

УДК 159.922.736.4

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СТИЛІВ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ У МІЖОСОБИСТІСНІЙ ВЗАЄМОДІЇ

Дідковська Л.І., к. психол. н.,
доцент кафедри психології

Львівський національний університет імені Івана Франка

У статті подано теоретичний огляд сучасних підходів до розуміння поняття міжособистісної взаємодії в психології, стилів міжособистісної взаємодії та її особливостей у підлітковому віці, а також результати емпіричного дослідження особливостей стилів міжособистісної взаємодії підлітків у зв'язку з рівнем їхньої довіри до себе. Так, виявлено, що підлітки з високим рівнем довіри до себе характеризуються більш вираженою схильністю до дружелюбного й альтруїстичного типів міжособистісної взаємодії, а рівень довіри до себе в підлітків, які більшою мірою схильні довіряти собі, пов'язаний зі схильністю до використання як стратегій поведінки в конфлікті співробітництва та компромісу, тоді як у підлітків, котрі менше схильні довіряти собі, – із їхньою невпевненістю в собі, схильністю до емоційної опори на оточуючих і з рівнем їхньої міжособистісної залежності.

Ключові слова: *підлітковий вік, довіра до себе, стилі міжособистісної взаємодії, потреби в міжособистісних стосунках, стратегії поведінки в конфлікті, міжособистісна залежність.*

В статье представлены теоретический обзор современных подходов к понятию межличностного взаимодействия в психологии, стилей межличностного взаимодействия и его особенностей в подростковом возрасте, а также результаты эмпирического исследования особенностей стилей межличностного взаимодействия подростков в связи с уровнем их доверия к себе. Выявлено, что подростки с высоким уровнем доверия к себе характеризуются более выраженной склонностью к дружелюбному и альтруистическому типам межличностного взаимодействия, а уровень доверия к себе у подростков, которые в большей степени склонны доверять себе, связан с их склонностью к использованию в качестве стратегий поведения в конфликте сотрудничества и компромисса, тогда как у подростков, которые менее склонны доверять себе, – с их неуверенностью в себе и с уровнем их межличностной зависимости.

Ключевые слова: *подростковый возраст, доверие к себе, стили межличностного взаимодействия, потребности в межличностных отношениях, стратегии поведения в конфликте, межличностная зависимость.*

Didkovska L.I. PHYSIOLOGICAL PECULIARITIES OF TEENAGER BEHAVIOR IN INTERPERSONAL INTERACTION

This article presents an overview of modern theoretical approaches to understanding the concept of interpersonal interaction in psychology, interpersonal interaction style and its characteristics in adolescence. It also presents the results of empirical research of features of interpersonal interaction style of teenagers due to their level of confidence in themselves. Thus, the teens with high self-credibility have been found to be characterized by a pronounced tendency to friendly and altruistic types of interpersonal interaction and the level of credibility in adolescents who are more inclined to trust themselves is associated with predisposition to use cooperation and compromise as behavioral strategies in conflict, while teenagers who are less inclined to trust themselves – with their self-doubt, tendency to emotional reliance on others and their level of interpersonal dependence.

Key words: *adolescence, credibility, style of interpersonal interaction, need for interpersonal relations, behavioral strategies in conflict, interpersonal relationship.*

Постановка проблеми. Взаємодія людини з навколишнім світом здійснюється в системі об'єктивних відносин, які складаються між людьми в процесі їхнього суспільного життя. Відображенням цих об'єктивних взаємин між членами групи є суб'єктивні міжособистісні відносини.

Одним із механізмів, що забезпечують цілісність і стійкість особистості, є довіра до себе й інших. Довіра виявляється як суб'єктивне ставлення до себе, до інших і до світу, має емоційно-чуттєву основу й відображає внутрішню позицію особистості.

Підлітковий вік є сенситивним періодом для формування довіри до себе як інтегративного внутрішнього психічного утворення, яке дає підлітку змогу перейти на якісно новий рівень саморегуляції.

