

4. Подоляк Н. М. Ідивідуально-психологічні особливості асертивності особистості : дис. канд. психол. наук : 19.00.01. «Південноукр. нац. пед. ун-т ім. К. Д. Ушинського»; наук. кер. Санніков О. І. Одеса, 2014. 202 с.

5. Encyclopedia of psychology. Second. end. Consini, Yol. 1–4, N. Y. Ete., 1994. 541 p.

### **Вікторія ОЛЕКСЮК**

*кандидат психологічних наук, доцент, Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка, м. Тернопіль, Україна*

### **Оксана ПЕЧІЛЬ**

*здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти, Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка, м. Тернопіль, Україна*

## **ОСОБЛИВОСТІ СТАНОВЛЕННЯ ТА РОЗВИТКУ ПОЧУТТЯ САМОЦІННОСТІ У ПЕРІОД РАННЬОЇ ДОРОСЛОСТІ**

*Актуальність дослідження.* Психологічна наука, здійснюючи пошук ефективних шляхів особистісного зростання людини, концентрує проблеми, вирішення яких пов'язане з глибоким вивченням внутрішніх аспектів її буття: суб'єктивного та духовного. Саме у зміні поглядів наукової психології на оптимальні шляхи розв'язання індивідуально-особистісних проблем відображається зміщення акценту з пізнавальної парадигми дослідження на екзистенціальну. У стратегічному ж плані розвиток психологічної науки зорієнтований на духовну проблематику, що безпосередньо пов'язано із дослідженням самоцінності особистості.

*Теоретико-методологічне обґрунтування проблеми.* На сучасному етапі психологія самоцінності особистості зосереджується на виявленні та формуванні ціннісно-сислової сфери людини. Так, серед українських вчених, різним аспектам проблеми становлення і розвитку самоцінності особистості в різні періоди онтогенезу присвятили свої праці О. Бреусенко, О. Гуменюк, Л. Сохань, І. Єрмаков, Ю. Лановенко, І. Нікітіна,

Л. Просандєєва, М. Боришевський, Т. Титаренко та ін. Водночас, незважаючи на підвищення наукового інтересу до проблем самоцінності особистості, сьогодні психологія не має цілісної концепції та системи практичних заходів з розвитку самоцінності у період ранньої дорослості. Оскільки психологічні дослідження проблеми самоцінності особистості в онтогенезі переважно ґрунтуються на вивченні дитячого, підліткового чи юнацького віку. При цьому «розвиток самоцінності особистості визначається якісним перетворення особистості, пов'язаним зі зміною рівня її системності, зростанням можливостей функціонування, проявом особистісних ресурсів» [7, с. 430].

*Результати теоретичного аналізу проблеми.* Проблема розвитку самоцінності особистості на різних етапах онтогенезу сьогодні є провідною для психологічної науки. Вчені О. Бреусенко, Л. Сохань, І. Єрмаков виділяють специфічну перманентну кризу самоцінності особистості, яка існує в період ранньої дорослості. Загалом кризу визначають як «феномен внутрішнього світу людини, який виявляється в різних формах переживання непродуктивності свого життєвого шляху» [3, с. 82]. Т. Титаренко визначає кризу особистості як «конфлікт між актуальним, сьогоднішнім напрямом життєвого шляху та майбутньою магістральною лінією, головною життєвою траєкторією» [9, с. 107]. На кожному етапі деструктивної соціалізації є проблеми, події, які долаються успішно, а є й такі, що стають причиною подальшої кризи. За кризових умов «особистість стає перед необхідністю оновлення, перебудови не тільки окремих планів, цінностей, стосунків, а всієї системи самоцінності особистості» [1, с. 93].

Варто зупинитися на аналізі кризи самоцінності особистості у період ранньої дорослості. Важливо, що в юнацький період відбувається розширення когнітивних установок про своє Я, ускладнення спектру емоційно-оцінних переживань і, як наслідок, зміни поведінкових реагувань. У цей період відбувається формування образів самосвідомості, зокрема, Я-ідеального, Я-реального, Я-динамічного, Я-фантастичного. О. Гуменюк наводить положення Ф. Райса про те, що пізній юнацький вік (період ранньої дорослості) відрізняється суттєвою переоцінкою системи самоцінності, що пов'язано із

появою духовного світосприйняття, пошуком сенсу життя, узгодженням моральних переконань. Цей період характеризується становленням Я-професійного, Я-сімейного, поява яких зумовлена потребами трудової і сімейної самореалізації самоцінності. Процес старіння людини супроводжується появою Я-інтегрованого, яке символізує переосмислення власного життєвого шляху [2].

