**Олеся Гірчук**

**( Київ,Україна)**

**УМОВИ ФОРМУВАННЯ САМОСТАВЛЕННЯ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ**

Самооцінка як структурна складова самосвідомості має вплив на всі сфери життя людини. Актуальність вивчення трансформації самоставлення у підлітковому віці обумовлено зростанням особистості, зміною соціального статусу і “кризовим періодом”. Розуміння вікових особливостей кожного періоду особистісного розвитку та умови формування самооцінки, самоставлення, дозволяють корегувати процес, забезпечувати гармонійну реалізацію визначених завдань. Формування оцінки власного потенціалу, ставлення до себе починається у дитинстві. Від оцінки себе, залежать взаємовідносини з іншими, емоційне самопочуття, наполегливість у досягненні, ставлення до успіху та невдач. Вивчення самооцінки, самоставлення в психології дозволяє прогнозувати вплив на рівень домагань. Оцінювання себе здійснюється при порівнянні рівня домагань і реальних результатів, при порівнянні себе з іншими. У підлітковому віці прагнення здобути самостійність, не завжди супроводжується розумінням відповідальності. А прагнення бути в центрі уваги оточуючих та здобути лідерство серед однолітків, може перетворити активного підлітка в статус ізольованого.Вивчення самооцінки та самоставлення здійснювалось протягом тривалого часу відомими психологами, науковцями різних часів. У працях Куперсміта самооцінка визначається як відношення до себе, яке складається поступово і ґрунтується на розумінні самоцінності. Як рівень розвитку самоповаги розглядає самооцінку Розенберг.[3,с.56] На думку С.Р. Пантилеєва предметом самоприйняття та самооцінки може бути тіло, здібності людини, соціальні відносини та багато інших особистісних проявів. У відповідності до цього виділяється система окремих самооцінок, які інтегруються у загальне переживання пов’язане з цілісним образом“ Я ”. Я – концепція - цілісний образ власного Я, виділяється як установка по відношенню до себе і включає компоненти: когнітивний – образ своїх якостей, здібностей, зовнішності, соціальної значимості ( самопізнання); емоційний – самоповага; оціночно – вольовий – прагнення підвищити самооцінку, мати повагу. Формується на основі соціального досвіду людини і має складові: реальне Я ( уявлення про себе у теперішньому часі), ідеальне Я - яким має бути суб’єкт згідно моральних норм), динамічне Я – яким суб’єкт прагне бути, фантастичне Я – яким має бажання бути, як би це було можливо та інш. Формування адекватної Я- концепції є одним з важливих умов виховання свідомої людини. У працях Л.С.Виготський визначав самоставлення як особистісне утворення, де його будова може бути розкрита у реальних життєвих відносинах суб’єкта, “соціальних ситуацій його розвитку ” та діяльності за якими стоять мотиви, пов’язані з самореалізацією суб’єкта як особистості.[1, с.220] Психологами визначались два процеси, які одночасно є в основі самоставлення – система самооцінки та система емоційно – ціннісного ставлення до себе. У випадку оцінки самоставлення представляє собою самоповагу, почуття ефективності. У якості емоції самоставлення представляє як симпатія, самоприйняття, цінності. Оціночний компонент самоставлення базується на оцінках досягнення власних результатів. Якщо людина недооцінює себе у порівнянні з тим, якою вона є в дійсності, незадоволена власними результатами це знижує її рівень самооцінки. У працях відомих психологів Р.Бернса, І.Кона визначено, що позитивне самоставлення сприяє внутрішній стабільності особистості. Особливо важливо визначати самооцінку дитини у зв’язку з її формуванням і можливістю корегування. У своїх роботах вітчизняний психолог Т.