Ступінь розробленості проблеми. Поняття довіри вивчали такі вчені, як М. Селігман, Т. Скрипкіна, Н. Астаніна, О. Голуб та інші, а проблема міжособистісної взаємодії досліджувалась такими вченими, як Е. Берн, О. Бодальов, Я. Коломинський та інші. Проте тема власне взаємозв'язків між рівнем довіри до себе й особливостями мі-



жособистісної взаємодії в підлітковому віці на цьому етапі розвитку психології як науки залишається не розкритою належним чином, що й зумовило актуальність обраної нами теми.

Поняття міжособистісної взаємодії використовується для характеристики дійсних міжособистісних контактів людей у процесі спільної діяльності, являє собою особистий контакт двох або багатьох людей, наслідком якого є зміни в їхній діяльності, поведінці, поглядах і установках; система взаємозумовлених дій, у якій поведінка кожного з учасників є і стимулом, і реакцією на поведінку інших [4, с. 220].

Ознаками міжособистісної взаємодії як форми спілкування є предметність (визначається наявністю зовнішньої щодо взаємодіючих індивідів мети, здійснення якої вимагає об'єднання їхніх зусиль); вираженість (доступність для стороннього спостереження й реєстрації); ситуативність (жорстка регламентація конкретними умовами тривалості, інтенсивності, норм і правил інтеракції, від чого така взаємодія стає дещо нестабільним і мінливим феноменом); рефлексивна багатозначність (можливість для міжособистісної взаємодії бути як виявом усвідомлених суб'єктивних намірів, так і неусвідомлюваним або частково усвідомленим наслідком спільного участі в складних видах колективної діяльності).

Виділяють три основні завдання міжособистісної взаємодії. По-перше, міжособистісне сприйняття й розуміння людини. Об'єктом пізнання є як фізичний, так і соціальний досвід людини. Серед механізмів міжособистісного пізнання виділяють такі: інтерпретація, ідентифікація, каузальна атрибуція, рефлексія.

По-друге, формування міжособистісних відносин. Міжособистісні відносини – це об'єктивно пережиті, різною мірою усвідомлювані взаємозв'язки між людьми.

І, нарешті, по-третє, надання психологічної дії, тобто міжособистісного впливу. Методами такого впливу є сукупність прийомів, які реалізують вплив на потреби, інтереси, схильності, тобто джерела мотивації активності, поведінки людини; на установки, групові норми, тобто на ті чинники, які регулюють активність; на стан, у якому людина перебуває (тривога, збудженість) і який змінює її поведінку [5, с. 57].

Індивідуальність людини у взаємодії з іншими людьми визначає її стиль міжособистісної взаємодії – це система принципів, норм, методів, прийомів взаємодії та поведінки індивіда. Найбільш яскраво цей стиль виявляється в діловій і професійній сфері, у

відносинах між діловими партнерами або між керівником і підлеглим. Саме тому проблема стилю краще досліджена у сфері лідерства-керівництва [7, с. 50].

У підлітковому віці складаються дві різні за своїм значенням для психічного розвитку системи взаємин: одна – з дорослими, інша – з однолітками. Обидві вони продовжують формуватися в середніх класах школи. Виконуючи одну й ту саму загальну соціалізуючу роль, ці дві системи взаємин нерідко входять у суперечність одно з одною за змістом і нормами, що регулюють їх [1, с. 120].

Стосунки з однолітками зазвичай будуються як партнерські й управляються нормами рівноправ'я, тоді як стосунки з батьками та вчителями залишаються нерівноправними. Оскільки спілкування з товаришами починає приносити підліткові більше користі в задоволенні його актуальних інтересів і потреб, він відходить від школи й сім'ї, починає більше часу проводити з однолітками.

Із переходом у другу половину підліткового віку спілкування підлітків перетворюється на самостійний вид діяльності, що займає багато часу та виконує важливу життєву роль, причому значення спілкування з однолітками для підлітка, як правило, не менше, ніж усі останні його справи. Багатьма дітьми цього віку розрив особистих стосунків із товаришами сприймається як персональна драма. Із віком міжособистісні стосунки диференціюються. З одного боку, швидко розширюється коло спілкування, збільшується кількість і питома вага позакласних і позашкільних друзів, з іншого – відбувається помітна диференціація міжособистісних стосунків у самому класному колективі.

