

SCI-CONF.COM.UA

SCIENCE IN THE MODERN WORLD: INNOVATIONS AND CHALLENGES



**PROCEEDINGS OF IX INTERNATIONAL
SCIENTIFIC AND PRACTICAL CONFERENCE
MAY 15-17, 2025**

**TORONTO
2025**

SCIENCE IN THE MODERN WORLD: INNOVATIONS AND CHALLENGES

Proceedings of IX International Scientific and Practical Conference

Toronto, Canada

15-17 May 2025

Toronto, Canada

2025

84.	Захарова Г. В. ВИЗНАЧЕННЯ СУТНОСТІ ПОНЯТТЯ «ПЕДАГОГІЧНА ТОЛЕРАНТНОСТЬ»	499
85.	Кошляк М. А. ІСТОРІОГРАФІЧНИЙ АНАЛІЗ СУЧАСНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ТА МОЛОДІ	505
86.	Мокроменко О. В. ВНЕСОК ПРОСВІТЯНСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ БРИТАНСЬКОЇ ТА НАЦІОНАЛЬНОЇ НАРОДООСВІТНІХ ГРОМАД У СПРАВУ ЗАСНУВАННЯ ЄДИНОЇ МАСОВОЇ МЕРЕЖІ ЗАКЛАДІВ ЕЛЕМЕНТАРНОЇ ОСВІТИ У ВЕЛИКІЙ БРИТАНІЇ ХІХ СТ.	509
87.	Олексін Ю. П., Сокаль В. А., Шевчук Т. Є., Якубовська С. С. ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ВИКЛАДАЧА В УМОВАХ НЕФОРМАЛЬНОЇ ОСВІТИ	515
88.	Савастру Н. І., Муравська Г. О., Безугла Я. І. СИНЕРГІЯ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ ЯК РЕСУРС ЕФЕКТИВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ	524
89.	Тищенко М. А. USING HASCATHONS IN FOREIGN LANGUAGE TEACHING	528
90.	Файденко С. Р. ВПРОВАДЖЕННЯ ІНТЕРАКТИВНИХ ОСВІТНІХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОЦЕС ВИВЧЕННЯ АНГЛІЙСЬКОЇ МОВИ	534
91.	Чепєлева Н. М., Золотухіна Н. О., Тарабан Л. П., Жмура О. В. НАЦІОНАЛЬНО-ПАТРІОТИЧНЕ ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ ІНТЕРАКТИВНИХ ІГОР	538

PSYCHOLOGICAL SCIENCES

92.	Feldman Yu. IMPULSIVITY AS A PREDICTOR OF DIGITAL ADDICTION FORMATION IN THE ADOLESCENT ENVIRONMENT	543
93.	Андрійчук І. П., Андрійчук С. Ю. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ САМОСТАВЛЕННЯ СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ	548
94.	Горбачова Ю. Ю., Бондаревич С. М. ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ ВІКОВИХ СЕНСОРНИХ ЗМІН НА СПРИЙНЯТТЯ СТРЕСУ В ОСІБ З РІЗНИМИ ТИПАМИ ТЕМПЕРАМЕНТУ	555
95.	Закусило А. В. ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ЧЛЕНІВ РОДИН ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ	561
96.	Кольман-Коваль І. В., Бондаревич С. М. ВПЛИВ РІВНЯ СТРЕСУ ОСОБИСТОСТІ НА КОГНІТИВНІ ФУНКЦІЇ ФАХІВЦІВ МОРЕГОСПОДАРСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ	565

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ САМОСТАВЛЕННЯ СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ

Андрійчук Іванна Петрівна

к.психол.н., доцент

Андрійчук Соломія Юріївна

студентка

Тернопільський національний педагогічний університет
імені Володимира Гнатюка
м. Тернопіль, Україна

Анотація: у статті проаналізовано теоретичні засади вивчення феномену самоставлення та його впливу на психологічне благополуччя старших підлітків. Обґрунтовано психологічний інструментарій діагностики самоставлення підлітків та представлено результати дослідження. Надано психологічні рекомендації щодо формування позитивного самоставлення для забезпечення психологічного благополуччя підлітків.

Ключові слова: самоставлення, самоприйняття, самооцінка, рефлексія, психологічне благополуччя, підлітковий вік.

