

*МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ
О.О.БОГОМОЛЬЦЯ
Кафедра психології і педагогіки*

Курсова робота

РОЗВИТОК САМООЦІНКИ В ЮНАЦЬКОМУ ПЕРІОДІ

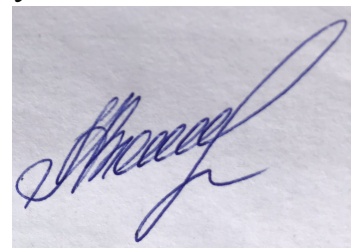
Виконавець:

Студентка 2 курсу, групи 9902
медико-психологічного факультету

Малік Анастасія

Науковий керівник:

Жук Алла Василівна



Завідувач кафедри професор Матяш М.М.



Київ – 2021

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ І. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ.....	5
1.1 Психологічна характеристика юнацького віку, структура особистості.....	5
1.2 Поняття про я-концепцію та її психологічну структуру.....	11
РОЗДІЛ ІІ. ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ.....	17
2.1 Формування психіки та характеру в юнацькому віці.....	17
2.2 Формування самооцінки, самоставлення в юнацькому віці.....	21
ВИСНОВКИ.....	28
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	30

ВСТУП

Актуальність дослідження: Розвиток особистості відбувається у процесі формування. У психології та педагогіці під формуванням розуміють сукупність прийомів та методів соціального впливу на особистість з метою створення у нього системи загальнолюдських соціальних цінностей, установок, виховання. У міру розвитку кожна людина приймає специфічну модель - унікальну форму організації, структуру, яка може сприяти та запобігати гармонійному зростанню.

Підлітковий вік - це етап формування самосвідомості та світогляду, прийняття відповідальних рішень, людської близькості, коли цінності дружби та любові є першочерговими.

Дайте відповіді на запитання на кшталт «Хто я?», «Чий я?», «Чого я прагну», юнак формує: самосвідомість, власний світогляд, молода людина прагне проявити незалежність та оригінальність.

Юнацький вік схожий на "третій світ", який існує між дитинством дорослістю, тому що біологічно-фізіологічне і статеве дозрівання завершено. Але соціально - це не самостійна доросла людина. Юність - це час відповідальних рішень, які визначають все життя людини: вибір кар'єри та місця в житті, сенс життя, обґрунтування життєвої позиції, пошук партнера, створення сім'ї. Найважливіші психологічні процеси молоді - побудова самосвідомості та стійке відображення своєї особистості, свого "Я".

У ранньому юнацькому віці рефлексивні якості самосвідомості розширюються і поглиблюються. Рефлексія - це процес самореалізації, заснований на усвідомленні людиною своєї активності у своєму житті. Найважливішим надбанням цього віку є відкриття свого внутрішнього світу. Завдяки рефлексії, молода людина набуває здатності віддаватися власним переживанням, своїм емоціям. Проте не тільки як похідним емоціям від зовнішніх подій, а вже саме як стани власного Я.

Якщо підліток пізнає себе через чужу призму «Зосереджується на тому, хто він, наскільки ви схожий на інших». То старшокласник буде приділяти більше уваги який він в очах інших людей, наскільки він інший і близький, відповідно до своїх ідеалів.

Дуже важливим процесом у розвитку самосвідомості молоді є формування особистісних ідентичностей, формування розумного та усвідомленого погляду на свою важливість.

Об'єкт курсової роботи – самооцінка в юнацькому віці.

Предмет курсової роботи – розвиток самооцінки в юнацькому періоді.

Мета курсової роботи – проаналізувати процес формування самооцінки у юнацькому віці.

Завдання курсової роботи:

- дати психологічну характеристику юнацького віку та визначити структуру особистості;
- розглянути поняття я-концепції та її психологічну структуру;
- визначити цілі щодо діяльності молоді та професійного самовизначення в даний період;
- проаналізувати процес психічного формування та характеру в юнацькому віці;
- проаналізувати процес формування самооцінки в юнацькому віці.

РОЗДІЛ І. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

1.1 Психологічна характеристика юнацького віку, структура особистості

На сьогоднішній день не існує єдиної загальновизнаної вікової класифікації розвитку людини.

Наприклад, Д.Б. Ельконін такий вік як від 15 до 17 років виділяє у період – старший шкільний вік, основна діяльність у цьому віці - освіта та професія. Сфера психіки, яка розвивається це пізнавальна. Психічні новоутворення цього віку - інтерес до професій, світогляд, самосвідомість [16, 89].

Ось як уявляють в цілому періодизація психічного розвитку Д. Б. Ельконіна (таблиця 1.1).

Таблиця 1.1

Періодизація психічного розвитку за Д.Б. Ельконін

Періодизація психічного розвитку Д. Б. Ельконіна		
Вікові періоди	Провідна діяльність	Система відносин
Дитячий Раннє дитинство Дошкільний вік Молодший шкільний вік Підлітковий вік Юнацький вік	Спілкування з дорослим Предметна діяльність Гра Навчальна діяльність Спілкування з однолітками Навчально-професійна діяльність	людина-людин а людина-річ людина-людин а людина-річ людина-людин а людина-річ

У класифікації Д.Бромлея існує 5 циклів розвитку:

- «Юнацький» цикл поділяється на етапи: 1 - старше шкільне дитинство (11 до 15), 2 – пізня юність (від 15 до 21 року);

- «Дорослість» цикл складається з 3 етапів: 1 – рання дорослість (21-25), 2 – середня дорослість (від 25 до 40), 3 – пізня дорослість (від 40 до 55). Вік, що ми досліджуємо припадає на 2 стадію циклу – юність, та 1 стадію циклу дорослість [12, 79].

Згідно класифікації Д. Бромлей людське життя розглядається як сукупність п'яти циклів: утробного (стадія вагітності), дитинства, юності, дорослості і старіння (таблиця 1.2)

Таблиця 1.2

Вікова періодизація, побудована на основі порівняльно-вікових характеристик великого діапазону віку (автор Д. Бромлей)

Дитинство (0—11—13 років)	Дитинство — від народження до 18 мес.
	Дошкільне дитинство — 19 мес.— 5 років
	Раннє шкільне дитинство — 5—11 —13 років
	Статеве дозрівання — старше шкільне дитинство (рання юність) —11 — 13 —15 років. Пізня юність — 15—21 років
Дорослість (21—65 років)	Рання дорослість — 21—25 років. Середня дорослість — 25—40 років.
	Пізня дорослість — 40—55 років.
	Перед пенсійний вік — 55—65 років
Старіння (65—70 років)	Відставка — 65—70 років — старий вік. Дряхлість — 70 років і більше

Відповідно до класифікації Еріксона: [18, 93]

- від 12 до 19 років (юнацький вік та підлітки);

- від 20 до 25 років – це рання зрілість.