Довіра – це механізм, спрямований на об'єднання людини, з одного боку, зі своїми внутрішніми цінностями, потребами, інтересами й бажаннями, а з іншого – з тією частиною світу, з якою вона збирається вступити у взаємодію. Довіра – це соціально-психологічне явище.

Психологічним механізмом цього явища є соціальна установка, що формується завдяки одночасній спрямованості психіки людини на світ і саму себе. З одного боку, можемо говорити про те, що довіра існує у внутрішньо особистісному просторі, але, з іншого боку, вона функціонує так би мовити в просторі навколо індивіда, тобто в міжособистісному просторі. Саме завдяки цьому вона може здійснювати функцію зв'язку людини з оточуючими людьми, зі світом загалом [2, с. 150].

Довіра до себе – це своєрідний рефлексивний феномен особистості, який дає лю-

дині змогу зайняти певну ціннісну позицію щодо власної персони, світу тощо. Ця позиція є передумовою вибору, побудови тієї чи іншої стратегії поведінки, життєвої стратегії. Людина із високим рівнем довіри до себе характеризується вірою у власні можливості й сили змінити, контролювати події, які відбуваються в її житті, вірою в можливість досягнення поставлених і бажаних цілей. Своє життя така людина сприймає не як детерміноване випадковими обставинами чи впливом інших людей, а як контрольоване нею самою [3, с. 58].

Багато дослідників сходяться в тому, що довіра до себе передбачає певний рівень інтегрованості особистості людини. Підлітковий і юнацький вік – це період активного формування Я-концепції людини, інтеграції різних її компонентів у цілісну структуру. Відтак незавершеність цього процесу може стати однією з причин недовіри підлітків до себе [6, с. 55].

Особистісними особливостями підлітків, для яких притаманний високий рівень довіри до себе, є такі: здатність до позитивного самосприйняття, що характеризується високим рівнем самоповаги; незалежність, орієнтованість на досягнення в різних сферах життя; здатність урахувувати свій минулий досвід і співвідносити його з планами на майбутнє; упевненість у собі; уміння керувати собою; несхильність до наявності й переживання внутрішніх конфліктів; позбавленість схильності до рефлексивного «самокопання», самоаналізу тощо.

Водночас характерними особливостями підлітків, для яких притаманна недовіра до себе, будуть такі: нездатність нести відповідальність за себе й своє життя; постійне звернення за підтримкою до оточуючих і обставин; нездатність до самостійного прийняття рішень; людина стає зручним об'єктом для маніпуляції з боку інших, щодо яких вона відчуває залежність, так як її самооцінка залежить від оцінки оточуючих людей. Виходить, що часто притаманна недовіра до себе в підлітковому віці є однією з причин виникнення та розвитку схильності до девіантної поведінки.

Мета статті – на основі результатів емпіричного дослідження продемонструвати особливості стилів міжособистісної взаємодії підлітків із різним рівнем довіри до себе.

Для реалізації поставленої мети передбачалося виконання таких завдань, як теоретичний аналіз підходів до вивчення поняття міжособистісної взаємодії та її стилів, довіри до себе й специфіки цих соціально-психологічних феноменів у підлітковому віці; емпіричне дослідження схильності

підлітків із високим рівнем довіри до себе до дружелюбного й альтруїстичного типів міжособистісної взаємодії; дослідження наявності і специфіки взаємозв'язку рівня довіри до себе зі схильністю до використання як стратегій поведінки в конфлікті співробітництва та компромісу в підлітків із високим рівнем довіри до себе й із невпевненістю в собі, схильністю до емоційної опори на оточуючих і з рівнем міжособистісної залежності у підлітків із низьким рівнем довіри до себе.

Виклад основного матеріалу. У дослідженні взяли участь 70 учнів 8–9 класів Львівської середньої загальноосвітньої школи № 10; вік досліджуваних – 13–15 років; серед досліджуваних 35 дівчат і 35 хлопців.

