

**ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА НА САМООЦЕНКУ И САМООЩУЩЕНИЕ ЛИЧНОСТИ**

*Белорусский национальный технический университет,  
г. Минск, Республика Беларусь*

*Научный руководитель преподаватель Шемит О.Ф.*

Социально-психологический тренинг является областью практической психологии, ориентированной на использование активных методов психологической работы, с целью развития компетентности в общении.

Во-первых, тренинги являются средством развития коммуникативных способностей студентов, помогающим снимать психологические барьеры, устанавливать благоприятный психологический климат в группе и стимулировать самостоятельную познавательную, творческую деятельность.

Во-вторых, *тренинги* есть форма учебных занятий [3, с. 28].

С помощью тренингов человек может узнать сам себя и стабилизировать внутренне разногласия, а также повысить свой уровень самооценки и самоощущения. Движущим мотивом самооценки служит мотив самосовершенствования, здоровое чувство самолюбия и стремление к успеху [2, с. 579].

Самооценка не только дает возможность увидеть настоящее «Я», но и увязать его со своим прошлым и будущим. Ведь, с одной стороны, формирование самооценки осуществляется в ранние годы. С другой - самооценка принадлежит к наиболее устойчивым характеристикам личности. Поэтому она позволяет человеку рассмотреть корни своих слабых и сильных сторон, убедиться в их объективности и находит более адекватные модели своего поведения в личных повседневных ситуациях.

Самооценка относится к наиболее устойчивым психологическим характеристикам человека. Ее трудно изменить. Она складывается в раннем детстве и зависит как от врожденных факторов, так и от обстоятельств жизни. Наибольшее влияние на самооценку индивида оказывает отношение окружающих. Самооценка связана с самоуважением. Уважающие себя люди имеют и свою линию поведения: они более уравновешены, не столь агрессивны, более независимы.

Стремление к адекватной личностной самооценке, ее повышение является, по сути, главным мотивом человеческой деятельности. Резкое падение самооценки может привести к когнитивному диссонансу и даже стать причиной суицида. В таких случаях тренинги играют не мало важную роль в жизни человека [1, с. 69].

Самооценка входит в состав тех процессов, которые формируют самосознание. При самооценке человек пытается оценить свои качества, свойства и возможности. Это осуществляется через самонаблюдение, самоанализ, самоотчет, а также благодаря непрерывному сравнению себя с другими людьми, с которыми приходится находиться в непосредственном контакте.

Экспериментальная работа проводилась на базе тренинговых психологических групп Белорусского национального технического университета,

участниками, которых являлись студенты в возрасте 18-23 лет. Целью исследования стало изучение влияния социально-психологического тренинга на самооценку и самоощущение личности в контрольной группе, участниками которой являлись студенты, и стандартной студенческой группы.

Были использованы следующие методики:

1. Тест-опросник «Самоотношение» («В. В. Столина - С. Р. Пантелеева (1986)», (2 выборки: 11 членов экспериментальной группы (тренинговой) и 9 членов контрольной группы) (Рис. 1).

2. Тест – опросник «Самооценка личности» (И.Я. Киселев), (2 выборки: 11 членов экспериментальной группы (тренинговой) и 9 членов контрольной группы) (Рис.2).

Рисунок 1

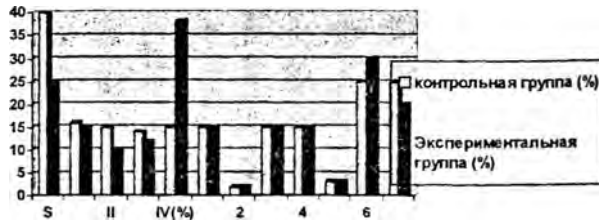
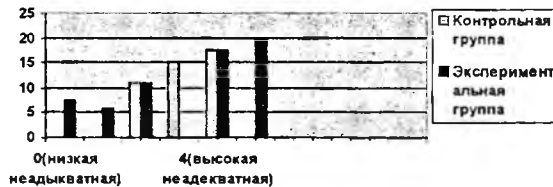


Рисунок 2



В результате проведенного исследования и анализа результатов было определено влияние социально – психологического тренинга на самооценку и самоощущение личности и то, что различия между тренинговыми группами и обыкновенными людьми все-таки существуют. Однако с какой стороны не подходи к этому вопросу – различий между этими людьми нет, но существуют внутренние различия, проявляющиеся в поведении, а, следовательно, и существует аспект изменчивого поведения в обществе, социуме. Нет значимых различий между двумя разными группами, в способности адекватно оценивать себя и диаграммы указывают на то, что эти различия незначительны.

Анализ самоотношения личности позволяет выделить в личности множество аспектов: главным образом это знания о себе и самоотношение. В ходе жизни человек познает себя и накапливает о себе различные знания. Однако знания о себе самом, естественно, ему безразличны: то, что в них раскрывается, оказывается объектом его эмоций, оценок, становится предметом его более или менее устойчивого самоотношения. [1, с.360] Взрослый период важен в жизни человека, так как именно этот период сложен и изменить в

личности что-либо практически невозможно, особенно в давно сформировавшейся. Изменения в личности происходят в процессе долгой работы, коррекционной работы проводимых психологами с людьми не способных на изменения собственными силами. Главным образом это возможно реализовать в тренинговых группах.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Лобач, И.И. Психология: учебно-методическое пособие к лабораторным работам для студентов инженерно- педагогических специальностей / И.И. Лобач. – Мн.: БНТУ, 2006. -168 с
2. Майерс, Д. Психология / Пер. с англ. И.А. Карпиков, В.А. Старовойтова; Худ. Обл. М.В. Драко.- МН.: ООО «Попурри», 2001.- 848 с.
3. Оганесян, Н.М. Методы активного социально – психологического развития. -2002.- 174 с.

УДК 159.9

Матальго С.И.

#### МОНИТОРИНГ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ПРЕДПОЧТЕНИЙ СТУДЕНТОВ БНТУ

*Белорусский национальный технический университет,  
г. Минск, Республика Беларусь*

*Научный руководитель ст. преподаватель Гриневич Е.А.*

Возросшие требования современного производства к уровню профессиональной подготовленности кадров в еще большей, чем раньше, степени актуализируют проблемы профессиональной ориентации молодежи. На сегодняшний день профессиональные намерения значительной части абитуриентов зачастую не соответствуют потребностям народного хозяйства в кадрах определенной профессии. Профорентация молодежи по своей сути является не только и не столько проблемой педагогической. Мы бы назвали ее общественной проблемой, для решения которой усилий педагогов школ и сотрудников приемных комиссий учебных заведений явно недостаточно.

На наш взгляд, сущность профорентации как общественной проблемы проявляется в необходимости преодоления противоречия между объективно существующими потребностями общества в сбалансированной структуре кадров и неадекватно этому сложившимися субъективными профессиональными устремлениями молодежи.

Мы провели мониторинг профессиональных предпочтений студентов по специальности техник-технологического профиля.

В таблице 1 представлен рейтинг престижности специальностей по итогам приема в БНТУ в 2006 году. Абитуриенты проходили вступительные испытания в форме тестирования по математике, физике, русскому (белорус-