

Слабенко К. А.,

*студентка 4-го курсу за спеціальністю «Психологія»
Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*

Науковий керівник: Мітіна С. В.,

кандидат психологічних наук,

*доцент кафедри психології, філософії та суспільних наук
Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*

ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ САМОСВІДОМОСТІ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Підлітковий вік є важливим етапом у житті людини, який відзначається суттєвими фізіологічними та психологічними змінами, що впливає на розвиток самосвідомості та особистості загалом. В цей період закладаються життєві цінності, соціальні навички, здатність брати на себе відповідальність у вирішенні труднощів, що спонукає особистість до активного пошуку власної ідентичності. У сучасному світі на підлітків впливає стрес, тиск від однолітків та дорослих, тому дослідження цього періоду є важливим для розуміння способів допомоги підліткам у їхньому становленні, створення сприятливих умов, які забезпечать гармонійний розвиток самосвідомості та ідентичності, що має вплив на подальше життя особистості.

Дослідження проблеми самосвідомості висвітлюється в працях багатьох вітчизняних та зарубіжних психологів, які зосереджені на двох аспектах: розкрити ролі самосвідомості у структурі особистості та її впливі на життя людини. Загально-психологічний підхід до розвитку самосвідомості аналізувався у праці таких науковців, як М. Розенберг, Р. Бернс, А. Маслоу, К. Роджерс та ін. Соціально-психологічні аспекти, зокрема зв'язок самооцінки з оцінками оточуючих, досліджували Дж. Мід, Т. Шибутані, Т. Лукман. Особливості прояву самосвідомості у різних вікових періодах вивчали М. Й. Боришевський, Т. І. Гавакова, Л. В. Долинська, О. І. Кульчицька, С. Д. Максименко, О. Г. Подоляк, І. В. Яворська.

Через складність розуміння сутності самосвідомості наука на даний момент не має однозначного сталого трактування цього поняття. У англомовних джерелах поняття «самосвідомість» зазвичай перекладається як «Self-esteem» (самооцінка, самоставлення) або «Self-concept» – «Я»-концепція за К. Роджерсом, А. Маслоу, М. Розенбергом. Проте часто використовується поняття, що визначено У. Джеймсом «Self» («Я» чи самість), що складається з двох частин: «Me» – об'єкт сприйняття, та «I» – суб'єкт сприйняття [2].

Самосвідомість (англ. self-consciousness) визначається як усвідомлення себе як особистості, розуміння свого внутрішнього світу та сприйняття себе як суб'єкта взаємодії. У структурі самосвідомості можна визначити три взаємопов'язаних компонента: пізнавальний (самопізнання), емоційно-ціннісний (самоствлення) та дієво-вольового (саморегуляція). Тобто самосвідомість включає уявлення про свою сутність, самооцінку та здатність контролювати власну поведінку, особливо важливу у стресових ситуаціях [2].

Поняття «Я-концепція» включає оцінний аспект самосвідомості та є динамічною системою уявлень людини про себе. Сюди входить власне усвідомлення про свої фізичні, інтелектуальні та інші якості та суб'єктивне сприйняття зовнішніх чинників, які впливають на особистість. Р. Бернс вважав, що «Я-концепція», визначає не просто те, що собою являє індивід, але також і те, що він про себе думає, як розуміє можливості свого розвитку в майбутньому [4, с. 284].

Визначення "Я-концепція" є однією із ключових понять у вивченні психологічних теорій про розвиток особистості, яка ще охоплює в собі три основні аспекти: внутрішня узгодженість, інтерпретація досвіду та сукупність очікувань. Кожен із цих аспектів має певні свої характеристики, такі як:

1. Аспект забезпечення внутрішньої узгодженості, що спрямовує особистість до гармонії уявлень, почуттів та ідей. Якщо стається дисгармонія то цей аспект допомагає людині виконувати дії, які передбачатимуть налагодження рівноваги опираючись на думки людини про себе.

2. Аспект інтерпретація досвіду полягає у осмисленні людиною свого досвіду через уявлення її самої себе. Безпосередньо це впливає на поведінку, та на сприйняття навколишнього світу.

3. Аспект сукупності очікувань – це уявлення про події, які могли або повинні відбутися, спроможні формувати у людини характер дій [4, с. 285].

Структура "Я-концепція" поділяється на подвійну структуру: глобальне "Я" поєднує у собі уявлення про себе як суб'єкта дій і як об'єкта сприйняття. Вона враховує досвід, а інша сторона представляє його зміст. "Я-концепція" є важливою у розвитку особистості, оскільки має вплив на поведінку та взаємодію із оточенням [4, с. 285].

У розвитку особистості відіграють важливу роль цінності особистості. Які спроможні утворювати систему із ціннісних орієнтацій. Вони є найважливішими серед інших внутрішніх якостей розвитку особистості. Окрім цього ціннісні орієнтації із свідомістю та поведінкою впливають на розвиток. Механізм який утворюється із ціннісних орієнтацій спроможний до регулювання та установки певних норм у поведінці особистості [5, с. 65].