Зауважимо, що розвиток самоцінності в період ранньої дорослості супроводжується кількісними і якісними змінами власного Я. Вчений Е. Еріксон назвав юнацький вік періодом психосоціального мораторію, продовженням підліткового віку до моменту дорослості. Проте юнацький вік виділяється нами в окремий період і розглядається як перехідний етап до стійкої самоцінності, самостійності, відповідальності дорослого. Період юності (17-22 років) є окремим віковим етапом, що визначає подальший розвиток самоцінності [4].

З точки зору розвитку самоцінності особистості, в період ранньої дорослості створюються умови для максимального розкриття можливостей, самореалізації ціннісного Я у професійній діяльності, в інтимно-особистісному спілкуванні та сімейних стосунках. Саме в юності відбувається підготовка до професійного самовизначення, здійснюється вибір сфери соціальної діяльності. На думку І. Нікітіної, професійне самовизначення розглядається як «подія, що кардинально змінює подальше життя» [6, с. 9]. Професійний вибір в період ранньої дорослості трактується як особистий, екзистенціальний вибір, основою якого є наявність альтернатив, варіантів майбутнього.

Важливо, що в період ранньої дорослості віці відбувається надзвичайне розширення соціальних умов розвитку особистості, це виявляється у виборі різноманітних стратегій дорослої поведінки. При цьому соціальна ситуація як умова (завдання) розвитку самоцінності особистості має принципові відмінності від ситуації розвитку в підлітковому віці. Розбіжність пов'язана з входженням в об'єктивний світ свого історичного часу у його громадянській формі, а віднаходження своєї ідентичності особистості в період ранньої дорослості стає афективним центром розвитку самоцінності. Саме тому до близького дорослого юнак ставиться як до ідеалу. Високо оцінені якості є для особистості еталоном у

різних сферах людських взаємин: у сфері дотримання моральних норм, у галузі ставлення до праці та до самого себе. До вказаних якостей особистість «приміряє» своє ціннісне Я – яким бажає стати в дорослому житті.

Почуття інтимності особистості в період ранньої дорослості сприяє новому переживанню цінності Я. Інтимність означає здатність довіряти іншій людині свої таємні почуття, думки, тривоги, радості, без побоювання змінювати власне Я. Почуття близькості переживається як відчуття комфорту від того, що власне ціннісне Я може становити інтерес не тільки для нього самого, але й для інших (наприклад, для чоловіка або дружини). Цей стан переживається як нове досягнення, як успіх, пов'язаний зі своїм ціннісним Я. Разом з тим, успішне професійне зростання також відіграє неабияку роль в оформленні самоцінності та значущості особистості в період ранньої дорослості. Якщо дорослішання у підлітковому віці співвідноситься з умінням диференціювати стосунки, свої реакції від реакцій інших людей, зі здатністю встановлювати обмеження, то дорослішання в період ранньої дорослості визначається умінням інтегрувати особистісні стосунки, здатністю їх розуміти, пов'язувати, продовжувати [8].

Зауважимо, що нездатність вирішити цю особистісну проблему викликає комплексну реакцію, протилежну від самоцінності – почуття власної неповноцінності. Воно виявляється у вигляді глобального почуття самотності. При цьому самотність розуміється нами як переживання стану відчуженості людини від суспільства, знецінення особистості в цілому. В цілому самотність можна розглядати як універсальне, стійке переживання, властиве вільній особистості на всіх етапах її розвитку. Тому для розвитку самоцінності особистості в цей період особливо важливою є здатність юнака вирішувати проблеми комунікації – відчуження, близькості – самотності.