На сьогодні актуальність дослідження проблеми самоставлення не викликає жодних сумнівів. Сучасна молодь неодноразово стикається з великою кількістю викликів та можливостей. Ледь не кожного дня перед підлітком постають нові питання з важливістю вибору щодо освіти, професійного самовизначення, відносин, особистого розвитку та ін. У зв'язку з цим, важливо, вміти визначити власні цілі та цінності, а також розвивати усвідомленість своїх потреб та бажань.

Безумовно інформаційна та цифрова ера створює безліч можливостей для самовираження та саморозвитку. Старші підлітки мають доступ до різноманітних джерел інформації, соціальних мереж, онлайн-курсів та інших засобів, які можуть допомогти їм розкрити свій потенціал та визначити свої

індивідуальні шляхи розвитку.

Підлітковий вік – це вік швидких та важливих змін таких як фізіологічні, психологічні чи соціальні. І досить часто вони стикаються з так званим «знайомством із самим собою». Навички саморегуляції постійно вдосконалюються, підліток також розвиває самоідентифікацію, досліджує індивідуальність та свої сильні сторони. Молоді люди стикаються з життєвими випробуваннями, соціальними ролями та очікуваннями, які іноді перевіряють їх силу та витривалість. Власний досвід народжується саме у цей період, коли підліток починає ставати самостійним, відповідальним і незалежним. В цьому періоді підліток зазнає значних психологічних змін, таких як формування та встановлення власних цінностей. Дослідження самоставлення дозволяє краще зрозуміти ці процеси і надати підтримку в їхньому психологічному розвитку. Тож розуміння їхніх потреб, бажань та стратегій адаптації допомагає створювати ефективні програми підтримки для їхньої соціальної інтеграції.

Дослідженням самоставлення старших підлітків займалися такі зарубіжні вчені як Е. Еріксон, Д. Піаже, Д. Маркіяно, М. Меллоні, Л. Берк, М. Бейбі та інші. Серед вітчизняних вчених цим питанням цікавились І. Андрійчук, І. Булах, Л. Вихованець, Л. Долинська, Н. Козлов, О. Тихомиров, Т. Яблонська та інші.

Аналіз проблеми особистісного самоставлення базується на позиції різних концептуальних підходів зарубіжної та вітчизняної психології. Н. І. Сарджвеладзе один із перших використовував термін «самоставлення», описуючи його як спосіб, яким суб'єкт ставиться до своїх власних потреб у контексті їх задоволення, зосереджуючись на собі [1, с. 4].

Самоставлення – це основа функціонування здорової та адаптованої особистості, що виражається у прийнятті себе, а також у відчутті довіри до світу (К. Хорні).

До того ж на думку К. Хорні провідну роль у розвитку самоставлення відіграють ступінь співвіднесення образів «реального» та «ідеального Я». крім того вона ще вважає, що позитивне самоприйняття – це відчуття повної

прийнятності себе, що виявляється у вірі в світ та впевненості в собі. Це, можна сказати, внутрішнє переконання в тому, що все буде добре [2].

М. Боришевський досліджував взаємозв'язок між самоставленням та емоційною сферою особистості. Він стверджує, що сприйняття себе особистістю формується через осмислення своєї ролі у системі життєвих цінностей та оцінки власних досягнень. Цей процес відбувається поступово, в процесі взаємодії з іншими, професійного розвитку, особистісної реалізації та в житті, де людина зазнає успіхів і невдач, здійснює самоаналіз і зростає особистісно [3, с. 119–120]. Можна стверджувати, що саморозвиток спрямовує особистість на пошук нових знань, навичок і можливостей для досягнення своїх цілей та реалізації свого потенціалу. Ці мотиви допомагають формувати позитивне ставлення до власного розвитку і сприяють досягненню успіху в особистому і професійному житті.

Як показав аналіз літератури [3; 4; 5 та ін.], взаємодія самооцінки та самоприйняття є ключовим фактором, який визначає рівень психологічного благополуччя. Позитивний баланс між цими елементами допомагає людині краще розуміти себе, ставитися до життя з оптимізмом та ефективніше вирішувати життєві виклики. Справжнє психічне благополуччя виникає саме тоді, коли позитивна самооцінка та глибоке самоприйняття взаємодіють. Цей синергетичний ефект створює оптимальні умови для сталого і глибокого внутрішнього розвитку. Відчуття власної цінності та прийняття себе таким, яким ти є, веде до стану внутрішньої гармонії та здатності підтримувати цю гармонію в умовах життєвих турбот і стресів.