Для дослідження було використано такі методики: опитувальник «Методика вивчення довіри до себе» (Н. Астаніна); опитувальник міжособистісних відносин FIRO-B (за редакцією А. Рукавишнікова); методика інтерперсональної діагностики міжособистісних стосунків Т. Лірі (адаптовано Л. Собчик); тест К. Томаса в адаптації Н. Грішиної; опитувальник міжособистісної залежності Р. Гіршфільда.

Методика вивчення довіри до себе Н. Астаніної спрямована на визначення рівня довіри підлітків до себе (високого, середнього та низького).

Опитувальник міжособистісних відносин FIRO-B (за редакцією А. Рукавишнікова) спрямований на діагностику таких потреб підлітків у міжособистісній взаємодії, як потреба у включенні, потреба контролю й потреба афекту.

Методика інтерперсональної діагностики міжособистісних стосунків Т. Лірі (адаптовано Л. Собчик) дає змогу визначити схильність підлітків до різних стилів міжособистісної взаємодії (авторитарного, егоїстичного, агресивного, підозріливого, покірного, залежного, дружелюбного та альтруїстичного).

За допомогою тесту К. Томаса в адаптації Н. Грішиної можна визначити схильність підлітків до таких стратегій поведінки в конфлікті, як компроміс, уникнення, пристосування, співробітництво й суперництво.

Зрештою, опитувальник міжособистісної залежності Р. Гіршфільда надає можливість визначити рівень емоційної опори підлітків на інших, рівень їхньої невпевненості в собі, рівень їхнього прагнення до автономії та загальний рівень їхньої міжособистісної залежності.

Статистичне опрацювання отриманих даних було здійснене за допомогою порівняльного (однофакторного дисперсійного



порівняльного аналізу із використанням тесту Шеффе при $p < 0,05$), кореляційного (лінійна кореляція за критерієм Пірсона при $p < 0,05$) статистичних аналізів, виконаних у програмі STATISTICA.

Було виділено три групи підлітків: підлітки із низьким (15 досліджуваних підлітків), середнім (21 досліджуваний) і високим (34 досліджуваних) рівнем довіри до себе (рис. 1).

За результатами однофакторного дисперсійного порівняльного аналізу із використанням тесту Шеффе при $p < 0,05$ виявлено, що для підлітків із високим рівнем довіри до себе притаманною є найбільш виражена серед усіх досліджуваних підлітків схильність до дружелюбного ($M=7,91$ при $p=0,03$) та альтруїстичного ($M=6,88$ при $p=0,009$) типів міжособистісної взаємодії. Натомість для підлітків із низьким рівнем довіри до себе притаманний найвищий серед усіх досліджуваних рівень підозрілого типу міжособистісної взаємодії ($M=6,73$ при $p=0,02$).

Це означає, що підлітки із високим рівнем довіри до себе прагнуть до тісної співпраці з референтною групою, до доброзичливих взаємин із оточуючими. Вони характеризуються вираженою готовністю допомагати навколишнім, розвиненим почуттям відповідальності щодо інших людей, делікатністю, добротою, емоційним ставленням до людей, виявами співпереживання, симпатії, піклування, умінням підбадьорити й заспокоїти оточуючих, безкорисливістю. Також для них притаманною є реалістичність бази суджень і вчинків, скептицизм і неконформність, критичність щодо оточуючих людей.

Підлітків із низьким рівнем довіри до себе характеризує образливий і недовірливий модус ставлення до оточуючих із вираженою схильністю до критицизму, не-

вдоволення навколишніми і підозрілістю, схильністю до образ, злопам'ятства, схильності постійно на всіх жалітись, бути всім незадоволеним, сумніватись у всьому.

Вони схильні виявляти критичність, некоммунікбельність, відчувають труднощі в інтерперсональних контактах через невпевненість у собі, страх перед поганим ставленням, замкнутість, скептицизм, розчарованість у людях, схильність до вияву свого негативізму у вигляді вербальної агресії.

Виявлено, що для підлітків із високим рівнем довіри до себе притаманний найвищий серед усіх досліджуваних рівень вираженої поведінки у сфері включення ($M=6,7$ при $p=0,007$) та вираженої потреби у сфері афекту ($M=6,05$ при $p=0,02$).

