

УДК 159.923.2-053.6

РОЗВИТОК САМОСВІДОМОСТІ ЯК ЧИННИК СОЦІАЛЬНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ ПІДЛІТКА

Свіденська Г.М., к. психол. н.,
доцент кафедри психології

Донбаський державний педагогічний університет

У статті описані основні підходи до проблеми самосвідомості у психологічній літературі. Обґрунтовано, що самосвідомість особистості виступає складною, інтегративною властивістю психічної діяльності, центральним утворенням і є як процесом, так і результатом уявлення людини про саму себе. Акцентовано на особливостях становлення самосвідомості в підлітковому віці. Відтворений алгоритм становлення особистісного потенціалу підлітків Л.П. Осьмак із метою визначення ресурсів саморозвитку в підлітковому віці.

Ключові слова: «Я-концепція», самосвідомість, самовизначення, рефлексія, розвиваюча взаємодія, підлітковий вік.

В данной статье описаны основные подходы к проблеме самосознания в психологической литературе. Обосновано, что самосознание личности выступает сложным, интегративным свойством психической деятельности, центральным образованием и является как процессом, так и результатом представления человека о самом себе. Акцентируется внимание на особенностях становления самосознания в подростковом возрасте. Представлен алгоритм становления личностного потенциала подростков Л.П. Осьмак для определения ресурсов саморазвития в подростковом возрасте.

Ключевые слова: «Я-концепция», самосознание, самоопределение, рефлексия, развивающее взаимодействие, подростковый возраст.

Svidenska H.M. THE DEVELOPMENT OF SELF-CONSCIOUSNESS AS A FACTOR OF ADOLESCENTS' SELF-DETERMINATION

This article describes the main approaches to the problem of self-consciousness in the psychological literature. It is substantiated that self-consciousness of a person is a complex, integrative property of mental activity in central formation and it is both a process and a result of an individual's perception of himself. Attention is focused on the features of the formation of self-awareness in adolescence. This is an algorithm of the formation of the personal potential of adolescents L.P. Osmak to determine the resources of self-development in adolescence.

Key words: "I-concept", self-consciousness, self-determination, reflection, developing interaction, adolescence.

Постановка проблеми. Іміни в соціально-економічному житті країни вимагають максимальної актуалізації самовираження і самовизначення особистості. Тому вивчення особливостей розвитку самосвідомості в структурі «Я-концепції» сучасних підлітків у всій складній її соціальної опосередкованості необхідне, перш за все, через пошук суб'єктивних резервів особистості і можливостей оптимізації суспільних впливів з урахуванням особливостей цього віку.

Численні психологічні, педагогічні та соціологічні дослідження показують, що специфіка соціальної ситуації розвитку «Я-концепції» сучасних підлітків характеризується зростанням самосвідомості, прагненням до дорослості, зміною оцінювання до оточення, вибором подальшого життєвого шляху, інтенсивним розвитком компонентів структури «Я-концепції», відкритістю, швидким входженням у пропонувані ролі, особливою чутливістю до оцінок оточення.

Феномен самосвідомості був і залишається одним із найцікавіших і найменш вивчених питань у психології. Його дослідженню присвячено чимало наукових праць як у зарубіжній, так і у вітчизняній психології. Багато років поспіль психологи розглядають феномен самосвідомості з різних точок зору, будують нові теорії та структури досліджень, але все-таки це питання залишається проблематичним.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Самосвідомість являє собою складну, багатомірну психологічну складову частину особистості, окремі аспекти якої широко вивчаються як у вітчизняній (Б. Ананьєв, Л. Божович, Л. Виготський, Г. Костюк, О. Леонтьєв, П. Чамата, І. Чеснокова, К. Шорохова та ін.), так і в зарубіжній психології.

Аналіз наукових робіт свідчить, що розробленням та вивченням питань, пов'язаних із проблемою самосвідомості та її складників, займалося багато вчених, які



з різних сторін розкривали ці поняття. Вивчення самосвідомості та її складових елементів відбувалося за різними напрямками.

У дослідженнях Р. Бернса, М. Боришевського, А. Деркача, Е. Еріксона, О. Іващенко, О. Старовойтенка та інших аналізуються особливості «Я-концепції» та «Я-образу». «Я-концепція» – це система уявлень про самого себе або «установка щодо власної особистості» в перехідний підлітковий період. Це динамічна психологічна величина, що залежить від суспільних відносин та змін безпосереднього соціального оточення.

