


**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МАРИУПОЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ
КАФЕДРА ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

До захисту допустити:
В.о. завідувача кафедри
_____  Ірина ДЕСНОВА
«03» травня 2024 р.

**«САМОСТАВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ ЯК ЧИННИК
ПОБУДОВИ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ В
ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ»**

Кваліфікаційна робота здобувача
вищої освіти першого (бакалаврського)
рівня вищої освіти освітньо-
професійної програми «Практична
психологія»

Мякішева Максима Миколайовича

Науковий керівник:

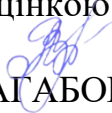
Блашкова Олена Миколаївна

кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри практичної психології

Рецензент:

Дуткевич Тетяна Вікторівна

кандидат психологічних наук,
професор, професор кафедри
психології освіти Кам'янець-
Подільського національного
університету імені Івана Огієнка

Кваліфікаційна робота
захищена з оцінкою 70 D
Секретар ЕК 
Анастасія ВАГАБОВА
«12» червня 2024 р

Київ – 2024

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВИВЧЕННЯ САМОСТАВЛЕННЯ ЯК ЧИННИКА ПОБУДОВИ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ.....	7
1.1. Психологічний аналіз феномену самоствавлення в юнацькому віці	7
1.2. Значення міжособистісних стосунків в житті особистості.....	16
1.3. Самоствавлення в структурі побудови міжособистісних стосунків юнаків	20
Висновки до розділу 1	28
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ САМОСТАВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ ЯК ЧИННИКА ПОБУДОВИ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ ЮНАКІВ	29
2.1. Обґрунтування процедури і методик експериментального дослідження ..	34
Висновки до розділу 2	45
ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ	47
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	49

ВСТУП

Актуальність. Внутрішня активність грає ключову роль у розвитку особистості, сприяючи її гармонійному, активному та творчому становленню. Ця внутрішня активність допомагає людині розкривати свій потенціал та досягати власних цілей.

Детермінантою внутрішньої активності є самоствавлення, яке визначається уявленнями та цінностями, які людина внутрішньо приймає про себе, її віру у власні здібності та можливості. Воно впливає на мотивацію та напрямок діяльності, стимулюючи розвиток і самореалізацію особистості.

Сьогодні дослідження проблеми самоствавлення особистості є дуже актуальною. Це тому, що у системі життєвих відносин людини ставлення до себе завжди займає особливе місце. Екологічне та позитивне ставлення до себе має велике значення для здоров'я та благополуччя особистості. Це відображається у її здатності функціонувати ефективно у суспільстві.

Самоствавлення, як вираз індивідуального сприйняття себе, включає як афективну (емоційну) складову, так і когнітивний (пізнавальний) компонент. Це означає, що воно формується не лише на основі почуттів і емоцій, а й на основі розумового сприйняття власної особистості, віри у свої здібності та цінності. Таке самоствавлення допомагає людині розвивати позитивне відношення до себе, що в свою чергу сприяє її успіху та самореалізації. Саме знання про себе формує у людини ставлення до власної особистості.

Розвиток самосвідомості є центральним психологічним процесом в юнацькому віці. Самосвідомість впливає на те, як особистість сприймає себе і свої дії, а також на її здатність узгоджувати свої прагнення та вчинки відповідно до власного уявлення про себе. У період юності самоствавлення розвивається як частина самосвідомості, що дозволяє оцінювати власні здібності та якості.

Це важливий чинник для самовдосконалення особистості, оскільки допомагає молодій людині краще зрозуміти себе, визначити свої цілі та

напрямки розвитку. Розвиток самоствавлення в юнацькому віці сприяє формуванню позитивного відношення до себе та забезпечує основу для подальшого саморозвитку і самореалізації.

Оскільки спілкування визнається як важлива діяльність у юнацькому віці, то можна зазначити, що особливості самоствавлення нерозривно пов'язані з процесом побудови міжособистісних стосунків юнаків. В період юності відбувається активний процес формування особистості, пов'язаний із набуттям досвіду у спілкуванні, становленням світогляду та соціальних установок. Це призводить до збільшення самостійності, впевненості у власних діях та стійкості до стресів у юнаків.

Перехідний період до соціальної зрілості включає усвідомлення свого «Я» та розвиток концепції власної особистості. Цей процес супроводжується збільшенням соціальних контактів з однолітками та дорослими, поглибленням інтимних стосунків дружби та любові. З одного боку, це призводить до збагачення досвіду та підтримки від інших, а з іншого - до посилення вимог до партнерів та підвищення рівня вибірковості у стосунках.

Якість міжособистісних відносин великою мірою визначає рівень самооцінки та особистісних досягнень у цій віковій категорії.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично перевірити особливості впливу самоствавлення особистості на побудову міжособистісних стосунків юнаків.

Об'єкт дослідження – міжособистісні стосунки в юнацькому віці.

Предмет дослідження – особливості впливу самоствавлення особистості на побудову міжособистісних стосунків в юнацькому віці.

Гіпотеза дослідження полягає у припущенні, що одним із чинників побудови міжособистісних стосунків в юнацькому віці є самоствавлення особистості.

Завдання дослідження:

1. Теоретично розглянути проблему міжособистісних стосунків в юнацькому віці.
2. Здійснити теоретичний аналіз феномену самоствавлення в психологічних працях.
3. Охарактеризувати самоствавлення як чинник, який впливає на міжособистісні стосунки в юнацькому віці.
4. Експериментально дослідити вплив самоствавлення особистості на побудову міжособистісних стосунків в юнацькому віці.

Теоретичне вивчення проблеми дослідження та здійснення емпіричної її частини передбачало використання таких методів:

теоретичні:

аналіз наукових джерел, порівняльний (для порівняння різних наукових поглядів);

феноменологічний (для уточнення сутності, змісту й особливостей базових понять дослідження);

систематизація й узагальнення теоретичних положень (для з'ясування стану розробленості проблеми дослідження у психологічній теорії та практиці);

емпіричні:

психодіагностичні методики дослідження рівня прояву агресії, агресивної поведінки та її спрямованості;

анкетування, опитувальники; спостереження; методи математичної статистики (для узагальнення та унаочнення результатів експериментального дослідження).

У ході емпіричного дослідження використано наступні психодіагностичні методики:

- Алексєєва М.І. Тест самоакцептації (для юнацького віку);
- Методика «Шкала самоповаги М. Розенберга»;

- Методика «Рівень впевненості в собі (Ф. Зімбардо)»;
- Методика діагностики міжособистісних стосунків Т. Лірі.

Структура роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел, який охоплює 36 найменувань. Загальний обсяг роботи складає 52 сторінки, із них обсяг основного тексту становить 49 сторінок. Робота містить 1 таблицю та 6 рисунків.

РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВИВЧЕННЯ САМОСТАВЛЕННЯ ЯК ЧИННИКА ПОБУДОВИ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ

1.1. Психологічний аналіз феномену самоствавлення в юнацькому віці

Самосвідомість - це процес усвідомлення власного «Я», розрізнення його від навколишнього світу та формування представлення про себе в порівнянні з іншими людьми. Цей процес допомагає людині зберігати свою ідентичність та регулювати внутрішній психічний світ.

Самосвідомість включає три основні компоненти. По-перше, це самопізнання, що починається з розуміння себе через порівняння з іншими та зростання до рівня порівняння типу «Я і Я». По-друге, це самооцінка, яка визначає емоційно-ціннісне ставлення до себе. По-третє, це самовиховання - процес управління собою, спрямований на усвідомлену зміну особистості.

Результатом самосвідомості є уявлення про себе, відоме як «Я-образ» чи «Я-концепція». Аналіз «Я-образу» дозволяє розрізнити два аспекти: знання про себе - конкретну інформацію про свою особистість, тобто «Я-концепцію», та самовідношення - емоційно-оцінну реакцію на це знання про себе [35].

Так, Л. Уельс та Дж. Марвелл досліджували питання про походження та структуру самоствавлення, узагальнюючи різні підходи зарубіжної психології. Вони виділили три основні погляди на розуміння природи самоствавлення, які відображають різні теоретичні позиції та мають власне конотативне значення:

- Любов до себе;
- Самосприйняття;
- Почуття компетентності.

Головна відмінність між цими поняттями, на думку вчених, полягає у спрямованості акцентів: на почутті прихильності (симпатії) чи на оцінці [32].

Рівень самосвідомості визначається якостями, які особа відносить до себе та які вона виявляє у своєму відношенні до себе. Чим більше якостей людина відзначає у собі та відносить до свого «Я», і чим складніші ці якості, тим вище її рівень самосвідомості.

У разі низької різноманітності якостей, коли вони зливаються разом, формується «образ Я», який може бути надмірно упередженим. Це може призвести до дестабілізації та спотворення під впливом різних факторів. В такому випадку людина погано розрізняє власну оцінку від оцінки інших і має труднощі у визволенні від впливу їхніх відносин. Таким чином, її самооцінка не виконує ролі еталона, який враховує власний досвід та регулює поведінку [2].

Самоставлення є одним із внутрішніх процесів самосвідомості, що відображає єдність моменту самопізнання і системи переживань. Воно виявляється у емоційно-ціннісному ставленні до себе і може приймати різні форми, такі як гордість, самолюбство, самоповага.

Самоставлення постійно знаходиться у динаміці, розвиваючись відповідно до емоційного досвіду суб'єкта. Це відображається у формуванні більш або менш узагальнених емоційно-ціннісних ставлень до себе [10].

Самоставлення розглянув Н. І. Сарджвеладзе як установку, що реалізується в актах самопізнання, емоційних станах та діях стосовно самого себе. Він визначив, що самоставлення складається з *трьох компонентів: когнітивного, емоційного та конативного*. Когнітивний компонент формує «схему тіла» завдяки самосвідомості особи. Сприйняття власної зовнішності, що належить до когнітивного компонента, грає важливу роль у житті людини, особливо в підлітковому віці [28].