Емпіричне дослідження особливостей самоставлення підлітків є надзвичайно актуальним у сучасному контексті, оскільки підлітковий вік є критичним періодом формування особистості. Самоставлення відіграє важливу роль у розвитку самооцінки, самоідентифікації та емоційного благополуччя підлітків. Розуміння специфіки самоставлення у цей період дозволяє своєчасно виявляти проблемні аспекти, надавати необхідну підтримку та розробляти ефективні психолого-педагогічні методи для сприяння гармонійного розвитку

молоді.

В якості діагностичного інструментарію були використані наступні методики: методика «Q-сортування» (В. Стефансон); методика «Тест-опитувальник для визначення самоставлення особистості»; методика «Хто я?» (М. Кун і Т. Макпартленд); методика «Діагностика прийняття інших» (В. Фей). Обсяг вибірки – 70 старших підлітків.

За результатами методики «Q-сортування» (В.Стефансон) нами було підраховано середнє значення по кожній шкалі, яке зображено на рисунку 1 (Рис. 1).

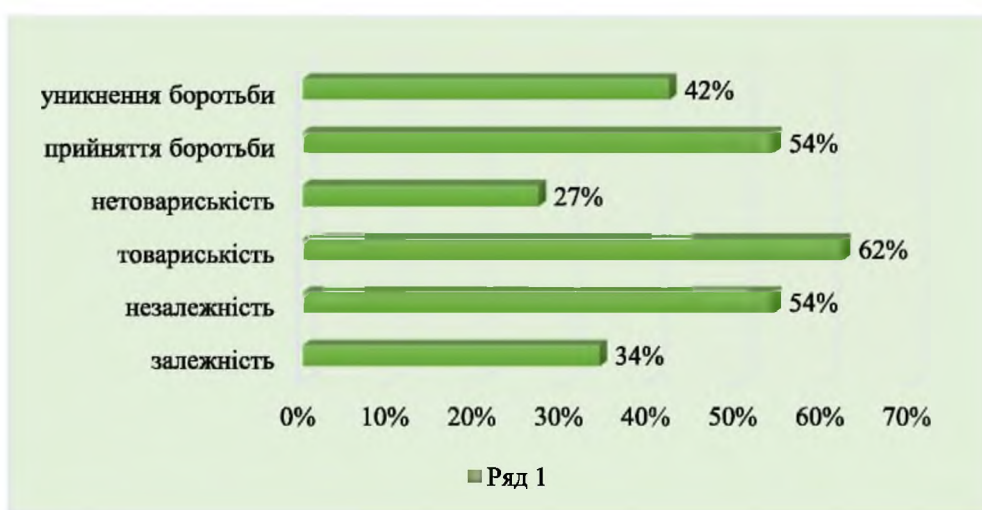


Рис. 1. Середні значення за результатами методики «Q-сортування» (В. Стефансон) у %

За результатами методики «Q-сортування» (В. Стефансон) нами було отримано наступні середні значення: залежність – 34%, незалежність – 54%, товариськість – 62%, нетовариськість – 27%, прийняття боротьби – 54%, уникнення боротьби – 42%. Аналіз результатів показує, що в даній вибірці домінує індекс товариськості (комунікабельності). Це виражається в прагненні індивіда формувати емоційні зв'язки як всередині групи, так і поза нею. Найнижчий показник зафіксовано у шкалі залежностей, що вказує на внутрішнє і зовнішнє бажання індивіда не сприймати групові стандарти. Особистість незалежна в своїх діях, впевнена в тому, що вона поводить себе правильно, демонструючи самостійність, рішучість і наполегливість у відстоюванні своєї

думки.

За результатами методики «Хто я?» М. Куна і Т. Макпартленда можна відзначити, що більшість хлопців (61,12%) демонструє адекватну самооцінку, тоді як у дівчат цей показник значно нижчий і складає лише 25%. Це може вказувати на те, що хлопці зазвичай мають більшу внутрішню стабільність та розуміння своєї особистості порівняно з дівчатами.