Проблема формування й розвитку самосвідомості привертає увагу як вітчизняних, так і зарубіжних учених. Цікавими є особливості формування внутрішньої системи особистісних механізмів самоорганізації, в основі якої перебуває складна ієрархія складових елементів самосвідомості, оптимальний модус взаємозв'язку яких має стати спеціальною проблемою дослідження психології.

Постановка завдання. На основі викладеного можна сформулювати завдання дослідження, яке полягає в теоретичному аналізі проблеми розвитку самосвідомості як чинника самовизначення підлітків у процесі життєвого простору.

Виклад основного матеріалу дослідження. Самосвідомість підлітка – це новий, істотний рівень формування його особистості. Для цього рівня самосвідомості специфічним є те, що тут має місце не просто система актів, включених у психічне життя суб'єкта, що розвивається, крім інших її функцій. У підлітковому віці вперше в розвитку особистості акти самосвідомості – самопізнання, самоспостереження, самовідношення, саморегулювання поведінки й діяльності стають однією з необхідних потреб особистості. У свою чергу, потреба в самосвідомості стимулюється виникненням у цьому віці іншої найважливішої потреби – у самовихованні, цілеспрямованому прагненні змінити себе у зв'язку з усвідомленням власних психологічних невідповідностей зовнішнім вимогам, ідеалам, моральним зразкам, яким треба відповідати.

Існування особистості без самосвідомості є неможливим. С. Рубінштейн виводив процес розвитку самосвідомості з генезису самої особистості: «Самосвідомість не надбудовується зовні над особистістю, а включається в неї, самосвідомість тому не має самостійного шляху розвитку, окремого від розвитку особистості, що не відбувається в ньому, а включається в процес розвитку особистості як реального суб'єкта, як його момент; сторона, компонент» [9, с. 677].

У загальній структурі особистості самосвідомість виступає як складна, інтегративна властивість психічної діяльності, центральне утворення. Самосвідомість певним чином фіксує результат психічного розвитку особистості на цьому етапі, а також є регулятором поведінки, має властивість впливати на подальший розвиток особистості. С. Рубінштейн вважав, що проблема психологічного вивчення особистості не закінчується на вивченні її психічних властивостей – здібностей, темпераменту й характеру; вона завершується розкриттям самосвідомості особистості [9]. На думку І. Чеснокової, самосвідомість уплетена в психічне життя особистості, вона пов'язана з усіма іншими психічними процесами (пізнавальними, афективними, вольовими), її можна розуміти лише в реальному живому взаємозв'язку з ними [13].

Як зазначає С. Рубінштейн, рушійною силою розвитку самосвідомості є самостійність індивіда, що зростає і виражається в зміні його стосунків з оточенням. Самосвідомість розвивається мірою того, як особистість реально стає самостійним суб'єктом практичної та теоретичної діяльності. Самостійність суб'єкта розвивається від оволодіння ним власним тілом до відображення ним цільного світогляду і самовизначення особистості. «Я» формується в процесі узагальнення, пізнання об'єктивної реальності, через пізнання іншого «Я» [9].

Особливу напруженість в актуалізації процесів самосвідомості підлітка викликають сильні емоційні переживання, життєві колізії, пов'язані з усвідомленням певного ставлення до себе оточення. Варто зазначити, що процес формування самосвідомості в підлітка має яскраво виражені індивідуальні форми прояву, що пов'язано зі специфікою умов протікання підліткового віку в кожному конкретному випадку.

У поступовому процесі пізнання власних якостей у підлітка зберігається та сама послідовність, що й у пізнанні якостей іншої людини, тобто спочатку виділяються чисто зовнішні, фізичні характеристики, потім якості, пов'язані з виконанням певних видів діяльності, і, зрештою, особистісні якості, більш приховані властивості внутрішнього світу. С. Рубінштейн зазначав, що самопізнання підлітка проходить низку етапів: «Від наївного неведення стосовно самого себе до дедалі більш поглибленого самопізнання, що з'єднується потім із дедалі більш визначеною, а іноді й різко коливною самооцінкою. У процесі цього розвитку самосвідомості центр ваги для підлітка дедалі більше переноситься від зовнішньої сторони особистості до її внутрішньої сторони,

від відображення більш-менш випадкових рис до характеру загалом» [9, с. 679].

