

ДОСЛІДЖЕННЯ ФОРМУВАННЯ ОБРАЗУ «Я» У ПІДЛІТКІВ

УДК 159.9.075

Козак Олена Вікторівна

Здобувачка вищої освіти факультету публічного управління,
соціальних та природничих наук, спеціальності 053 «Психологія»
КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

Кузьменко Юлія Володимирівна

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри педагогічних наук, професійної та початкової освіти,
КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

Актуальність дослідження. Процес формування образу «Я» у підлітковому віці є однією з найбільш значущих та складних фаз у розвитку особистості. Підлітковий вік – це період інтенсивних фізичних, психологічних і соціальних змін, коли молодь намагається знайти своє місце в суспільстві та зрозуміти свою ідентичність. Формування образу «Я» є ключовим компонентом цього процесу, оскільки він визначає самосвідомість, самооцінку, міжособистісні стосунки та емоційну стабільність підлітка.

Саме в підлітковий період відбувається усвідомлення дитиною своєї індивідуальності, змінюється її ставлення до навколишнього світу, до себе, до інших людей, здійснюється перебудова потреб та мотивів, поведінки, тобто активно формується «Я-концепція».

Проте механізми самопізнання ще надто недосконалі, тому самооцінка у підлітків нестійка, містить випадкові та суперечливі висновки, залежить від зовнішніх оцінок. Тому дитина часто переоцінює або недооцінює себе, а рівень її домагань часто не відповідає рівню фактичних досягнень.

Виклад основного матеріалу дослідження. Підлітковий вік є періодом активних змін в організмі, розумових процесах та емоціях. Одним з основних аспектів цього віку є становлення самосвідомості, де особливе місце займає формування образу «Я». У цьому періоді підлітки починають активно шукати

своє місце в світі, що тісно пов'язано з процесом рефлексії, самооцінки та самовираження. Це час, коли вони намагаються зрозуміти свої бажання, прагнення, цінності, роль у сім'ї, школі та суспільстві.

Проблема розвитку та формування образу «Я» підлітків стала предметом вивчення як зарубіжних, так і вітчизняних психологів. А. Адлер, З. Фройд, К. Юнг підкреслювали важливість для дітей у цей період взірців для наслідування, набуття особистістю стійких орієнтирів для подальшої побудови свого «Я». Л. Божович, І. Булах, Л. Виготський, Е. Еріксон, К. Хорні акцентували увагу на необхідності спілкування та значущості соціальних груп, в яких перебуває підліток в процесі становлення Я-концепції, в тому числі ідеального «Я».

Р. Бернс приділяв значну увагу розвитку «Я-образу» через процеси самоприйняття. Він вважав, що у підлітковому віці важливим є вміння приймати себе таким, яким є, що є основою здорової самосвідомості та самопочуття [2, с. 39].

Е. Еріксона визначав підлітковий вік як період кризи ідентичності, коли підлітки намагаються знайти своє «Я» через дослідження різних ролей. Невдача на цьому етапі може призвести до збереження невизначеності і роздвоєння ідентичності [3, с. 174].

Ж. Піаже акцентував увагу на розвитку когнітивних структур, які дозволяють підліткам рефлексувати та оцінювати свої вчинки, що є необхідним для формування образу «Я» [1, с. 96].

Л. Долинська зосереджувалася на психосоціальних аспектах формування «Я» у підлітковому віці, вказуючи на важливість прийняття «Я» через самооцінку, а також на вплив групи однолітків [4, с. 118].

Образ «Я» – це сукупність уявлень людини про себе, своє місце у світі, свої можливості, обмеження, риси характеру. Важливо, що образ «Я» має не лише когнітивний, але й емоційний аспект, що включає почуття власної цінності, самооцінку, а також емоційну оцінку своєї особистості в контексті соціальних відносин.

Формування образу «Я» у підлітків складається з декількох етапів:

1. Пошук ідентичності. Підліток починає ставити питання «Хто я?», шукаючи відповіді через взаємодію з однолітками, батьками, вчителями, а також через власний досвід.

2. Визначення ролей і належності до соціальних груп. Підлітки часто експериментують з різними ролями та статусами, що може включати зміну зовнішнього вигляду, поведінки, переконань.

3. Розвиток самосвідомості та самооцінки. Самооцінка в підлітковому віці зазвичай є нестабільною, з великими коливаннями між високою впевненістю та сумнівами у своїх силах.

З метою дослідження формування образу «Я» у підлітковому віці було проведено експеримент за участю 60 підлітків. Результати дослідження за методикою «Хто Я?» (М. Кун, Т. Мак-Партленд) показали наступне розподілення різних аспектів самосвідомості: соціальне «Я» становить 15%, комунікативне «Я» – 15%, матеріальне «Я» – 16,7%, фізичне «Я» – 13,3%, діяльнісне «Я» – 13,3%, перспективне «Я» – 15%, рефлексивне «Я» – 11,7%.

Згідно методики «Q-сортування» (В. Стефансон), підлітки мали такі характеристики: 30% показали ознаки залежності, 61,7% – незалежності, 8,3% демонстрували амбівалентність; 75% були товаришескими, 18,3% – нетоваришескими, а 6,7% мали амбівалентне ставлення до соціальної взаємодії. За іншими параметрами: 53,3% підлітків готові до боротьби, 40% уникали її, а 6,7% виявили амбівалентність. В результаті дослідження самооцінки за методикою «Дослідження самооцінки особистості» (С. Будассі) 58,3% підлітків мали адекватну самооцінку, 23,4% – низьку, а 18,3% – завищену.

Дослідження показало, що більшість підлітків мають адекватне уявлення про своє «Я», орієнтуючись на соціальні та комунікативні аспекти.

Проте значна частина з них демонструє ознаки незалежності та товаришескості, що свідчить про здорове соціальне функціонування в цьому віці. Серед підлітків спостерігається чітка тенденція до адекватної самооцінки, але й

певна частина має низьку або завищену самооцінку, що може вказувати на нестабільність у сприйнятті себе.

Отже, результати дослідження вказують на важливість підтримки підлітків у розвитку самосвідомості та формуванні здорового образу «Я», що є важливим аспектом для їх соціальної адаптації і психологічного благополуччя.

Висновки. Процес формування образу «Я» у підлітковому віці є складним і багатограним. Підлітки переживають важливі етапи формування самосвідомості, що включає соціальні, комунікативні, фізичні та діяльнісні аспекти.

Результати дослідження підтверджують, що більшість підлітків мають адекватне уявлення про своє «Я», зокрема через орієнтацію на соціальні та комунікативні характеристики. Водночас значна частина підлітків демонструє тенденції до незалежності та товаришкості, що свідчить про здорове соціальне функціонування.

Проте, деякі з них мають низьку або завищену самооцінку, що вказує на нестабільність в образі себе, що може впливати на їхнє психоемоційне становлення.

Дослідження також виявило, що підлітки потребують підтримки у формуванні позитивного образу «Я» через підтримку дорослих та однолітків, можливості для самовираження та розвитку впевненості в собі.

Список використаної літератури:

1. Скрипченко О. В., Долинська Л. В., Огороднійчук З. В. Вікова та педагогічна психологія: навч. посіб. Київ: Просвіта, 2001. 400 с.
2. Burns, R. B. The Self-Concept: Theory, Measurement, Development and Behaviour. London: Longmans, 2014. 341 p.
3. Erikson E. Childhood and Society. New York: W. W. Norton & Company, 2001. 398 p.
4. Piaget J. The psychology of intelligence. Paris: Armand Colin, 2008. 343 p.