

ної поведінки. Зокрема, спортивні секції, окрім зміцнення здоров'я, виховують у дитини дисципліну; різноманітні гуртки допоможуть у розвитку креативного мислення й дотриманні режиму дня, а участь в учнівському самоврядуванні школи, організація концертів та інших заходів загалом є чи не найефективнішим часом для розвитку відповідальності.

Навчальний заклад відіграє неабияку роль у формуванні відповідальної поведінки особистості. Так, наприклад, соціальний педагог чи психолог проводять профорієнтаційну роботу серед старшокласників, формують у них патріотизм і такі якості, як толерантність, гуманність, позитивний світогляд тощо.

У період юності велика кількість дітей старшого шкільного віку їде на навчання в інше місто, де починає вести самостійне життя. Тому необхідно за період підліткового віку і ранньої юності навчити їх самостійності, правильної розстановки пріоритетів і контролю над фінансами. Щодо розвитку самостійності, то тут допоможе звичайне побутове життя – нехай дитина сама приготує їжу на всю сім'ю чи попросує собі одяг. Стоєвньо правильної розстановки пріори-

тетів у гру вступають розмови на найрізноманітніші теми – від комп'ютерів та одягу до наслідків алкоголізму і профілактики ВІЛ/СНІДу. Щодо фінансового питання найбільш ефективними засобами розвитку відповідальності будуть різноманітні фінансові доручення, як, наприклад, оплата житлово-комунальних послуг чи купівля продуктів.

Старшокласники найчастіше обирають своєю моделлю поведінки поступки батьків і вчителів. Тому дорослі повинні відповідати високим моральним нормам, слідкувати за своїми словами та вчинками, а у випадку виникнення проблем – обирати найгуманніше їх вирішення.

Висновки. Відповідальність формується, перш за все, удома, тому соціальний педагог і практичний психолог мають роз'яснити батькам основи формування відповідальності. Останнім необхідно зрозуміти, що старшокласники – це не маленькі діти, за якими потрібен цілодобовий контроль, а вже практично сформовані індивіди, у котрих є своє світобачення, свої інтереси, цінності та ідеали. Батьки ж можуть направляти дітей, давати поради, підтримувати у важку хвилину.

ЛІТЕРАТУРА

1. Ковешникова О. Т. Сущностные характеристики гражданского самоопределения личности старшеклассника / О. Т. Ковешникова // Известия Волгоградского государственного педагогического университета. – Серия : Педагогические науки. – 2012. – № 7(71). – С. 66–69.
2. Мацефук Е. А. Процессуальные характеристики ценностного отношения к ответственности / Е. А. Мацефук // Электронный научно-образовательный журнал ВГСПУ "Грани познания. – 2013. – № 5 (25). – С. 106–112.
3. Прядейн В. П. Половозрастные особенности ответственности личности / В. П. Прядейн. – Екатеринбург : Урал. гос. пед. ун-т, 1998. – 291 с.
4. Савчин М. В. Вікова психологія : навч. посіб. / М. Савчин, Л. Василенко. – К. : Академвидав, 2009. – 360 с.
5. Электронный ресурс. – Режим доступа : <http://everydaylife.globalpost.com/developing-social-responsibility-teens-2918.html>

Стаття надійшла 14.04.2015 р.

УДК 159.9-153.6

Роксоляна ЗОЗУЛЯК-СЛУЧУК, Оксана ЛЕСЮК

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ ПІДЛІТКІВ

У статті розглядається поняття "самооцінка" з позиції соціальної педагогіки. Аналізуються основні шляхи формування самооцінки, виявлення та вивчення особливостей її прояву в дітей підліткового віку.

Ключові слова: самооцінка, адекватна самооцінка, завищена самооцінка, соціально-психологічний статус.

Р. Зозуляк-Случук, О. Лесюк. **Психологические особенности формирования самооценки подростков.** В статье рассматривается понятие "самооценка" с позиции социальной педагогической. Анализируются основные пути формирования самооценки, выявление и изучение особенностей ее проявления у детей подросткового возраста.

Ключевые слова: самооценка, адекватная самооценка, завышенная самооценка, социально-психологический статус.

