына алып келуі мүмкін», – деп көрсетті [11,39 б.].

Өзіндік бағалау тұлға өмірлік іс-әрекеті процесінде қалыптаса отырып, оның дамуында маңызды қызмет атқарады және мінез-құлғы мен іс-әрекетін реттеуші ретінде алға шығады. Көптеген зерттеулерде өзін-өзі бағалауды психика дамуында белгілі қызметті орындаушы тұлға құрылымы ретінде қарастырды (Лисина, Серебрякова).

Кейбір зерттеулерде мектепке дейінгі кезеңнен бастап балалардың өз әрекетін басқаруы ерекше «ішкі механизмді» иеленеді деп көрсетті (Д. Б. Элько).

Тақырыпқа байланысты жоғарыда айтылған мәселелер бойынша біз зерттеудің келесі кезеңінде алдымызға төмендегідей мақсат қойдық. Оқушылардың өзіндік бағалауына мұғаліммен қарым-қатынасының әсерін теориялық және эксперименттік зерттеу.

Зерттеуімізге мынандай әдістемелер алынды; А – С.А. Буддасидің тұлғаның өзіндік бағалауы әдістемесі; В – Дембо-Рубинштейн әдістемесі; F – О.И. Мотковтың тұлғаның өзіндік бағалауы әдістемесі; G – Жастардың достарымен қарым-қатынасын бағалау анкетасы алынды.

Қазіргі жастардың өзіндік бағалауын достарымен қарым-қатынас арқылы дамытса, онда оның интеллектуалдық қабілеттілігі, қарым-қатынаста өзін-өзі бақылау деңгейі, ата-аналар мен құрбыларымен тіл табысқыштық қабілеттілігі қалыптасады – деген болжам құрылды.

Мұнда, «корреляциялық зерттеу – адамдардың индивидуалды айырмашылықтары мен олардың мінез-құлқын сипаттайтын екі өзгеріштіктің арақатынасын зерттеу» болып табылады.

Корреляциялық байланыстардың жеке классификациясы төмендегідей сипатта: жоғары мәнді корреляция  $r \leq 0,01$  статистикалық мәнділік деңгейіне сәйкес; мәнді корреляция  $r \leq 0,05$  статистикалық мәнділік деңгейіне сәйкес; сенімді байланыс тенденциясы  $r \leq 0,10$  статистикалық мәнділік деңгейіне сәйкес; мән-

сіз корреляция  $r$  статистикалық мәнділік деңгейіне жетпейді.

Статистикалық-математикалық талдау әдістемелерінің бірі – Спирменнің корреляция коэффициентін рангілеу. Әдістеме жеке немесе топ зерттелушілерінің әрқайсысының рангтік көрсеткіштерін салыстыруға мүмкіндік береді. Осыған орай, ғылыми жұмысымыздың зерттеу әдістемелерінің ақиқаттылығы, дұрыстығы және статистикалық мәнділігі Спирменнің коэффициентті рангілерінің арасындағы байланысты салыстыру арқылы тексерілді.

*Осы орайда жастардың өзіндік бағалауын құрбыларымен қарым-қатынас арқылы анықтау мақсатында* С.А. Буддасидің әдістемесі тұлғаның өзіндік бағалауына сандық зерттеу жүргізуге мүмкіндік береді. Рангілеу негізінде жүзеге асырылады. Нұсқау. Сізге тұлға қасиеттерін сипаттайтын 48 сөзден тұратын тізім беріледі. Оның ішінен сіздің қиялыңыздағы тұлға эталонын сипаттайтын («менің идеалым» деп атайық) 20 қасиетті таңдауыңыз керек. Ұсынған сөздер қатарында жағымсыз қасиеттер де берілген.