Самоставлення, як ключовий компонент самосвідомості, володіє власною структурою, функціями, полюсами та специфічними особливостями:

- Структурні аспекти: включають самоповагу, аутосимпатію, очікування позитивного ставлення від інших, самоінтерес, самовпевненість, ставлення інших, самоприйняття, самокерування, самопослідовність, самозвинувачення, самоцікавість та саморозуміння. Завдяки інтегральному характеру, самоставлення може домінувати однією або декількома з цих складових.

- Змістові аспекти: включають модальність, адекватність самоставлення, ступінь вираженості (повнота) складових елементів та наявність/відсутність суперечливих самохарактеристик.

- Динамічні аспекти: визначають ступінь стабільності та лабільності самоставлення. Особистість має здатність коригувати своє самоставлення відповідно до змін, що можуть бути спричинені як зовнішніми впливами, так і онтогенетичним розвитком. Різноманітність характеристик самоставлення визначає особливості ставлення особистості до себе [35].

У період юнацького віку розвиток самосвідомості є одним із ключових психологічних процесів. Самосвідомість спонукає особистість до узгодження своїх прагнень і дій з власним уявленням про себе.

Цей процес супроводжується різними видами діяльності, такими як навчання, праця та творчість. У цьому періоді розвивається самоставлення як складова самосвідомості, що дозволяє особистості оцінювати власні здібності та якості і вдосконалюватися як особистість.

Ставлення до себе відіграє важливу роль у саморегуляції та самоконтролі поведінки. Особа обирає тип дій відповідно до свого уявлення про себе.

Завдяки пам'яті створюється образ «Я» минулого, що допомагає вдосконалювати ставлення до себе на основі власного досвіду. Мислення особи реалізує концепцію «Я», формуючи певні судження і властивості. Через процеси уяви людина формує уявлення про можливе та ідеальне «Я», що проектується на майбутнє життя [31].

Розкрито *основні компоненти самоствавлення*: когнітивний, емоційний і конативний:

- *Когнітивний компонент* передбачає сприйняття себе та встановлення власних характеристик за певними критеріями.

- *Емоційний компонент* відображає ставлення до себе, яке може бути різним і базується на емоційних переживаннях.

- *Конативний компонент* охоплює дії або готовність до дій, які людина здійснює щодо себе.

Крім того, існують суб'єкт-суб'єктне і суб'єкт-об'єктне ставлення до себе. У першому випадку особистість сприймає себе як суб'єкт ставлення, а у другому - як об'єкт. Це відображається в розумінні самого себе та відношенні до власних характеристик, емоцій та дій. Цей підхід враховує різні аспекти самоствавлення, такі як когнітивний, емоційний і конативний, які можуть бути сприйняті з різних точок зору [28].

Розглянуті протиріччя в самосвідомості відображають складність процесу формування особистості в юнацькому віці. Юнак одночасно відчуває себе унікальним та впевненим у власних силах, але також має сумніви та відчуває неспроможність, що є частиною його особистісного розвитку. Ці протиріччя можуть виникати через різноманітні соціальні та психологічні впливи, з якими зіштовхується юнак у процесі взаємодії зі світом.

Процес розвитку самосвідомості у юнацькому віці обумовлений різноманітними змінами, які відбуваються в житті особистості. Це включає зміни в діяльності, соціальному статусі, взаємодії з іншими людьми, а також розвиток інтелектуальних та емоційних здібностей. При цьому, розвиток самосвідомості значною мірою залежить від взаємодії з іншими особами, їхніх впливів та сприйняття юнаком оточуючого світу [36].

Позиція І. Беха стосовно *самоствавлення* явно акцентує увагу на його ключовому значенні для формування особистості. Він визнає, що саме через самоствавлення відбувається процес оцінювання та прийняття власного "Я".

Цей феномен не лише формує індивідуальний структурний образ особистості, але й визначає морально-етичні орієнтації та сприйняття світу навколо. Таке усвідомлення відношення до себе і до світу може впливати на те, як особистість реагує на різноманітні життєві ситуації і як формується її моральна поведінка. Це підкреслює важливість самоствавлення як основи для розвитку конструктивної моральності та гармонійних взаємин з оточуючим світом [4].

У цьому віці відбувається значний розвиток особистості. За цей період молодь набуває нові навички і відчуття впевненості в собі, що допомагає їй встановлювати особисті цілі і працювати над їх досягненням. Засвоєння знань і професійних навичок стає важливою складовою їхньої активності, а соціальні та особистісні мотиви, зокрема мотиви досягнення, стимулюють їхню діяльність.

Спілкування в цьому віці стає не менш важливим, ніж навчання. Воно дозволяє молоді спілкуватися, обмінюватися думками та досвідом, а також формувати світогляд та усвідомлювати свої соціальні установки. Взаємини між молодими людьми побудовані на основі морально-етичних норм і соціальних вимог, що сприяє формуванню спільних поглядів на життя і майбутнє.

Такий підхід до розвитку особистості в юнацькому віці визначає його ключову роль у формуванні самоідентифікації, самосвідомості та соціальної адаптації молодого людини [5].

Згідно з Т. Титаренко, *самоствавлення* визначається як усталене почуття, що виникає на основі декількох ключових компонентів:

- *Самосприйняття*: Це усвідомлення себе, своїх характеристик, якостей, можливостей та обмежень.
- *Самооцінка*: Оцінка себе за певними критеріями, визначеними особистими стандартами або заочними судженнями інших людей.

- *Я-образ*: Це уявлення про себе як про індивіда, яке формується на основі внутрішніх переконань, досвіду та взаємодії зі світом.

- *Оцінка значущого оточення*: Це сприйняття того, як значущі інші люди оцінюють або ставляться до вас.

На рівні свідомості *самоствалення* проявляється у поведінці та діяльності як глобальне почуття «за» або «проти» самого себе. Це може включати такі аспекти, як самоповагу, аутосимпатію, самоінтерес і очікуване ставлення з боку навколишніх. Тобто, самоствалення впливає на те, як людина сприймає себе, як вона взаємодіє з іншими та як вона веде себе у світі [32].

Самоствалення у юнаків має кілька особливостей, які визначають його характер та розвиток:

- *Збільшення ступеня адекватності*: Це означає, що юнаки відповідно до власних можливостей та обставин реалістично сприймають себе, свої можливості та обмеження.

- *Усталеність структурних компонентів самоствалення*: Це вказує на те, що уявлення про себе та світ, які вони формують, стають більш стійкими та структурованими з часом.

- *Сформованість самоствалення в цілому*: У цьому контексті самоствалення є складним психологічним утворенням, яке постійно розвивається та змінюється, але водночас має певну стабільність і цілісність.

- *Чутливість до зовнішніх і внутрішніх впливів*: Самоствалення юнаків також формується під впливом зовнішніх чинників, такими як соціальні стандарти, відносини з оточуючими, а також внутрішніми факторами, такими як особистісний досвід та переконання.

З використанням методів, запропонованих такими вченими, як В. Давидов, С. Максименко та А. Фурман, можна сприяти розвитку позитивного самоствалення у юнаків. Це дозволяє їм краще розуміти свої

можливості, ставитися до себе та оточуючих з більшим розумінням і впевненістю [24].

Так, самооцінка і самоствавлення грають ключову роль у формуванні і розвитку особистості в юнацькому віці. Оперативна самооцінка дозволяє особі аналізувати свої дії, досягнення, поведінку та відповідність їх власним цілям і цінностям. Це важливий механізм саморегуляції, який допомагає особистості адаптуватися до змін в житті, виправляти помилки та розвивати свої потенціали.

Крім того, самоствавлення, яке включає в себе як когнітивний, так і емоційний компоненти, допомагає людині розуміти себе краще, визначати свої цілі, переконання і цінності. Це відображається в її ставленні до власної особистості, а також в її поведінці та взаємодії з іншими людьми.

Важливо зазначити, що професійне самовизначення, як частина життєвого планування в юнацькому віці, також впливає на самосвідомість. Особистісні якості, схильності та інтереси враховуються при виборі професії, і успішне професійне самовизначення може підтримувати позитивне самовідчуття та сприяти розвитку самосвідомості [29].

Сім'я відіграє ключову роль у формуванні самосприйняття та самосвідомості юнаків. Взаємодія з батьками, родинні цінності, стиль виховання та загальна атмосфера в сім'ї мають значний вплив на сприйняття себе дитиною.

У відкритій, гнучкій, гармонійній та демократичній сім'ї, де існує відкритий діалог, повага до думок та почуттів кожного члена сім'ї, дитина відчуває себе підтриманою і прийнятою. Така сімейна атмосфера сприяє розвитку позитивного самосприйняття та зміцненню впевненості в собі.

Навпаки, у закритій, ригідній або авторитарній сім'ї, де існує багато обмежень, негнучкість у правилах та відсутність можливості висловлювати свої думки і почуття, дитина може відчувати невпевненість у собі та низьку самооцінку.

Крім того, наявність або відсутність батьків також може впливати на розвиток самосвідомості. Діти, які виростили у повних сім'ях з обох батьків, зазвичай мають більш стабільне самосприйняття порівняно з дітьми, які втратили одного з батьків або виростають у сім'ях зі складними родинними ситуаціями.

Отже, сім'я відіграє важливу роль у формуванні самосприйняття та самосвідомості юнаків, та її вплив може бути ключовим для їхнього подальшого розвитку та успіху [10].

Розвиток самосприйняття юнака, який навчається у вузі тісним чином залежить від його взаємодії одногрупниками в університетському колі, з викладачами й іншими однолітками. Успіхи й невдачі у навчальному процесі, місце в системі міжособистісних взаємин, статус «зірки» чи «аутсайдера», фізичні дані, зрештою зовнішність, стиль одягу та зачіски, тощо, висувуються у ранг вагомих чинників, що обумовлюють самосприйняття особистості у цей віковий період [18].

Р. Бернс правильно вказує на те, що ставлення до себе, сприйняття себе та самооцінка мають значний вплив на поведінку та успішність особистості. Негативне ставлення до себе може спричинити низьку самооцінку, недостатню мотивацію та погану поведінку, що в свою чергу може відобразитися на успішності в навчанні та в інших сферах життя.

Дослідження підтверджують, що особистості з високою самооцінкою та позитивним ставленням до себе частіше досягають успіхів у навчанні та інших сферах життя. Вони зазвичай більш мотивовані, впевнені в своїх здібностях та готові приймати виклики.

