

Г. М. Свіденськакандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології
Донбаський державний педагогічний університет

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ І РОЗВИТКУ САМОСВІДОМОСТІ НА ЕТАПІ ПЕРЕХОДУ ВІД ПІДЛІТКОВОГО ДО ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

У статті виносяться на розгляд деякі аспекти проблеми формування самосвідомості особистості на етапі переходу від підліткового до юнацького віку. Визначено роль і значення різних складових самосвідомості у процесі життєвого самовизначення юнаків і дівчат. Запропоновано власний методичний підхід до розвитку активної рефлексії в юнацькому віці. Розглянуто особливості впливу характеру взаємодії у системі «психолог (учитель) – підліток» на стимуляцію внутрішніх ресурсів самостворення особистості.

Ключові слова: самосвідомість, особистісне зростання, вікова криза, розвиваюча взаємодія.

Постановка проблеми. Проблема активності особистості є надзвичайно складною психологічною проблемою, яка має філософську і, відповідно, психологічну історію її розробки у вітчизняній і світовій науці. Наявні зараз особливості суспільних взаємовідносин розвіяли ілюзію єдиної спільної для всіх людей активності, виявився різний рівень її розвитку, різна спрямованість, різна виразність, оскільки постало питання практичного характеру, як підвищити активність людей. Виникла необхідність аналізу того, які об'єктивні умови були неадекватні справжній активності людей, які обставини призвели до своєрідних психологічних втрат у розвитку особистості та її активності.

У сучасній психологічній науці проблеми самосвідомості, самооцінки особистості, внутрішнього світу людини та її переживання себе активним суб'єктом у спілкуванні зі світом посідають провідне місце. Аналіз публікацій свідчить, що питання про зміст та функції самосвідомості викликає гострі суперечки у філософській та психологічній літературі. Представники природно-наукового підходу до цієї проблеми зводять особистість до сукупності її індивідуальних якостей, а самосвідомість – до їхнього пасивного відображення. Прихильники особистісно-діяльнісного підходу вказують на те, що не слід обмежувати «самість» психофізіологічною індивідуальністю, а також не слід зводити самосвідомість до парціальних процесів самопізнання (Е. В. Ільєнков, М. С. Каган, О. М. Леонтьєв та ін.).

Проте якщо скористатися популярною серед психологів ідеєю Б. Г. Ананьєва про подвійну інтеграцію психічних процесів знизу (сходження за рівнями когнітивних психічних структур від елементарного відчуття до понятійного мислення) і зверху (вплив синтетичних особистісних властивостей на розташовані нижче рівні свідомості, пер-

цептивні процеси тощо), – то ці підходи можна назвати взаємодоповнючими (І. С. Кон). Найбільш перспективним, на наш погляд, є саме системний розгляд процесу самосвідомості, оскільки образ «Я» генетично пов'язаний із самовідчуттям, що переконливо довели дослідження французької психологічної школи А. Валлона і Р. Заззо.

Таким чином, самосвідомість і її втілення «Я» є результатом складних інтегративних процесів психіки. Проте, такі моменти суб'єктивної реальності, як формування «самості», способи самореалізації можна зрозуміти лише через аналіз системи суспільних і конкретної взаємодії особистості з іншими людьми. Цей підхід, названий у психології особистісним, вперше філософськи здійснив Гегель, матеріалістично інтерпретував К. Маркс і зараз він широко використовується у соціально-психологічних дослідженнях (І. С. Кон, В. А. Ядов та ін.).

Для розробки проблеми становлення самосвідомості велике значення мають дослідження П. Ф. Протасеня і О. Г. Спіркіна, у роботах яких показана суспільна зумовленість її виникнення. Тільки на основі суспільних взаємин, що виникають у процесі праці і спілкування, людина може пізнавати інших людей, свої відносини з ними і завдяки цьому згодом усвідомлювати саму себе, своє «Я» як щось відмінне від «Я» інших людей.