Таңдап алынған 20 қасиетті  $d_1$  қатарына орналастыру керек. Бірінші бағанада маңызды, жағымды тұлға қасиеттері, ал соңғы бағаналарда жағымсыз тұлға қасиеттері жазылуы тиіс (мысалы, 20-сыншы ранг жағымды қасиет болып саналса, 19-ыншы рангке маңыздылығы одан төмен тұлға қасиеті жазылады. Осылай 1-інші рангке дейін жалғаса береді). Біреуіне берілген баға екіншісінде қайталанбауы тиіс.

Таңдап алынған тұлға қасиеттерінің ішінен өз бойыңыздан көрініс табатын қасиеттерді айқын басымдылығына байланысты  $d_2$  қатарына орналастырыңыз (мысалы, 20-сыншы рангке сізге тән қасиетті жазыңыз, 19-ыншы рангке маңыздылығы одан төмен тұлға қасиетін жазыңыз және т.с.с.). Нәтиже зерттеу хаттамасына енгізілді.

Бірінші эксперимент бойынша зерттеуге алынған жастармен салыстырмалы топқа алынғандардың экспериментке дейінгі тұлғаның өзіндік бағалау деңгейлерін анықтауға жүргізген эксперименттік жұмыс көрсеткіштері статистикалық мәнділігі талданды. Оны статистикалық көрсеткіштер өлшемінен көруге болады. Мұнда көрсеткіштердің дамытатын экспериментке дейінгі және дамыту экспериментінен кейінгі зерттеу нәтижелерін салыстыру арнайы төмендегі салыстырмалы белгіледік. Негізгі мақсат, өзіндік бағалау деңгейіне сәйкес қарым-қатынас ерекшеліктерін анықтау. Аталмыш зерттеу жұмысынан кейін эксперименттік зерттеуге алынған

топтар мен бақылаушы топтардың арасындағы жоғары мәнділікті көруге болады. Бірінші және алтыншы топтарда экспериментке қатысушылардың саны өзара тең, барлығы 46 сыналұшы. 23 бірліктегі 2 қатар бір-бірімен ранглеу корреляциясының аралығы  $r=0,18$ –ден  $r=0,62$  деңгейлі статистикалық мәнді болды. Ал екінші бойынша сыналұшылар саны 21 бірлікте екінші ранглеу қатары бойынша  $r=0,49$ –дан  $r=0,76$ , сонымен қатар үшінші бойынша сыналұшылар саны 16 бірлікте  $r=0,52$ –ден  $r=0,78$  болса, корреляциялық көрсеткішті берді.

Адамның кез келген іс-әрекетті орындауында тиімді нәтиже алуы, оның сол іс-әрекетке қабілеттілігінен байқалады. А.А. Батаршев қарым-қатынас қабілеттілігі туралы өз еңбектерінде мынадай сипаттама берген: «Қарым-қатынас қабілеттілігі – адамдарды қабылдау, оларға баға беру, өзара түсінісуге қол жеткізу, қоршағандарға ықпал ету, шеберлікте көрінетін, қабілеттің бірден бір әлеуметтік қамтамасыз етілген түрі. Қарым-қатынасқа қабілеттілік өзінің мінез-құлқын әлеуметтік өлшемдермен келісімді түрде құру шеберлігі, талаппен, келісіммен және күтумен сәйкес келетін мінез-құлқын, адамның басқалармен қабылдануы және түсіну мүмкіндігін болжайды. Осы тұжырымға сүйене отырып зерттеудің келесі «Дембо-Рубинштейн әдістемесі бойынша өзіндік бағалауды зерттеу» әдістемесі алынды.

Әдістеме өте қарапайым. Қағаз бетінде белгілі бір қасиетті білдіретін вертикальді түрде арнайы сызық беріледі. Мысалы, бақыт, денсаулық, ақыл және т.б. Жоғарғы шегі сіздің ойыңызша ең бақытты адамның күйіне сәйкес келеді. Ал төменгі шегі бақытсыз адамды сипаттайды. Яғни, төменгі бөлігінде адам қашқақтайтын жағымсыз қасиеттер, ал жоғарғы бөлігінде керісінше адам ұмтылатын жағымды қасиеттер орналасады.