Титаренко визначає, що у кожному самооцінюванні є емоції та раціональний аргумент. Людина, яка відчуває себе досконалою, намагається працювати над собою, покращувати власні результати діяльності, проектує позитивне ставлення на інших. Коли втрачає повагу до себе, провокує недовіру, негативні взаємовідносини. Це заважає особистісному зростанню. Важливо наближуватись до об’єктивної оцінки себе, своїх результатів. Відсутність життєвої перспективи провокує безнадійність, відчай. Потрапивши в такий психологічний дискомфорт, особистість втрачає здатність до об’єктивної оцінки фактів життя, виявляє агресивність, роздратованість. Стан фрустрації може зумовлюватись завищеною самооцінкою особистості, коли вона виявляє схильність обирати у житті надто складні завдання. У випадку заниженої самооцінки людина обирає надто прості завдання, при цьому не реалізується психологічний потенціал особистості. При адекватній самооцінці людина обирає цілі, які відповідають її можливостям і успішно їх реалізує. Важливу роль у формуванні спрямованості особистості відіграє самосвідомість. Вона має різні форми прояву. Одна з них пов’язана з пізнавальним аспектом психічної діяльності виявляється у самоспостереженні, самооцінці, самоаналізі. З емоційною формою самосвідомості пов’язані почуття власної гідності, самовиховання і т.інш. Основні форми прояву самосвідомості пов’язані з усіма аспектами життя людини.Щоб сприяти своєчасному, гармонійному розвитку дитини на всіх вікових етапах, необхідно знати і враховувати вікові особливості фізичного та духовного розвитку дитини. З метою забезпечення умов розвитку особистісного потенціалу нового покоління суттєві зміни відбулись в системі освіти, вихованні. З перших днів навчання у школі вчитель навчає бути уважними, запам’ятовувати матеріал, спілкуватись з однолітками, розвивати свої здібності. Учні спостерігають за поведінкою один одного, намагаються наслідувати, чутливо сприймають зауваження та оцінку дорослих. Особливу увагу діти надають своїм результатам діяльності, спілкуванню, та як їх оцінюють. Для них є важливим, щоб позитивна оцінка була загальновизнаною. Молодші школярі прагнуть бути найкращими, радіють успіхам і засмучуються при невдачах. У таких випадках важлива увага та підтримка дорослих, любов і розуміння. У формуванні самооцінки учнів важливу роль відіграють стосунки в учнівському колективі. Формується здатність керувати власною поведінкою, наполегливо виконувати шкільні завдання при умові, що буде надано роз’яснення, а самі завдання будуть цікавими. При взаємодії з однолітками дитина намагається об’єктивно оцінювати свої фізичні, розумові сили,знаходить критерії для оцінки власних результатів діяльності. Такі висновки зробили при проведенні досліджень в своїх роботах психологи М.Й.Боришевський, І.М. Данилюк, Г.О. Карпова.[ 1,с.118] При оволодінні знаннями дитина вчиться узагальнювати, порівнювати, уявляти. Завдяки цим процесам вона починає формувати поняття про себе, свої можливості. Дитина прагне до самоствердження в таких видах діяльності, що підлягають суспільній оцінці, охоплюють сфери життя в яких раніше не було досвіду, щоб швидше наблизитись до дорослого. Формування самооцінки обумовлено емоційним враженням про себе. Уміння оцінювати себе та інших, ще не розвинене, тому важко зрозуміти критерії оцінки вчителя. Як визначав в своїх роботах Л.І.Божович, криза семи років – це період народження соціального “Я” дитини. Зміна самосвідомості здійснює переоцінку цінностей.