Згідно класифікації Квінна:

- від 12 до 18 років підлітковий, юнацький вік;
- класифікація за віком від 18 до 40 має назву молодість;

Так, Крайг виділив такий віковий діапазон: [23, 94]

- Підлітки та юнацький вік від 12 до 19 років;
- Рання дорослість від 19 до 40 років;

- Рання юність (15-17 років) - це лише початок цього важкого етапу розвитку, який приблизно завершується до 20-21 років, а вже пізня юність 18-25 років [24, 67].

З таблиці 1.3 можна побачити, що всі автори сходяться в тому, що зрілість розподіляється на ранню і пізню. Однак щодо вікових меж періоду дорослості серед психологів немає однастайності

Таблиця 1.3

Вікові межі зрілості

Автор	Вікові межі зрілості	
	рання зрілість, роки	пізня зрілість, роки
Біррен Д.	17-25	50-75
Бромлей Д.	21-25	40-55
Бунак В.В.	25-35 (ч.)	після 35 (ч.)
	20-30 (ж.)	після 30 (ж.)
Бюлер Ш.	25-45	45-65
Гінзбург В.В.	24-40	45-50
Годфруа Ж.	20-40	40-60
Векслер Д.	20-35	46-53
Карандашев Ю.Н.	20-28	36-44
Крайг Г.	20-40	від 60 і далі
Левінсон Д.	17-45	від 60 і далі

Отже, можемо зробити висновок, що єдиної класифікації не існує.

Юнацький вік - це етап формування самосвідомості та світогляду, прийняття відповідальних рішень, людської близькості, коли цінності дружби та любові є першочерговими.

Найважливіші психологічні процеси юнака - формування самосвідомості та стійке відображення образу своєї особистості, свого "Я". Становлення самосвідомості відбувається у багатьох сферах: 1) пізнання свого внутрішнього світу; 2) визнання невідворотності часу, розуміння цілісності його існування; 3) сформовується цілісне уявлення про себе, ставлення до себе. Аналізуючи результати, отримані в різних видах діяльності, враховуючи погляди інших людей про себе та самоаналіз своїх якостей та здібностей, у юнаків формується самоповага як узагальнене ставлення до себе [22, 89].

Існують різні вікові теорії психологічного розвитку в періоді юності. Під впливом багатьох різних теорій в науці сформувалася ідея розвитку особистості. Важливим у юнацькому віці є формування ідентичності, створення власного «Я».

Повністю усвідомивши себе, своє особисте «Я», тільки так людина може виразити свою власну індивідуальність, і в цьому випадку людина може відчувати себе вільною і щасливою, бо знайшла відповідь на проблеми людського існування [16, 128].

На всіх етапах життя, наприклад, як зазначає, Л. С. Виготський, існують певні соціальні умови розвитку особистості. Соціальна ситуація розвитку визначає закономірності та способи, за допомогою яких люди з обмеженими можливостями набувають нових рис особистості, черпаючи їх із соціальних реалій як основне джерело розвитку, саме той шлях на якому соціальне стає індивідуальним [12, 146].

Людина може змінити соціальну ситуацію розвитку відповідно до того, як вона хоче змінити своє місце у навколишньому світі, розуміючи, що наявний простір не відповідає її можливостям. Якщо цього процесу не відбувається, існує розрив між образом життя людини та її можливостями [24, 76].

Існує величезна кількість точок зору зарубіжних вчених щодо умов розвитку особистості:

Наприклад, на думку З. Фрейда, основою індивідуального та особистісного розвитку є вроджені потяги, або інстинкти, єдиним джерелом психічної енергії є біологічні потяги [16, 117].

Як зазначив Юнг, розвиток це "індивідуалізація", як диференціація від спільноти. Кінцевою метою індивідуалізації є досягнення високого рівня «ідентичності», узгодженості та повної єдності всіх психічних структур [19, 48].

А. Адлер вважає, що з народження людина має соціальну чутливість, яка визначає, як вона взаємодіє з суспільством, долає особисте почуття неповноцінності та досягає успіху з різною компенсацією [9, 79].

За словами К.Хорні, основними джерелами енергії для особистісного зростання є тривога, дискомфорт і саме прагнення до безпеки [18, 164].

Потреба в безпеці впливає на вибір професії [17, 154]. Вибір професії для молодих людей полягає в тому, коли молоді люди прагнуть зрозуміти та визначити свої потреби, інтереси, таланти, цінності та здібності. Взагалі кажучи, молоді люди віком до 25 років обирають роботу, яка підходить саме їм. Найважливішою метою вибору професії є роздуми про поведінку, ставлення батьків, бажання реалізувати свої здібності, інтереси до професії, репутацію та спрямованість на систему цінностей людини, яка різко змінюється з віком. Якщо обрана професія відповідає "Я-концепції" цієї

людини, цій людині потрібно професійне саморозкриття "Я-Концепції" - її власна особиста перспектива як професіонала [3, 57].

Над проблемою "Я-концепції" особистості працювали Б.Г. Ананьєв, І.С.КОН, Д.О. Леонтьєв, О.Б. Орлов [10, 49]. Теоретично це поняття пов'язане з такими психологічними термінами, як самооцінка, самосвідомість та самореалізація [29, 74].

Психосоціальна концепція розвитку особистості представляє тісний взаємозв'язок між психікою людини і характеру суспільства, в якому вона живе. Згідно Е.Еріксону «групова ідентичність», що формується з перших днів життя; діти, зосереджені на приєднанні до певної соціальної групи, починають розуміти світ як цю групу. Але у дитини буде поступово формуватися "егоїдентичність", почуття сталості і безперервності свого "Я", незважаючи на багато змін. Побудова власної ідентичності - це тривалий процес. Є багато етапів розвитку особистості. Юнацький вік (5 стадія) формується центральною формою егоїдентичності. Швидкий фізичний розвиток, статеве дозрівання, занепокоєння з приводу того, як він виглядає перед іншими, необхідність знайти кар'єру, здібності, навички - ось питання, з якими стикаються юнаки. На цьому етапі знову з'являються всі критичні питання минулого. Якщо на самому початку у дітей сформувалися автономія, ініціативність, віра у світ, впевненість у своїй повноцінності, значущості, то юнак виробляє цілісну модель своєї егоїдентичності, знаходить своє "Я", визнання себе з боку оточуючих. У іншому випадку відбувається дифузія ідентичності, і молоді люди не можуть знайти своє "Я", не усаїдомлюючи про свої цілі та бажання, відбувається повернення, регресія до інфантильних, дитячих, утриманських реакцій, тоді з'являється неясне, проте стійке почуття тривоги, самотності, спустошеності, постійна надія на щось, що може змінити життя. Але людина нічого не робить активно, боячись особистого спілкування і емоційного впливу протилежної статі, ворожості, ненависті до

інших, почуття «невизнання себе» з боку оточуючих. Якщо людина знайшла себе, ідентифікація буде полегшена [18, 56].

Основою особистості є структура, тобто відносно стабільні відносини та узгодженість усіх аспектів особистості.

У сучасній психології є кілька аспектів розвитку особистості.