На сучасному етапі дослідження у віковій та педагогічній психології науковцями отримані важливі показники про витоки особистісного зростання у підлітковому віці (І. С. Булах), закономірності становлення спонукальної сфери особистості підлітка (М. Й. Боришевський, І. В. Дубровіна, А. О. Реан, Л. А. Регуш), умови самостворення і самовизначення підлітка (В. А. Аверін, В. С. Мухіна, Г. М. Прихожан, Г. А. Цукерман), активізуються психологічні засоби відкриття підлітком власного «Я» (І. В. Нікітіна, І. Г. Ісуріна).

Мета статті – аналіз проблеми формування самосвідомості та визначення шляхів корекції та розвитку складових самосвідомості на етапі переходу від підліткового до юнацького віку.

Виклад основного матеріалу дослідження. Для вітчизняної психології основним принципом аналізу самосвідомості традиційно визнається принцип особистісного підходу. Цей метод був глибоко розроблений у науковій школі С. Л. Рубінштейна. Особистість визначається у рамках цього підходу як об'єднана разом сукупність внутрішніх умов, котрі є структурою її властивостей, через які заломлюються всі зовнішні впливи. Зазначається, що будь-який психічний процес, і такий, як самосвідомість і її властивості, можна зрозуміти лише у зв'язку з особистісною взаємозумовленістю. А це означає, що всі різноманітні акти самосвідомості органічно включаються в особистість і створюють одну з твірних її умов.

Існування особистості без самосвідомості не можливе. С. Л. Рубінштейн виводив процес розвитку самосвідомості з генезису самої особистості. «Самосвідомість не надбудовується з зовні над особистістю, а включається у неї, самосвідомість тому не має самостійного шляху розвитку, окремого від розвитку особистості, бо відбивається у ній, включається до процесу розвитку особистості як реального суб'єкта, як його момент, сторона, компонент» [4, с. 67].

У загальній структурі особистості самосвідомість постає як складна, інтегративна властивість її психічної діяльності, центральне її утворення. Самосвідомість певним чином фіксує результат психічного розвитку особистості на конкретному етапі, а також, виступаючи як регулятор поведінки, має властивість впливати на подальший розвиток особистості.

Розглядаючи структуру «Я-концепції», слід зупинитися на її багатоплановості. Уявлення про себе можуть належати до різних сфер проявів людини. Такі дослідники, як У. Джемс, К. Роджерс, М. Розенберг та інші, виділили різні форми уявлень про себе, диференційовані або за сферою проявів людини («соціальне я», «духовне я», «фізичне я», «інтимне я», «публічне я», «моральне я», «родинне я» та ін.), або як реальність та ідеал («реальне я», «ідеальне я»), або на часовому континуумі («я у минулому», «я у майбутньому»), або за будь-якою іншою ознакою.

Наприклад, М. Розенберг виділяє такі головні типи образів «я»:

- 1) наявне «я», яким індивід бачить себе у певний момент;
- 2) уявне «я», яким він показує себе іншим;
- 3) бажане «я», яким індивід хотів би бачити себе.

Кожний з цих «образів я» має свій зміст, структуру, генезис, функції.

У стійкій структурі нашої самосвідомості я-концепція відіграє особливу роль. Будь-які дії – предметні і психічні – можуть виступати як дії, спрямовані на порівняння з я-концепцією, і тоді вони виступають як дії реалізації самосвідомості. Людина має знати себе у своїх діях і результатах, котрі повертаються до неї; повинна підтвердити істинність знань «я». Наше «я» постійно зайняте порівнянням того, який я спочатку, у собі, відповідно до я-концепції, яким я хочу стати, відповідно до неї ж, і тим, який я тут і зараз. Наша я-концепція надає нашій поведінці відносно жорсткий стрижень і орієнтує її. Завдяки самосвідомості ми здатні на неймовірні зусилля, спрямовані на те, щоб реалізувати свій творчий потенціал, свою особистість.

До цього моменту ми говорили в основному про «я» як об'єкт самосвідомості. Аналіз літератури свідчить про відносно глибоку розробку цієї проблеми у психології.

Інакше виглядає проблема «я» як суб'єкта самосвідомості. У нечисленних працях психологи при визначенні суб'єкта самосвідомості дотримуються філософських концепцій, і тому ця проблема залишається відкритою для дослідження.

