

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-588-80-8-1.6>

## **ПРОЯВ ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ В САМООЦІНЦІ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ**

**Гуцуляк О. П.**

*аспірант кафедри теоретичної та практичної психології  
Житомирський державний університет імені Івана Франка  
м. Житомир, Україна*

Метою роботи є представлення проявів індивідуально психологічних особливостей в самооцінці осіб юнацького віку. Вважаємо, що в кризових умовах сьогодення проблема визначення та врахування індивідуально-типологічних особливостей, а саме акцентуації характеру в юнацькому віці та прояв їх в самооцінці є актуальною та доцільною. Важливою умовою продуктивного розвитку держави та суспільства є наявність компетентних фахівців, здатних до самовизначення, саморозвитку, самоосвіти, саморефлексії, самовдосконалення, самореалізації в житті. Всі перераховані якості можна здобути та реалізувати лише при наявності адекватної самооцінки. В юнацькому віці відбуваються не тільки психологічні і фізіологічні зміни індивідуума, а також прийняття стратегічно важливих рішень та формування особистості. На зміну спокійних шкільних років, коли більшість проблем вирішувалось батьками та вчителями, приходить час самостійного вибору професійної діяльності, коханої людини, друзів. В цей період важливе значення набуває пізнання себе, своєї сутності, розуміння своїх внутрішніх переживань та психологічних реакцій. Розуміння можливості помилки та невідворотності змін викликає підвищення тривожності в юнацькому віці. Внаслідок цього в цей період яскравіших барв набувають індивідуально-типологічні особливості, а саме акцентуації характеру, що можуть бути провідним внутрішнім психологічним чинником агресії, зниження самооцінки та виникнення тривожно-депресивних станів в юнацькому віці.

На нашу думку, провідним стає необхідність вивчення та врахування індивідуально-психологічних особливостей для пізнання себе та адекватності самооцінки для гармонійного співіснування, грамотного професійного самовизначення та зростання. Тільки звернувши достатню увагу на індивідуальність особистості, можливо розкрити всі сутнісні сили та здібності майбутнього покоління та підготувати компе-

тентних фахівців. Дослідження сучасних науковців в галузі психології підтверджують наш погляд.

Так, Р. Моляко зазначає, що в юнацькому віці внаслідок виникнення деформації фізичного «Я», не залежно від об'єктивності чи суб'єктивності думки досліджуваного, виникає зниження самооцінки, підвищується тривожність, що як наслідок може привести до граничних психічних розладів (синдром дисморфофобії, нервової анорексії, булемії). За результатами дослідження автор з'ясувала, що в підлітковому віці осіб, неадекватно негативно оцінюючих свою зовнішність, спостерігається 12%, а в юнацькому віці – вже 26%. У осіб з косметичними вадами проявляється виражена ситуативна та особистісна тривожність, високий рівень нейротизму з низькою самооцінкою. Дівчат в юнацькому віці прояви їх зовнішніх вад (навіть надуманих) турбують частіше, ніж хлопців [2, с. 15].

Аналізуючи роботу І. Рашковської, ми дійшли до висновку, що важливо врахувати індивідуально-типологічні особливості при роботі з особами підліткового та юнацького віку. Науковцем було доведено, що індивідуально-психологічні особливості є базовим складовим компонентом ідеального «Я» підлітка наряду з самооцінкою та цінностями. Авторка встановила, що збалансованість «Я-реального» і самооцінки та саморефлексія є провідними психічними умовами для формування ідеального «Я» підлітка. Не достатньо чіткі ціннісні орієнтири та невизначене уявлення про себе, небажання самопізнання та саморозвитку, являються несприятливими для його становлення [4, с. 11].

Ознайомившись з науковою роботою О. Сідун, ми можемо зробити висновок про доцільність вивчення прояву індивідуально-психологічних особливостей в самооцінці осіб юнацького віку. На думку автора, низька самооцінка, висока тривожність, невпевненість в собі та неструктурованість «Я-образу» є одними з основних чинників сугестивності, тобто профілактична та корекційна робота має бути направлена на формування адекватної самооцінки, позитивного «Я-образу», розвитку навичок самоаналізу, рефлексії та самоконтролю власної поведінки [6, с. 75;182].

О. Мірошніченко займається вивченням індивідуально-типологічних рис особистості, в тому числі акцентуацій характеру у працюючих в екстремальних умовах. Авторка довела, що адаптація до екстремальних умов великою мірою залежить від рис темпераменту та акцентуацій характеру особистості. На її думку, найбільш пристосованими до екстремальних умов є сангвініки та флегматики з гіпертимною акцентуацією [1, с. 126].