R. Zozulyak-Sluchuk, O. Lesyuk. **Psychological characteristics of formation of teenagers self-esteem.** The article deals with the concept of "self-esteem" from the standpoint of social pedagogy. The basic ways of creating a self-assessment, detection and study of the characteristics of display of self-esteem in adolescents.

Keywords: self-esteem, self-esteem, high self-esteem, social and psychological status.

Мета: виявити психологічні особливості формування самооцінки в дітей підліткового віку.

Постановка проблеми в загальному вигляді. Основним інтеграційним ядром індивідуальності є самооцінка особистості, яка багато в чому визначає життєві позиції підлітка, рівень його прагнень та очікувань. Самооцінка впливає на формування стилю поведінки і жит-

тєдіяльність людини. Іншими словами, вона обумовлює динаміку і спрямованість розвитку особистості. Самооцінка – це оцінка особистістю самої себе, своїх можливостей, якостей і місця серед інших людей. Оскільки самооцінка належить до ядра особистості, то вона виступає важливим регулятором її поведінки. Від самооцінки залежать взаємини людини з оточуючими, її критичність, можливість до себе, ставлення до успіхів і невдач. Самооцінка впливає на ефективність діяльності людини і дальший розвиток її особистості; є усвідомленням власної ідентичності незалежно від мінливих умов середовища, проявом самосвідомості індивідуума; істотно позначається на ефективності діяльності та становленні особистості на всіх етапах розвитку.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Залежність характеру й продуктивності всіх форм зовнішньої активності суб'єкта від його ставлення до себе знай-

шла підтвердження у наукових дослідженнях, зокрема, у роботах Р. Бернса, Л. Божович, Т. Драгунової, Д. Ельконіна, І. Кона, А. Леонтєва, А. Петровського, С. Рубінштейна, Д. Фельдштейна та інших. Праці переконливо доводять, що особливості самооцінки впливають і на емоційний стан, і на ступінь задоволення своєю роботою, навчанням, життям, і на стосунки з оточуючими. Разом з тим сама самооцінка також залежить від зазначених вище факторів. Тому ставлення людини до самої себе є однією з фундаментальних властивостей її особистості.

Виклад основного матеріалу. Теоретично самооцінка починає розвиватись уже в ранньому віці. Але тільки в підлітковому віці починає формуватись істинна самооцінка – оцінка людиною самої себе, де перевага віддається критерієві свого внутрішнього світу, обумовлена власним "Я".

Одним із головних моментів бачиться те, що в підлітковому віці відбувається вихід людини на якісно нову соціальну позицію, у якій формується й активно розвивається свідомість і самосвідомість особистості. Поступово відчувається відхід від прямого копіювання оцінок дорослих, зростає опора на внутрішні критерії.

Відомо, що найбільш очевидні зміни в змістовній стороні самооцінки підлітків. Це пояснюється тим, що саме в цей період, досить короткий за своєю тривалістю, спостерігається різкий перехід від фрагментарного й недостатньо чіткого бачення себе до відносно повної, всеосяжної Я-концепції. Так, кількість якостей, які усвідомлює у собі старший підліток, у два рази більша, ніж у молодших школярів. Старшокласники в оцінці себе вже здатні охопити майже всі сторони власної особистості – їх самооцінка стає все більш узагальненою. Крім того, удосконалюються також і їхні судження щодо своїх недоліків.

Судження підлітків про себе передають їхній настрій, відчуття радості буття. Вони розкривають себе в категоріях, які відображають їх навчальну діяльність, улюблені заняття, інтереси, захоплення; орієнтовані на ідеальну самооцінку, але розрив між їх реальною та ідеальною самооцінкою для багатьох з них не виступає якоюсь травмою.

На основі різних досліджень встановлено, що у змісті самооцінки підлітків превалюють головні моральні риси – доброта, чесність, справедливість. Досить високий рівень самокритичності підлітків дозволяє їм визнавати в собі

багато негативних якостей, усвідомлювати необхідність їх позбутися [1, 352].