Розглянемо деякі з них:

1. Структура особистості за С. Л. Рубінштейном складається з трьох підструктур:

- спрямованість - виявляється у потребах, інтересах, ідеалах, переконаннях, домінуючих мотивах діяльності і поведінки, у світогляді;
- знання, навички, уміння - набуваються в процесах життя та в пізнавальній діяльності;
- індивідуально-типологічні особливості, виражені в - темпераменті, характері, здібностях.

2. За словами К.К. Платонова, структура особистості складається з чотирьох підструктур:

- підструктура спрямованості - поєднання ставлення, особистості та моральних якостей;
- підструктура форм відображення - індивідуальні особливості окремих психічних процесів, що формуються в процесах соціального життя;
- підструктура соціального досвіду - поєднує знання, вміння, навички та звички, отримані з особистого досвіду шляхом навчання;
- підструктура біологічно обумовлена – типологічні властивості особистості, стать та вік, патологічні зміни, які сильно залежать від фізичних та морфологічних особливостей мозку.

Тому, підводячи підсумок з концепцією основних теоретичних домовленостей щодо сутності особистості, ми представляємо кілька визначень цього поняття, що належать відомим психологам.

«Особистість - це суб'єкт і об'єкт суспільних відносин» (А.Г. Ковальов).

«Особистість - суб'єкт діяльності» (О.Н. Леонтьєв).

«Особистість – дієздатний член суспільства, який усвідомлює свою роль» (К. К. Платонов).

«Особистість - сукупність внутрішніх умов, через які заломлюються зовнішні впливи» (С.Л. Рубінштейн).

1.2 Поняття про я-концепцію та її психологічну структуру

Люди володіють величезними обсягами інформації про самих себе. Вона зафіксована в структурах пам'яті і певним чином структурована. Психологи вважають за краще міркувати про Я-концепції не як про якусь унітарну суть, а, скоріше, як про систему уявлень людини про саму себе, що фіксує унікальну своєрідність власного Я. Причому, в останні роки частіше мова йде про схеми самості, що, на мій погляд, є дещо не виправданим звуженням змісту обговорюваної категорії.

Не потрібно бути генієм, щоб прийти до висновку, що уявлення людини про самого себе є дуже важливим і безпосередньо впливає на його особистість і життя. Беручи до уваги актуальність цієї теми, ми і хочемо поговорити про «Я-концепцію».

В якості самостійного поняття «Я-концепція» стало формуватися ще на рубежі XIX-XX століть, коли активно обговорювалися уявлення про подвійну природу людини як суб'єкта пізнає і пізнається. Потім, вже в 50-х роках минулого століття воно розвивалося феноменологічної і гуманістичної психологічної наукою, найбільш яскравими представниками якої були Абрахам Маслоу і Карл Роджерс. Вони розглядали єдине людське «Я» як основний поведінковий і розвиває фактор. Так, з'явившись в зарубіжній літературі з психології, в 80-е і 90-е роки XX століття термін «Я-концепція» став частиною і вітчизняної психологічної науки.

Незважаючи на це, знайти яку-небудь точну і єдине трактування розглянутого терміна досить складно, а найбільш близьким до нього за змістом є термін «самосвідомість». Співвідношення цих двох термінів і сьогодні не визначено точно, але досить часто вони вважаються синонімами. Однак в деяких випадках «Я-концепція» розглядається окремо від самосвідомості, виступаючи кінцевим продуктом його процесів.

Я-концепція - стрижневе утворення онтогенетичного розвитку людини, центральна ланка самосвідомості, відносно усталена динамічна і певною мірою усвідомлена система уявлень особи про саму себе, цілісний образ власного Я, котрий синтезує її самосприйняття такою, я вона є, хоче бути в ідеалі і має обов'язково стати [6, 15]. Залежно від того, на якому рівні - організму, соціального індивіда чи особистості - виявляється активність людини, у структурі Я-концепції В.В. Столін виділяє:

1. Фізичний Я- образ (схема тіла), викликаний потребою у фізичному благополуччі організму.
2. Соціальні ідентичності: статева, вікова, етнічна, громадянська, соціально - рольова, які пов'язані з потребою індивіда у приналежності до спільності і бажанням перебувати у ній.
3. Диференційований (розмежований, розрізнений) образ Я, який характеризує знання про себе порівняно з іншими людьми і характеризує знання про себе порівняно з іншими людьми та надає індивіду відчуття власної унікальності, забезпечує потребу у самовизначенні і самореалізації. [5; 6].

Першим дослідником проблеми Я-концепції, був У. Джемс. Він вважав, що глобальне, особистісне Я містить у собі дві складові: Я-свідоме (чистий досвід) та Я – як об'єкт (зміст цього досвіду), які існують суміжно. Згодом, другу складову глобального Я назвали Я-концепцією чи Я-образом (рис. 1.1).

