

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ САМООЦІНКИ ЯК КОМПОНЕНТА САМОСВІДОМОСТІ ПІДЛІТКІВ

Однією з найважливіших проблем в наш час є проблема цілеспрямованої підтримки становлення особистості. Вирішення цього завдання вимагає розгортання психолого-педагогічних досліджень, які розкрили б закономірності розвитку людини як цілісної особистості, формування її ціннісних орієнтацій, переконань, ставлень, самооцінки тощо.

В останні десятиріччя все більше увага дослідників звертається до проблеми пошуку механізмів і закономірностей становлення самосвідомості особистості. Загальна проблематика самосвідомості особистості посіла значне місце у теорії психології завдяки працям Р. Бернса, У. Джемса, І. Кона, К. Роджерса, С. Рубінштейна, В. Століна, І. Чеснокової, Т. Шибутані, К. Юнга, В. Ядова та інших.

Існує декілька підходів до визначення сутності та структури самосвідомості, а окремі її компоненти були предметом численних досліджень, як у зарубіжній, так і у вітчизняній психології. У працях вітчизняних і зарубіжних психологів (Н. Анкудінова, В. Асєєв, Р. Бернс, А. Бодальов, Л. Божович, Є. Бондаренко, А. Валлон, В. Левкович, Г. Ліпкіна, П. Чамата) представлені теоретичні положення про співвідношення та взаємодію внутрішніх і зовнішніх чинників становлення свідомості і самосвідомості особистості, генезис самосвідомості, її складових.

Мета статті полягає в розкритті психологічного змісту феномена самооцінки як важливого компонента самосвідомості особистості та висвітленні особливостей розвитку самооцінки у підлітковому віці.

У підлітковому віці самооцінка стає важливим чинником особистісного благополуччя і не може бути зведеною лише до адаптації до зовнішніх умов. Адекватність самооцінки зумовлює внутрішній психологічний стан підлітків та визначає умови їх життєдіяльності.

Доцільність вивчення психологічних особливостей самооцінки як елемента самосвідомості у підлітковому віці зумовлена наступним: по-перше, підлітковий вік є важливим етапом розвитку самосвідомості та її структурних компонентів; по-друге, зрілість параметрів самооцінки є важливою передумовою ефективної адаптації підлітка до соціуму; по-третє, особистісне зростання індивіда залежить від набутих у підлітковому віці навичок розв'язання завдань, адекватних власному потенціалу та його належному усвідомленню.

Підлітковий період – це період інтенсивного формування самооцінки, бурхливого розвитку самосвідомості як здатності спрямовувати свідомість на власні психічні процеси, включаючи і складний світ своїх переживань, потреби пізнати себе як особистість. На межі молодшого шкільного віку і підліткового відбувається криза самооцінки. Помічено різкий зріст незадоволеності собою. Встановлено, що в підлітковий період формується уміння оцінювати себе не тільки через вимоги авторитетних дорослих, а й через власні вимоги.

Виділяють такі стадії розвитку самооцінки підлітка: стадія 10-11 років (підлітки підкреслюють свої недоліки, вони глибоко переживають невміння оцінити себе, переважає критичне ставлення до себе); стадія 12-13 років (актуалізується потреба в самоповазі, загальному позитивному ставленні до себе як до особистості); стадія 14-15 років (виникає «оперативна самооцінка», яка визначає ставлення підлітка до себе в теперішній час, підліток зіставляє свої властивості з нормами) [4].

Фаза індивідуалізації в підлітковому віці характеризується уточненням і розвитком знань про самого себе – активним формуванням образу «Я». Провідним центральним психічним новотвором підлітка стає почуття дорослості й самосвідомість, потреба усвідомити себе як особистість. У підлітка виникає інтерес до свого внутрішнього життя, власної особистості, потреба в самооцінці, зіставленні себе з іншими людьми. Проблема самосвідомості виникає із практичної діяльності, визначається зростаючими вимогами дорослих й потребою оцінити свої можливості, для того щоб знайти своє місце в колективі.

Спочатку в основі самосвідомості підлітка як і раніше лежать судження про нього інших – дорослих (учителів і батьків), колективу, товаришів. Молодший підліток немов дивиться на себе очима оточуючих. Підростаючи, дитина починає більш критично ставиться до оцінок дорослих, для неї стають важливими й оцінки її однолітків, і власні знання про ідеал; крім цього, починає позначатися тенденція самостійно аналізувати й оцінювати власну особистість. Але, оскільки підліток ще не має достатнього вміння правильно аналізувати власні особистісні прояви, то на цій основі можливі конфлікти, в основі яких лежать протиріччя між рівнем домагань підлітка, його думкою про себе і його реальним положенням в колективі, ставленням до нього з боку дорослих і товаришів. Установлено, що у дітей, яких негативно сприймають однолітки, формується більш низька самооцінка, і навпаки.