М. Й. Боришевський досліджуючи цінності стверджував, що цінності це як джерело розвитку саморегуляції поведінки суб'єкта. При цьому вказував ще, що «спрямованість саморегуляції поведінки особистості у значній мірі визначається змістом провідних цінностей» [3, с. 50].

З раннього дитинства розпочинається процес розвитку особистості через сприйняття реакцій від значущих людей та їх якостей. У дитини формується ставлення до себе та світу через думки інших. Виникненню самооцінки сприяє процес емоційного ставлення до себе. Воно розвивається через спілкування, яке здатне забезпечити особистісний вибір. Самоставлення є важливим в успішному функціонування людини як суб'єкта [1, с. 105].

Процес самоставлення охоплює систему навколишнього середовища та інших людей, що сприяє людину до адаптації в умовах соціуму. Цей процес формує у людини її моральну конструктивну або деструктивну поведінку через єдність із світом. Що визначає особистість не лише об'єктом впливів, а ще активним учасником соціальних змін [1, с. 105].

Самосвідомість у підлітковому віці зазнає значних змін, які формують основу психічного та соціального розвитку. У цей період розпочинається етап сприйняття підлітками себе як частину суспільства та учасниками міжособистісних відносин, які змінюються із дитячих норм та цінностей на дорослі. Формуються утворення, які допомагають освоювати нові ролі дорослого. Через що у підлітків відбувається розвиток самосвідомості у декілька етапів: розпочинається розмежування себе від інших та усвідомлення свого місця у житті та розпочинається пошук підлітком відповідей на запитання «Хто Я?». Розпочинається усвідомлення своє ролі, та відчуття впливу на оточуючий світ в якому може приймати рішення та здійснювати дії, які мають вплив на оточуючих та самого себе, що формує у підлітків відчуття значущості. Розпочинається етап кращого усвідомлення своїх внутрішніх рис, особливостей та індивідуальності. Засвоюються нові моральні цінності та відбувається оціночний аналіз себе через призму соціальних норм [1, с. 106].

Формування самосвідомості підлітків залежить від двох чинників: зовнішніх (батьки, вчителі, однолітки) та внутрішніх (зовнішність, емоції, досягнення). Підлітки приділяють особливу увагу зовнішності, що може впливати на їх самооцінку. Думка однолітків стає більш значущою, тоді як роль батьків втрачає свій вплив. Важливо зазначити, що батьківська думка та підтримка сім'ї є важливою для розвитку позитивної самооцінки. А навчальні успіхи впливають переважно на оцінку здібностей. Негативна атмосфера в сім'ї може призвести до тривожності й агресії, тоді як сприятливі умови сприяють розвитку моральних і вольових якостей [1, с. 106].

Т. Шибутані пов'язував особистісний статус із розвитком Я-концепції, яка формується в процесі залучення дитини до соціальних відносин. Надалі Я-концепція розвивається під впливом самооцінки, що виникає на основі переживань у взаємостосунках в колективі. У колективі статус підлітка визначається тим, як його оцінюють інші, його рівень активності та прагнення бути прийнятим сприяє досягненню успіху. При зміні статусу змінюється поведінка, самосприйняття та формування уявлень про власне "Я" [1, с. 106].

Отже, підсумовуючи вищезазначене підлітковий вік є важливим та ключовим періодом у формуванні самосвідомості, який здатен впливати на подальший особистісний розвиток. У цей період розпочинається розвиток моральних цінностей, соціальних навичок, самооцінки та усвідомлення своєї ролі в суспільстві. Позитивне середовище та підтримка родини сприяють гармонійному розвитку, тоді як негативне оточення може викликати тривожність і агресію. Я-концепція, самооцінка та статус у групі взаємопов'язані, формуючи поведінку і сприйняття себе. Сприятливі умови є важливим чинником розвитку самосвідомості та становлення особистості.

Список використаних джерел:

1. Качинська А. В. Чинники впливу на розвиток самоставлення у підлітковому віці. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2013. № 8-9. С. 105-107.
2. Мітіна С.В. Особливості розвитку самосвідомості студентів-психологів. *Психологія свідомості: теорія і практика наукових досліджень. Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції. (м. Київ, 9 грудня 2022 р.)* м. Київ, Видавничий дім «Гельветика», 2022. С.153-157.
3. Михайлишин У. Б. Ціннісні орієнтації в структурі особистості. *Особистість, суспільство, закон: психологічні проблеми та шляхи їх розв'язання: зб. тез доп. міжнар. наук.-практ. конф., присвяч. пам'яті проф. С. П. Бочарової (30 берез. 2017 р., м. Харків, Україна)*. Харків: ХНУВС, 2017. С.50–52.
4. Редько С. І. Самосвідомість як чинник актуалізації Я-концепції особистості In: *XXIV International scientific and practical conference "Technologies of scientists and implementation of modern methods"*, June 18-21, 2024, Copenhagen.
5. Шайгородський Ю. Ціннісні орієнтації в психологічній структурі особистості. *Соціальна психологія*. 2009. № 4(36). С. 65–73.