Сыналұшы «бақыт» шкаласындағы өзінің қазіргі күйін сипаттайтын деңгейді сызықшамен (-) белгілеуі тиіс. Қанағаттанатын деңгейін дөңгелекпен (0) белгілеуі керек. Өз мүмкіндіктерін объективті бағалай отырып, оқытушының көзқарасы бойынша қай деңгейде екендігін (x) белгілеуі керек.

Сыналұшыларға 6 шкала беріледі: Шыдамдылық, эмоциялық орнықтылық, өзбеттілік, бақыт, ақыл-ой, жауапкершілік.

Нұсқау: осы шкалада адамдардың барлық әлемі көрсетілген: бақыттыдан-бақытсызға дейін (қолмен шкаладан жоғарыдан төменге түседі), шыдамсыздардан-шыдамдыларға дейін (қолмен шкаладан төменнен жоғарыға көтеріле-

ді). Ең төбесінде әлемдегі ең шыдамды адамдар орналасады, ал ең төменде ең шыдамсыздар, ортасында орташалар орналасады. Сен осылардың қай жерінен орын аласың, соны белгіле.

Сыналұшы барлық 6 шкала бойынша өзінің болашақтағы орнын көрсеткеннен кейін «Мен» басқалардың көзімен деген барлық шкала бойынша таныстарын бағалайды, содан кейін оған қосымша бақыт, сәттілік, сәтсіздік деген не? Сенің өзіндік бағалау деңгейің қандай және өзіндік бағалау құрбыларыңа, өзіңе, мектебіңе, отбасыңа әсер ете ме? деген сұрақтар беріледі. Сондай-ақ зерттеу мақсатына орай әдістемеге мынадай өзгерістер енгіздік – сыналұшылар өз шкаласында 3 позицияны көрсетулері керек: Нақты жағдай; Тілейтін жағдайы; Сыныптастарының көзқарастары бойынша нақты жағдайы.

Адам жинақтаған тәжірибені тек «Субъект-субъект» қатынасы белгіленетін іс-әрекет түрлерінде ғана емес, сонымен қатар «субъект-субъект» өзара қарым-қатынастар жүйесінде қалыптасатын және дамитын қарым-қатынас процесінде де игереді. Профессор С.Қ. Бердібаеваның пайымдауынша, субъект – белсенділіктің, тұтастықтың (жүйеліктің) жоғарғы деңгейіндегі адам. Субъект – жоғары жүйелік тұтастық. Субъект ұғымы өте кең мағынаға ие, табиғи, әлеуметтік, қоғамдық, индивидуалдылықтың бірлігінде үздіксіз дамиды. Біз болмысты (адамдар, заттар әлемі) танимыз, оларға әсер етеміз, оны іс-әрекет процесінде өзгертеміз. Субъективті іс-әрекет ықпалы теория, практика және эксперименттің органикалық бірлігін бекітеді. Субъект – өз іс-әрекетінің, руханилығының және тағы басқалардың: творчествоның, жасампаздықтың, инновацияның субъектісі. Сондықтан «Тұлғаның өзіндік бағалауы» әдістемесі негізгі орынды алады. *НҰСҚАУ*

*Төмендегі берілген тізім ішінен сіздің бойыңызда кездесетін тұлға қасиеттерін бағалаңыз. Өміріңіздің соңғы кезеңі бойынша саралаңыз. Шкала бойынша берілген бес жауаптың біреуін таңдайсыз, бағаланып отырған қасиеттің жанындағы жолға берілген жауабыңызға сәйкес келетін санды жазасыз. Барынша шынайы жауап беруге тырысыңыз. Алынған жауаптар құпия сақталады.*

Мүмкін болатын жауаптар шкаласы: 1 – өте әлсіз қасиеттің көрінуі, 2 – әлсіз қасиеттің көрінуі, 3 – орташа қасиеттің көрінуі, 4 – жоғары қасиеттің көрінуі, 5 – өте жоғары қасиеттің көрінуі.