Р. Поліщук в своїй науковій праці підкреслив важливість адекватної самооцінки для формування майбутнього особистості, тому що, на його думку, вона являється складовою поведінки особистості та впливає на сприйняття оточуючої дійсності, себе в ній та формування соціальних взаємодій. В результаті проведеного експерименту автором був зроблений висновок про необхідність запровадження комплексної корекційно-розвивальної програми, направленої на подолання проявів негативної самооцінки, на розвиток самопізнання, самовдосконалення, розкриття своїх індивідуальних особливостей та здібностей, профілактика причин конфліктів [3, с. 12].

На нашу думку, дослідження авторів доводить необхідність вивчення та проведення психологічної підтримки осіб юнацького віку з низькою самооцінкою, а також осіб з обмеженими можливостями та врахування індивідуально-психологічних особливостей та їх проявів в самооцінці.

Наше дослідження проводилось на базі середньої школи міста Житомир. В ньому прийняло участь 45 учнів 11-х класів. Вікова категорія досліджуваних – 17-18 років. З учнями було проведено методики: визначення типу особистості Дж. Олдхема і Л.Моріса (адаптований О. Мірошниченко), опитувальник індивідуально-психологічних особливостей Н. Рейнвальд, формула темпераменту А. Белова, методика визначення самооцінки Т. Дембо-С. Румбінштейн, методика діагностики самооцінки психічних станів Г. Айзенка. Внаслідок проведеного дослідження було з'ясовано, що у 7-ми учнів занижена самооцінка, що складає 16% від загальної кількості опитуваних, з них 5 дівчат і 2 хлопців. Це говорить про більшу вразливість та підвищену незадоволеність собою в юнацькому віці. У 8-ми осіб (18%) бали самооцінки знаходились на граничних цифрах між низькою та середньою, що визначено нами як тенденцію до низької. На нашу думку, це говорить про невпевненість опитуваних. В цій групі також переважали дівчата (6 осіб жіночої статі і 2 чоловічої). Як бачимо, 15 осіб з досліджуваної групи мають низьку або занижену самооцінку, тобто сумніваються в своїх можливостях та силах. Вони складають 33% від загальної кількості. Тестування проводилось в двох одинадцятих класах, один з яких презентувався вчителями як «не керований», «важкий», з агресивно налаштованими учнями. В цьому класі навчалось 21-на особа: з них з явно заниженою самооцінкою 6 і 1 з тенденцією до низької. У осіб з заниженою самооцінкою наявна підвищена тривожність у 8 осіб, підвищена агресивність – у 10 опитуваних, підвищена фрустрація – у 9 осіб, підвищена ригідність – у 14 учнів. 11 осіб з низькою або заниженою самооцінкою

за темпераментом меланхоліки, 3 особи з темпераментом сангвініка, 1 флегматик, але в нього відсоток прояву флегматизму і меланхолії відрізняються в один бал. У всіх осіб з явно низькою самооцінкою високі бали прояву «застрагаючої» акцентуації в характері. Ми вважаємо, що ці люди потребують психологічного консультування, підтримки та тренінгових програм, спрямованих на підвищення впевненості в собі, розуміння себе та саморефлексії.

В більшості випадків ми бачимо поєднання декількох акцентуацій чи типів характеру, що, на нашу думку, дає більше можливостей компенсації негативних рис та пристосованості індивідуума до різних ситуацій. Для психолога наявність декількох акцентуацій чи типів характеру у досліджуваного потребує врахування всіх рис характеру при наданні професійних та корекційних рекомендацій.

### **Література:**

1. Мірошніченко О. А. Роль темперамента зимовщика в процесі адаптації к умовам життєдіяльності в Антарктиці. Науково-практичний журнал південного наукового Центру НАПН України «Наука і освіта». № 7, 2016. С. 126–132. Режим доступу: <https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/articles/2016-7-doc/2016-7-st21>
2. Моляко Р. В. Образ фізичного я: становлення та деформація у пацієнтів з косметичними вадами: Автореф. дис. канд. психол. н. Київ, 2006. 15 с.
3. Попелюшко Р. П. Психологічні умови подолання негативної самооцінки в юнацькому віці: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2008. 12 с.
4. Рашковська І. В. Психолого-педагогічні умови становлення ідеального «я» підлітка: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2015. 11 с.
5. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. «БАХРАХ-М», 2008.
6. Сідун О. Ю. Сугестивність як детермінанта у залежних форм поведінки в юнацькому віці: дис. канд. психол. н. Київ, 2018. 75;182 с.