[1,с.223] Поступово навчальна діяльність виходить на перше місце, а гра перестає бути основним видом діяльності. Байдужість, не обґрунтовані вимоги батьків не заохочують дитину визнавати і виправляти помилки, а провокують на образи, уникнення спілкування, приховування результатів. Своєчасна надана допомога забезпечує відвертість, щирість та зближення між батьками та дітьми. Дитина буде намагатись уважно виконувати поради дорослих, наслідувати їх прикладу. При проведенні дослідження на виявлення умов формування самооцінки Куперсміт розглядав вплив сім’ї, як важливого фактору. Результати дослідження дозволили зробити певні висновки. Низька самооцінка дитини була визначена в сім’ях, де батьки прагнули сформувати поведінку підкорення, пристосування, без пояснення вимог. Більш орієнтованими на думку інших є діти в сім’ях з надмірною батьківською опікою. Високий рівень самооцінки було визначено у дітей в сім’ях з традиціями, повагою, дотримання правил, обґрунтованими вимогами. Коли батьки є прикладом поведінки з повагою, підтримкою, дитина легко засвоює такий приклад поведінки по відношенню до себе та оточуючих. Встановлений взаємозв’язок між високою самооцінкою та рівнем вимог в сімейному вихованні пояснюється тим, що зовнішній контроль забезпечує формування у дитини здібності до внутрішнього самоконтролю. Коли дитина засвоює від батьків норми правильної поведінки, то отримує досвід у вирішенні задач. Соціальне оточення сприймається більш впорядкованим, знижується рівень тривожності, з’являється впевненість, що забезпечує ефективну взаємодію з оточуючими. Низька самооцінка виникає в наслідок того, що соціальне підтвердження поведінки дитини має непослідовний характер. Обгрунтовані вимоги та і правила поведінки сприяють більш чіткому формуванню у дитини образу Я. Він отримує можливість на ранніх етапах розвитку навчитись розрізняти між бажаним та реальним, усвідомлювати різницю між собою та іншими. Об’єктивна вимогливість батьків з демонстрацією власних прикладів, сприймається, як батьківська опіка та турбота про майбутнє дитини. У своїх роботах Куперсміт визначає, що самооцінка не є результатом дії одного фактору в поведінці батьків, а об’єднує ряд позитивних умов і одночасно мінімізує негативні, що у сукупності складає сімейні взаємостосунки. Отримані результати необхідно враховувати, але водночас не дозволяють стверджувати про безпосередній вплив на формування самооцінки в цілому. При проведенні досліджень виникають нові чинники, які можуть впливати на самооцінку. Психічний розвиток особистості пов’язаний з самосвідомістю, яка проявляється у самооцінюванні. Важливою стороною самосвідомості підліткає потреба у самоствердженні. Соціальна активність виявляється у збільшенні спрямованості на засвоєння норм. Оцінка своїх якостей залежить від системи цінностей, пріоритетів, які були засвоєні під впливом сім’ї, взаємодії з однолітками, навчанні у школі. Самоствердження, це закономірний процес, що проявляється у спрямованості підлітка на виділення і реалізацію своєї “самості”. Потребою у самоствердженні є і трансформація естетичної сторони “Я” образу. Так характерним є увага до власної зовнішності, демонстративність. Але при цьому підліток наочно демонструє свою психологічну залежність до однолітків і водночас проявляти егоцентричну позицію. Полярні позиції свідчать про формування поглядів, цінностей, через оцінку себе та оцінку оточуючих. Різні аспекти Я, які виникають у самосвідомості підлітка, відображають різні уявлення про себе – як реальні, так і ідеальні. Розуміння даного процесу трансформації, та своєчасно надана психологічна підтримка сприяє гармонійному розвитку особистості, ефективній взаємодії з оточуючими, активній позиції та реалізації власного потенціалу.

**Джерела:**

1. Вікова та педагогічна психологія: Навч.посіб./ О.В. Скрипченко, Л.В. Долинська, З.В. Огороднійчук та ін. – К.:Просвіта, 2001. – 416 с.
2. Максименко С.Д.,Соловієнко В.О.Загальна психологія: Навч.посіб. –

2 – ге вид., - К: МАУП, 2001. – 256с.

1. Психологические особенности самосознания подростка/ Под ред. М.Й.Боришевского. – К: Вища школа, 1980. – 168с.
2. Психология самосознания. Хрестоматия. – Самара: Издательский Дом

“БАХРАХ – М ”, 2003 – 672.

1. Самосознание и защитные механизмы личности. Хрестоматия. - Самара: Издательский Дом “ БАХРАХ – М ”, 2003 – 656.