Нәтижені өңдеу. Сыналұшылар бірінші кезеңде зерттеу көрсеткішіндегі сипаттама бойынша

жинақталған ұпай саны төмен пайызды көрсетсе, екінші кезеңде ол көрсеткіш жоғары пайызды анықтады. 0-3 өзіндік бағалауының жоғарылығымен түсіндірілсе. 4-5 ұпай тұлғаның өзіндік бағалауын жоғары деңгейде қобалжуының бар екендігін куәландырады. Қарым-қатынас процесінде тұлғаның өзіндік бағалауын, ерекшеліктерін, алынған мәліметтер пайыздық есептеумен, гистограмма арқылы берілді. Ал соңғы әдістеме «Жасөспірімнің сыныппен қарым-қатынасын бағалау анкетасы». Қажетті жабықтар: әрбір сыналушыға арнайы жауапқа арналған бланктар беріледі.

*Сыналушыларға нұсқау:* «Біз оқу процесін ұйымдастыруды күшейту мақсатында арнайы зерттеулер жүргіземіз. Анкета сұрақтарына сіздің берген жауабыңыз бізге осы тұрғыда көмектеседі. Анкетаның әр пунктінде А, Б, В әріптерімен белгіленген 3 жауап нұсқалары берілген. Әр пункттегі жауаптар ішінен сіздің көзқарасыңызға толықтай сәйкес келетін жауапты таңдаңыз. Берілген анкетада «жаман» немесе «жақсы» деген жауап жоқ. Әр сұраққа бір жауап қана таңдалады».

Анкетаның әр пункті бойынша ұсынылып отырған нұсқаулыққа сәйкес сыналу-

шылар өздеріне барынша сәйкес келетін альтернативаны таңдауы тиіс. Бесінші эксперимент «Жасөспірімнің сыныппен қарым-қатынасын бағалау анкетасы» әдістемесі бойынша зерттеу жұмысынан кейін эксперименттік зерттеуге алынған топтар мен бақылаушы топтардың арасында жоғары мәнділікті көрсетті. Бірінші және екінші топтардың рангілеу корреляциясының аралығы  $r=0,25$ -тен  $r=0,59$  деңгейдегі статистикалық мәнділікке ие болса, ал үшінші және төртінші топтар бойынша  $r=0,34$ -тен  $r=0,71$ , сонымен қатар бесінші және алтыншы топтардың көрсеткіші  $r=0,32$ -ден  $r=0,68$  бірлікті құрады.

Зерттеу жұмысыздың төртінші экспериментінде зерттеуге алынған топтар мен бақылаушы топтардың арасындағы мәнділікті анықтауда жоғарыдағы (бірінші блок) жиілік сақталды. А – Бірінші және екінші топтардың рангілеу корреляциясының аралығы  $r=0,34$ -ден  $r=0,59$  деңгейлі статистикалық мәнді болды. Ал В екінші және алтыншы топтар бойынша  $r=0,42$ -ден  $r=0,77$ , сонымен F-G қатар үшінші және жетінші топтар  $r=0,32$ -ден  $r=0,75$  болса, осы нәтижелерді төмендегі кестеде белгіледік:

**1-кесте** – Студенттердің өзіндік бағалауын эмпирикалық зерттеу нәтижесі

№	Әдістемелер	Зерттеуге қатысқандар саны		Дамытушы экспериментке дейінгі корреляциялық көрс. бірлігі	Дамытушы экспериментке кейінгі корреляциялық көрс. бірлігі	Теориялық көрсеткіш бірлігі x 2
		N 1	N 2			
1	А	22	23	0,34	0,59	0,41-0,52
2	В	21	20	0,42	0,77	0,51-0,64
3	G	16	18	0,32	0,75	0,49-0,62
4	F	22	23	0,36	0,62	0,41-0,52

