

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПОЗИТИВНОГО САМОСТАВЛЕННЯ ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ШКІЛЬНОГО КОЛЕКТИВУ

Кириєнко Анна

У сучасних умовах функціонування шкільного простору підлітки перебувають у стані значної психологічної напруги, зумовленої інформаційним перевантаженням, соціальною нестабільністю, військовими факторами, а також активним втручанням соціальних мереж у особистісний розвиток. Період підліткового віку є критичним етапом становлення особистості, оскільки він характеризується інтенсивним формуванням самосвідомості, усвідомленням власної ідентичності, розвитком критичного мислення, відчуттям соціальної самостійності та посиленою чутливістю до оцінювання з боку однолітків і значущих дорослих. Саме в середовищі шкільного колективу підліток постійно «перевіряє» себе, визначає свою соціальну цінність, свою приналежність до певної групи і формує образ «Я», який може мати як позитивний, так і негативний характер [1].

Метою тези є обґрунтування психологічних особливостей позитивного самоствавлення підлітків в умовах шкільного колективу.

Сучасна психологія розглядає самоствавлення як емоційно-ціннісне ставлення особистості до самої себе, що включає когнітивний, емоційний та конативний (поведінковий) компоненти. Відповідно до концепції Н. І. Сарджвеладзе, когнітивний компонент охоплює процеси самопізнання, формування уявлень про власні якості, можливості, зовнішність, інтереси та соціальні ролі; емоційний – переживання любові або неприйняття себе, відчуття гідності; конативний – конкретні форми поведінки, які впливають із того, як підліток сприймає себе [4].

У підлітковому віці особливо інтенсивно розвивається отримує Я-концепція, яка розглядається як динамічна, багаторівнева структура, що постійно уточнюється через досвід взаємодії, рефлексію та соціальне порівняння. Відбувається поступовий перехід від сприйняття себе «очима інших» до формування відносно стійкого, узагальненого образу «Я», який спирається на внутрішні критерії. Однак

підлітки все ще чутливі до зовнішніх оцінок: ставлення батьків і педагогів, реакції вчителів на успіхи чи невдачі безпосередньо впливають на рівень самооцінки та емоційне самовідчуття.

Ключовими факторами, що впливають на розвиток самоствавлення підлітків, є сімейне середовище, педагогічна взаємодія та шкільний колектив. Сім'я є першим і найстійкішим джерелом формування базової самооцінки: безумовне прийняття дитини, емоційна підтримка, повага до її інтересів і думки, послідовні, але справедливі вимоги створюють емоційну безпеку, яка дозволяє підліткови відчувати себе цінним окремо від ситуативних успіхів чи невдач. Навпаки, авторитарне, знецінююче ставлення батьків може закріплювати переконання у власній «непотрібності» і породжувати низьку самооцінку, невпевненість і страх помилки. Педагогічне середовище доповнює цей процес. Особливо важливою ланкою у формуванні позитивного самоствавлення є шкільний колектив, у якому підліток проводить значну частину свого часу і де він отримує основну відповідь на запитання «Хто я?». свій образ «Я».

Позитивне визнання підлітка колективом: підтримка, схвалення, відчуття себе рівноправним членом групи – зміцнює відчуття власної цінності, впевненість, відповідальність за спільні справи, ініціативність. Високий соціальний статус у класі сприяє розвитку лідерства, активної участі в колективних діях, саморегуляції та усвідомленому вибору поведінки. Навпаки, відторгнення, критика, цькування, соціальна відлюдність, насмішки, несправедливе ставлення часто призводять до заниження самооцінки, тривожності, замкненості, агресивних або захисних форм поведінки, які ускладнюють інтеграцію в колектив [2].

Формування позитивного самоствавлення залежить також від емоційного середовища шкільного колективу: доброзичливості, взаємоповаги, підтримки, співпраці та відкритого спілкування. В такому середовищі підлітки відчують себе прийнятими, впевненими, готовими до самовираження, саморозвитку та

відповідальності. Навпаки, конфліктне, агресивне, або висококонкурентне середовище формує внутрішню напругу, само неприйняття, страх помилки, що перешкоджає нормальній соціалізації та навчальному процесу.

Особливе значення у цьому контексті відіграє розвиток соціальних навичок та комунікативної компетентності. Здатність ефективно спілкуватися, слухати інших, аргументувати власну позицію, вирішувати конфлікти конструктивно, працювати в команді це не лише чинники успішної навчальної діяльності, а й важливі механізми формування позитивного самоствавлення. Через позитивний досвід взаємодії підліток відчуває себе ефективною, компетентною особистістю, що сприяє відчуттю власної значущості та впевненості [3].

Позитивне самоствавлення проявляється в адекватній самооцінці, відчутті власної цінності, впевненості, відповідальності та конструктивній, громадянській позиції в колективі. Воно сприяє психологічному благополуччю, гармонійній адаптації, навчальній успішності та позитивному впливу на групову культуру. Навпаки, негативне або занижене самоствавлення створює ризики для психічного здоров'я, соціальних відносин та навчального процесу. Тому свідоме формування позитивного самоствавлення у підлітків є одним із пріоритетних завдань психологічної, педагогічної та освітньої практики школи. Водночас ця тема ще не до кінця вивчена, тому її варто досліджувати далі. Це допоможе краще зрозуміти, як саме формується ставлення підлітків до себе, які фактори найбільше на це впливають і як у школі можна створити умови, що підтримуватимуть їхню впевненість, самооцінку та психологічний комфорт.

Список використаних джерел

1. Балинець К.С. Особливості самооцінки у підлітковому віці. *Редакційна колегія*. 2020. № 6. С. 5-11.
2. Дмитріюк Н. Самоствавлення як психологічний компонент особистісного розвитку сучасного підлітка. *Проблеми сучасної психології*. 2019. № 45. С. 128–151.
3. Мацевко Н. Феномен самоствавлення в психології. *Психологія особистості*. 2010. № 1. С. 202–210.
4. Сарджвеладзе Н.І. Проблеми формування соціогенних потреб: монографія. Т.: «Міцніереба», 1974. 297 с.