Слід констатувати, що, попри кризовий стан, самоцінність особистості все ж таки здатна до розвитку. Адаптуючись до кризової дійсності, самоцінність в період ранньої дорослості трансформується, відбуваючись здебільшого двома шляхами [5]. У випадку першого – послаблюється вплив ціннісно-орієнтаційних орієнтацій вищого рівня і посилюються ситуативні соціальні установки. Ця

система переважно спирається на життєвий досвід, гіпотези індивідуального порядку, наявність прихильності чи упередженості, забобони тощо. Інший, сприятливіший шлях веде через розвиток самоцінності до духовної зрілості особистості. Духовна зрілість особистості передбачає системну організацію її внутрішнього світу, орієнтацію в соціальному середовищі, майбутні внутрішні зміни на основі розкриття внутрішніх психологічних законів.

#### *Висновок.*

1. Розвиток самоцінності особистості в період ранньої дорослості відбувається на основі певних особистісних конструктів, за допомогою яких людина усвідомлює, інтерпретує, пояснює ціннісні реалії буття та відповідно формує своє внутрішнє Я.

2. Наповнення людиною свого внутрішнього світу спричиняє перетворення самоцінності, оскільки особистість в період ранньої дорослості не тільки намагається розібратися у власному внутрішньому світі, а й визначити свою особистісну цінність, відчути свою унікальність та неповторність.

3. Вихід із кризи самоцінності полягає в необхідності людини не тільки адаптуватися до нових умов життя з мінімальними особистісними втратами, а й осягнути нові життєві цінності та сенси.

#### **ЛІТЕРАТУРА**

1. Бреусенко О.А. Динаміка ціннісно-сислової сфери особистості в умовах екзистенціальної кризи : дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2010. 198 с.

2. Гуменюк О.Є. Психологія Я-концепції : монографія. Тернопіль : Економічна думка, 2002. 186 с.

3. Життєві кризи особистості : у 2 ч. : наук.-метод. посібник / наук. ред. Л. В. Сохань, І. Г. Єрмаков ; ред. В. М. Доній. Київ : ІЗМН, 1998. Ч. 1 : Психологія життєвих криз особистості. 354 с.

4. Історія психології: від античності до початку ХХІ століття : навч. посіб. / авт.-уклад. О. П. Коханова. Київ : Інтерсервіс, 2016. 235 с.

5. Лановенко Ю. Переживання суб'єктом свого дорослішання. *Соціальна психологія*. 2004. № 4. С. 113 –122.

6. Нікітіна І. В. Психологічні особливості суб'єктного самовизначення особистості в період повноліття : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2010. 20 с.

7. Просандєєва Л. Є. Психологічні особливості ціннісного Я. *Проблеми загальної та педагогічної психології*. 2011. Т. XIII, ч. 6. С. 428–437.

8. Психологія самосвідомості : навч. посіб. / уклад. М.Й. Боришевський. Київ : Тандем, 2013. 372 с.

9. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості : у межах і за межами буденності. Київ : Либідь, 2003. 376 с.

### **Тетяна СОВА**

*здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти, Київський університет імені Бориса Грінченка, м Київ, Україна*

### **Олена ЛИТВИНЕНКО**

*доктор психологічних наук, Київський університет імені Бориса Грінченка, м. Київ, Україна*

## **ПСИХОЕМОЦІЙНІ ПРОЯВИ ТА СОЦІАЛЬНА ПОВЕДІНКА ОСОБИСТОСТІ В КОНТЕКСТІ РІЗНИХ ФОРМ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

Однією з найбільш важливих сторін життя дорослої людини виступає трудова діяльність, яка, будучи суспільно корисним видом зайнятості, охоплює більшу частину часу поведінкової активності суб'єкта. Значущість трудової діяльності визначається тим, що вона наділена потужним сенсотворчим потенціалом, виступаючи одним із джерел сенсу буття людини, цариною реалізації її фізичних, інтелектуальних, емоційних ресурсів. Розкриття здібностей, компетенцій та талантів можливе виключно у процесі трудової діяльності, що, на відміну від інших видів діяльності, передбачає активне, творче та довільне перетворення оточуючого світу, підпорядкована свідомій меті, характеризується складністю та багатозадачністю. Об'єктивні характеристики