

Тернова М. В.,

магістрант групи ПС21м,

Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського

Науковий керівник: Біла І. М.,

доктор психологічних наук,

професор кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки

Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ САМООЦІНКИ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Анотація. Робота присвячена дослідженню особливостей самооцінки в підлітковому віці та специфіки впливу соціальних мереж на її формування. У статті розглянуто поняття самооцінки, її види, фактори формування та умови розвитку в підлітковому віці. Проаналізовано психологічні особливості підліткового віку, основні новоутворення даного періоду та вплив фізіологічних змін організму підлітка на його поведінку. З'ясовано специфіку поняття соціальних мереж та визначено їх позитивний та негативний вплив на розвиток підлітків, зокрема на формування самооцінки у підлітковому віці.

Ключові слова: самооцінка, підлітковий вік, підлітки, почуття «дорослості», соціальні мережі.

Ternova M. Psychological features of self-esteem in adolescence

Summary. The work is devoted to the study of the peculiarities of self-esteem in adolescence and the specifics of the influence of social networks on its formation. The article examines the concept of self-esteem, its types, factors of formation and conditions of development in adolescence. The psychological features of adolescence, the main neoplasms of this period and the influence of physiological changes in the adolescent's body on his behavior are analyzed. The specifics of the concept of social networks are clarified and their positive and negative impact on the development of teenagers, in particular on the formation of self-esteem in adolescence, is determined.

Key words: self-esteem, adolescence, teenagers, feelings of «adulthood», social networks.

Проблема самооцінки є актуальною в наш час, оскільки вимоги до людей з боку суспільства регулярно зростають, а такий тиск може чинити негативний вплив на оцінювання себе. Виходячи з рівня

самооцінки, індивід робить висновки про свої можливості, про те, на що він здатен. Особливо гостро проблеми із самооцінкою виявляються у підлітковому віці, оскільки цей період сповнений протиріч. Рівень самооцінки підлітка безпосередньо впливає на його майбутні успіхи. Оскільки серед підлітків великою популярністю користуються соціальні мережі, саме в мережах відображаються їх інтереси, відбувається активний обмін інформацією, актуальним є вивчення проблеми вивчення їх впливу на підлітків.

Самооцінка є центральним новоутворенням особистості, її ядром, що значною мірою визначає соціальну адаптацію особистості, і є регулятором її поведінки та діяльності. Самооцінка формується в діяльності та міжособистісній взаємодії, зокрема в підлітковому віці.

Підлітковий вік охоплює період від 11-12 до 15 років. Даний віковий період для людини є одним з найтяжчих, адже виникають такі психологічні новоутворення:

1. Відчуття «дорослості» із паралельною відсутністю соціального досвіду.
2. Акцент на інтимно-особистісному спілкуванні.
3. Самосвідомість.
4. Жага самоствердитись.
5. Розвиток моральності.
6. Прийняття і набуття соціальних норм.

Через швидке зростання та фізіологічні зміни організму, підлітки можуть відчувати тривогу, надмірну збудливість та мати низьку самооцінку. Також виокремлюються такі особливості цього віку як: емоційна нестабільність, часті зміни настроїв, переходи від піднесеного стану до песимізму та зневіри. Все це лежить в основі формування «Я-концепції підлітка», його самооцінки.

Самооцінка являє собою інтеріоризований механізм соціальних контактів, орієнтацій і цінностей, що згодом перетворюється на оцінку індивіда самого себе, своїх можливостей, якості та місця серед інших людей.

Самооцінка є компонентом самосвідомості, що включає поряд зі знаннями про себе оцінку своїх фізичних характеристик, здібностей, моральних якостей та вчинків.

У підлітковому віці виокремлюють такі особливості самооцінки як: схильність до впливів ззовні, нестійкість, ситуативність та різносторонність в багатьох сферах життєдіяльності. Самооцінка підлітків являє собою регулятор їх особистісної поведінки та діяльності і визначає їхню соціальну адаптацію. І саме тому самооцінка формується в діяльності та взаємодії у соціумі, оточення та соціальне середовище має вагомий вплив на її формування [5].

Загалом у підлітків виокремлюють наступні види самооцінки:

– Адекватна самооцінка – це реалістичне оцінювання індивідом своїх вчинків, моральних якостей, здібностей та себе в цілому. Завдяки якій підліток має можливість критично ставитися до самого себе, адекватно співвідносити власні сили з вимогами оточуючих та із задачами різної проблеми.

– Завищена самооцінка – це завищена та неадекватна оцінка самого себе.

– Занижена самооцінка – це неадекватне недооцінювання себе.

Саме адекватний рівень самооцінки сприяє тому, що у підлітка формується впевненість, наполегливість та критичність до себе. Через те, що підлітковий вік – це інтенсивний період розвитку самооцінки та самосвідомості, даний віковий період відзначається появою незадоволеності собою. І тому підліток починає оцінювати себе не тільки через думку та сприйняття його дорослими, а і через свої власні вимоги. До кінця цього вікового періоду самооцінка стає регулятором поведінки індивіда. Також підліток змінює своє відношення до якостей особистості: навчання залишається одним з головних видів діяльності, проте особливого значення набувають взаємовідносини з іншими. Основу самооцінки підлітків формують його участь у суспільному житті та залученість до багатьох видів діяльності [2, с. 180].