Спроба визначити «я-суб'єкт» у самосвідомості була здійснена С. Л. Рубінштейном у праці «Человек и мир». З погляду С. Л. Рубінштейна, «суб'єкт – це свідомо діюча особистість, суб'єкт життя загалом і пізнання засвоєння світу й самого себе як свідомої істоти» [4, с. 335]. Автор вказує на те, що людина виступає як істота, яка усвідомлює світ, своє «я» – як суб'єкт процесу засвоєння і усвідомлення світу.

Широко відома думка С. Л. Рубінштейна про рівні усвідомлення себе як активного суб'єкта з книжки «Человек и мир». «Існує два основних способи існування людини і, відповідно, два ставлення її до життя. Перший – життя, яке не виходить за межі безпосередніх зв'язків, в яких живе людина: спочатку батько і мати, потім подруги, учителі, потім чоловік, діти та ін. Тут людина вся у середині життя, будь-яке її ставлення – це ставлення до окремих явищ життя, а не до життя у цілому. Людина не виключається з життя, не може зайняти подумки позицію поза нею для рефлексії над нею. Це істотне ставлення до життя, але воно не усвідомлюється як таке...

Другий спосіб існування пов'язаний з проявом рефлексії. Вона нібито зупиняє, перериває цей безперервний процес життя і виводить людину подумки за її межі. Людина займає позицію ніби поза нею <...> Тут закінчується перший спосіб існування <...> З появою рефлексії пов'язане філософське усвідомлення життя.

Свідомість виступає тут як розрив. Як вихід з повного поглинення безпосереднім процесом життя для вироблення відповідного ставлення

до неї, посідання позиції над нею, поза нею для судження про неї. З цього моменту кожний вчинок людини набуває характеру філософського судження про життя, пов'язаного з ним загального ставлення до життя» [4, с. 354].

К. О. Абульханова-Славська, О. Б. Старовойтенко, М. Ю. Варбан зазначають той факт, що є різні рівні внутрішньої готовності до рефлексії. Схильності і здібності до рефлексії: від повного або часткового відчуження, від рефлексії як особливої форми «активності самосвідомості» до віртуозного володіння техніками самоусвідомлення. Багатьом людям притаманне відчуження від рефлексії (повне або часткове), що пов'язане з якісним рівнем їхнього життя, байдужістю і пасивністю до себе у цьому житті. І навпаки, досить значна кількість людей відрізняється активністю самосвідомості. Її особливою формою – саморефлексією. Рефлексія може досягати високого рівня ставлення до себе, самоузагальнення. У самоузагальненні особистість зв'язує життєві взаємовідносини в єдине ціле, формуючи таким чином внутрішню суб'єктивну основу для своєї цілісності [5-7].

Іншим напрямком активної рефлексії є «динамічна рефлексія, яка рухається від узагальненого «я» до ситуативного «я», яке з'являється. Така рефлексія виявляється в усвідомленні себе у наявний, певний момент життя. «Динамічна рефлексія безпосередньо включена у рух, одушевляє його, є рефлексією дії і вчинку» [5, с. 114].

Слід також зазначити, що суб'єктивне начало самосвідомості розглядається у зв'язку з загальним інтелектуальним рівнем особистості, її включенням у творчу діяльність і культурним рівнем індивідуального розвитку.

Здібності особистості до рефлексії можуть розвинути лише за наявності базового інтелектуального рівня, який передбачає інтерес до самопізнання, здатність до аналізу й узагальнення, пояснення життєвих явищ і подій, захопленість самопізнанням як творчим процесом відкриття нового у собі [5].

Наявності у собі здатності до рефлексії, суб'єктивного початку людина зобов'язана культурному феномену (вихованню, освіті). Особистість, а разом з нею і всі її здібності, являють собою продукт і наслідок культури. У відриві від людської культури особистість не може набути і розвинути у собі суб'єктне начало самосвідомості. Завдяки працям філософів, творам психологічної і художньо-психологічної літератури, ми можемо підштовхнути, просунути розвиток елементарних рефлексивних здібностей.