Це означає, що підлітки із високим рівнем довіри до себе мають схильність встановлювати близькі чуттєві відносини, вони відчувають себе добре серед людей і схильні шукати контактів з ними. Також вони характеризуються прагненням створювати й підтримувати задовільні відносини з іншими людьми, на основі яких виникають взаємодія та співпраця, прагненням створювати й підтримувати задовільні взаємини з іншими людьми, спираючись на любов і емоційні стосунки.

Водночас для підлітків із високим рівнем довіри до себе притаманним є найвищий рівень схильності до використання в конфліктних ситуаціях стратегії компромісу ($M=7,97$ при $p=0,004$) та найнижчий – стратегії пристосування ($M=4,47$ при $p=0,0002$).

Використання стратегії компромісу, яким характеризуються підлітки із високим рівнем довіри до себе, полягає в бажанні опонентів завершити конфлікт частковими поступками. Він характеризується відмовою від частини вимог, які раніше висувалися, готовністю визнати претензії іншої сторони частково обґрунтованими, готовністю пробачити.

Компромід ефективний у випадках розуміння опонентом, що він і суперник мають рівні можливості; наявності взаємовиключних інтересів; задоволення тимчасовим рішенням; загрози втратити все.

Стратегія пристосування, якою більшою мірою характеризуються підлітки із низьким рівнем довіри до себе, розглядається як вимушена або добровільна відмова від боротьби і здача своїх позицій.

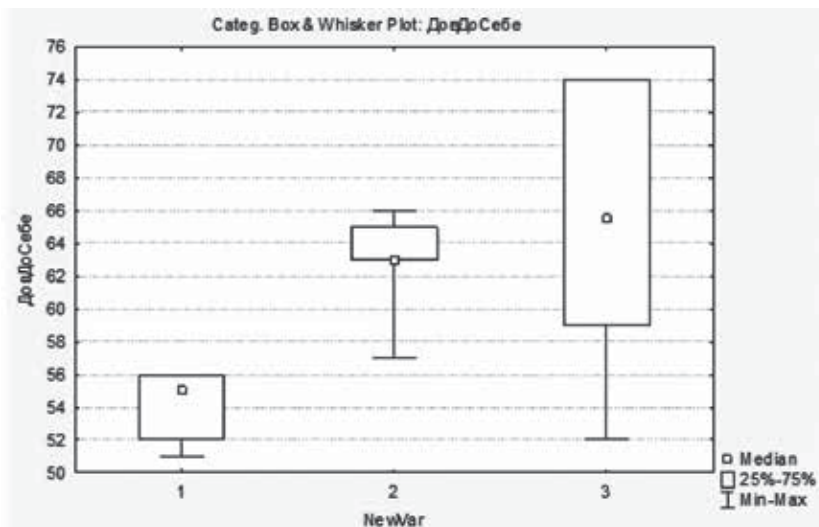


Рис. 1. Розподіл досліджуваних підлітків на групи за рівнем довіри до себе

Прийняти таку стратегію опонента змушують різні мотиви: усвідомлення своєї неправоти, необхідність збереження добрих взаємин із опонентом, сильна залежність від нього; несерйозність проблеми.

Крім того, до такого виходу з конфлікту призводить значний збиток, який завдає в процесі боротьби, загроза ще більш серйозних негативних наслідків, відсутність шансів на інший результат, тиск третьої сторони.

За результатами кореляційного аналізу (за критерієм Пірсона при $p < 0,01$) виявлено, що в підлітків із високим рівнем довіри до себе показники за шкалою довіри до себе прямо корелюють із показниками за шкалами вираженої поведінки у сфері включення ($r=0,89$), сфері афекту ($r=0,84$), із показниками за шкалами дружельного ($r=0,72$) й альтруїстичного ($r=0,68$) типів міжособистісної взаємодії, із показниками за шкалами таких стратегій поведінки в конфлікті, як співпраця ($r=0,51$) та компроміс ($r=0,84$), із показниками за шкалою прагнення до автономності ($r=0,36$).

Також показники за шкалою довіри до себе в цих підлітків обернено корелюють із показниками за шкалою загального показника міжособистісної залежності ($r=-0,69$).

