

ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ РІВНЯ ОСОБИСТІСНОЇ ТА СИТУАТИВНОЇ ТРИВОЖНОСТІ ІЗ ПОКАЗНИКАМИ САМООЦІНКИ У ПІДЛІТКІВ

Кузняр Софія

Підлітковий вік є періодом інтенсивних психічних змін, формування ідентичності, перебудови системи міжособистісних стосунків та становлення «Я-концепції». У цей час особливої значущості набуває самооцінка як центральний компонент самосвідомості, що визначає характер поведінки, рівень домагань і соціальну адаптацію підлітка.

Водночас підлітковий період характеризується підвищеною емоційною чутливістю та нестабільністю, що зумовлює зростання рівня тривожності. Особистісна тривожність як стійка індивідуальна властивість і ситуативна тривожність як реакція на конкретні обставини можуть по-різному впливати на формування самооцінки. У зв'язку з цим особливої актуальності набуває дослідження особливостей взаємозв'язку різних форм тривожності з показниками самооцінки у підлітковому віці.

Мета публікації – теоретично проаналізувати та узагальнити особливості взаємозв'язку рівня особистісної та ситуативної тривожності із показниками самооцінки у підлітків.

Тривожність у психологічній науці розглядається як багатокomпонентний феномен, що включає емоційні, когнітивні та поведінкові прояви. Ч. Спілбергер розмежував поняття ситуативної (стан тривоги, що виникає у відповідь на конкретну ситуацію) та особистісної тривожності (стійка схильність індивіда сприймати широкий спектр ситуацій як загрозливі).

У підлітковому віці особистісна тривожність пов'язана з невпевненістю, страхом соціальної оцінки, підвищеною чутливістю до критики та очікуванням негативного результату діяльності. Ситуативна тривожність проявляється у

конкретних умовах (контрольні роботи, виступи, оцінювання з боку однолітків) і може мати як адаптивний, так і дезадаптивний характер.

Самооцінка визначається як емоційно-ціннісне ставлення особистості до себе та оцінка власних можливостей і якостей. У підлітковому віці вона відзначається нестійкістю, залежністю від соціального порівняння та значущості референтної групи. Невідповідність між реальним і ідеальним образом «Я» може спричиняти внутрішню напругу та зниження рівня самоприйняття.

Аналіз наукових досліджень свідчить про наявність зворотного кореляційного зв'язку між рівнем тривожності та показниками самооцінки. Високий рівень особистісної тривожності пов'язаний із заниженою глобальною самооцінкою, підвищеною самокритичністю та нестійкістю образу «Я». Такі підлітки схильні інтерпретувати нейтральні соціальні сигнали як негативні, що посилює їхню невпевненість і знижує віру у власні можливості.

Ситуативна тривожність має менш стійкий, але значущий вплив на самооцінку. Часті повторювані ситуації переживання тривоги можуть поступово формувати негативні уявлення про власну компетентність, особливо якщо підліток інтерпретує їх як свідчення особистої неспроможності. Таким чином, ситуативна тривожність може трансформуватися в особистісну, посилюючи її вплив на структуру самооцінки. Взаємозв'язок тривожності та самооцінки має двосторонній характер. Низька самооцінка підвищує ймовірність виникнення тривожних переживань, оскільки підліток сумнівається у власній цінності та здатності відповідати очікуванням. Водночас підвищена тривожність сприяє формуванню негативного самосприйняття, що може закріплюватися як стійка риса особистості.

Отже, рівень особистісної та ситуативної тривожності є важливим психологічним чинником, що впливає на формування показників самооцінки у підлітків. Найбільш виражений вплив має особистісна тривожність як стабільна характеристика емоційної сфери. Таким чином, теоретичний аналіз дозволяє

зробити висновок, що між рівнем тривожності та показниками самооцінки у підлітків існує тісний взаємозв'язок. Підвищена особистісна тривожність корелює зі зниженим рівнем самоприйняття та нестійкістю «Я-концепції», тоді як ситуативна тривожність може впливати на самооцінку залежно від частоти та інтерпретації переживаних ситуацій.

Перспективи подальших досліджень полягають в емпіричному вивченні характеру кореляційних зв'язків між показниками особистісної, ситуативної тривожності та рівнем самооцінки з урахуванням вікових і гендерних особливостей підлітків.

Список використаних джерел

1. Burns R. Self-Concept Development and Education. London Holt, 1982.
2. Erikson E. Identity: Youth and Crisis. New York: Norton, 1968.
3. Прихожан А. М. Психологія тривожності. Київ: Освіта, 2012.
4. Савчин М. В. Вікова психологія. Київ: Академвидав, 2018.
5. Божович Л. І. Особистість і її формування в дитячому віці. Київ: Радянська школа, 1968.
6. Бернс Р. Розвиток Я-концепції. Київ: Либідь, 2001.
7. Спілбергер Ч. Концепція тривожності. Психологічні дослідження. 1983.