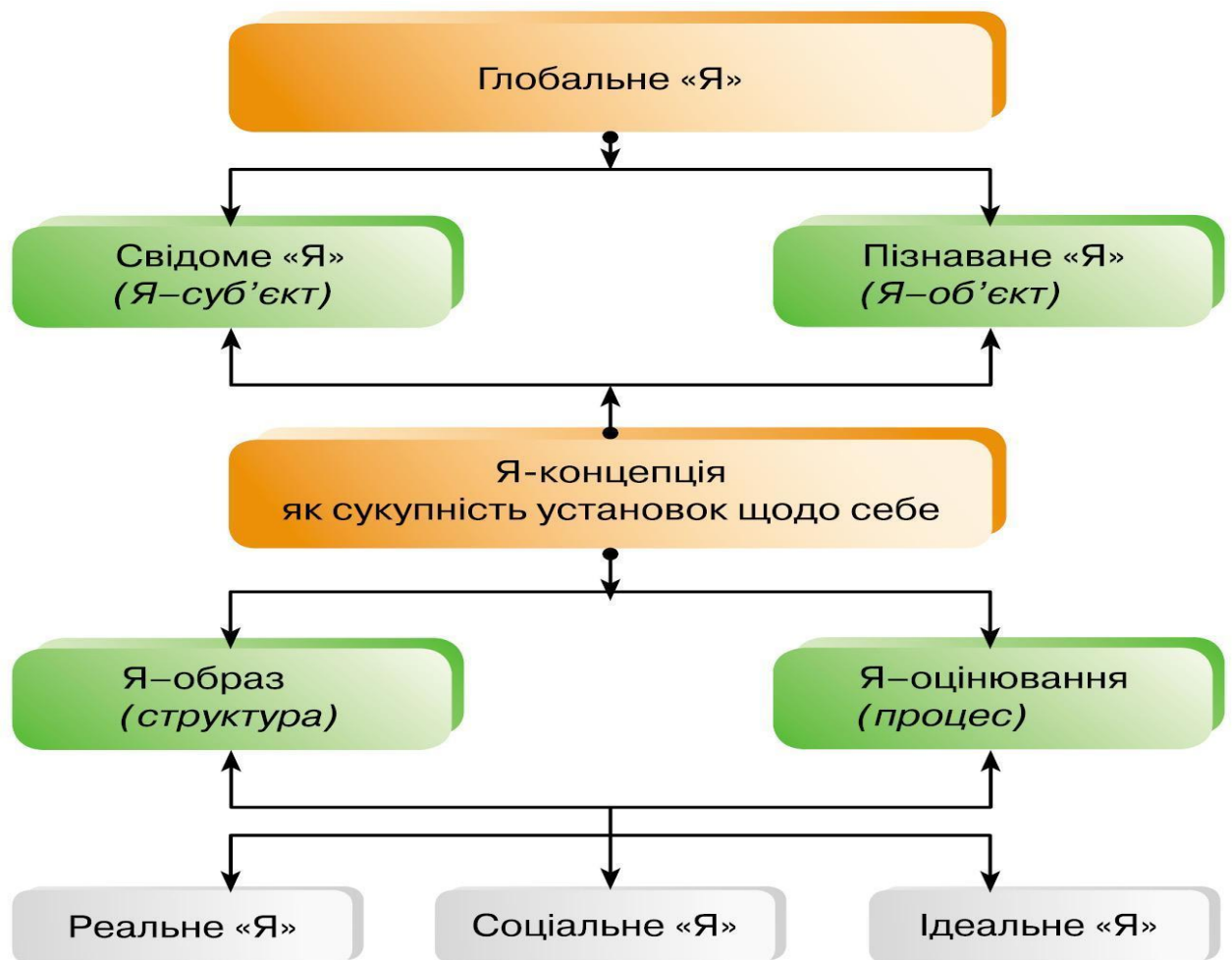


Рис. 1.1. Структура Я-концепції за У. Джемсом

Крім того, Я-концепція описують із боку змісту та характеру уявлень про себе, складності та різноманітності цих уявлень, їх суб'єктивної важливості для особистості, а також внутрішньої цілісності та узгодженості, послідовності у часі. Тобто, Я-минуле, Я-теперішнє, Я-майбутнє (М. Розенберг, Є. Т. Соколова). Викокремлюється також динамічне Я (як, на мій погляд, я змінююся, еволюціоную, яким я хочу бути), "уявне Я", "Я маска", "фантастичне Я" тощо. Як зазначає К.Роджерса, відмінність між "ідеальним" Я і "реальним Я" – вони є основними джерелами розвитку, хоча сутнісні суперечності між ними можуть бути джерелом внутрішньо-особистісних конфліктів [6, 17].

Варто зазначити, що досліджуючи Я-концепцію як поєднання всіх уявлень людини про себе Р. Бернс, вважав, що її не можна розглядати як одновимірне утворення, тобто Я-концепцію не можна зводити до суми певних уявлень людини про себе (рис. 1.2) [29, с. 241].

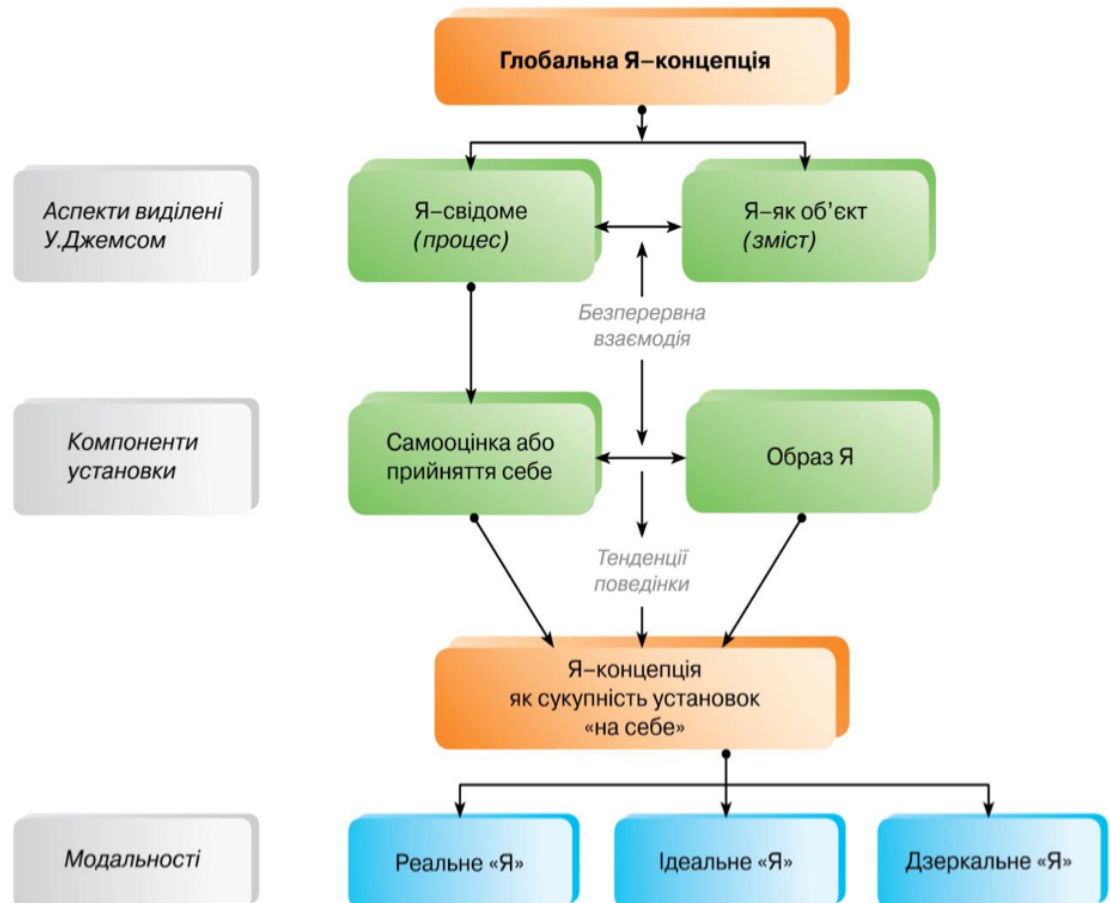


Рис. 1.2. Я-концепція за Р. Бернсом

Взагальному структуру Я-концепції розглядають у сукупності таких компонентів (рис. 1.3) [28, с. 43]:

– когнітивний– уявлення про себе, свої навички, здібності, соціальну приналежність;

- емоційно-оцінний – основою є самооцінка як афективна оцінка уявлень людини про власну особистість; самооцінка передбачає такі підструктурні компоненти: позитивне чи негативне самоставлення людини; самоповага чи самозневага, почуття власної цінності або комплекс неповноцінності тощо.
- поведінковий – характерні поведінкові дії, тобто певна реакція, яка виникає через Я-образ та самооцінку.



Рис. 1.3. Структурні компоненти Я-концепції

У житті кожного з нас «Я-концепція», за великим рахунком, має потрійне значення.