Щодо нестійкої самооцінки, вона спостерігається приблизно в однаковій пропорції як серед хлопців (11,12%), так і серед дівчат (25%). Це може вказувати на те, що обидва гендери можуть мати певні періоди сумнівів у власних здібностях або ставленні до себе і мають потребу в роботі над стабільністю самооцінки для обох груп.

Значно вищий відсоток неадекватно завищеної самооцінки у дівчат (35%) порівняно з хлопцями (22,23%) може свідчити про те, що дівчата можуть мати більшу тенденцію до переоцінки своїх можливостей та досягнень та вказує на потребу в роботі над реалістичністю самооцінки серед певної групи дівчат.

Нарешті, неадекватно занижена самооцінка також виявлена вищою серед дівчат (15%) у порівнянні з хлопцями (5,56%), що може вказувати на більшу схильність дівчат до самокритики та внутрішніх сумнівів, а також про більш здорове ставлення до себе серед хлопців.

Узагальнюючи, результати методики свідчать про те, що рівень самооцінки може варіюватися в залежності від гендерних особливостей, соціокультурного контексту та інших факторів, що впливають на формування самосвідомості та самооцінки у різних соціальних груп, що надає можливості для розробки стратегій самоставлення та самовдосконалення для обох груп.

Зокрема, аналіз результатів допоміг визначити конкретні області, в яких підліткам необхідний саморозвиток, такі як саморозуміння, вміння конструктивно критикувати себе для покращення не лише особистісної зрілості, але і для сприяння більш глибокому розумінню власних мотивацій, потреб і цінностей. Також виявлено необхідність у покращенні ставлення особистості до самого себе і відповідно до інших, що сприятиме побудові

позитивних взаємин та підтримці психологічного благополуччя.

У процесі формування самосприйняття важливо враховувати психологічні та емоційні аспекти взаємодії зі світом навколо. Позитивні враження, успіхи у власній діяльності, адекватна оцінка власних можливостей та підтримка оточення відіграють важливу роль у цьому процесі. Також важливо розвивати навички самоаналізу та вміння конструктивно взаємодіяти зі здобутими знаннями про себе.

Критичне мислення та готовність до змін у власному сприйнятті себе сприяють більш глибокому розумінню власної особистості. Важливо стимулювати розвиток самоконтролю та саморегуляції, сприяти формуванню позитивного емоційного самопочуття та самосвідомості. Сприятливе впливове середовище, підтримка від близьких та можливість ефективного вирішення конфліктів також мають велике значення для формування самоставлення людини.

Для формування позитивного самоставлення у підлітків для забезпечення психологічного благополуччя в майбутньому, можна врахувати наступні рекомендації: надання психологічної підтримки, соціальна включеність, профорієнтація, посилення комунікації, заохочення до здорового способу життя та ін. Важливо, щоб підлітки мали можливість відчувати підтримку один одного та вільно виражати свої емоції. Створення сприятливого середовища для відкритого спілкування та розвитку комунікативних навичок може допомогти їм легше адаптуватися та почуватися впевненіше у суспільстві. Ці ініціативи не лише сприяють інтеграції підлітків у суспільство, але й позитивно впливають на їхнє загальне самопочуття та якість життя.

Перспективою подальшого дослідження є розробка та реалізація тренінгової програми, а також оцінка її ефективності для сприяння гармонійного розвитку самоставлення у підлітків. Це дозволить не лише покращити психологічний комфорт молоді, але й сприятиме їхньому загальному особистісному зростанню, успішній соціалізації та адаптації в суспільстві.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Сарджвеладзе Н. І. Особистість та її взаємодія із соціумом. Тбілісі, 1989. 204 с.
2. Хорні К. Наші внутрішні конфлікти. Конструктивна теорія неврозу. КНТ. 2025. 244 с.
3. Боришевський М. Й. Дорога до себе: Від основ суб'єктності до вершин духовності : монографія. Київ. 2010. 416 с.
4. Андрійчук І. П. Феномен самоставлення у структурі особистості підлітка. *Проблеми гуманітарних наук: збірник наукових праць Дрогобицького державного педагогічного університету імені І. Франка. Серія «Психологія»*. Дрогобич. 2015. Випуск 37. Психологія. С. 4 – 15.
5. Булах І. С. Психологія особистісного зростання підлітків: реалії та перспективи : монографія. Вінниця. 2016. 340 с.