Біздің эксперименттік топқа алған студенттерге сегіз ай бойында тренингтер және психологиялық жаттығулар мен кеңес беру жүргізілді. Әлеуметтік-психологиялық тренингтердің әртүрі – сензитивті, оқытып-жаттықтырушы, өнер-би, арт, ертегі терапия және т.б. түрлері – тұлғаның дамуына тигізетін психологиялық әсері әлі де болса кеңейтіле зерттелмеген. Ал қазақ тілінде жүргізілетін тренингтер ерекшеліктері осы күнге дейін назардан тыс қалып отыр. Осындай жағдайларды ескере отырып біздің зерттеу жұмысымыз практик-психолог тұлғаның өзіндік бағалауына трени-

нгтік әдістермен жетілдіру жолдарын қамтыдық.

Тренингтерінде көбіне келесі мақсаттар қойылады:

Адамдармен тиімді және үйлесімді қарым-қатынас негіздерін құруға арналған тұлғааралық өзара әрекеттесудің механизмдерін, тәсілдерін және психологиялық заңдылықтарын үйрену.

Тұлғалық даму үрдісіне, шығармашылық потенциалдың жүзеге асуына әрекет ету.

Қатысушылардың өзін-өзі сезінуі мен өзін-өзі зерттеу үрдісін дамыту, эмоционалдық бұзылулардың алдын алу.

Топ мүшелерінің психологиялық мәселелерін анықтау және шешімін табуға көмек көрсету.

Психологиялық саулықтың алдын алу және субъективті өзіндік сезінуін жақсарту.

Мысалы, психологиялық тренингтер: «Өзін-өзі ашуға арналған жаттығу». Қатысушылар «қиял», «қиялдау» тақырыбын алады. Көздерін жұмып қиялдайды. Жүргізуші қатысушыларды қолдауы керек. Мысалы: Мен ... сүйемін; Маған ... ұнайды; Маған ... қиын; Менің жанымды ... жадыратады; Достарымның арасында мен ...; Келешекте мен ...; Тақырып саны қатысушылардың санына сай келеді.

Сонымен қатар, жаттығу: «мен кіммін» қатысушыларға өзінің «Мен» бейнесі төңірегінде, белгісі, жазбалары, қимылдық бейне, би, ән төңірегінде ойлануға уақыт беріледі. Басқа қатысушылар осы бейненің бұл адамға сай келетінін талқылайды.

Қорыта айтқанда, зерттеуіміздің негізгі мақсаты – студенттің өзіндік бағалауын түзету және қарым-қатынас жағдайын дамыту (өзара түсіністікке жету, топтағы ажарқын қарым-қатынас); ұмтылысты дамыту, өзін-өзі тану қабілетін, өзін-өзі дамыту жолында мақсат қойып, оны орындау мен жеке тұлға ретінде өс-

уін дамыту; жастардың өзіндік бағалауына жеке жұмысын ұйымдастыра білу (ой жинақылау машығы, есте сақтау, өзін-өзі бақылау), кез келген істің табыстылығына бастау (оқу, кәсіби, коммуникативтік); тұлғаның өзіндік бағалауындағы психоэмоция өрісінде дамып жетілу (эмоцияны дамыту, рухани қалыптылыққа қол жеткізу және т.б.); өзіндік бағалауындағы коммуникациялық дағдыны дамыту, қарым-қатынастың әр түрлі әдіс-тәсілдерін меңгеру; тұлғаның өзіндік бағалауына қиялды, шығармашылық қабілетті дамыту болған. Бұл зерттеудегі қойылған мақсат пен болжамымыз нақты дәлелденді.