Важливим фактором, який впливає на розвиток самооцінки підлітків є стосунки з однолітками, прийняття та положення в групі. Так як спілкування за допомогою використання соціальних мереж стає все більш популярним серед підлітків, актуальним є дослідження їх впливу на самооцінку.

Соціальна мережа – це інтерактивного типу, динамічний, багатокористувальницький веб-сайт, інформаційне поле якого постійно наповнюється новими змістами від учасників. Внаслідок користування соціальними мережами є вірогідність створення нового образу «Я», що не буде пристосованим до життя в реальному світі, але такого, який буде найбажанішим для підлітка. Соціальні мережі мають негативний вплив на соціальний розвиток підлітків, комунікативні навички, оскільки спілкування в віртуальному світі витісняє реальне. Індивід втрачає здатність до презентації себе в реальному світі, ховаючись за тим створеним образом себе в мережі Інтернет. При цьому підліток, видаючи себе в соціальних мережах за впевненого у собі, насправді маючи низьку самооцінку, має складнощі у взаємодії з людьми у реальному житті. В підлітка починається залежність від оцінки однолітків у соц. мережах за допомогою вподобайок та коментарів[6, с 50].

Помічено, що соціальні мережі впливають негативно на підлітків через набуту залежність, невдоволеність своєю зовнішністю та негативні емоції. Відзначається й те, що підлітки не помічають на собі негативного впливу Інтернет реальності.

Молоді люди створюють свою віртуальну ідентичність як проєкцію ідеального «Я», щоб справити враження. Даний спосіб здатний підвищувати самооцінку як віртуально, так і в соціальній реальності. Також формуванню ідентичності сприяє та соціальна підтримка, яку молода людина отримує у віртуальній реальності. Ідеалізація з якою підлітки зіштовхуються в мережі Інтернет, спроможна створити такі середовища як: проблемну реальність, віртуалізоване ідеалізоване, «віртуальне Я», «ідеальне Я». Сприйнята дихотомія може викликати порушення самосприйняття і сприяти дестабілізації формування реального «Я-образу» («ти не знаєш, хто ти є»). В контексті того яким підліток є в середовищі соціальному та яким хоче бути насправді, яким він є у віртуальному середовищі, він стикається з проблемами сприйняття себе та інших, також як наслідок він зіштовхується з депресивними нахилами, нереалістичними очікуваннями, фрустрацією та ізоляцією. Покоління підлітків має негативні наслідки у соціальному розвитку, в якого наявні проблеми соціальної інтеграції та яке не екологічно користується Інтернет мережею.

Отже, соціальні мережі мають на самооцінку підлітків як позитивний так негативний вплив. Позитивний вплив полягає в тому, що вони надають можливість невпевненому у собі підлітку відчутти себе затребуваним. Він заводить нові знайомства, не побоюючись того, що можливо надалі з цією людиною не буде про що поговорити. Вступаючи до груп за інтересами, не боїться того, що може бути знехтуваним.

Соціальні мережі дають підлітку все те, що йому необхідно у цьому віці: соціалізацію, комунікацію, самовираження, створення свого образу, знаходження інтересів та формування поглядів, а головне – самостійність.

Негативний вплив соціальних мереж на підлітків проявляється у наявності комп'ютерної залежності, дратівливості, негативних емоцій, невдоволенні собою. Наслідками негативного впливу соціальних мереж на самооцінку підлітків є те, що при зловживанні мережею у молоді на підсвідомому рівні розвивається фобія (страх) спілкування з реальними людьми.

Список використаних джерел:

1. Захарова А.В. Генезис самооценки: автореферат диссертации. 1989. 56 с.
2. Казанская К. О. Детская и возрастная психология. М.: Приор, 2001. 160 с.
3. Карabanова О. А., Бурменская Г. В., Захарова Е. И. Возрастно-психологический подход в консультировании детей и подростков. М.: МПСИ. 2007. 480 с.

4. Климова, Е.Н. Эмоциональная окраска Я-концепции подростков, лишённых родительского попечительства. *Вестник БДУ. Сер. 3.* 2007. № 3. С. 55.

5. Козерук Ю.В., Євсейчик Я.О. Самооцінка як фактор становлення особистості. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки.* 2015. Вип. 124. С. 163-165.

6. Полякова Т.А. Информационная культура. Т.А. Полякова. *Мир библиографии.* 1999. № 2. 200 с.

7. Прохоренко Т., «Соціалізація молоді в інформаційному суспільстві: особливості та ризики», *Вісник Національного університету «Юридична академія України імені Ярослава Мудрого», Політологія,* № 2 (29). 2016. С. 128–134.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-286-2-30>

Shevchenko N. F.,

*Doctor of Psychological Sciences, Professor,
Professor at the Department of Psychology
Zaporizhzhia National University*

Alexandrova O. F.,

*Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Professionally oriented
Foreign Languages
Zaporizhzhia National University*

Alexandrov V. M.,

*Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Teaching
the Second Foreign Language
Zaporizhzhia National University*

THEORETICAL APPROACHES STUDY OF THE PROBLEM OF DEVELOPING A FUTURE TEACHER'S PROFESSIONAL CONSCIOUSNESS

Summary. The theses present the theoretical study results of the problem of developing a future teacher's professional consciousness. The structure of the teacher's professional consciousness has been characterized. It is shown that the development of professional consciousness takes place during three