І. Кон так описував розвиток самосвідомості й образу «Я»: «Дитина росте, змінюється, набирається сил до перехідного віку, проте це не викликає в неї тяги до інтроспекції. Якщо це відбувається тепер, то насамперед

тому, що фізичне дозрівання є одночасно соціальним симптомом, знаком дорослішання, змужніння, на яке звертають увагу й за яким пильно стежать інші, дорослі й однолітки. Протиріччя положення підлітка, зміна його соціальних ролей і рівня домагань – ось що в першу чергу актуалізує питання: «Хто Я?» [5].

У підлітковому віці людина переглядає багато цінностей, в основному орієнтуючись у своїх смаках і взірцях на референтну групу. Уцілому для молодшого підліткового віку (особливо яскраво це проявляється в 12-літніх) характерні негативні оцінки себе (за науковим даними так оцінює себе приблизно третя частина дітей цього віку). Але вже до 13 років спостерігається позитивна динаміка в самосприйнятті. До юнацького віку людина має більш диференційовану оцінку власної поведінки в різних ситуаціях, з'являється розгорнута система самооцінок і в основному складається «Я-образ» – відносно стійка система знань про себе [6].

Провідною діяльністю підлітка є інтимно-особистісне спілкування з ровесниками. Це дає йому можливість виявити себе й самоствердитися. Саме тому підлітки активізують інтимно-особистісне й стихійно-групове спілкування як у школі, так і поза нею. З безлічі сфер спілкування підлітком виділяється референтна група однолітків, на вимоги якої він орієнтується й думка якої є важливою в значимих для нього ситуаціях.

Підліток яскраво проявляє себе у мотиваційно-потребовій сфері – сфері спілкування, емоційних контактів. У цьому віці надзвичайно розвинене почуття афіліації, тобто прагнення приналежності до груп собі подібних. Гостро переживається будь-яке порушення в сфері взаємин з товаришами. Дійсна або надумана втрата звичного положення нерідко сприймається підлітком як трагедія. Самооцінка свого місця в соціумі відіграє якщо не вирішальну, то одну з головних ролей у формуванні особистості, визначаючи в значній мірі соціальну адаптацію й дезадаптацію особистості, будучи регулятором поведінки й діяльності.

Якщо самооцінка підлітка не знаходить підтримки в соціумі й потреба в самоповазі залишається нереалізованою, то розвивається різке відчуття особистісного дискомфорту. Одним з розповсюджених шляхів вирішення цієї проблеми є перехід підлітка в групу, у якій характеристика його особистості оточуючими адекватна самооцінці або навіть перевершує її. Описаний шлях зняття протиріччя між оцінкою й самооцінкою іноді може приводити до негативних наслідків, залежно від виду неформальної групи, у яку включається підліток.

У силу своїх вікових особливостей підлітки набагато частіше інших вікових груп можуть стати дезадаптованими в результаті порушення внутрішньої або зовнішньої (іноді комплексної) взаємодії особистості із самою собою або оточенням, що проявляється у внутрішньому дискомфорті, порушеннях взаємин, поведінці й діяльності. Самі по собі вікові особливості не викликають дезадаптацію, але якщо з'являються провокуючі фактори, вона, як правило, виникає й потім її дуже важко подолати [3, с.23-31].

Самооцінка підлітка найчастіше нестабільна й недиференційована. Згідно з літературними даними, на підлітковий вік припадає найбільш суперечливий, конфліктний етап розвитку самооцінки. У різні вікові періоди підлітки оцінюють себе по-різному. Самооцінка молодших підлітків суперечлива, недостатньо цілісна, тому й у їхній поведінці може виникнути чимало невмотивованих учинків. Різниця в темпах їх фізичного розвитку впливає на психіку й самосвідомість [7, с.71-75; 8].

Отже, роль самооцінки в розвитку особистості надзвичайно велика. Вона впливає на життя людини, її ставлення до оточуючих і до самої себе. Самоусвідомлення свого власного «Я» означає новий етап у розвитку особистості, оскільки стає можливим оволодіння процесом її розвитку, активного і цілеспрямованого виховання, і, як наслідок, досягнення цілей, які перед собою ставить людина.

ЛІТЕРАТУРА

1. Аверин В.А. Психология детей и подростков / В.А. Аверин. – СПб: Питер, 1998. – 316 с.
2. Адлер А. Наука жить / А. Адлер; [пер. с англ. Е.О. Любченко]. – К.: Port-Royal, 1997. – С. 57–62.
3. Журбин В. И. Понятие психологической защиты в концепциях З.Фрейда и К. Роджерса / В. И. Журбин // Вопросы психологии. – 1990. – №4. – С. 23–31.
4. Кон И. С. В поисках себя. Личность и ее самосознание. – М.: Политиздат, 1984. – 335 с.
5. Кон И. С. Открытие «Я». – М.: Политиздат, 1978. – 367 с.
6. Кон И.С. Психология ранней юности. – М.: Педагогика, 1989. – 290 с.
7. Лукьянова А. Е. Влияние самооценки внешности учащегося на его общение с другими людьми / А. Е. Лукьянова // Вопросы психологии. – 1989. – №3. – С. 71–75.
8. Обухова Л. Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы / Л. Ф. Обухова. – М.: Академия, 1996. – 387 с.