Активність «я» як суб'єкта самосвідомості, самопізнання також пов'язується з рівнем самосвідомості культури, етносу, соціуму, в яких живе індивід, з тим, наскільки суспільство своїми тра-

диціями й нормами стимулює людину до пізнання «я» й активного самовизначення, наскільки інші люди допомагають індивіду в отриманні об'єктивного, конструктивного знання «я» і самооцінки, що стимулює й підтримує його.

Проблема нашого дослідження визначається такими суперечностями у розвитку юнацької самосвідомості.

По-перше, особистість на перехідному етапі від «підлітка» до «юнака» потребує особливої участі «інших», зокрема дорослих і «зрілих», людей у своєму житті. Вона відчуває нагальну необхідність в їхньому приязному, уважному, доброзичливому ставленні, щоб отримувати від «значущого іншого» постійні поради, відповіді на власні дії, вчинки, наміри. Повинні бути люди, у котрих і через яких юна особистість в юнацькому віці пізнає себе. На жаль, стан суспільних зв'язків сьогодні такий, що скоріш слід очікувати байдужості «інших» до молоді, ніж поваги, спостереження і конструктивної взаємодії.

По-друге, соціальна адаптація, професійне просування, життєвий успіх потребує від сучасних юнаків та дівчат високого рівня самостійності, відповідальності, самоактуалізації, здатності до багатоальтернативних вибору та рішення. Все це може бути забезпечене зрілістю самосвідомості молоді.

По-третє, розвиток юнацької самосвідомості повинен підтримуватися новими сучасними психологічними методиками і техніками. Це важливе для глибокої діагностики самосвідомості, для виявлення обдарованих і творчих особистостей, а також для кваліфікованої допомоги їм у життєвому і професійному становленні.

Таким чином, проблемою дослідження є, з одного боку, зниження загального рівня юнацької самосвідомості в умовах, коли її зрілість дуже необхідна для ефективного життєвого та професійного самовизначення; з другого боку, необхідність багатоаспектної діагностики й підтримки розвитку самосвідомості саме у період переходу молоді до дорослого життя.

Юнацький вік є сенситивним для становлення стійких «утворюючих» самосвідомості (я-образу, я-концепції, рефлексії тощо), а також розвитку професійного потенціалу (професійно важливих якостей – ПВЯ). Самосвідомість визначає успішність психологічної адаптації особистості, а «Я»-концепція як структурний елемент особистості дозволяє їй свідомо сприймати вплив середовища та визначає характер своєї активності [9, с. 325-330]. Через це основним завданням психології формування особистості в юності стає психолого-методичне забезпечення розвитку самосвідомості.

Базуючись на вищезгаданому, ми поставили перед нашим дослідженням такі завдання:

1. На основі аналізу психологічних джерел дати цілісне обґрунтування особливостей формування і розвитку самосвідомості на етапі переходу від підліткового до юнацького віку, а також визначити роль і значення різних складових самосвідомості у процесі життєвого самовизначення юнаків і дівчат.

2. Зробити огляд методичних підходів, орієнтованих на діагностику й розвиток юнацької самосвідомості.

3. Побудувати теоретичну модель діагностики самосвідомості, яка повинна охоплювати всі її аспекти, зокрема я-образ, я-концепцію.

4. Визначити загальні тенденції у розвитку самосвідомості учнівської молоді на сучасному етапі.

5. Розробити практичні рекомендації з удосконалення педагогічних форм, прийомів та методів розвитку рефлексивних здібностей підлітків і юнаків.

Основними методами та прийомами, які ми використовуємо у нашому дослідженні, є метод вільних описів (методика експрес-діагностики самосвідомості О. Б. Старовойтенко); опитування; проєктивний малюнок «Автопортрет»; особистісний опитувальник Айзенка (EPI); методика визначення локус-контролю, шкала самооцінки Дембо-Рубінштейн, тест структури інтелекту Амтхауера, методика самооцінки тривожності Спілбергера-Ханіна.