Людина, намагаючись уявити, що про неї думають інші люди, аналізує себе, свою поведінку й особливості спілкування з ними, тобто вона аналізує, якою є у взаємодії з іншими людьми. У результаті такого аналізу людина доходить деякого пізнання свого Я. Такого роду уявлення про себе має істотне значення в процесі самовиховання, тому що, аналізуючи себе в спілкуванні з іншими людьми, людина починає розуміти особливості свого характеру, зокрема й негативні. Уявлення людини про те, що про неї думають люди, що становлять коло її спілкування, ми називаємо «рефлексивними очікуваннями» і вважаємо, що вони істотно впливають на процес особистісного самопізнання.

Поняття «самосвідомість» і «рефлексія» прийшли у психологію з філософії з визначеним значенням навантаженням, а потім стали вивчатися в психологічному експерименті. Варто зазначити, що в експериментальних роботах зазначені поняття нерідко вживаються як синоніми. Донедавна рефлексія в психології розумілася переважно як звертання до власного способу дії, і лише порівняно недавно вона стала розглядатися як діяльність самопізнання, як процес одержання явного знання про себе самого. Для позначення рефлексії як діяльності особистісного самопізнання з'явився навіть спеціальний термін – «особистісна рефлексія» (С. Степанов, І. Семенов [10], Н. Гуткіна [4]).

Ми розуміємо особистісну рефлексію як механізм самосвідомості, як особливий дослідницький акт, під час якого людина не просто досліджує свій внутрішній світ, але ще досліджує і себе як дослідника. Рефлексивні очікування ми розглядаємо як феномен особистісної рефлексії, оскільки думаємо, що для з'ясування, що про неї думають інші люди, людині, насамперед, необхідно зрозуміти, якою її бачать інші люди, а це, в першу чергу, має вести до аналізу й розуміння своєї поведінки, тобто до дослідження своєї поведінки, своїх особистісних особливостей, стосунків із людьми.

Водночас рефлексивним очікуванням буде лише те, що виникає в результаті самоаналізу, що призводить до деякого нового знання (у такому разі рефлексивне очікування і буде цим новим знанням). Ситуація, що створює умови для виникнення рефлексії, може скластися або у разі якогось ускладнення, або у разі питання, яке постало перед людиною, що й змушує її здійснити стосовно себе дослідницький

акт. Для того щоб перебороти виникле утруднення, індивіду, як правило, потрібно вийти в зовнішню позицію стосовно сформованої ситуації і вже звідтіля здійснити дослідницький акт, чи рефлексію. Але самі по собі умови, необхідні для виникнення рефлексії, не дають можливості судити про наявність рефлексії. Для цього необхідно мати критерії існування рефлексії в експерименті, чи критерії, що вказують на те, що відбувається дослідницький акт, котрий нас цікавить.

Таким критерієм може стати самоаналіз, що призводить до одержання нового знання про себе, і названий нами рефлексивним аналізом. Він є істотним компонентом рефлексії, оскільки самоаналіз, що призводить до одержання нового знання, – важлива складова частина дослідницького акту, спрямованого людиною на себе як суб'єкта життєдіяльності.

Таким чином, віковий період, що нас цікавить, у сфері самосвідомості можна охарактеризувати як період розвитку й поглиблення рефлексивних та інтеграційних процесів, що також підтверджується іншими авторами – В. Слободчиковим [11], М. Варбан [2], Л. Осьмак [7].

У розробленні моделі нашого дослідження ми зважали на те, що характерними для цього вікового періоду є певні особливості. *По-перше*, активізується процес самопізнання. Результатом формування свідомого «Я» є спрямованість процесу пізнання на свій внутрішній світ. Виділення власного «Я» та оволодіння ним є провідними якісними атрибутами самосвідомості підлітка. Ознаками цього є комплекс вікових новоутворень – почуття дорослості, розуміння власної унікальності й неповторності, ставлення до свого «Я» як до суб'єкта діяльності [1].

По-друге, завдяки змінам у мотиваційній сфері стає можливим досягнення підлітком індивідуальної цілісності й самототожності й має місце спрямованість на реалізацію власного «Я», самоствердження [3].