Це означає, що високий рівень довіри до себе в цих підлітків пов'язаний із такими їхніми особливостями, як схильність відчувати себе добре серед людей, шукати контактів із ними, схильність установлювати близькі чуттєві взаємини.

Також він пов'язаний із їхнім прагненням до тісної співпраці з референтною групою, до доброзичливих взаємин із оточуючими, із їхньою вираженою готовністю допомагати навколишнім, розвиненим почуттям відповідальності щодо інших людей, делікатністю, добротою, емоційним ставленням до людей, виявами співпереживання, симпатії, піклування, умінням підбадьорити й заспокоїти оточуючих, безкорисливістю.

Разом із тим високий рівень довіри до себе в цих підлітків пов'язаний із їхньою схильністю до використання як стратегій поведінки в конфлікті компромісу, який полягає в бажанні опонентів завершити конфлікт частковими поступками, характеризується відмовою від частини вимог, які раніше висувалися, готовністю визнати претензії іншої сторони частково обґрунтованими, готовністю пробачити; зі схильністю до використання як стратегій поведінки в конфлікті співпраці, яка вважається найбільш ефективною стратегією поведінки в конфлікті й передбачає прагнення опонентів до конструктивного обговорення проблеми, розгляд іншої сторони не як супро-

тивника, а як союзника в пошуку рішення.

У підлітків із середнім рівнем довіри до себе показники за шкалою довіри до себе прямо корелюють із показниками за шкалою вираженої поведінки у сфері афекту ($r=0,50$); обернено корелюють із показниками за шкалами поведінки, яку вимагає людина від оточуючих у сфері афекту ($r=-0,34$), за шкалою залежного типу міжособистісної взаємодії ($r=-0,80$) та за шкалами таких стратегій поведінки у конфлікті, як пристосування ($r=-0,89$) й уникнення ($r=-0,37$).

Відтак можемо говорити про те, що середній рівень довіри до себе в цих підлітків пов'язаний із такими їхніми особливостями, як потреба в допомозі та довірі з боку оточуючих, у їх визнанні, схильність до конформності, м'якість, довірливість, увічливість.

Також середній рівень довіри до себе в цих підлітків зумовлений їхньою схильністю до використання таких стратегій поведінки в конфлікті, як пристосування (яка розглядається як вимушена або добровільна відмова від боротьби і здача своїх позицій) та уникнення (спроба вийти з конфлікту за мінімальних утрат) лише в разі необхідності.

А в підлітків із низьким рівнем довіри до себе показники за шкалою довіри до себе обернено корелюють із показниками за шкалами агресивного ($r=-0,42$), підозріливого ($r=-0,96$) й егоїстичного ($r=-0,31$) типів міжособистісної взаємодії, із показниками за шкалою стратегій поведінки в конфлікті пристосування ($r=-0,62$), із показниками за шкалами невпевненості в собі ($r=-0,96$), емоційної опори на оточуючих ($r=-0,9$) та загального показника міжособистісної залежності ($r=-0,35$).

Це свідчить про те, що низький рівень довіри цих підлітків до себе пов'язаний із такими їхніми особливостями, як самовдоволеність, нарцисичність. Також низький рівень довіри до себе в цих підлітків спричинений їхньою надмірною впертістю, недружельністю, нестриманістю й запальністю, вимогливістю, суворістю й різкістю в оцінці інших людей, схильністю до звинувачення оточуючих, іронічністю та дратівливістю, різкістю, жорстокістю, агресивністю поведінки, яка інколи може доходити й до асоціальної.

Бачимо також, що низький рівень довіри до себе в цих підлітків пов'язаний із їхньою тенденцією до надання переваги позиції підпорядкування, нездатністю самостійно прийняття рішення, схильністю постійно йти на поступки, невпевненістю у своїй думці.

Для них є притаманними сумніви у своїй здатності мати справу з більшістю з тих осо-



бистісних проблем, із якими людина стикається в житті. Очікування негативних оцінок з боку незнайомих людей, невпевненість у своїх судженнях, схильність питати поради за необхідності прийняття самостійних рішень. Тенденція легко поступатися в суперечці, швидко погоджуватися з думкою інших. Невміння просити кого-небудь про допомогу.