В першу чергу, «Я-концепція» забезпечує внутрішню узгодженість особистості і відносну поведінкову стійкість. У разі, коли новий досвід, який отримує людина, не розходиться з його баченням себе, він легко приймається «Я-концепцією». Але якщо цей досвід не узгоджується з наявним чином і суперечить йому, активізуються механізми психологічного захисту, які допомагають людині або якось пояснити негативний досвід, або просто відкинути його. Завдяки цьому, «Я-концепція» залишається врівноваженою, причому, навіть якщо реальний досвід ставить її під загрозу. Згідно з ідеєю

Роберта Бернса, таке прагнення особистості захиститися і уникнути руйнівного впливу можна назвати однією з основ нормального поведінки.

Другою функцією «Я-концепції» можна назвати визначення характеру розуміння людиною одержуваного досвіду. Бачення себе є специфічним внутрішнім фільтром, що визначає особливості сприйняття індивідом будь-якої події і будь-якій ситуації. Коли події і ситуації проходять через цей фільтр, вони піддаються переосмисленню і їм надаються значення, які відповідають «Я-концепції».

І, нарешті, третім в цьому списку є те, що «Я-концепція» є основою очікувань людини, простіше кажучи, його уявлень про те, що має статися. Люди, які впевнені у своїй значимості, завжди очікують, що і навколишні буде ставитися до них відповідним чином, а ті, хто сумнівається в своїй цінності, схильні вважати, що вони нікому не потрібні і нікому не подобаються і, як наслідок, намагаються максимально обмежити свої соціальні контакти.

Звідси і висновок, що розвиток особистості кожної людини, а також її діяльність і поведінка завжди обумовлені впливом «Я-концепції».

Отже, тема «Я-концепції» тісно пов'язана з процесом самопізнання, а це означає, що якщо людина розбереться в особливостях своєї особистості і усвідомлює свою власну «Я-концепцію», функціонувати в світі, взаємодіяти з оточуючими, досягати успіхів і розвиватися йому стане набагато легше і навіть цікавіше.

Здійснивши короткий опис наукових підходів до обґрунтування змісту та структури Я-концепції розглянемо детальніше її емоційно-оціночну складову - самооцінку.

РОЗДІЛ II. ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

2.1 Формування психіки та характеру в юнацькому віці

Юність - це період усвідомлення і прийняття людиною відповідальності за свою долю і близьких для нього людей. Це - початок справді дорослою, складної як внутрішньої, так і зовнішньої адаптації до життя, включаючи прийняття багатьох умовностей, соціальних норм, ролей і норм поведінки, не завжди відповідних актуальним внутрішнім установкам людини в даний момент часу в даній ситуації.

Юність - завершальний етап первинної соціалізації. В якості основних інститутів соціалізації, перш за все, виступає сім'я і навчальний заклад, відповідно, батьки, ровесники і викладачі. Виділяють найближче соціальне оточення, далі - численні так звані малі групи, трудові колективи, де формуються професійні ролі. Через ці канали особистість в цілісну соціальну систему шляхом освоєння ідеологічних і культурних цінностей суспільства. Значущим етапом в процесі соціалізації є спілкування. Зважити ж особистісні особливості партнера по спілкуванню можна тільки на базі самооцінки, так як вона має на увазі оцінку себе, своєї діяльності, свого становища в групі і свого ставлення до інших членів групи.

Механізм, за допомогою якого людина пізнає себе і ставиться до самої себе – це самосвідомість. Ми повністю згодні з поглядом П.Чамати [7, 234], згідно з яким виділяються три основні компоненти самосвідомості:

- 1) когнітивний (пізнавальний) - система уявлень і знань індивіда про себе (самопізнання, самоаналіз, уявлення про себе, самооцінка тощо);
- 2) емоційно-оцінний - емоційна оцінка своїх уявлень і знань індивіда про себе, емоційне ставлення до себе (почуття скромності, гордості, власної гідності тощо);

3) поведінковий (регулятивний) - усі ті прояви психічної активності, у яких виступає свідоме регулювання власних дій, вчинків, свого ставлення до оточуючих і до самого себе (самовладання, самодисципліна, самоконтроль тощо).

Ранній юність - це період самопізнання, основою якої є структурована індивідуальна система. Завдяки їй у молодій людині формується відповідна ідентичність, яка забезпечує до формування необхідних важливих життєвих виборів, до особистісного та соціального самовизначення, життєвих можливостей. Юнацький вік є чутливим до процесу формування ціннісних тенденцій як стійкого елемента життєвої перспективи.

У юнацькому віці рефлексивні особливості самосвідомості поглиблюються та поширюються. Рефлексія - це процес самосвідомості, в основі якого людина пізнає себе як активного субєкта. Найважливішим надбанням цього віку є відкриття свого внутрішнього світу. За допомогою рефлексії молода людина забирає можливості залучення до власного досвіду.

Спеціальним найкращим процесом у розвитку самосвідомості молоді є формування особистих ідентифікацій, формування відповідного, повідомленого огляду на їх важливість.

Тільки через усвідомлення високого ступеня своєї індивідуальності проявляється важлива функція - захисна. Вона полягає в прагненні до захисту своєї індивідуальності від загрози її нівелювання.

Якщо людина володіє розвиненою самосвідомістю, то для нього максимальне значення має формування себе як особистості, збереження своєї індивідуальності, не звертаючи увагу на перешкоди.

Е. Розглядаючи розвиток Я у цьому віці, Ericsson розглядає взаємодію взаємозв'язку біологічної зрілості із соціальною взаємодією. На думку вченого, психологічної ідентифікації після того, як молода людина змогла зрозуміти, що стосується хвилин і представити все, що вона знає про себе в

майбутньому. У ситуації, коли людина не може змогти вирішити проблему ідентичності, вона не може визначити себе, створити ідентичність.

Формування особистості в ранньому підлітковому віці закінчується більше структурованою системою оцінок, яка визначає порядок, у разі встановлення та досягнення життєвими пріоритетами та цілями. Існують певні уявлення про те, що вони є і як будувати своє подальше життя. Завдяки особливій стійкості ідентичності, єдності та почуттю самоперевершеності молода людини готова обдумати вибір життєвої позиції, скласти життєві плани, розглянути життєві можливості, інформувати, робити життєвий вибір.

У ранньому юнацькому віці збагачується емоційна сфера особистості, що зростає.

Внутрішній світ старшокласників дуже складний і крихкий.

У юнацькому віці відчуття самотності часто збільшується, згідно Е.Фромом, якщо воно триватиме довго і не зникне зі зміною нового віку, можуть виникнути психічні розлади, такі як фізичне голодування до смерті. Відчуття самотності в ранньому юнацькому віці не є стабільним в нормі і зникає, при виникненні особистісних стосунків.