Таким чином, формування самооцінки – характерна риса особистості підлітка. Особливості самооцінки впливають на всі сторони його життя: емоційне самопочуття і взаємини з оточуючими, розвиток творчих здібностей, і успіхи в навчанні. За низької самооцінки підліток недооцінює свої можливості і прагне до виконання тільки найпростіших завдань, що заважає його самостверженню. Чим вищий ступінь самоприйняття, тим більше підліток вірить у свої власні можливості, успішно завершення починань і тим більших успіхів у підсумку досягає. Однак неадекватно завищена самооцінка також може служити джерелом особистісних проблем.

Крім того, самооцінка виступає показником можливих психологічних проблем окремих учнів і взаємин у колективі. Оскільки для підлітка переважно референтною групою є шкільний колектив, проблеми в навчальній діяльності найчастіше виникають саме через невідповідний статус особи в групі в сукупності (а також через або внаслідок) з неадекватною самооцінкою [2, 138].

Незважаючи на наявні численні дослідження самооцінки в дитячому віці, її вважають новотвором підліткового періоду. Дослідники одноставні в описах особливостей самооцінки дітей цього віку, відзначаючи її ситуативність, нестійкість, схильність зовнішніх впливів у молодшому підлітковому віці і велику стійкість, багатосторонність охоплення різних сфер життєдіяльності в старшому підлітковому періоді.

Так, С. Рубінштейн, характеризуючи розвиток самосвідомості в підлітків, проводить його через ряд ступенів – від найвищого невідання щодо себе до все більш визначеної та іноді такої, що різко хитається, самооцінці.

У процесі розвитку самосвідомості центр уваги підлітків усе більше переноситься від зовнішнього боку особистості до її внутрішньої сторони, від більш-менш випадкових рис до характеру в цілому. З цим пов'язані усвідомлення, іноді перебільшення своєї своєрідності й перехід до духовних, ідеологічних масштабів самооцінки. У результаті людина самовизначається як особистість на більш високому рівні [5, 130].

Багато дослідників відзначають поступове збільшення адекватності самооцінки в підлітковому віці, пояснюючи це тим, що підлітки оцінюють себе нижче за тими показниками, які представля-

ються їм найважливішими, і таке зниження вказує на більший реалізм, у той час як дітям властиво завищувати оцінку власних якостей [2, 85].

У деяких дослідженнях виявлено, що немає значних відмінностей між дівчатками і хлопчиками в здатності до адекватного самооцінювання. Однак здатність адекватно оцінювати інших у дівчаток вища, що пояснюється їх більшою цікавістю до оточуючих. Але слід зауважити, що перенесення знань про оточуючих на своє "Я" у дівчаток не перевищує, а може бути, дещо відставали від аналогічної здатності в підлітків-юнаків.

Адекватна самооцінка – реалістична оцінка людиною самого себе, своїх здібностей, моральних якостей і вчинків. Вона дозволяє суб'єкту поставитися до себе критично, правильно співвіднести свої сили із завданнями різної складності та вимогами оточуючих. Завищена самооцінка означає неадекватне завищення в оцінюванні себе суб'єктом, а занижена самооцінка – неадекватне недооцінювання себе суб'єктом. Психологічна стійкість – стійкість особистості до впливів соціального середовища, у тому числі до впливів суб'єктів міжособистісної взаємодії.

Науковці представили дані про індикатори різних типів самооцінки підлітків. Так, адекватну самооцінку пророкує достовірно сильна орієнтація підлітка на майбутню професію та висока вчительська оцінка виконання норм моральної поведінки.

Завищену самооцінку викликає в підлітка низька оцінка його поведінки однолітками, занижену ж – низька психологічна стійкість [3, 52].

Відомо, що прикордонні розлади виступають ініціальними (початковими) формами психічних аномалій, за яких немає патологічної деформації особистості. "Прикордонна свідомість" – це зміни свідомості, пов'язані з прикордонними розладами психіки.

Амбівалентність – внутрішньосуперечливий емоційний стан або переживання, пов'язане з двоїстим ставленням до чогось, що характеризується одночасним ухваленням і відкиданням.

Так, найбільш значимими й добре усвідомлюваними критеріями свого "Я?" для юнака-старшокласника вважаються комунікативні, вольові та інтелектуальні якості, що дозволяє розглядати їх як підстави ціннісного ставлення підлітка до себе. У такому випадку пізнання себе, формування самооцінки, самоповаги

здійснюються в нього передусім під впливом тих людей з кола найближчого спілкування, які розглядаються ним як носії саме цих якостей, розвинених на етalonному рівні.