Отже, уявлення про свої здібності та позитивне ставлення до себе грають важливу роль у досягненні успіху. Працюючи над підвищенням самооцінки та позитивним сприйняттям себе, особистість може збільшити свою мотивацію та досягати більших успіхів у різних аспектах життя [17].

Так, спілкування та взаємодія з іншими людьми грають важливу роль у формуванні самосприйняття особистості, особливо в юнацькому віці. Цей період відзначається активним взаємодією з оточуючими, дружбою, колективною діяльністю, що створює сприятливе середовище для самопізнання і формування самосприйняття.

Спілкування допомагає особистості відчутти себе частиною соціального середовища, розуміти своє місце в ньому, отримувати зворотний зв'язок та оцінки від інших. Це сприяє розвитку самосприйняття та формуванню світогляду.

Крім того, здатність до самопостереження, рефлексії та самоаналізу є важливими складовими самопізнання. Через ці процеси особистість може краще розуміти свої сильні та слабкі сторони, власні прагнення та цінності, що впливає на формування її самосприйняття.

Отже, активна участь у спілкуванні, розвиток навичок самопостереження та рефлексії сприяють не лише самопізнанню, але й позитивному самосприйняттю, що є важливим для гармонійного розвитку особистості [35].

Так, вибір професії є одним з найважливіших етапів в житті зростаючої людини, і саме в юнацькому віці відбувається активний пошук самовизначення в цій сфері. Психологічний аспект цього процесу включає усвідомлення власних здібностей, цінностей, ідеалів, що допомагає молодій людині зробити свідомий і обґрунтований вибір.

Ціннісні орієнтації грають ключову роль у формуванні ідентичності та виборі професійного шляху. Цінності визначають те, що важливо для особистості, які принципи і переконання вона дотримується, і відображають її світогляд і життєві пріоритети. Формування почуття ідентичності пов'язане з усвідомленням власної цінності і компетентності, що впливає на вибір професійного шляху та задоволення від обраної діяльності.

Соціальні та професійні відносини також мають значний вплив на формування ідентичності і вибір професії. Вони можуть надавати підтримку та стимулювати особистісний розвиток, або навпаки, створювати перешкоди і труднощі. Такі відносини важливі для формування самооцінки та прийняття себе як професійного спеціаліста [36].

1.2. Значення міжособистісних стосунків в житті особистості

Цілком зрозуміло, що взаємини між людьми відіграють важливу роль у формуванні та розвитку особистості. Міжособистісні стосунки є не лише важливим аспектом соціального життя, а й відображають індивідуальність та особливості кожної людини.

Спілкування з іншими людьми, взаємодія, взаєморозуміння, а також конфлікти та примирення, формують наше сприйняття себе і інших, відображають наші цінності, переконання, а також сприймаються через призму наших емоцій та відчуттів.

Міжособистісні стосунки можуть бути різноманітними - від близьких дружби та родинних зв'язків до співпраці на роботі або спілкування з незнайомими. Кожен такий взаємозв'язок формується на основі взаємного впливу, взаєморозуміння та взаємної підтримки.

Отже, міжособистісні стосунки відображають складність та різноманіття людського «Я», а також мають важливе значення для нашого самовизначення та розвитку [26].

Міжособистісні стосунки не лише додають задоволення і щастя, але й мають значний вплив на наше загальне благополуччя та здоров'я.

Тлумачення поняття «*міжособистісні стосунки*» важливе, оскільки воно відображає складність та мінливість взаємодії між людьми. Ці стосунки не лише відбиваються у наших суб'єктивних переживаннях, але й проявляються у способах нашої взаємодії та спільної діяльності. Вони є важливими складовими нашої соціальної життєдіяльності, визначаючи наші установки, цінності та очікування від взаємодії з іншими людьми.

Розуміння та свідоме врахування важливості *міжособистісних стосунків* допомагає нам розвивати позитивні взаємини та вирішувати конфлікти, що виникають у нашому житті. Вони є не лише джерелом задоволення та підтримки, але й фундаментом для нашого особистісного розвитку та самовдосконалення [25].

Ці різні тлумачення підкреслюють багатогранність і складність міжособистісних стосунків. Кожне з цих визначень відображає певний аспект цих взаємин та відносин між людьми.

У своїй сутності *міжособистісні стосунки* виявляються через взаємну готовність осіб до спілкування та взаємодії, а також супроводжуються почуттями симпатії або антипатії. Ці стосунки можуть мати як оцінний, так і дієвий аспекти, що реалізуються через саме спілкування і взаємодію [9].

Розглядаючи *міжособистісні стосунки* як безпосередні зв'язки і відносини між живими індивідами, ми розуміємо їх як реальні взаємини, які формуються в процесі спілкування та взаємодії між людьми, які мають свої власні думки, почуття та переконання.

Міжособистісні стосунки, згідно з поглядом Васянович, є конкретними емпіричними відносинами між реальними людьми, що виникають у процесі їхнього спілкування. Ці стосунки виражаються у специфічному ставленні одного індивіда до іншого, яке може бути виражене безпосередньо або опосередковано через технічні засоби. Ці різні підходи допомагають нам краще розуміти різноманітні аспекти міжособистісних стосунків і їх вплив на наше життя та соціальну взаємодію [6].

Так, період юнацтва справді є ключовим для формування особистості. Це час переходу від дитинства до дорослості, коли особистість вступає на шлях самовизначення та пошуку власної ідентичності. У цей період молоді виникають нові відчуття, почуття і рефлексії, які допомагають їм краще розуміти себе та свій внутрішній світ.

Юнацтво супроводжується численними виборами і важливими життєвими рішеннями, такими як вибір професії, створення відносин, формування світогляду та цінностей. Цей період також характеризується зміною соціального статусу та розширенням соціальних контактів. У цьому контексті, міжособистісні відносини грають важливу роль у формуванні самосвідомості та самоідентифікації молоді.

Це період, коли особистість активно вивчає світ навколо себе, а також власні можливості та здібності. Розширення соціальних контактів дозволяє юнакам і дівчатам експериментувати зі своєю ідентичністю та визначати, хто вони є насправді.

Отже, період юнацтва є часом інтенсивного розвитку та самопізнання, коли молодь вчиться розуміти себе та світ навколо себе через міжособистісні відносини та нові соціальні умови [30].

Так, Г. Олпорт, В. Франкл та К. Роджерс представляють різні аспекти розуміння людської поведінки та особистості.

Г. Олпорт досліджував онтогенез людини, звертаючи увагу на важливість суспільних зв'язків у формуванні ієрархії культурних цінностей. Його робота підкреслює важливість впливу соціального середовища на індивіда.

Концепція логотерапії В. Франкла підкреслює роль сенсу життя як головної рушійної сили людської поведінки. Він вважав, що прагнення знайти сенс у житті та реалізувати його допомагає людині пройти через випробування та подолати труднощі.

К. Роджерс звертав увагу на структуру особистості та визначав фундаментальну роль «Я-концепції» у саморегуляції поведінки. Його теорія акцентує важливість внутрішнього уявлення про себе в процесі взаємодії з соціальним оточенням.

Згідно з теорією К. Роджерса визначається важливість позитивної уваги та підтримки для саморозвитку та самоактуалізації особистості. Індивід

стає особистістю в процесі взаємодії з іншими, враховуючи їхнє ставлення та взаємовідношення.

Розвиток особистості суттєво впливає на взаємини з оточуючими та на спосіб, яким вона сприймає себе та своє місце у світі. Порівнюючи себе з іншими, людина визначає свої унікальні риси та формує своє внутрішнє «Я», що допомагає їй краще зрозуміти себе та свої потреби. Такий процес сприяє формуванню ідентичності та самосвідомості, що є важливим етапом у становленні особистості [20].

Так, розуміння людської особистості як суб'єкта міжособистісних взаємодій відображається у трьох основних аспектах. Перший аспект, як вже вказано, відноситься до внутрішньої сутності особистості, її індивідуальності. Це включає в себе унікальний комплекс мотивів, цінностей, переконань, характеристик особистості та психічних властивостей, які визначають її як унікального суб'єкта. Ця перша репрезентація особистості покликана відображати внутрішній світ та індивідуальні особливості людини [12].

Так, виправдовуючи цей підхід, можна сказати, що особистість розглядається як результат взаємодії між внутрішнім світом і зовнішнім середовищем. Внутрішня підсистема відображає індивідуальні особливості та характеристики, тоді як зовнішня підсистема представляє міжособистісні стосунки та взаємодію з іншими людьми.

Індивідуальна підсистема розкривається через внутрішні аспекти особистості, такі як темперамент, характер та здібності. У той же час, міжособистісна взаємодія виявляє інтеріндивідну підсистему, яка включає різноманітні аспекти соціальних стосунків та взаємодії з іншими особами [9].

Доречно визначається те, що *міжособистісні стосунки* відіграють ключову роль у соціальному становленні особистості. Особистість формується в процесі взаємодії з іншими людьми, у якій відображаються її ставлення до навколишнього світу та до самої себе. З цього погляду,

міжособистісні стосунки виявляються не лише як спосіб сприйняття інших людей, але і як засіб для формування власної ідентичності та цінностей.

Врахування діяльнісного підходу дозволяє розглядати *міжособистісні стосунки* як активну взаємодію між індивідами, яка відбувається в процесі спільної діяльності. Отже, міжособистісні стосунки є важливим компонентом соціального становлення особистості [25].

1.3. Самоставлення в структурі побудови міжособистісних стосунків юнаків

Дослідження соціальної перцепції молоді вказують на те, що юнацький вік є періодом інтенсивного формування власної ідентичності та усвідомлення власних особистісних якостей. У цьому віці студенти виявляють зростаючу увагу до внутрішніх якостей людей, таких як інтелектуальні здібності, воля та особливості характеру, тим часом як увага до зовнішніх ознак, таких як зовнішній вигляд, манери, зменшується.

У цей період у молоді формуються стійкі прагнення прогнозувати психологічні характеристики інших людей, їхні вольові риси, інтелект і навіть життєві плани та мрії, базуючись на власних спостереженнях та атрибуції.