Однією з найважливіших рис особистості, яка починається в підлітковому віці, є самоповага, проста міра самооцінки, міра самоприйняття чи неприйняття себе як особистості. Хлопчики та дівчатка з низькою самооцінкою мають вищий рівень індивідуальних соціальних потреб, уникаючи будь-якої діяльності, що має конкурентні переваги. Ці молоді люди часто відмовляються досягти своїх цілей, оскільки втрачають віру у власні сили. А, це підсилює низьку самооцінку.

Однією з ознак розвитку особистості у ранньому юнацькому віці є вироблення світогляду, системи поглядів на світ, суспільне життя, минуле і майбутнє, на мораль, науку, мистецтво, на людину та сенс її життя. Світогляд

регулює відносини між хлопцями та дівчатами, що впливає на ключові тенденції, ставлення до людей та проектування планів на майбутнє.

У ранньому юнацькому віці моральна свідомість людини піднімається на вищий рівень, рівень свідомих моральних переконань. Молоді люди вибирають поведінку у різних ситуаціях відповідно до своїх етичних вказівок та переконань.

Формування моральних цінностей у старшокласників тісно пов'язане з формуванням їх моральних ідеалів. Етичні ідеали є моделлю, коли студенти порівнюють свідомі процеси самонавчання з особистим самовдосконаленням.

Зміни в свідомості людини, самосвідомості і світогляді особистості, що відбуваються в цьому віці, впливають на розвиток її інтересів (пізнавальних, естетичних, етичних). Інтереси стають більш зрілими, серйозними, довгими, стабільнішими, їх зміст поглиблюється.

Професійні інтереси старшокласників стали зрозумілішими. Здається, вони глибоко вивчають теми, що стосуються обраної ними сфери діяльності, реалізуючи свій потенціал для цієї діяльності.

Орієнтир зайняли спортивні інтереси. Їх не дуже цікавить мистецтво, яке є пасивним.

При формуванні майбутньої сімейної особистості, вирішальне значення в гендерному розвитку індивіда має юнацький вік.

У ранній юності остаточно формуються базові моральні, світоглядні основи особистості, які більшість людей проносять через залишок свого життя.

Можна вважати, що до закінчення школи характер людини в цілому є сформованим. Те, що відбувається з людиною в подальшому, майже ніколи не робить характер його невпізнаним для тих, хто з ним спілкувався в шкільні роки.

Однак характер не є застиглим утворенням, а формується і трансформується протягом усього життєвого шляху людини. Після закінчення навчання найбільше "нововведення" в характері відбудеться в перші кілька років роботи молодшої людини. Цікава робота, продуктивні відносини з колегами і начальством породять любов до праці, до трудових досягнень. Рутинна робота, деструктивні стосунки з колегами можуть породити пасивність і утриманські настрої.

Багато дорослих, свідомі люди є самі творцем свого характеру. Вони аналізують свою поведінку, свої думки і почуття. Якщо щось не подобається в собі, то самі себе виховують. Люди, здатні до самовиховання, зазвичай досягають значно більше успіхів в житті, ніж більш пасивні їх "антагоністи".

Величезний вплив на формування і розвиток характеру в усі періоди життя надає зовнішній інформаційний фон:

- судження оточуючих людей про життя,
- вчинки оточуючих людей,
- художня література (судження і вчинки вигаданих персонажів),
- кіно і інші медіа-образи,
- панівна ідеологія в суспільстві.

Отже, характер особистості є складним синтезом типу нервової діяльності та життєвих вражень, умов життя, виховання. Жива істота, писав І. Павлов, з дня народження зазнає найрізноманітніших впливів навколишнього середовища, на які вона неминуче повинна відповідати певною діяльністю, що часто закріплюється на все життя і виявляється у певних рисах характеру. Отже, характер, вважав І. Павлов, "є сплав з рис типу та змін, зумовлених середовищем".

2.2 Формування самооцінки в юнацькому віці

Чому так важлива самооцінка? Тому що самооцінка - це віра в себе і в свої сили. Завдяки самооцінці ми впевнені в тому, що можемо впоратися з

будь-якими життєвими завданнями. Самооцінка дає нам відчуття гідності, впевненість у праві на щастя і т.д. Проблеми з самооцінкою ведуть до проблем в сімейному житті, на роботі і в стосунках з оточуючими. Самооцінка - це оцінка людиною самого себе: своїх якостей, можливостей, здібностей, особливостей своєї діяльності.

Самооцінка характеризується за такими параметрами:

1. рівню - висока, середня, низька;
2. співвідношенню з реальною успішністю - адекватна і неадекватна;
3. особливостям будови - конфліктна і безконфліктна.

У юнацькому віці людина стурбована оцінкою нових знань і прагне вибудовувати свою поведінку на основі свідомо вироблених або засвоєних критеріїв і норм. Рання юність характеризується появою почуття власної неповторності, особистої індивідуальності; в негативному варіанті виникає розпливчасте «я», рольова і особистісна невизначеність. Головне новоутворення цього віку - відкриття «я», розвиток рефлексії, поява життєвого плану, поступове вrostання в різні сфери життя.

В психологічних дослідженнях самооцінка інтерпретується як емоційно-оціночна складова Я-концепції [6, 107], особистісне утворення, що приймає безпосередню участь в регуляції поведінки і діяльності, як автономна характеристика особистості, її центральний компонент, що формується при активній участі самої особистості відображає якісну своєрідність її внутрішнього світу. [8, 12].

Юнацький вік - представляється в психології, як один з найбільш важких періодів становлення повноцінної особистості. Головним фактором формування психологічних особливостей розвитку юнаків і дівчат є поява адекватної самооцінки. У працях численних психологів, дослідження присвячені юнацького віку, найчастіше акцент ставиться на елементах розвитку адекватної самооцінки і самосвідомості особистості.

Важливою особливістю самооцінки, як компонента структури Я-концепції, є відповідність Я-реального та Я-ідеального. Іншими словами, цей елемент також характеризується оцінкою особистості щодо рівня наявності в неї певних якостей, відповідно до певних еталонів.

Будь-яка психічно здорова особистість проявляє схильність до адекватної самооцінки, самовизнання, самоповаги. Самоповага – це власне ціннісне судження, що проявляється в концепції людини щодо себе [33, с. 95]. Це означає, що поняття «самоповага» характеризується самозадоволенням, самосприйняттям, почуттям власної гідності, узгодженістю між Я-реальним та Я-ідеальним.

До вимірів самооцінки – належать рівень адекватності та ступінь її стійкості [30, с. 59]. Рівень адекватності самооцінки демонструється у відповідності або різниці із фактичною мірою вираженості певної якості у суб'єкта самооцінки.

Неадекватний рівень самооцінки проявляється в завищеній або заниженій самооцінці [31]. Звнижена самооцінка проявляється у безперервній тривозі, що спонукає людину знизити рівень контакту з суспільством. Завищена самооцінка проявляється у впевненості людини в самому собі та визнанні тільки своєї думки.

Адекватна самооцінка сприяє хорошему самоочуттю та стійкості до критики (рис. 2.1) [32].