На основі методологічних положень про особистість, котра розвивається; про соціально необхідний тип особистості, її життєві відносини, рефлексивність і творчий потенціал (С. Л. Рубінштейн, К. О. Абульханова-Славська, О. Б. Старовойтенко, М. Ю. Варбанта ін.) ми розробили методичний підхід до розвитку активної рефлексії в юнацькому віці. Цей підхід може мати характер розвиваючої взаємодії у системі «психолог (учитель) – юнак». Розвиваюча взаємодія базується на методах, які дозволяють моделювати й розвивати самосвідомість і творчий потенціал особистості, котрі активізують рефлексивну діяльність і передбачають активну взаємодію з психологом. Інструментарієм такого підходу є психологічні методики, рефлексивні за типом, які забезпечують не тільки діа-

гностику індивідуального рівня самосвідомості, наявних життєвих уявлень і цінностей, але й створюють розвиваючі ситуації, в яких можливе надбання нових знань, оцінок, переживань і ставлення до власного майбутнього.

Цілісна, гармонійна побудова розвиваючої взаємодії, як вважають О. Б. Старовойтенко та М. Ю. Варбан [5-7], передбачає;

– навчання особистості усвідомленої роботи з розвиваючими методами, методиками і прийомами;

– спільний творчий пошук психологом (учителем) і його партнером джерел, шляхів вдосконалення професійного становлення;

– формування в особистості здатності до самодослідження, рефлексії, творчого саморозвитку.

У табл. 1 представляємо програму, компоненти самосвідомості і той їх зміст, який було піддано психокорекційному тренінгу [8, с. 34-46].

Ефективність розробленої та застосованої нами програми розвиваючого тренінгу самосвідомості виявилася у тому, що після проведення тренінгу показники самосвідомості та тривожності підлітків експериментальної групи значно покращилися. При порівнянні результатів статистичного аналізу представників експериментальної та контрольної груп, встановлено, що вплив тренінгових технік за показником рівня тривожності (t-критерій Стьюдента дорівнює 3,956, $p < 0,005$), за показником самооцінки (t дорівнює 3, 736, $p < 0,005$) є очевидним. Отримані результати свідчать, що підлітки цих груп відрізняються один від одного за рівнем тривожності та самооцінки.

Проведена розвиваюча робота сприяла формуванню більш адекватної «Я-концепції» у підлітків-учасників соціально-психологічного навчання. Після проведеного тренінгу під час контрольного дослідження змінилася наповненість різних типів «Я-концепції»: 54% підлітків, які входили до типу «Несформована, розмита «Я-концепція» та 69% досліджуваних, віднесених до типу «Фрагментарна одностороння «Я-концепція», перейшли до типу «Я-концепція», яка розвивається, тяжіє до повноти, чіткості». Такі показники пов'язані з позитивним впливом тренінгу.

Таблиця 1

Загальний сценарій програми психокорекційного тренінгу

Компоненти самосвідомості	Розвивально-корекційні сторони	Методи і методики	Час
Змістовний	Змістова складова: Я – концепція Я – образ Рівні розвитку і типи концепції Повнота Я – образу	Проблемні завдання («Експрес-діагностика самосвідомості» О. Старовойтенко	4,5 години
Ціннісно-рефлексивний	Самооцінка: Концепція рівнів самооцінки і самоприйняття і прийняття іншими	Самохарактеристики (методика Дембо-Рубінштейна	4,5 години
Динамічно-саморегуляційний компонент	Тривожність: Особистісний успіх	Рольові ігри, обговорення досягнень, ігри (методика Спілбергера-Ханіна, «Особистісний диференціал»	9 годин

Сформованість «Я-концепції» в учнів 8-9 класів

Рівні сформованості	Типи «Я-концепції»	Експериментальна група	Контрольна група
		після тренінгу	після опитування
Початковий	«Несформована, розмита «Я-концепція»	8,1%	37,3%
Середній	«Фрагментарна, одностороння «Я-концепція»	17,7%	28,8%
Достатній	«Я-концепція», яка розвивається, прагне до повноти, чіткості»	53,2%	20,3%
Високий	«Чітка, добре наповнена «Я-концепція»	21%	13,6%

У табл. 2. проілюстровано результати сформованості «Я-концепції» за її рівнями і типами в учнів 8-9 класів експериментальних та контрольних груп. З учнями контрольних групи проводилося лише тестування. З учнями експериментальних груп проводився психокорекційний тренінг.