Також в цей період відбувається зміна у самосприйнятті та самосвідомості. Молодь починає активно визначати власну індивідуальність і відмінність від інших. Вони формують власну модель особистості, яка допомагає їм визначити своє ставлення до себе та до інших.

Отже, період студентства є важливим етапом у формуванні особистості, де молодь активно досліджує та усвідомлює себе та своє ставлення до оточуючого світу [26].

Думки вчених відображають дуже важливі аспекти психологічного розвитку підлітків і молоді. Період формування власної ідентичності дійсно

пов'язаний із складними емоційними переживаннями, які можуть бути різними для кожної людини.

У цей період студенти відкривають для себе власний унікальний внутрішній світ, що може бути супроводженим почуттям самотності. Вони можуть відчувати, що немає іншої людини, яка б розуміла їх повністю. Це може привести до бажання побути наодинці з собою, щоб краще зрозуміти свої власні почуття і думки.

Окрім того, у цей період змінюється співвідношення «Я» з іншими людьми. Юнацький вік може бути важким через потребу в пошуку власної ідентичності, яка розвивається під впливом різних значущих інших. Це може створювати внутрішні конфлікти та суперечності, а також посилювати почуття самотності.

Важливо пам'ятати, що ці емоційні переживання є частиною нормального процесу розвитку. Підтримка і розуміння з боку дорослих, друзів та фахівців може допомогти молодим людям подолати ці виклики і зрости до самостійних та впевнених в собі особистостей.

Цікаві спостереження про те, як молоді люди сприймають себе в контексті групового образу «Ми» та порівнюють його зі своїм власним уявленням про себе.

Згідно з ними, юнаки і дівчата оцінюють себе порівняно з типовими представниками своєї статі. Ця самооцінка може відображати культурні стереотипи і очікування, які існують щодо того, якими повинні бути хлопці і дівчата у суспільстві.

Ці різні сприйняття можуть впливати на те, як молоді люди взаємодіють з оточуючими та як вони сприймають свої власні можливості та ролі в суспільстві. Наприклад, дівчата можуть почувати себе менш товариськими через соціальні очікування щодо їхньої комунікабельності, тоді як юнаки можуть відчувати меншу сміливість через певні стереотипи про чоловічу мужність.

Ці різноманітні оцінки власного «Я» можуть відображати складність самосвідомості і самовизначення в період підліткового розвитку. Це також підкреслює важливість сприйняття і розуміння власної ідентичності для здорового психічного розвитку у юнацькому віці [35].

Це цікаве спостереження щодо того, як молоді групи використовують вибірковість у спілкуванні та виявляють жорстокість до «чужаків» для захисту своєї ідентичності. Цей явища, які вказані вище, можуть бути спрямованим на створення відчуття приналежності і захисту від відчуття знеособлення.

Групи можуть використовувати певні характеристики, такі як стиль одягу, мовлення або жести, як спосіб визначення своєї «внутрішньої» групи та відокремлення від «іншого». Це може відображати бажання молодих людей знайти спільність із своїми однолітками та захистити свою ідентичність від зовнішнього втручання або впливу «інших».

Також важливо враховувати, що це може бути способом перевірити лояльність одне до одного в групі, а також способом контролювати та утримувати внутрішню стабільність. Однак, цей вид поведінки може також відображати відчуття вразливості та невпевненості, які часто супроводжують період підліткового розвитку [24].

Відносини з батьками та сімейні умови впливають на розвиток їхніх соціальних і психологічних аспектів.

Рівень освіченості і загальна культура батьків можуть впливати на формування цінностей та моделей поведінки у юнака. Взаємовідносини в сім'ї і стиль спілкування між членами сім'ї також мають велике значення. Ці аспекти можуть визначати не лише особистісний розвиток юнака, але й його майбутні сімейні відносини.

Юнаки часто шукають поради та підтримку у дорослих, бажаючи бачити у них друзів та порадників. Однак, разом з цим вони також мають потребу у власній автономності та незалежності. Конфлікти з батьками

можуть виникати внаслідок невизнання цієї автономії та потреби у самостійності.

Загалом, важливо враховувати вплив сімейних умов на формування особистості юнака і розуміти, що взаємодія з батьками та родинним середовищем визначає багато аспектів їхнього життя і соціальної адаптації [33].

Це дійсно цікава закономірність, яка відображає розвиток соціальних взаємин у юнацькому віці. Зростання значення спілкування з однолітками може бути зрозумілим з різних точок зору.

По-перше, однолітки можуть відчувати більшу спільність із своїми ровесниками через подібні інтереси, досвід і проблеми. Це дозволяє їм відчувати більшу відповідність та зрозуміння в середовищі однолітків, а також розвивати свою ідентичність у контексті групи ровесників.

По-друге, у зв'язку з ростом самостійності та бажанням обирати свій шлях, підлітки можуть відчувати більшу потребу у контролі над своїм життям і рішеннями. Спілкування з однолітками може надати їм більше можливостей для самовираження та самовизначення, оскільки вони відчуються менш залежними від авторитетів дорослих.

Нарешті, зростання значення спілкування з однолітками також може бути пов'язане з бажанням відчути приналежність та підтримку в однолітків. У цьому віці дружба і соціальна підтримка від однолітків може стати важливою для підтримки юнака під час різних випробувань та змін у їхньому житті.

Отже, зростання важливості спілкування з однолітками у юнацькому віці відображає різноманітні аспекти їхнього соціального розвитку та пошуку власного місця у світі [19].

Щодо ставлення до викладачів, примітивний практицизм та критичність можуть бути відображенням нестабільності та пошуку власного місця в світі.

Молодь може перебувати в стадії переоцінки авторитетів та намагатися відстоювати власні думки та погляди. За таких умов критика викладачів може стати спробою демонструвати власну незалежність та пошук ідентичності.

Однак пасивне ставлення до навчання може свідчити про недостатню внутрішню мотивацію та недостатнє розуміння важливості освіти для власного майбутнього.

Щодо формування юнацької субкультури, це дійсно цікавий період, коли молодь починає формувати свою власну ідентичність та знаходить спільність з ровесниками на основі спільних інтересів, потреб та цінностей. Розвиток дружби і романтичних стосунків у цьому віці може бути важливим етапом для соціальної та емоційної зрілості, а також для формування навичок спілкування та взаємодії з іншими.

У цілому, ці процеси відображають складний шлях соціального та особистісного розвитку молоді, який включає в себе пошук власної ідентичності, спілкування з ровесниками та вчителями, а також формування власних цінностей та переконань [23].

Так, взаємодія між юнаками та дорослими має свою специфіку, яка відображається в різних аспектах, включаючи демократизацію взаємостосунків, розв'язання проблем автономії та авторитету батьків, а також нерівномірність інтенсивності спілкування. Важливою складовою є зміст спілкування, який може включати питання пошуку сенсу життя, самопізнання, життєвих планів та взаємостосунків.

Ефективна взаємодія вимагає співробітництва, взаєморозуміння та взаємопідтримки. Ключовою є взаємна повага і здатність слухати та розуміти погляди та потреби один одного. Це створює основу для плідної взаємодії, яка сприяє розвитку як юнаків, так і дорослих [30].

Так, спілкування з близькими дорослими відіграє важливу роль у розвитку старшокласників, допомагаючи їм у самовизначенні та розв'язанні

проблем. Ефективна взаємодія базується на співробітництві, взаєморозумінні та взаємопідтримці, що дозволяє юнакам та дівчатам знаходити розуміння та допомогу у вирішенні життєвих труднощів.

Довірливе спілкування з дорослими сприяє формуванню взаємного поваги та віри в потенційну здатність молодої людини подолати життєві перешкоди. Це створює основу для позитивних стосунків між батьками і дітьми, що відкриває нові можливості для гармонійного спілкування.

Одночасно, спілкування з однолітками залишається важливим аспектом життя старшокласників. Вони продовжують активно освоювати соціальний простір і розширювати свій круг спілкування, що сприяє їхньому розвитку та соціалізації [20].

Пошук та встановлення дружби в цьому віці стає важливим аспектом самовизначення та індивідуалізації особистості. Як зазначили науковці, кожна людина шукає у друзях щось відмінне, що може бути як підтвердженням її власної ідентичності, так і доповненням до неї. Це може бути підтримка, поради, чи навіть відображення власних цінностей та поглядів.

Також важливо враховувати, що в юнацькому віці формується і важливість взаєморозуміння та підтримки в дружбі. Взаємна довіра та згуртованість стають основою стійких та глибоких стосунків між друзями.

Дружба у юнацькому віці є особливою, глибокою та значущою. Друзі стають надійною опорою один для одного, маючи можливість відкрито ділитися своїми почуттями, переживаннями та секретами. Ця взаємодія сприяє розвитку емоційного тепла, взаєморозуміння та щирості, які є важливими складовими здорових і гармонійних стосунків.

Така дружба може бути першою досвідченою особистою прихильністю, яка передбачає різноманітні аспекти взаємодії, включаючи взаємну підтримку, поради та спільний час проведений разом. Важливо також зауважити, що число друзів зазвичай не є великим, але це не має

впливу на якість взаємовідносин. Якість взаємодії та взаєморозуміння у дружбі є набагато важливішими, ніж кількість друзів.

Ця дружба є поліфункціональною та різноманітною, охоплюючи різні аспекти взаємодії та спільної діяльності, що сприяє багатогранному розвитку особистості та задоволенню від взаємин [9].

Потреба в інтимній дружбі, розглядається як одна з ключових аспектів формування особистості в юнацькому віці. Дівчата та хлопці можуть мати різні підходи до дружби та кохання, оскільки їхні емоційні та соціальні потреби можуть виявлятися по-різному.

Щодо першого кохання, воно дійсно відіграє значну роль у розвитку особистості молодої людини. Це переживання може вплинути на їхнє сприйняття себе та інших, а також сформувати їхні уявлення про романтичні стосунки. Через перше кохання люди вчаться виражати свої почуття, розвивати емоційну інтимність та встановлювати близькі стосунки [30].

