

БЫХОВСКАЯ Анна Викторовна

Выпускная квалификационная работа

**Коррекция самооотношения субъекта посредством обратной связи
о его личностных ресурсах**

АННОТАЦИЯ

Выявлялись изменения в самооотношении после проведения интервенции в форме интерактивной обратной связи о психологических характеристиках субъекта, рассматриваемых в качестве ресурсов успешного совладания с трудными ситуациями.

В исследовании приняли участие 97 человек от 24 до 56 лет. На первом этапе были выявлены характеристики, вносящие позитивный вклад в самооотношение личности: жизнестойкость (тест С. Мадди), самоэффективность (опросник Р. Шварцера и М. Ерусалема), ряд сильных сторон личности (опросник М. Селигмана и К. Петерсона) и копинг стратегий (опросник Р. Лазаруса). Для измерения самооотношения использован опросник МИС (С. Р. Пантилеев, В. В. Столин).

На втором этапе проводился сравнительный анализ показателей самооотношения у трех групп испытуемых: в первой не получали обратную связь; во второй получали лишь результаты по методикам; в третьей испытуемые получали обратную связь о выявленных личностных характеристиках, рассматриваемых в качестве ресурсов успешного совладания с трудными ситуациями. Для диагностики изменений в третьей группе использовались также опросник САН и анкета.

Обнаружено, что лишь в третьей группе произошли статистически значимые позитивные изменения самооотношения субъекта: увеличились показатели самооценности, самоуверенности. Также был выявлен положительный ситуативный эффект в виде роста активности и настроения, признания полезности полученных знаний и осознании внутренних ресурсов.

Abstract

The changes in self-attitude after the intervention were revealed in the form of interactive feedback about the psychological characteristics of the subject, considered as resources for successful coping with difficult situations.

The study had 97 subjects from 24 to 56 years. At the first stage, the characteristics that make a positive contribution to the self-attitude of the individual were identified: hardiness (S. Muddy), self-efficacy (R. Schwarzer & M. Jerusalem), a number of character strengths (M. Seligman & K. Peterson) and coping strategies (R. Lazarus). The MIS questionnaire was used to measure self-attitude (S. R. Pantileev, V. V. Stolin).

At the second stage, a comparative analysis of self-attitude indicators was carried out in three groups of subjects: in the first, they did not receive feedback; in the second, they received only test results; in the third, the subjects received feedback on the identified personal characteristics considered as resources for successful coping with difficult situations. The SAN and special form were also used to diagnose changes in the third group.

It was found that only in the third group there were statistically significant positive changes in the self-attitude of the subject: the indicators of self-worth and self-confidence increased. A positive situational effect was also revealed in the form of increased activity and mood, recognition of the usefulness of the acquired knowledge and awareness of internal resources.