Рис. 2.1. Види самооцінки особистості

Отже, адекватна самооцінка впливає на розвиток позитивної Я-концепції, а неадекватна самооцінка формує негативну Я-концепцію особистості [29].

Для адекватної самооцінки істотними є три моменти. По-перше, важливу роль у її формуванні відіграє зіставлення образу реального Я з образом ідеального Я, тобто з уявленням про те, якою людина хотіла б бути. По-друге, важливий чинник формування самооцінки, пов'язаний з інтеріоризацією соціальних реакцій індивіда. Це означає, що особа схильна оцінювати себе так, як оцінюють її інші люди. По-третє, індивід оцінює успішність своїх дій-виявів через формат своєї ідентичності. [6, 26].

Проведення дослідження, щодо аналізу самооцінки студентів 1-4 курсів

Мета: виявити рівень самооцінки особистості.

Об'єкт дослідження: студенти 1-4 курсів.

Предмет дослідження: особливості самооцінки.

Хід проведення: Досліджуваному пропонується тест-опитувальник, який містить 15 тверджень, з приводу яких можливі 5 варіантів відповідей,

кожний із яких кодується балами за схемою: дуже часто – 4 бали, часто 3 бали, іноді – 2 бали, рідко – 1 бал, ніколи – 0 балів.

<https://docs.google.com/forms/d/1tPnGCCjfEoQURQT1hrunEuqtuRZY65waqClxYgW5dZA/edit#responses>

Дане дослідження було проведено серед 20 учасників-студентів.

Інтерпретація результатів:

Сума балів від 0 до 20 засвідчує високий рівень самооцінки, за якого людина, як правило, виявляється не обтяженою “комплексом неповноцінності”. Особистість адекватно реагує на зауваження інших і рідко сумнівається у своїх діях. Характеризує впевнену у своїх діях людину.

Сума балів від 20 до 40 вказує на середній рівень самооцінки, за якого людина рідко страждає від “комплексу неповноцінності” і лише час від часу старається пристосуватися до думки інших.

Сума балів від 40 до 60 вказує на низький рівень самооцінки, за якого людина хворобливо переносить критичні зауваження на свою адресу, сумнівається у правильності своїх дій, старається завжди рахуватися з думкою інших і часто страждає від “комплексу неповноцінності”.

ТЕСТ № 2 НА САМООЦІНКУ

Даний тест дуже простий. В ньому запропоновані 8 питань, після відповіді на які підраховується кількість балів і стає зрозуміло, яка у людини самооцінка. На кожне питання має бути даний лише один варіант відповіді.

Питання 1: як ти ставишся до невдач? Що ти робиш в разі провалу?

- а) засмучуюсь, впадаю в депресію;
- б) засмучуюсь, але шукаю шляхи виходу з ситуації;
- в) не переймаюся, оскільки в цьому немає сенсу.

Питання 2: як ти можеш описати себе?

- а) мене всюди переслідують невдачі;
- б) я намагаюся вчитися на своїх помилках;
- в) я переможець по життю.

Питання 3: ти - ...

- а) песиміст;
- б) реаліст;
- в) оптиміст.

Питання 4: якщо ти зайнятий і у тебе багато справ, а колеги тебе попросять допомогти їм вирішити якусь важку задачу, то ...

- а) ти допоможеш їм, адже у тебе немає іншого вибору;
- б) ти допоможеш їм, якщо у тебе з ними хороші стосунки і ти вільний;
- в) ти їм в будь-якому випадку не станеш допомагати.

Питання 5: якщо ти не справляєшся з чимось важливим, то ...

- а) спробуєш зробити все сам;
- б) поставиш колег і друзів до відома про те, що тобі потрібна допомога, і продовжиш займатися пошуком рішення;
- в) зроблю так, що мою роботу виконає хтось інший.

Питання 6: якщо хтось встане навмисне перед вами в черзі, що ви будете робити?

- а) нічого, адже, можливо, він або вона поспішає;
- б) ввічливо скажете людині, що він не правий. Якщо отримаєте відмову, то спробуєте вирішити проблему по-іншому;

в) у вас відняли особистий час, тому не зупинитеся, поки людина не встане в чергу за правилами.

Питання 7: якщо ви б вам запропонували роботу, пов'язану з управлінням персоналом, то що б ви зробили?

- а) відмовилися, оскільки це дуже важко, і на вас лежатиме велика відповідальність;
- б) взяли б час на роздуми, щоб оцінити свої можливості і запитати поради у близьких і друзів;
- в) відразу б погодилися.

Питання 8: як часто ви знайомитеся з людьми з власної ініціативи?

- а) майже ніколи або ніколи;
- б) рідко, час від часу. Повинна бути вагома причина або моя зацікавленість;
- в) знайомлюся завжди, коли перебуваю в відповідному настрої.

Інтерпретація результатів:

Якщо ви набрали від 8 до 16 балів включно, То ваша самооцінка є заниженою, і впевненості в собі, ймовірно, не вистачає. В даному випадку рекомендуємо прочитати статтю про те, як підвищити самооцінку і розвинути впевненість в собі. Пам'ятайте, що ваш випадок дуже поширений і тисячі людей щодня по всьому світу позбавляються від невпевненості різними шляхами.

Якщо ваші бали знаходяться в діапазоні між 17 і 31, То у вас все в повному порядку. Намагайтеся продовжувати дивитися на світ тверезим поглядом і оцінювати свої можливості максимально об'єктивно. Швидше за все, ви хороший друг і товариш, а також маєте свої захоплення, які приносять вам задоволення. Отримати від життя ще більше вам допоможе стаття про правило 20 хвилин, яка розповість про те, як навчитися виробляти корисні звички.

Отже, провівши 2 дослідження, я можу зазначити, що у більшій частині респондентів високий рівень самооцінки, що свідчить про те, що опитувані студенти у більшій частині є впевненими в собі людьми та рідко сумніваються у своїх діях. Досить не значна кількість людей, які мають низький рівень самооцінки.

Хочу зазначити, що людина з високою самооцінкою більш активна, впевнена у собі, робить більш обдумані вчинки, самостійна у власних судженнях, не сприймає критику як «замах» на власну гідність. Такі люди часто – оптимісти, оскільки частіше добиваються свого.

На мою думку, людина з низькою самооцінкою в наш час це досить актуально, адже це одна з найчастіших причин звернення до психолога.

Отже, моє дослідження показало, що серед студентів домінує висока самооцінка. Треба намагатися не впадати в крайнощі, вміти ставити себе на місце інших людей, але і не забувати про себе.

Людині з низьким рівнем самооцінки вкрай складно реалізувати себе в житті, йому заважає велика кількість комплексів і невпевненість в собі. Психологічні тести допомагають виявити проблеми, пов'язані з оцінкою свого Я, а значить, в подальшому ці проблеми можна вирішити або самостійно, або за допомогою психологів.