Зростання сили власного «Я» та розширення здатності до індивідуалізації можуть призвести до внутрішніх конфліктів, пов'язаних із бажанням зберегти свою індивідуальність в спілкуванні з іншими.

Потреба у пошуку супутників життя та однодумців також відіграє важливу роль у формуванні міжособистісних відносин. Юнаки та дівчата шукають спільні інтереси та цінності в інших, щоб знайти підтримку та розуміння. Пошук таких співрозмовників може сприяти зміцненню їхніх соціальних зв'язків та розвитку відносин.

Таким чином, міжособистісні стосунки у юнацькому віці стають важливим соціальним полем для самовираження, самоствердження та здійснення особистісного розвитку. Це період, коли молоді люди активно вивчають себе та інших через взаємодію та спілкування [27].

Так, у юнацькому віці спостерігається явна тенденція до розширення сфери спілкування та індивідуалізації. З одного боку, молоді люди витрачають більше часу на комунікацію та розширюють соціальний простір

спілкування. Вони шукають нові враження та досвід, спробують самовиявитися та краще зрозуміти інших. З іншого боку, вони стають вибірковішими у виборі своїх контактів та висувають високі вимоги до спілкування з однолітками.

У таких неформальних стосунках в групах або парах головною метою є задоволення комунікативних потреб та очікування співчуття та співпереживання. Проте, на фоні формування внутрішньої структури групи, можуть виникати конфлікти через загострену потребу самовиявлення та егоцентричність молодих людей. Це може спричиняти напруженість та незадоволеність у взаємини. Тому важливо враховувати ці аспекти та працювати над розвитком вмінь спілкування та взаєморозуміння у юнацькому віці [20].

Так, у юнацькому віці дружба стає особливо важливою та значущою. Вона вирізняється глибиною та стійкістю, виконуючи роль підтримки та розуміння. Потреба у дружбі в цьому віці виникає з бажання розуміти і бути зрозумілим, самовиявитися та відчувати підтримку.

Якщо ця потреба не задовольняється, це може призвести до відчуття самотності, непотрібності та низької самооцінки, що в свою чергу може перешкодити адаптації у стосунках та соціальному середовищі. Тому дружба в юнацькому віці виконує важливу функцію у психологічному та соціальному розвитку молодшої людини, надаючи їй підтримку та впевненість у собі [5].

На юнацькому етапі вимоги до дружби стають більш складними, а критерії - вищими. Молоді люди ідеалізують дружбу загалом і своїх друзів зокрема, що призводить до зменшення кількості друзів, незважаючи на розширення сфери спілкування.

Навчально-професійна діяльність стає важливою сферою міжособистісних стосунків, особливо з однолітками-товаришами, однокласниками та одногрупниками. Встановлення і підтримка таких

контактів сприяють соціально-психологічній адаптації, відчуттю впевненості в собі та здатності протистояти соціальному тиску.

Водночас, недостатня якість або відсутність таких стосунків може призвести до почуття самотності, невпевненості у собі, низької самооцінки та розвитку депресивних станів. Таким чином, соціальна взаємодія у цьому віці грає важливу роль у формуванні самоідентифікації та психічного благополуччя молодій людині [26].

Висновки до розділу 1

Вивчення самоставлення особистості є однією з ключових проблем сучасної психології, оскільки самосвідомість виступає важливим регулятором дій та думок людини. Самоставлення можна розглядати як емоційно-ціннісне ставлення до себе, що відображає єдність моменту самопізнання та системи переживань.

Особливо важливою є роль самосвідомості в юнацькому віці, коли відбувається інтенсивний процес формування особистості. Розвиток самосвідомості допомагає молодій людині узгоджувати свої прагнення і вчинки з образом власного «Я», що сприяє більш глибокому розумінню себе та свого місця у світі. Такий процес впливає на формування особистісних цінностей, встановлення життєвих пріоритетів та прийняття важливих життєвих рішень.

Важливою складовою розвитку самосвідомості є взаємодія з іншими людьми, оскільки через спілкування з оточенням молодь набуває досвіду, формує світогляд та соціальні установки. Цей процес допомагає юнакам стати більш самостійними, впевненими у власних можливостях та стійкими до стресів.

Так, перехідний період до соціальної зрілості включає усвідомлення і формування власної ідентичності, що супроводжується різноманітними

соціальними взаємодіями та внутрішніми переживаннями. З одного боку, збільшення соціальних контактів і поглиблення стосунків дозволяє молодим людям експериментувати зі своїм самовизначенням та розширювати своє розуміння власних можливостей та обмежень.

Однак, з іншого боку, цей період може бути випробуванням для юнаків і юнок у виборі партнерів і встановленні взаємин. Вимоги до партнерів можуть зростати, а відносини стають більш вибірковими. Це може мати великий вплив на самооцінку і особистісний розвиток, оскільки якість міжособистісних стосунків значно впливає на внутрішній стан та досягнення молодої людини.

РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ САМОСТАВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ ЯК ЧИННИКА ПОБУДОВИ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ ЮНАКІВ

2.1. Обґрунтування процедури і методик експериментального дослідження.

Для перевірки гіпотези та досягнення визначеної мети, нами було проведено емпіричне дослідження щодо визначення впливу особливостей самоставлення особистості на побудову міжособистісних стосунків в юнацькому віці.

Участь у дослідженні приймали 40 осіб (хлопці) віком 18 - 20 років. Вибірку склали студенти фізичної культури 1–2 курсу.

Емпіричне дослідження складалося з декількох етапів:

1. Організація дослідження: підготовка гугл-форм, визначення вибірки дослідження та діагностика особливостей самоставлення особистості, які впливають на побудову міжособистісних стосунків в юнацькому віці.

2. Оброблення результатів.

3. Узагальнення отриманих результатів та формулювання висновків.

Гіпотеза дослідження полягає у припущенні, що одним із чинників побудови міжособистісних стосунків в юнацькому віці є самоствавлення особистості.

Завдання дослідження:

1. Теоретично розглянути проблему міжособистісних стосунків в юнацькому віці.
2. Здійснити теоретичний аналіз феномену самоствавлення в психологічних працях.
3. Охарактеризувати самоствавлення як чинник, який впливає на міжособистісні стосунки в юнацькому віці.
4. Експериментально дослідити вплив самоствавлення особистості на побудову міжособистісних стосунків в юнацькому віці.

Згідно з зазначеними завданнями та гіпотезою нашого дослідження, було обрано наступні методики:

1. Тест самоакцептації (для юнацького віку) М. Алексєєва, за її допомогою можна визначити наявність та прояв у особистості позитивної установки на себе.

Досліджуваному пропонують 32 пари тверджень, серед яких потрібно зробити вибір на користь одного з них у кожній парі.

Самоакцептація – це позитивна установка на себе, що формується під впливом позитивних установок стосовно особи в процесі її соціалізації. Вона включає чотири параметри: прийняття своєї зовнішності, прийняття власного характеру, ставлення до виконаних справ та соціальна поведінка.

Обробка результатів полягає у співвіднесенні відповідей досліджуваного з ключем.

За кожне співпадіння з ключем нараховується 1 бал. Бали за кожним показником сумуються. Досліджуються наступні шкали:

Шкала прийняття своєї зовнішності (З) – вимірює ступінь задоволення своєю зовнішністю, індивідуальність у зовнішності, стійкість оцінки власної зовнішності, її незалежність від оцінок оточуючих.

Шкала прийняття характеру (Х) – вимірює здатність керувати собою, своїми почуттями, поведінкою, відповідальність; задоволеність собою, своєю особистістю. Прийняття себе таким, яким ти є, незважаючи на недосконалість та недоліки; здатність змиритися зі своїми помилками.

Шкала ставлення до виконаних справ (С) – вимірює ступінь задоволеності своєю діяльністю, відповідальність, впевненість у своїх силах, відсутність тривожності щодо справ. Прагнення приносити користь, досягати бажаного результату.

Шкала соціальної поведінки (П) – вимірює здатність критично оцінювати свою соціальну поведінку, впевненість у її правильності. Проявляється у позитивному ставленні до інших, відсутності егоїстичності, непоступливості, жорсткості у взаєминах з людьми.

Шкала загальної самоакцептації (S) – вимірює загальну самоакцептацію як інтегральну позитивну установку на себе, здатність прийняти себе, незважаючи на недосконалість та недоліки.

Рівні вираженості самоакцептації особистості:

- 1-3 бали – низька самоакцептація;
- 4-6 балів – середній рівень;
- 7-8 балів – висока самоакцептація.

2. Методика «Шкала самоповаги М. Розенберга». Шкала самоповаги Розенберга (Rosenberg's Self-Esteem Scale) – це особистісний опитувальник для вимірювання рівня самоповаги.

Самоповага – це суб'єктивна оцінка людиною себе як внутрішньо позитивної або негативної до певної міри. Сюди також входить впевненість у

своїй цінності; дозвіл собі жити і бути щасливим; комфорт у вираженні своїх думок, бажань і потреб; почуття, що радість – це невід’ємне право.

Опитувальник створювався і використовувався як одновимірний, хоча, проведений пізніше, факторний аналіз виявив два незалежні фактори: самоприниження і самоповагу: чим вище одна, тим нижче інша.

Самоприниження може бути наслідком депресивного стану, тривожності і психосоматичних симптомів; самоповага є причиною і наслідком активності в спілкуванні, лідерства, почуття міжособистісної безпеки.

Обидва чинники безпосередньо залежать від ставлення батьків до опитуваного в дитинстві.

Опитувальник Розенберга складається з 10 суджень, на кожне з яких пропонується чотири градації відповідей, кодованих в балах за запропонованою схемою.

3. Методика «Рівень впевненості в собі (Ф. Зімбардо)» використовується задля визначення рівня впевненості в собі. Методика включає 30 тверджень. Потрібно відзначити ті з них, з якими респондент згоден.

Виставляється по одному балу за твердження 3, 6, 7, 8,10, 18, 20, 21, 22, 24, 25, 27, 28, 29 при відповідях «так».

Виставляється також по одному балу за твердження 1, 2,4, 5, 9, 11,12, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 23, 26, 30 при відповідях «ні».

Підраховується загальна сума балів.