Також низький рівень довіри до себе в цих підлітків зумовлений їхньою схильністю до образливого й недовірливого модусу до оточуючих із вираженою схильністю до критицизму, невдоволення навколишніми та підозрлістю, схильністю до образ, злопам'ятства, схильністю постійно на всіх жалітись, бути всім незадоволеним, сумніватись у всьому.

Водночас низький рівень довіри до себе в цих підлітків пов'язаний із притаманною їм вираженою потребою в емоційній близькості, любові і прийнятті з боку значущих інших, ригідним прагненням до отримання допомоги й підтримки на фоні постійного відчуття себе безпомічним та слабким незалежно від конкретної ситуації. Для такої людини притаманною є невпевненість у собі, почуття безпорадності, тривога з приводу можливого відкидання й самотності, пасивне очікування подій із надією, що про неї подбають інші.

Висновки. Потреба у включенні в міжособистісні відносини, у налагодженні міжособистісної взаємодії по-різному виражена в різні вікові періоди. У підлітковому віці спостерігається висока потреба у включенні в міжособистісну взаємодію загалом і в процес спілкуванні з однолітками зокрема. Проте разом із тим характерною особливістю підліткового віку є відносно низький рівень розвитку комунікативних і організаційних навичок.

На основі отриманих результатів можемо сформулювати такі рекомендації.

Підвищення рівня довіри до себе в підлітковому віці сприятиме розвитку таких особливостей міжособистісних взаємин підлітків, як тісна співпраця з референтною групою, доброзичливі взаємини з оточуючими. Також розвиток довіри підлітків до себе сприятиме розвитку в них готовності допомагати навколишнім, почуття відпові-

дальності щодо інших людей, делікатності, доброти, емоційного ставлення до людей, виявів співпереживання, симпатії, піклування, уміння підбадьорити й заспокоїти оточуючих, безкорисливості.

Високий рівень довіри підлітків до себе сприятиме розвитку в них самодостатності, вираженого прагнення покладатися на себе, досягати поставлених цілей без допомоги інших людей, прийняття відповідальності за свої дії, свободи вибору способу поведінки, доречного в цій ситуації, незважаючи на вплив оточуючих людей.

У свою чергу, розвитку довіри до себе в підлітковому віці сприятиме проведення просвітницьких бесід, індивідуального консультування підлітків і їхня участь у групових тематичних тренінгах. Для розвитку довіри до себе, впевненості в собі в підлітковому віці помічниками будуть методи ігрової терапії, когнітивно-поведінкової психотерапії, арт-терапії, музико-терапії тощо.

Підсумовуючи, можемо зазначити, що довіра до себе є важливою базою для формування та підтримування адекватних, емоційно насичених міжособистісних взаємин підлітків. Відтак розвиток довіри до себе є важливою передумовою для соціалізації й розвитку особистості підлітка загалом.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Абрамова Г.С. Практикум по возрастной психологии : [учебное пособие] / Г.С. Абрамова. – 2-е изд. – М., 1999. – 320 с.
2. Антоненко И.В. Доверие: социально-психологический феномен / И.В. Антоненко. – М. : Социум, ГУУ, 2004. – 320 с.
3. Астанина Н.Б. История развития представлений о доверии в отечественной психологии / Н.Б. Астанина // Молодые ученые – московскому образованию : материалы городской научно-практической конференции молодых ученых и студентов учреждений высшего и среднего образования городского подчинения. – М., 2009. – С. 50–59.
4. Каган М.С. Мир общения: проблема межсубъектных отношений / М.С. Каган. – М., 1988. – 320 с.
5. Обозов Н.Н. Психология межличностных отношений / Н.Н. Обозов. – К., 1990. – 414 с.
6. Ткачева М.Н. Возрастная психология / М.Н. Ткачева. – М. : Ветер, 2006. – 405 с.
7. Шихарев П.Н. Современная социальная психология / П.Н. Шихарев. – М., 1999. – 208 с.