Зміст самооцінок дівчаток стосується більшою мірою усвідомлення й оцінки їх взаємин з іншими людьми.

Динаміка оцінних суджень від підліткового віку до юнацького полягає в тому, що оцінні судження підлітків, обумовлені очікуваною оцінкою з боку однолітків, направлені, у першу чергу, на знаходження відповіді на питання: який серед інших, наскільки він схожий на них.

У юнаків оцінні судження, які визначаються власним ідеалом, спрямовані на знаходження відповіді на питання, який він в очах оточуючих, наскільки відрізняється від них і наскільки близький до свого ідеалу. Пізніше самооцінне судження молодих людей означене вже синтезом різних видів оцінок оточуючих, результатами діяльності і спрямовані на пошук своєї значущості для інших і для самого себе.

Необхідність реконструкції тілесного образу Я, побудова чоловічої чи жіночої "родової" ідентичності та поступовий перехід до дорослої генітальної сексуальності є одними з основних завдань періоду пубертатного розвитку [3, 105]. Такими завданнями багато в чому і визначається розвиток Я-концепції підлітків, зокрема їх самооцінка. У цей віковий період інша людина починає займати в житті підлітка абсолютно особливе місце, що пояснюється зв'язком специфіки сприйняття ним фізичного образу інших. І вже за допомогою сприйняття й розуміння інших підлітків приходить до розуміння себе. При цьому зберігається та сама послідовність, що і в пізнанні якостей іншого, тобто спочатку виділяються суто зовнішні, фізичні характеристики, потім якості, пов'язані з виконанням будь-яких видів діяльності, і, нарешті, особистісні якості, більш приховані властивості внутрішнього світу.

На думка вчених, за даними В. Куніцина, в образі сприйманого людиною будь-якого віку головними для підлітка є фізичні особливості, елементи зовнішності, потім – одяг і зачіска, виразна поведінка.

З віком збільшуються обсяг та адекватність оцінюваних ознак; розширюється коло використовуваних категорій і понять; знижується категоричність суджень і з'являються велика гнучкість та різнобічність; у фізичному вигляді іншої людини, одязі, зачісці починають відзна-

чатися ознаки, що відображають характер, своєрідність, індивідуальність, неповторність.

Сприйняття підлітком інших людей може бути обумовлено як об'єктивними, так і суб'єктивними факторами: характером емоційного ставлення, ступенем розвитку пізнавальних здібностей, розумовим розвитком, емоційно-психічним станом і минулим досвідом. Установка сприймати інших людей певним чином пояснюється також індивідуальними особливостями підлітка, впливом на нього групової думки та стереотипів, що склалися в суспільстві [1, 53].

Експериментально доведено, що сприйняття фізичного образу іншої людини у свідомості підлітка потім переноситься і на сприйняття ним самого себе. Так, саме в цей віковий період, коли відбуваються найважливіші перетворення в організмі, коли зовнішній вигляд особи і її фізичні риси починають сильно його хвилювати, тоді відповідність фізичного розвитку дитини стандартам, прийнятим у групі однолітків, стає визначальним чинником у соціальному визнанні, становищі серед інших.

Усвідомлення особливостей своєї зовнішності також впливає на формування в підлітка багатьох важливих якостей (наприклад, впевненості в собі, життєрадісності, замкнутості, індивідуалізму).

Наукові дослідження доказують, що, починаючи з підліткового віку, загальна самооцінка в дівчаток істотно нижча, ніж у хлопчиків, і ця тенденція безпосередньо пов'язана з самооцінкою зовнішності.

У ряді праць виявлено, що Я-концепція дівчат сильніше корелює з оцінкою привабливості свого тіла, ніж з оцінкою його ефективності. У юнаків, навпаки, провідним критерієм самооцінки є ефективність тіла.

Така залежність багато в чому пояснюється соціально-рольовими функціями чоловіків і жінок. Але разом з тим необхідно брати механізми соціального підкріплення, похідні від існуючих стереотипів, які підтримуються і засобами масової інформації.