Менше 11 балів. Така людина соромлива і недостатньо упевнена в собі. Їй важко висловити свої почуття і бажання, і тому інші можуть нав'язати їй своє спілкування та оточення, відтіснити при здобутті, наприклад, яких-небудь благ, часом навіть не помічаючи цього, ущемити в чомусь її права.

11-21 балів. Цим людям властива середня міра впевненості в собі. Вони можуть дати відсіч тим, хто намагається ущемити їх інтереси або не

дотримується обов'язків та відповідальності, але для цього їм все ж треба відчувати себе трохи «налаштованими» на це.

Більше 21 балів. У таких людей високий рівень впевненості в собі. Для них характерні спокій, вміння володіти собою в різних ситуаціях, вміння проявляти свої почуття і бажання. Вони відстоюють свої права, відновлюючи їх у разі потреби не вибухами неконтрольованої агресії, а, як правило, рішучими і в той же час коректними, прийнятними в суспільстві способами.

4. Методика діагностики міжособистісних стосунків Т. Лірі призначена для вивчення стилю і структури міжособистісних відносин та їх особливостей, а також дослідження уявлень опитуваного про себе, своє «ідеальне Я», ставлення до самого себе. Методика дозволяє виявити зони конфліктів респондента.

Опитувальник складено відповідно цим виділеним типам міжособистісної поведінки і являє собою набір з 128 простих лаконічних характеристик-епітетів, які групуються за 16 питань у 8 октантах, що відображають різні психологічні профілі.

Методика може бути представлена опитуваному списком або на окремих картках. Оцінюючи себе по пунктах опитувальника, опитуваний повинен відзначати «+» ті характеристики, які вважає притаманними собі.

Кожному з 8 октантів відповідає наступний тип міжособистісних відносин:

авторитарний, егоїстичний, агресивний, підозрілий, покійно-сором'язливий, залежний, доброзичливий, альтруїстичний.

Отримані кількісні показники по кожному з октантів від 0 до 16 переносяться на психограму. На відповідній номером октанта-координаті, на рівні, відповідному отриманим балам, проводяться дуги. Показники, що перевищують 8 балів, свідчать про акцентуації властивостей, що виявляються даними октант.

Бали, що досягають рівня 14-16, свідчать про труднощі соціальної адаптації. Низькі показники за всіма октантами (0-3 бали) можуть бути результатом скритності і невідвертості випробуваного.

Перші чотири типи міжособистісних відносин - 1, 2, 3 і 4 - характеризуються перевагою неконформних тенденцій і схильністю до дез'юктивних (конфліктних) проявів (3, 4), більшою незалежністю думки, завзятістю у відстоюванні власної точки зору, тенденцією до лідерства і домінування (1, 2).

Інші чотири октанти - 5, 6, 7, 8 - представляють протилежну картину: переважання конформних установок, конгруентність у контактах з оточуючими (7, 8), невпевненість у собі, піддатливість думці оточуючих, схильність до компромісів (5, 6).

Згідно з спеціальними формулами визначаються показники за основними чинниками: домінування і дружелюбність.

$$\text{Домінування} = (I - V) + 0,7 \times (VIII + II - VI)$$

$$\text{Дружелюбність} = (VII - III) + 0,7 \times (VIII - II - IV + VI).$$

2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження

У нашому емпіричному дослідженні, яке проводилося на створеній онлайн Google формі, взяли участь 40 осіб (хлопці) віком від 18 до 20 років.

Для підтвердження або спростування нашої гіпотези ми використали *Тест самооакцептації (для юнацького віку) М. Алексєєвої*, який допомагає визначити прояв у особистості позитивної установки на себе. Отримані результати представлені на діаграмі 2.1.

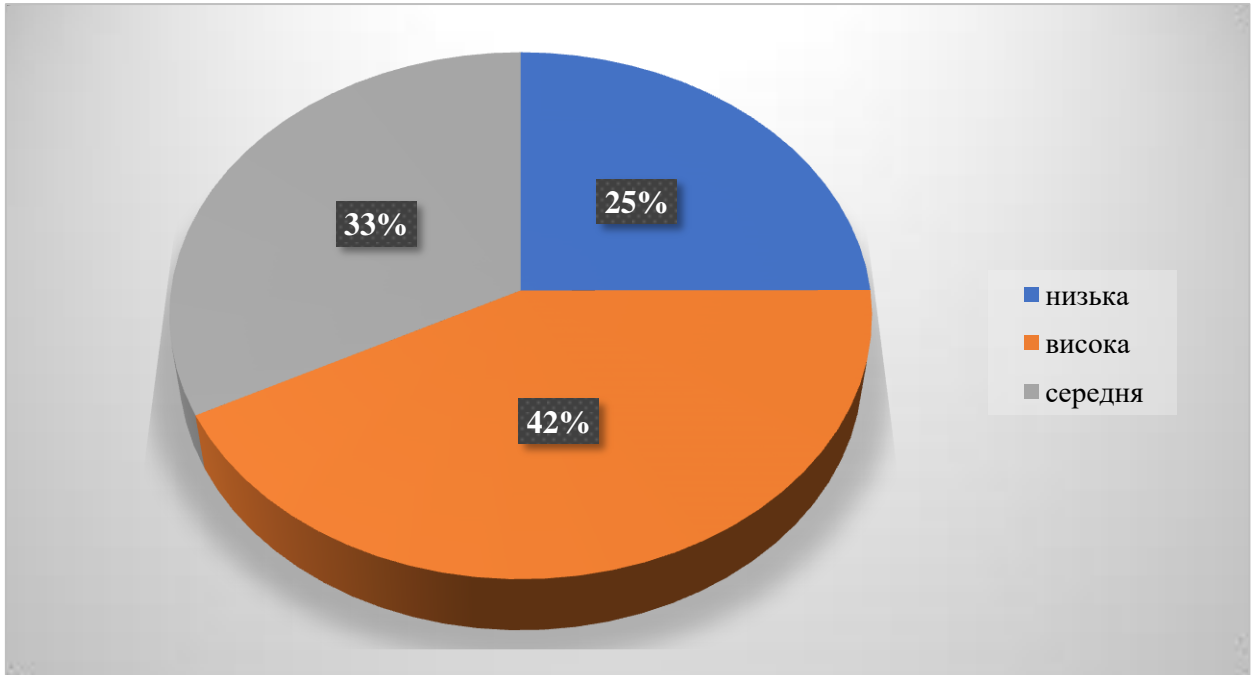


Рис. 2.1. Результати тесту самооцінки за М. Алексієвою

Шкала загальної самооцінки вимірює даний показник загальної самооцінки як інтегральну позитивну установку на себе, здатність прийняти себе, незважаючи на недосконалість та недоліки.

Загальна самооцінка складається з наступних шкал: шкала прийняття своєї зовнішності, шкала прийняття характеру, шкала ставлення до виконаних справ, шкала соціальної поведінки.

Отже, ми отримали три варіанти самооцінки.



Високий рівень самооценки (7 б) є властивим 42,5% опитуваних (17 хлопців), *середній рівень самооценки (5,5 б)* є властивим 13 хлопцям (32,5%), та *низький рівень (3,5 б)* – 25% (10 хлопців).

Для того, щоб детальніше зрозуміти результати кожного рівня, подано діаграми з отриманими показниками результатів за кожною школою на кожному рівні самооценки (рис.2.2.)

Рис. 2.2. Показники шкал високого рівня самооценки

Отже, ми отримали наступні **показники шкал високого рівня самооценки (7 б)**, які властиві 42,5% опитуваних (17 хлопців):

Шкала прийняття своєї зовнішності (7 балів з 8 можливих) визначає достатньо високий ступінь задоволення своєю зовнішністю, стійкість оцінки власної зовнішності та її незалежність від оцінок оточуючих.

Шкала прийняття характеру (8 з 8 можливих балів) визначає високий рівень здатності керувати собою, своїми почуттями, поведінкою, відповідальність. Зазначається задоволеність собою, своєю особистістю. Прийняття себе таким, яким ти є, незважаючи на недосконалість та недоліки; здатність змиритися зі своїми помилками.

Шкала ставлення до виконаних справ (6 з 8 можливих балів) констатує високий ступінь задоволеності своєю діяльністю, відповідальність, впевненість у своїх силах, відсутність тривожності щодо справ. Прагнення приносити користь, досягати бажаного результату.

Шкала соціальної поведінки (7 з 8 можливих балів) демонструє здатність критично оцінювати свою соціальну поведінку, впевненість у її правильності. Проявляється у позитивному ставленні до інших, відсутності егоїстичності, непоступливості, жорсткості у взаєминах з людьми.

Наступними є результати шкал середнього рівня самооакцептації, яку ми представили на діаграмі 2.3.



Рис. 2.3. Показники шкал середнього рівня самооакцептації

Ми отримали наступні показники шкал середнього рівня самооакцептації (5,5 б), які властиві 32,5% опитуваних (13 хлопців):

Шкала прийняття своєї зовнішності (5 балів з 8 можливих) визначає середній ступінь задоволення своєю зовнішністю, відмічається, що у досліджуваних інколи бувають сумніви щодо оцінки власної зовнішності та на цю оцінку інколи можуть вплинути оточуючі.

Шкала прийняття характеру (5 з 8 можливих балів) визначає середній рівень здатності керувати собою, своїми почуттями, поведінкою, відповідальність.

Зазначається задоволеність собою, своєю особистістю, але інколи можуть з'являтися сумніви щодо прийняття себе таким, яким я є, а також деколи людина не може змиритися зі своїми помилками.

Шкала ставлення до виконаних справ (6 з 8 можливих балів) констатує високий ступінь задоволеності своєю діяльністю, відповідальність, впевненість у своїх силах, відсутність тривожності щодо справ.

Шкала соціальної поведінки (6 з 8 можливих балів) демонструє здатність критично оцінювати свою соціальну поведінку, впевненість у її правильності. Проявляється у позитивному ставленні до інших, відсутності егоїстичності, непоступливості, жорсткості у взаєминах з людьми.

Наступними є **результати шкал низького рівня самоакцептації**, які ми представили на діаграмі 2.4.