Таким чином, ми можемо стверджувати, що корекційно-розвиваюча тренінгова робота, яка проводилася за спеціально розробленою програмою, що включала різноманітні форми та методи роботи, дала позитивні результати. У підлітків експериментальної групи були скореговані основні показники самосвідомості, які детермінували рівень її сформованості та впливали на перебіг підліткової кризи.

Висновки. Отримані результати проведеної роботи дозволяють констатувати, що підлітковий період є сенситивним до цілеспрямованої, організованої стимуляції внутрішніх ресурсів самотворення особистості. Проведене дослідження свідчить, що отримані дані про зміст структурних компонентів самосвідомості можна використовувати у психологічному консультуванні підлітків, а запропоновані техніки можуть надати допомогу у розвитку самосвідомості школярів підліткового віку.

Розвиваюча взаємодія дозволить особистості за допомогою рефлексії побачити у собі, відкрити, розгорнути, перевести у конкретні вчинки і дії творчий потенціал. Знання про способи і прийоми рефлексії, самопізнання, саморозвитку юна особистість повинна отримати від психолога (учителя), який має таким чином реалізувати одну зі своїх головних функцій – виховувати активну, творчу особистість громадянина нашої держави.

Література:

1. Ильенков Э. В. Философия и культура. М.: Политиздат, 1991. 464 с.
2. Кон И. С. В поисках себя: Личность и ее самовыражение. М.: Изд-во МГУ, 1984. 151 с.
3. Зимянський А. Р. Соціально-психологічні передумови розвитку моральної самосвідомості у підлітковому віці. Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology, III(19), Issue 38, 2015. URL: www.seanewdim.com
4. Рубинштейн С. Л. Проблемы общей психологии. М.: Педагогика, 1973. 424 с.
5. Старовойтенко Е. Б. Жизненные отношения личности. Модели психологического развития. К.: Лыбидь, 1992. 216 с.
6. Мистецтво життєтворчості: наук.-метод. посібник: у 2 ч. / Ред. рада: В. М. Доній, Г. М. Несен, Л. В. Сохань, І. Г. Єрмаков та ін. К., 1997. Ч. 1: Теорія і технологія життєтворчості. 392 с.
7. Варбан М. Ю. Рефлексія професійного становлення в юнацькому віці. Практична психологія та соціальна робота. К., 1998. № 6-7. С. 80 -83.
8. Свіденська Г. М. Психологічний тренінг як засіб розвитку самосвідомості та зниження рівня тривожності в період підліткової кризи. Практична психологія та соціальна робота. К., 2008. № 9(114). С. 34-46.
9. Резнікова О. А. Я-концепція як чинник психологічної адаптації особистості у складних умовах життєздійснення. Актуальні питання психології, економіки та управління: зб. наук. праць. за матеріалами Всеукраїнської науково-практичної конференції «перспективні напрямки сучасної науки і освіти» [Слов'янськ, 22-24 квітня 2015 року]. ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет». Слов'янськ: Печатний двор, 2015. С. 325-330.

Свиденская Г. Н. Особенности формирования и развития самосознания на этапе перехода от подросткового к юношескому возрасту

В статье выносятся на рассмотрение некоторые аспекты проблемы формирования самосознания личности на этапе перехода от подросткового к юношескому возрасту. Определены роль и значение различных составляющих самосознания в процессе жизненного самоопределения юношей и девушек. Предложен собственный методический подход к развитию активной рефлексии в юношеском возрасте. Рассмотрены особенности влияния характера взаимодействия в системе «психолог (учитель) – подросток» на стимуляцию внутренних ресурсов самосоздания личности.

Ключевые слова: самосознание, личностный рост, возрастной кризис, развивающее взаимодействие.

Svidenska H. M. Peculiarities of forming and developing self-consciousness at the stage of transition from adolescent to youth age

The paper present for considering some aspects of the problem of forming self-consciousness of the individual at the stage of transition from the adolescent to youth age. The role and essence of different components of self-consciousness in the process of life self-determination of the young men and girls are clarified. It is offered the own methodical approach to the development of active reflection in adolescence. The peculiarities of influence of character of interaction in the system “psychologist (teacher) – adolescent” on stimulating the inner resources of self-creation of the individual are analysed.

Key words: self-consciousness, personal growth, age crisis, developing interaction.