Характер самооцінки підлітків визначає формування тих чи інших якостей особистості. Наприклад, адекватний її рівень сприяє формуванню впевненості в собі, самокритичності, наполегливості або зайвої самовпевненості, некритичності [4, 256].

Виявляється також певний зв'язок характеру самооцінки з навчальною і громадською активністю. Підліткам з адекватною самооцінкою більш прита-

манний високий рівень успішності, у них немає різких стрибків успішності, спостерігається вищий суспільний та особистий статус. У них велике поле інтересів, активність їх спрямована на різні види діяльності, а також на міжособистісні контакти, які помірні й доцільні, направлені на пізнання інших і себе в процесі спілкування.

Підлітки з тенденцією до сильного завищення самооцінки виявляють достатню обмеженість у видах діяльності та більшу спрямованість на спілкування, причому слабозмістовне.

Агресивні підлітки характеризуються крайньою самооцінкою (максимально позитивною, або максимально негативною), підвищеною тривожністю, страхом перед широкими соціальними контактами, егоцентризмом, невмінням знаходити вихід з важких ситуацій.

Дані численних досліджень показують, що підлітки з низькою самооцінкою схильні до депресивних тенденцій. Причому окремі вчені виявили, що низька самооцінка передують депресивним реакціям чи є їх причиною, інші вважають, що депресивний афект проявляється спочатку, а потім інкорпорується в низьку самооцінку.

Відомо, що, починаючи приблизно з 8 років, діти активно проявляють здатність до оцінки своєї успішності в різних галузях. Найбільш значущими з них виявилися п'ять: шкільна успішність, зовнішність, фізичні здібності, поведінка і соціальне прийняття. Однак у підлітковому віці шкільна успішність і поведінка стають важливі для оцінки батьків, а три інші – для однолітків.

Ми впевнені, що однією з основних особливостей, яка характеризує самооцінку підлітків, є емансипація їх самооцінки, тобто прагнення формувати її незалежно від оцінок інших людей. Усе-таки слід визнати, що людина завжди знаходиться в різного роду соціальних взаємодіях, і їй неможливо уникнути певної залежності від оцінки найближчого оточення.

Опираючись на висновки досліджень М. Розенберга, С. Куперсмита, Д. Бахмана, спрямованих на встановлення залежності між формуванням Я-концепції і взаємодією всередині сім'ї, Т. Гекас дививчав ступінь впливу, контролю та підтримки з боку батьків на самооцінку підлітків. І в результаті вчений зробив висновок, що обидва ці фактори, як загальний вияв зацікавленості батьків в дитині, позитивно впливають на самооцінку. Дане припущення повністю підтвер-

джується і практикою [4, 75].

Науковцями підтверджено, що тепле, уважне ставлення батьків є основною умовою формування й подальшого підкріплення позитивної самооцінки підлітків. Негативний підхід має зворотню дію: такі діти, як правило, сфокусовані на невдачах, вони бояться ризикувати, уникають участі у змаганнях; їм притаманні такі риси характеру, як агресія і грубість, а також високий рівень тривожності.

Крім безпосереднього впливу батьківської оцінки та їх емоційного ставлення до дитини, велике значення на формування самоставлення має стиль спілкування в родині. Так, два виділені види стилю спілкування – "симетричний" і "асиметричний" – різним чином впливають на самооцінку підлітків. Симетричний стиль передбачає спілкування членів сім'ї, засноване на партнерських засадах. Воно сприяє формуванню в дитини системи власних критеріїв самооцінювання, оскільки самоповага підлітка підтримується не тільки поважним ставленням батьків, але й оцінкою ефективності його діяльності. Такий чинник надалі сприяє емансипації самооцінки особи. Асиметричний стиль означає обмеження участі дитини в підготовці та прийнятті рішень, що веде до формування в неї несприятливого самовідношення та образу Я.

Відомо, що соціальна перцепція – галузь соціально-психологічних досліджень, у якій вивчаються процеси та механізми сприйняття й оцінки людьми різних соціальних об'єктів, подій, інших осіб.