Рис. 2.4. Показники шкал низького рівня самоакцептації

Ми отримали наступні середні **показники шкал низького рівня самоакцептації** (3,5 б), які властиві 25% опитуваних (10 хлопців):

Шкала прийняття своєї зовнішності (3 бали з 8 можливих) визначає низький ступінь задоволення своєю зовнішністю, на оцінку власної зовнішності впливають оточуючі, тобто особиста оцінка не є важливою.

Шкала прийняття характеру (2 з 8 можливих балів) визначає низький рівень задоволеності собою, своєю особистістю, порушене прийняття себе таким, яким я є, відсутність здатності змиритися зі своїми помилками, знецінення себе.

Шкала ставлення до виконаних справ (4 з 8 можливих балів) констатує низький ступінь задоволеності своєю діяльністю, невпевненість у своїх силах, присутня тривожність щодо справ.

Шкала соціальної поведінки (5 з 8 можливих балів) демонструє здатність критично оцінювати свою соціальну поведінку, але деколи присутні сумніви щодо її правильності. Проявляється у позитивному ставленні до інших, відсутності егоїстичності, непоступливості, жорсткості у взаєминах з людьми.

Наступною методикою у нашому дослідженні була *«Шкала самоповаги М. Розенберга»* для вимірювання рівня самоповаги. Отже, отримані результати представлені на діаграмі 2.2.5.

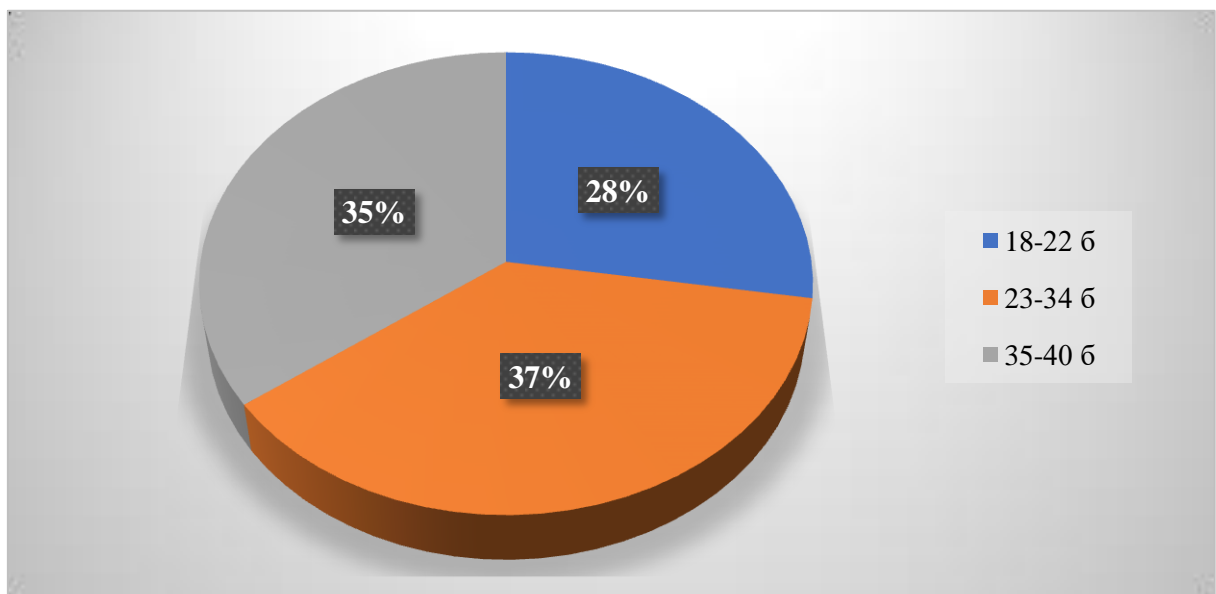


Рис. 2.5. Рівні самоповаги за методикою «Шкала самоповаги М. Розенберга»

Отже, з 4 можливих результатів, ми отримали 3 рівня самоповаги. Серед 40 досліджених результати розподілилися наступним чином:

18-22 бали властиві 11 хлопцям (27,5%), що свідчить про балансування між самоповагою і самознищенням, де успіхи піднімають респондента до небувалих вершин і самоповага зашкалює, проте невдачі підживлюють

низьку самооцінку і скидають людину в прірву. Думка про себе коливається то в одну, то в іншу сторону.

23-34 бали властиві 15 респондентам (37,5%), що визначає перевагу самоповаги та здатність адекватно оцінювати свої сильні сторони і недоліки, здатність погодитися з тим, що респондент буває неправим, а також зберігання поваги до себе при невдачах. Але присутня схильність іноді до затягнутого «самокатування». В результаті, така поведінка не дозволяє змиритися з тим, що змінити неможливо і швидко зреагувати і відкорегувати там, де є можливість.

35-40 балів властиві 14 досліджуваним (35%), що констатує самоповагу до себе як людини, особистості, професіонала та наполегливість у повазі до себе, незважаючи ні на що; розвиток, вдосконалення у навчанні, духовному та інтелектуальному плані, в сфері відносин, здатність робити висновки із помилок і важких ситуацій. Це норма, до якої варто прагнути.

Найнижчого результату **10-18 балів** отримано не було.

Наступною методикою у нашому дослідженні була методика *«Рівень впевненості в собі за Ф. Зімбардо»*, для визначення рівня впевненості в собі, результати якої представлені на діаграмі 2.6.

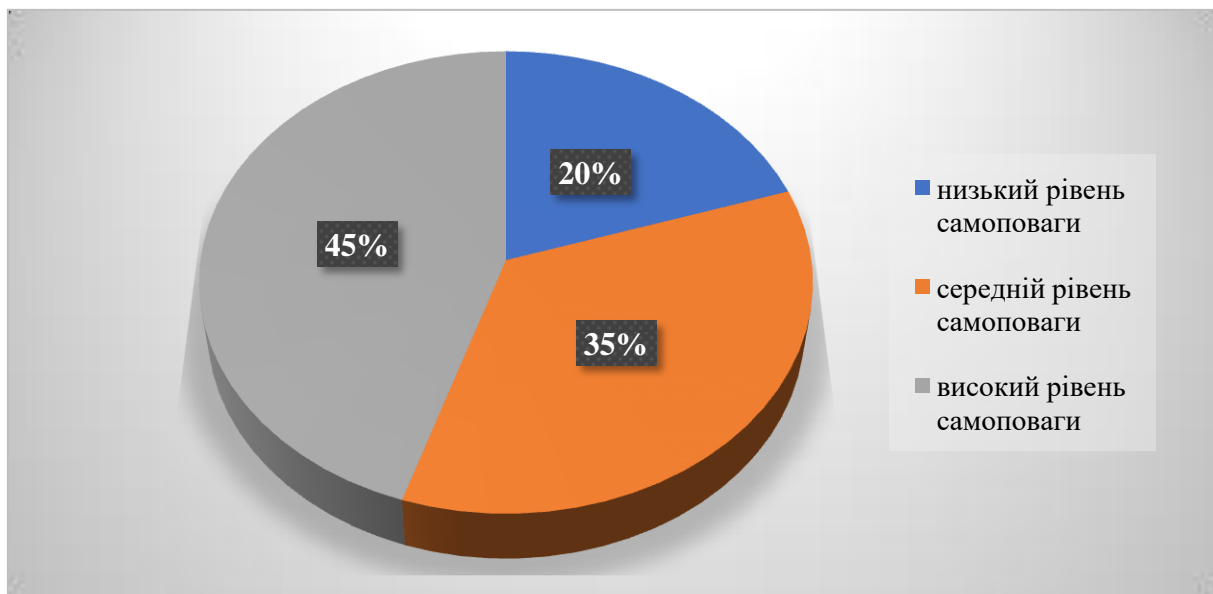


Рис. 2.6. Результати методики «Рівень впевненості в собі за Ф. Зімбардо»

Отже, ми отримали наступні результати:

Високий рівень самоповаги є властивим 35% респондентів (14 хлопців). Це дійсно ознаки високого рівня емоційної зрілості та соціальної компетентності. Люди з такими характеристиками зазвичай мають розвинені навички саморегуляції, емоційного інтелекту та ефективного міжособистісного спілкування.

Вони вміють виражати свої почуття і думки конструктивно, без вияву агресії чи конфліктності, що сприяє збереженню гармонійних відносин з іншими. Такі люди зазвичай мають стабільне самопочуття і впевненість у собі, що допомагає їм ефективно вирішувати проблеми та досягати поставлених цілей.

Важливо відзначити, що ці якості не є вродженими, а є результатом постійного самовдосконалення, практики та навчання. Такі люди зазвичай активно розвивають свої соціальні навички і відділяють емоції від розумової діяльності, що сприяє їхньому позитивному впливу на оточуючих і створенню сприятливого середовища для взаємодії.

Середній рівень самоповаги у 45% (18 респондентів). Ці люди можуть мати середній рівень впевненості в собі і виявляти адекватну реакцію на ситуації, що вимагають захисту власних інтересів. Вони можуть бути достатньо впевненими, щоб відстояти свої права, коли це необхідно, але в той же час можуть уникати конфліктів, якщо вони відчуються як непродуктивні або незначні.

Ці люди можуть мати бажання вести себе відповідно до прийнятих норм та манер, але це може бути зумовлене бажанням уникнути конфлікту чи забезпечити гармонійні відносини з іншими. Вони можуть мати потенціал для досягнення своїх цілей в спілкуванні з оточуючими, але можуть обирати більш м'які чи толерантні підходи в залежності від ситуації.

А також був отриманий й *низький рівень самоповаги*, який є властивим 20% респондентів (8 хлопців). Ця людина може відчувати сором'язливість і недостатню впевненість в собі, що ускладнює її спілкування та взаємодію з іншими. Їй може бути важко висловлювати свої почуття та бажання, що робить її більш вразливою до впливу інших. Це може призводити до того, що інші люди можуть використовувати цю вразливість і нав'язувати свої уявлення або інтереси, нехтувати її потребами чи правами.

У таких ситуаціях ця людина може відчувати себе беззахисною та безсилою, що може призводити до спалахів агресивної поведінки. Це може бути спробою захистити себе або відстояти свої інтереси у випадках, коли вона відчуває загрозу або несправедливість.