ВИСНОВКИ

Отже, з одного боку, самооцінка є найважливішою формою особистості, яка безпосередньо бере участь у регуляції поведінки та діяльності людини, як самостійний атрибут особистості, який є невід'ємною частиною внутрішнього світу. Цінності являються ядром самооцінки.

З іншої сторони, самооцінка, відноситься до процесу самосвідомості, який є показником рівня її розвитку. У плані самооцінки у трьохкомпонентній схемі Я-концепції самооцінка часто ідентифікується за емоційними установками - рідше цінностями учасників - за допомогою образу Я або за концепцією Я в цілому. Однак слід зазначити, що на практиці дуже важко, а часом і неможливо відокремити оцінку від знання субекта про себе.

Потреби, ідеали та установки людини, що формуються в процесі виховання, стають основою як зовнішніх умов життя, так і власних потреб. Вона почала організовувати своє життя та навчатись, керуючись власними ціннісними орієнтирами та суспільними. Справжній потенціал самонавчання особистості проявляється в міру набуття людиною життєвого досвіду, засвоєння принципів психологічної культури, коли формується світогляд, і з часом формується ідеал, коли людина починає планувати своє життя.

У процесах людського життя формується динамічні типи, тобто система з'єднань нервів у корі великих півкуль головного мозку, яка виникає під впливом різних подразників, що діють в певній послідовності та в певній системі. Повторення таких подразників призводить до утворення міцних нервових зв'язків, які дедалі виявляються автоматичніше без особливого нервового напруження. Динамічні типи є основою звичних дій, рис характеру, більшість з них мимовільні.

Тому характер людини є складний синтез типу нервової діяльності та життєвого досвіду, умов життя, виховання.

Люди народжуються з різними особливостями функціонування мозку через тип нервової системи. Але це фізіологічні відмінності цих людей - лише умови, необхідні для формування в процесі життя різних морально-психологічних якостей, включаючи відмінності в характері.

Те, що в одній сім'ї за схожих умов виростають діти з різними рисами характеру, не може бути доказом природженості рис характеру. Адже однакових умов у вихованні дітей не буває. Багатогранність спілкування, обставин, в які потрапляють діти, їхніх переживань створює надзвичайно різноманітні умови життя та виховання дітей. Саме це, відбиваючись у мозку дитини, викликає найрізноманітніші індивідуальні способи реагування, які поступово стають у кожної дитини своїми, властивими лише їй звичними рисами характеру. Саме те, що морально-етичні норми життя і вимоги до дітей у процесі їх виховання (вказівки, санкції) здебільшого бувають типовими, найбільше зумовлює прояви типових рис характеру, спільних для багатьох людей.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Вікова та педагогічна психологія: навч. Посіб. /О.В.Скрипченко., Л.В.Волинська, З.В.Огороднійчук та ін. - К.: Просвіта, 2006. - 416 с.
2. Возрастная и педагогическая психология /Под. ред. А. В. Петровского. -М., 1979.
3. Возрастная и педагогическая психология / Под ред. М. В. Гамезо и др. -М., 1984.
4. Гоноболін Ф.Н. Психологія //За ред. Н.Ф.Добрині-на. -- М.: Вища школа, 1975. -- С. 136--141.
5. Дудин СИ. О связи темперамента с общими способностями // Психологический журнал. -- 1999. -- Т. 5. -- № 2. -- С. 38-51.
6. Ильина А.Й. Общительность и темперамент школьников. -- Пермь, 1961. -- С. 105.
7. Карпова А. К. Функциональные взаимоотношения между свойствами темперамента как условия эффективной деятельности монотонного содержания // Автореф. дис-., канд. психолог, наук. -- М., 1975. -- С. 20.
8. Ковалев А.Г., Мясищев В.Н. Психические особенности человека. Характер. -- Л.: Издательство Ленинградского университета, 1957. -- С. 155--160.
9. Кон И. С. Психология юношеского возраста. - М., 1979.

10. Крутецкий В. А. Психология обучения и воспитания школьников. - М., 2004.
11. Кулагина И. Ю. Возрастная психология. - М., 2003.
12. Мир детства. Юность. - М., 2001.
13. Немов Р. С. Психология. Т.1. - М., 2002.
14. Крутецкий В.А., Лукин Н.С. Очерки психологии старшего школьника. -- М., 1963. -- С. 120.
15. Крутецкий В.А. Психология. -- М.: Просвещение, 1986.--С. 186--196.
16. Кузин В.С. Психология. -- М.: Высшая школа, 1974. -- С. 241-248.
17. Левитов НД. Детская и педагогическая психология. -- М.: Просвещение, 1964. -- 477 с.
18. Лейтес Н.С. Опыт психологической характеристики темпераментов // Типологические особенности ВНД человека / Под ред. Б.М.Теплова. -- М., 1956. -- С. 267--303.
19. Люблинская А.А. Детская психология. -- М.: Просвещение, 1971. - С. 353-355.
20. Мерлин В.С. Отличительные признаки темперамента // Психология индивидуальных различий. Тексты / Под ред. Ю.Б.Гигатенрейтера, В.Л.Романова. -- М., 1982. -- С. 160-166.
21. Мерлин В.С. Очерк теории темперамента. -- М., 1964. - 302с.

22. Мерлин В.С. Темперамент // Общая психология / Под ред. А.В.Петровского. -- М., 1970. -- С. 376--379.
23. Небылицын В.Д. Избранные психологические труды / Под ред. Б.Ф.Ломова. -- М., 1990. -- 406 с.
24. Небылицын В.Д. Темперамент // Психология индивидуальных различий. Тексты / Под ред. Ю.Б.Гиппен-рейтера, В.Я.Романова. -- М., 1982. -- С. 153--159.
25. Немов Р.С. Психология Книга 1. -- М., 2004. -- С. 394-401.
26. Основи психології / За ред. О.В.Киричука, В.А.Роменця. -- К.: Либідь, 2005. -- С. 212--218.
27. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. -- Самара: Издательский Дом «БАХРАХ», 2004. -- 672 с.
28. Кон И. С. Категория «Я» в психологии / И. С. Кон // Психологический журнал. 1981. No 3. – С. 43–54.
29. Бернс Р. Развитие «Я-концепции» и воспитание / Р. Бернс. – М. : Педагогика, 1986. – 421 с.
30. Визгин А. В. Внутренний диалог и самоотношение / А. В. Визгин, Т. В. Столин // Психологический журнал, 1989. No 6. – С. 50 – 57.
31. Сафин В. Ф. Устойчивость самооценки и механизм ее сохранения / В. Ф. Сафин // Вопросы психологии. 1975. – No 3. – С. 62–67.

32. Шибрук О.В. Самооцінка та рівень домагань у структурі Я–концепції курсантів / О. В. Шибрук // Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology. – Budapest, 2015 – III (19), Issue : 38. – 123 p. – P. 119–122.
33. Бороздіна Л. В. Дослідження рівня домагань / Л. В. Бороздіна // Навчальний посібник. – М. : Інс-т Психології РАН РФ, 1993. – С. 141.