По-третє, відбувається трансформація ціннісно-сміслової сфери, зумовлена зростанням особистісної активності підлітка. Ціннісні орієнтації, по суті, конкретизують і змістовно «наповнюють» спрямованість підлітків на реалізацію і розвиток власного «Я», що є єдиним процесом мотивованої ціле-утворення. Психологічна сутність цієї функціональної системи (потреби – мотиви – цінності) розкривається у виникненні «особистісних змістів» життя [5].

По-четверте, система ціннісних орієнтацій активізує механізми прогнозування «Я» у контексті майбутнього. Картина майбут-



нього відображає суб'єктивне бачення перспектив «Я» і є основою створення стратегії саморозвитку і самореалізації.

По-п'яте, починають функціонувати рефлексивно-оцінна система і глобальне самовідношення, що інтенсивно формуються в цей період. Емоційно-ціннісне ставлення до себе є результатом усвідомлення «Я» в контексті особистісно-значимих сфер самотворення, а самоповага – основним суб'єктивним критерієм самоствердження особистості, її ставлення до своєї цінності для інших, з урахуванням свого ідеалу й ціннісних уявлень. Поява потреби самоствердження в цьому віці вказує на перехід особистості на вищу ступінь розвитку [6].

Цікаву модель становлення особистісного потенціалу підлітків на наш погляд, пропонує Л. Осьмак (див. рис. 1). Саме такою «ланцюговою реакцією», на думку цього автора, визначаються особистісні ресурси саморозвитку в підлітковому віці [7]. Водночас, зважаючи на методологічні положення про особистість, що розвивається, соціально необхідний тип особистості, її життєві стосунки, рефлексивність і творчий потенціал (С. Рубінштейн, К. Абульханова-Славська, О. Старовойтенко, М. Варбан та ін.), був розроблений методичний підхід до розвитку активного керованого самопізнання в підлітковому віці. Цей підхід має характер розвиваючої взаємодії в системі «психолог (учитель) – підліток». Ця взаємодія базується на методах, що дають

змогу моделювати і розвивати самосвідомість і творчий потенціал особистості, активізують рефлексивну діяльність і передбачають активну взаємодію з психологом. Інструментарієм такого підходу є психологічні методики, рефлексивні за типом, що забезпечують не тільки діагностику індивідуального рівня самосвідомості, наявних життєвих уявлень і цінностей, але й створюють розвиваючі ситуації, в яких можливе досягнення нових знань, оцінок, переживань і ставлення до власного майбутнього.

Цілісна, гармонійна побудова розвиваючої взаємодії, як вважають фахівці-психологи, передбачає:

- навчання особистості усвідомленій роботі з розвиваючими методами, методиками і прийомами;
- формування в особистості здатності до самодослідження, рефлексії, творчого саморозвитку;
- формування структури спонукань до особистісної самореалізації і самоформування;
- становлення системи цільових настанов і диспозицій щодо власного «Я», його розвитку й об'єктивації;
- моделювання суб'єктивної перспективи майбутнього;
- удосконалення самооцінної (рефлексивної) системи й емоційно-ціннісного самоприйняття [2; 12].

Розвиваюча взаємодія дає змогу особистості за допомогою рефлексії побачи-



Рис. 1. Алгоритм становлення особистісного потенціалу підлітків за Л. Осьмак

ти в собі, відкрити, розгорнути, перевести в конкретні вчинки і дії творчий потенціал. Знання про способи і прийоми рефлексії, самопізнання, саморозвитку юна особистість має одержати від психолога (учителя), що дає йому змогу в такий спосіб реалізувати одну зі своїх головних функцій – виховувати активну, творчу особистість громадянина своєї країни.

Особистісно-орієнтоване виховання, спрямоване на розвиток сфери самосвідомості підлітка, припускає врахування різноманітних індивідуально-типологічних характеристик об'єкта соціалізуючого впливу. Нестабільність соціальної ситуації розвитку особистості в період підліткової кризи до першочергових індивідуально-психологічних детермінант рівня адекватного сприйняття школярем цього віку дійсності, розвиваючого впливу дорослих вводить показник тривожності особистості-носія.

Тривога й тривожність становлять особливий інтерес та актуальність у практиці надання психологічної допомоги підліткам як у межах шкільної психологічної служби, так і за індивідуального консультування в міських психологічних службах.