Я. Коломінський встановив ряд цікавих закономірностей соціальної перцепції у підлітків:

- тенденція до завищеної самооцінки соціометричного статусу в низькостатусних учнів і до заниженої – у висококатусних;

- егоцентричне нівелювання – тенденція приписувати іншим членам групи статус або рівний своєму, або більш низький;

- ретроспективна оптимізація – тенденція більш сприятливо оцінювати свій статус у колишніх групах [1, 224].

Подальші дослідження підтверджу-

ють вплив особливостей самооцінки підлітка на його соціально-психологічний статус у класі: чим критичніша дитина до себе і чим вища її самооцінка, тим вищий позитивний соціометричний статус; чим вища самооцінка та рівень домагань, тим нижчий позитивний соціометричний статус чи вищий негативний статус залежно від поведінкових особливостей людини. Це проявляється у ставленні до групи: схильні до раціонального конформізму потрапляють у групу "нехтуємо", схильні до нонконформізму опиняються у групі "відкидала".

Причину подібної залежності деякі автори знаходять у зростанні критичності підлітків до себе. При цьому вони вказують на те, що неправильне усвідомлення ними свого становища в колективі нерідко є однією з головних причин виникнення конфліктних ситуацій.

Відхилення в адекватності усвідомлення підлітком свого становища в колективі як у сторону переоцінки, так і недооцінки може призвести до небажаних результатів. Якщо, наприклад, учень переоцінює своє становище, то він, як правило, негативно ставиться до товаришів, проявляючи зневагу. Недооцінка ж сприяє виникненню невпевненості, відчуженості.

Самооцінка і педагогічна оцінка знаходяться в основі впливу останньої на самооцінку підлітків. У вітчизняній психології таке питання було всебічно досліджене Л. Божович, яка виділяла дві основні функції педагогічної оцінки: орієнтуючу (вплив на інтелектуальну сферу) і стимулюючу (вплив на афективно-вольову сферу особистості). Їх поєднання формує знання дитини про себе і переживання нею власних якостей, тобто самосвідомість і самооцінку [1, 58].

Також результати вивчення показали, що рівень самооцінки підлітків істотно впливає як на якісні показники ефективності інтелектуальної діяльності, так і на час її виконання, якщо в ситуації присутні емоційні чинники (наприклад, стрес неуспіху, підвищена відповідальність за якість діяльності та ін.).

У підлітків з низькою самооцінкою показники якості діяльності в емоційних ситуаціях нижчі на статистично зна-

чущому рівні, ніж в однолітків з високою самооцінкою, а час виконання діяльності більший. Цю тенденцію автор пояснює гіршою адаптацією підлітків з низькою самооцінкою до емоційних ситуацій, що і призводить до виникнення емоційної напруженості, негативно позначається на якісних характеристиках часу виконання діяльності [2, 175].

Висновки. Отже, можемо сказати, що в підлітковому віці починає формуватися вже більш стійка й усвідомлена самооцінка. До факторів, що впливають на цей процес, відносять:

- взаємини з батьками та іншими членами сім'ї;
- займане становище (авторитет) серед однолітків і друзів;
- успіхи в навчанні та ставлення вчителів;
- фізіологічні дані (зовнішність) і успіхи (сила, витривалість, спритність), а також особисті досягнення в спорті або танцях;
- особливості характеру.

ЛІТЕРАТУРА

1. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. – М. : Просвещение, 1968. – 464 с.
2. Кононко О. Л. Психологічні основи особистісного становлення дошкільника (Системний підхід) / О. Л. Кононко. – К. : Стило, 2000. – 336 с.
3. Кононко О. Л. Соціально-емоційний розвиток особистості (в дошкільному дитинстві): навч. посіб. для вищ. навч. закладів / О. Л. Кононко. – К. : Освіта, 1998. – 255 с.
4. Лисина М. И. Общение, личность и психика ребенка / М. И. Лисина; под ред. А. Г. Рузской. – [2-е изд.]. – М. : Московский психолого-социальный институт, Воронеж : НПО "МОДЭК", 2001. – 320 с.
5. Світлична С. П. Особливості розвитку особистості та образу "Я" у дошкільників / С. П. Світлична // Педагогіка та психологія. – Вип. 20. – 2002. – С. 127–134.

Стаття надійшла 17.04.2015 р.