Бұл жұмыста тренингтің мазмұны мен әдістемелік қамтуы ашылған. Жұмыста алдыңғы қатарлы психологиялық жаттығулар, ойындар мен әдістемелерді негізге алып жасалынған.

Қазақ практик-психологтарымен жүргізіліп, бейімделген бұл бағдарлама «практик-психолог – тұлғаның өзіндік бағалауына» әрекеттік тәжірибесін дамыта отырып, болашақта «қазақ практик-психологтардың жұмыс орындары мен әлеуметтік-психологиялық орталықтардың бірлескен әрекеттік бағдарламасын» жобалауға мүмкіндік береді.

#### Әдебиеттер

- 1 Роджерс К. Несколько важных открытий // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. – М., 1990. – №2. – С. 58-65.
- 2 Роджерс К.К. Наука о личности // История зарубежной психологии. Тексты. – М., 1986. – С. 200-230.
- 3 Левин К. Определение понятия «поле в данный момент» / Хрест. по истории психологии: открытое время кризиса. – М.: Изд. University Press, 1980. – С. 131-145.
- 4 Анаев Б.Г. О проблемах современной гуманитарной науки. – М.: «Наука», 1977. – 380 с.
- 5 Рубенштейн С.Л. Человек и мир // Проблемы общей психологии. – М.: Педагогика, 1973. – 424 с.
- 6 Выготский Л.С. Развитие высших ментальных функций. – М.: АПН РСФСР, 1960. – 500 с.
- 7 Абеова И.А., Ташиева И. Самооценка и ее влияние на коммуникативные трудности // Межд.науч.-практ.конф. – Алматы, 2003. – 423 с.
- 8 Кон Психология подростков. – М., 1982. – 207 с.
- 9 Серебрякова Е.А. Уверенность и условия ее формирования у школьников // Вестник Ленинг. университета. – Л., 1981. – №3. – С. 15-24.
- 10 Славина Л.С. Дети с аффективным поведением. – М.: изд.дом «Просвещение», 1966. – 150 с.
- 11 Божович Л.И., Благондежина Л.В. Изучение мотивационного поведения у детей и подростков. – М., 1972. – С. 39.

#### References

- 1 Rodzher K. Neskol'ko vazhnyh otkrytij // Vestnik Moskovskogo universiteta. Serija 14. Psihologija. – M., 1990. – №2. – S. 58-65.
- 2 Rodzher K.K. Nauka o lichnosti // Istorija zarubezhnoj psihologii. Teksty. – M., 1986. – S. 200-230.
- 3 Levin K. Opredelenie ponjatija «pole v dannyj moment» / Hrest. po istorii psihologii: otkrytoe vremja krizisa. – M.: Izd. University Press, 1980. – S. 131-145.
- 4 Ana'ev B.G. O problemah sovremennoj gumanitarnoj nauki. – M.: «Nauka», 1977. – 380 s.
- 5 Rubenshtejn S.L. Chelovek i mir // Problemy obshej psihologii. – M.: Pedagogika, 1973. – 424 s.
- 6 Vygotskij L.S. Razvitie vysshih mental'nyh funkcij. – M.: APN RSFSR, 1960. – 500 s.

- 7 Abeova I.A., Tashieva I. Samoocenka i ee vlijanie na kommunikativnye trudnosti // Mezhd.nauch-prakt.konf. – Almaty, 2003. – 423 s.
- 8 Kon Psihologija podrostkov. – M., 1982. – 207 s.
- 9 Serebrjakova E.A. Uverennost' i uslovija ee formirovanija u shkol'nikov // Vestnik Lening. universiteta. – L., 1981. – №3. – S. 15-24.
- 10 Slavina L.S. Deti s affektivnym povedeniem. – M.: izd.dom «Prosvjashhenie», 1966. – 150 s.
- 11 Bozhovich L.I., Blagonadezhina L.V. Izuchenie motivacionnogo povedenija u detej i podrostkov. – M., 1972. – S. 39.