Робота з оволодіння прийомами оволодіння своїм емоційним станом вимагає тривалих занять із психологом, у процесі яких школяр зможе вибрати і закріпити найбільш придатні для себе способи опанування тривожності. Під час роботи з такими підлітками необхідно враховувати основні психологічні особливості, що їм притаманні:

- низька самооцінка й рівень домагань, почуття власної неповноцінності;
- викривлене сприйняття власного Я, неструктурована або ж дуже негативно деталізована «Я-концепція»;
- невпевнена поведінка й неадаптивні стилі спілкування (самота чи агресивна поведінка);
- амбівалентність власних почуттів і тенденція неправильно розпізнавати й визначати почуття інших [8].

Такими є основні психологічні особливості підлітків, що відзначаються підвищеним рівнем тривожності. Вони були враховані нами під час розроблення та апробації програми психологічного тренінгу розвитку самосвідомості й зниження рівня тривожності підлітків.

Висновки з проведеного дослідження.

Таким чином, самосвідомість підлітка є новим істотним рівнем формування його особистості. Специфічним для цього рівня є те, що має місце не просто система актів, включених у психічне життя суб'єкта, який розвивається, поряд з іншими функціями. Саме у цей період вперше в розвитку

особистості привертають увагу акти самосвідомості – самопізнання, самоспостереження, самовідношення, саморегулювання поведінки й діяльності; кожен з них стає однією з потреб особистості. Потреба в самосвідомості у цьому віці стимулюється виникненням іншої важливої потреби – у самовихованні, у цілеспрямованому прагненні змінити себе у зв'язку з усвідомленням власних психологічних невідповідностей зовнішнім вимогам, ідеалам, моральним зразкам, яким треба відповідати.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Булах І.С. Пріоритетні позиції у визначенні провідних компонентів та критеріїв розвитку особистості підлітка / І.С. Булах // Психологія: зб. наук. праць / Нац. пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова. – К., 2001. – Вип. 12. – С. 102–112.
2. Варбан М.Ю. Рефлексія професійного становлення в юнацькому віці / М.Ю. Варбан // Практична психологія та соціальна робота. – Київ, 1998. – № 6–7. – С. 80–83.
3. Возрастная и педагогическая психологии: хрестоматия / сост. И.В. Дубровина [и др.] – М.: Academia, 2001. – 368 с.
4. Гуткина Н.И. Личностная рефлексия как один из механизмов самосознания / Н.И. Гуткина // Формирование личности в переходный период от подросткового к юношескому возрасту. – М.: Педагогика, 1989. – С. 84–95.
5. Ічанська О.М. Психокорекційна модель становлення особистісної ідентичності старшокласників в умовах сучасної школи / О.М. Ічанська // Психологія: зб. наук. праць / Нац. пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова. – К., 2001. – Вип. 12. – С. 126–130.
6. Кузікова С.Б. Можливість зниження конфліктності у підлітків шляхом корекції їх Я-концепції / С.Б. Кузікова // Психологія: зб. наук. праць / Нац. пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова. – К., 2000. – Вип. 2 (9), ч. 1. – С. 200–204.
7. Осьмак Л.П. Умови активізації особистісного потенціалу підлітків / Л.П. Осьмак // Педагогіка і психологія. – 1999. – № 2 (23). – С. 49–58.
8. Прихожан А.М. Школьная тревожность и самооценка в старшем подростковом возрасте / А.М. Прихожан // Психологические проблемы повышения качества обучения и воспитания. – М.: Просвещение, 1984. – С. 76–88.
9. Рубинштейн С.Л. Самосознание личности и ее жизненный путь / С.Л. Рубинштейн // Основы общей психологии. – СПб.: Питер, 2000. – С. 634–641.
10. Семенов И.Н. Психология рефлексии : проблемы исследования / И.Н. Семенов, С. Ю. Степанов // Вопросы психологии. – 1985. – № 3. – С. 31–40.
11. Слободчиков В.И. Становление рефлексивного сознания в онтогенезе / В.И. Слободчиков. – Новосибирск: Наука, 1987. – 175 с.
12. Старовойтенко Е.Б. Жизненные отношения личности / Е.Б. Старовойтенко. – К.: Лыбидь, 1992. – 216 с.
13. Чеснокова И.И. Проблема самосознания в психологии / И.И. Чеснокова. – М.: Наука, 1977. – 144 с.