У таких ситуаціях може бути корисним розвивати навички самооцінки та впевненості в собі, а також вчитися ефективним стратегіям взаємодії з іншими, що допоможе зберегти власну незалежність та захистити свої права.

Отже, ми вже бачимо певне співвідношення показників за результатами трьох методик. Так, наприклад, низькі результати за методиками впевненості та самоповаги, найбільше потрапляють саме під низький рівень самоакцептації.

Ці методики дали можливість детальніше дослідити самовідношення юнаків. Таким чином, за допомогою останньої методики ми зможемо співвіднести самоставлення особистості з особливостями побудови міжособистісних стосунків в юнацькому віці.

За допомогою методики діагностики міжособистісних стосунків Т. Лірі ми отримали результати, які представлені у діаграмі 2.7.

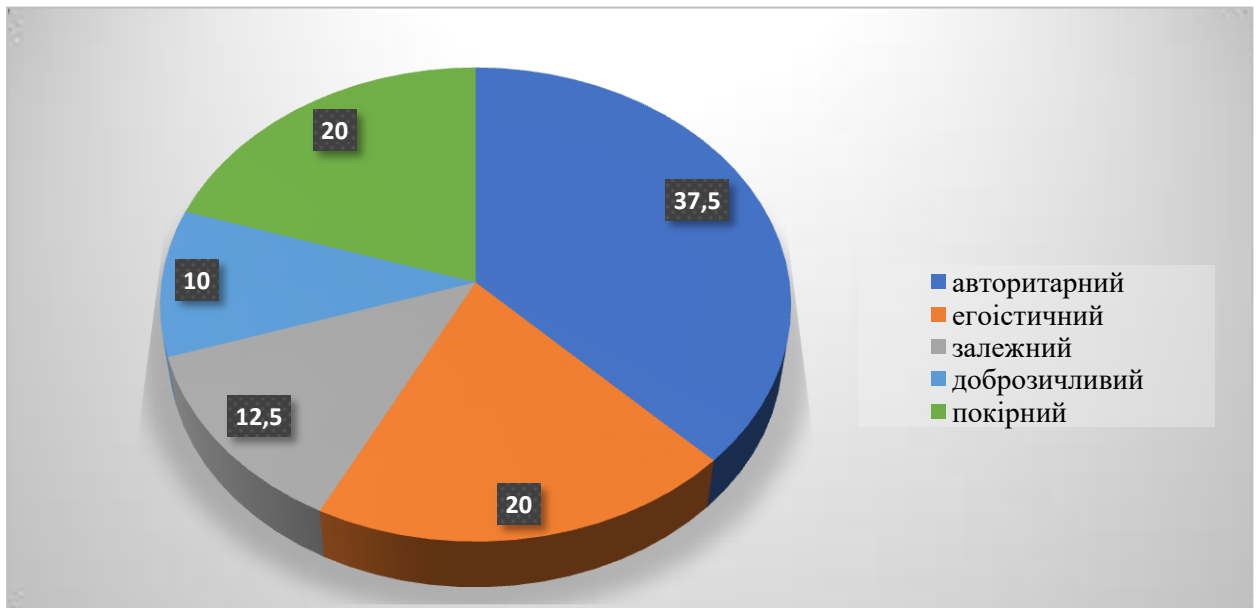


Рис. 2.7. Результати методики діагностики міжособистісних стосунків Т. Лірі

Отже, результати проведеної методики показали, що серед юнаків домінує авторитарний тип відносин (37,5%), егоїстичний (20%), залежний (12,5%), доброзичливий (10%), підкоряємий (20%).

Авторитарний тип відносин (15 юнаків), який домінує серед групи юнаків може свідчити про упевненість в собі, наполегливість, цілеспрямованість, домінантність та бажання давати поради, бути нетерплячим до критики та можливість переоцінки власних можливостей.

Егоїстичний тип відносин (8 юнаків) характеризується впевненістю, незалежністю, орієнтованістю на себе, схильністю до суперництва.

Покірний тип відносин (8 юнаків) свідчить про скромність, боязкість, поступливість, емоційну стриманість, здатність підпорядковуватися, відсутність власної думки, слухняність та чесне виконання своїх обов'язків.

Залежний тип відносин (5 юнаків) характеризується конформністю, м'якістю, очікуванням допомоги та порад, довірливістю, схильністю до захоплення оточуючими, ввічливістю, потребою визнання.

Доброзичливий тип стосунків (4 юнака) свідчить про відповідальність по відношенню до людей, делікатність, м'якість, доброту, здатність до жалю, симпатії, турботі, ніжності, вміння підбадьорити і заспокоїти оточуючих, безкорисливість і чуйність.

Співвідношення показників самоствавлення юнаків та типів міжособистісних стосунків представлені в таблиці 2.2.1.

Таблиця 2.2.1

Показники самоствавлення юнаків та типів міжособистісних стосунків

<i>Методика</i>	<i>Результати</i>				
Тип стосунків	авторитарний	егоїстичний	покірний	залежний	доброзич-й
Самоповага	високий / середній р.	високий / середній р.	низький / середній р.	низький / середній р.	високий / середній р.
Самовпененість	високий / середній р.	високий / середній р.	низький / середній р.	низький р.	низький / середній р.
Самоакцептація	високий / середній р.	високий / середній р.	низький / середній р.	низький / середній р.	високий / середній р.

Отже, ми бачимо, що таким юнакам, яким притаманний покірний та залежний тип міжособистісних стосунків є властивими середній або низький показники самоствавлення, та навпаки, авторитарному, егоїстичному та доброзичливому типу притаманними є високі або середні показники самоствавлення.

Таким чином, гіпотеза нашого дослідження підтвердилася. Отже, особливості самоствавлення особистості впливають на побудову міжособистісних стосунків в юнацькому віці.

Висновки до розділу 2

Для підтвердження гіпотези нашого дослідження, що особливості самоставлення особистості впливають на побудову міжособистісних стосунків в юнацькому віці, нами було використано наступний діагностичний інструментарій:

«Тест самоакцептації (для юнацького віку) М. Алексєєва», методика «Шкала самоповаги М. Розенберга», методика «Рівень впевненості в собі Ф. Зімбардо», «методика діагностики міжособистісних стосунків Т. Лірі».

За дослідженням самоакцептації, як інтегральної позитивної установки на себе, здатність прийняти себе, ми отримали високий рівень (7 б) у 42,5% опитуваних (17 юнаків), середній рівень (5,5 б) у 13 юнаків (32,5%), та низький рівень (3,5 б) – 25% (10 юнаків).

Кожному рівню властиві певні показники за шкалами відношення до власної зовнішності, характеру, виконаних вправ та соціальної поведінки.

Нами отримано 3 рівня самоповаги, які розподілилися наступним чином: балансування між самоповагою і самознищенням у 11 юнаків (27,5%), перевагу самоповаги але із схильністю іноді займатися затягнутим

самокатуванням у 15 респондентів (37,5%), та самоповага до себе як людини, особистості, професіонала в цілому у 14 досліджуваних (35%).

Також отримали результати дослідження рівня самовпевненості: високий рівень самоповаги є властивим 35% респондентів (14 хлопців), середній - 45% (18 респондентів), а низький рівень - 20% респондентів (8 хлопців).

При дослідженні типу міжособистісних стосунків серед юнаків домінує авторитарний тип відносин (37,5%), егоїстичний (20%), залежний (12,5%), доброзичливий (10%), поірний (20%).

Отже, ми бачимо, що таким юнакам, яким притаманний покірний та залежний тип міжособистісних стосунків є властивими середній або низький показники самоствавлення, та навпаки, авторитарному, егоїстичному та доброзичливому типу притаманними є високі або середні показники самоствавлення.

Таким чином, гіпотеза нашого дослідження підтвердилася.

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

Самоставлення відіграє ключову роль у розвитку особистості, особливо в юнацькому віці. Це емоційно-ціннісне ставлення до себе формується під впливом різних факторів, які ви вже згадали, таких як соціальні ролі, спілкування з іншими, зміна мотивацій та цінностей.

Розвиток самосвідомості і самоставлення допомагає особистості краще розуміти себе, свої потреби, бажання і можливості. Воно стимулює внутрішню активність та творчий розвиток, оскільки людина, яка має глибоке розуміння себе, здатна краще використовувати свій потенціал і досягати поставлених цілей.

Саморозкриття і взаємодія з іншими грають важливу роль у розвитку самоставлення в юнацькому віці. В цьому періоді молоді люди починають активно досліджувати своє оточення, взаємодіяти з різними людьми, вчать розуміти і оцінювати інших.

Спілкування з іншими людьми дозволяє юнакам не лише отримати нові знання та досвід, але й краще зрозуміти себе через порівняння з іншими.

Вони вчаться реагувати на різноманітні ситуації, розвивають навички самостійності та впевненості у власних здібностях.

Такий процес пізнання світу і саморефлексії сприяє формуванню стійкого позитивного ставлення до себе і допомагає молодим людям знайти своє місце у суспільстві. Тому важливо стимулювати юнаків до активного спілкування, взаємодії з різними людьми та пошуку нових знань, що сприятиме їхньому повному розвитку і самореалізації.

Від якості міжособистісних стосунків значною мірою залежить рівень самооцінки та особистісних досягнень представників цієї вікової категорії.

Для підтвердження гіпотези нашого дослідження, що особливості самоставлення особистості впливають на побудову міжособистісних стосунків в юнацькому віці, нами було використано наступний діагностичний інструментарій: тест самоакцептації Співвідношення показників самоставлення юнаків та типів міжособистісних стосунків «Тест самоакцептації (для юнацького віку) М. Алексєєва», методика «Шкала самоповаги М. Розенберга», методика «Рівень впевненості в собі Ф. Зімбардо», «методика діагностики міжособистісних стосунків Т. Лірі».

За дослідженням самоакцептації, як інтегральної позитивної установки на себе, здатність прийняти себе, ми отримали високий рівень (7 б) у 42,5% опитуваних (17 юнаків), середній рівень (5,5 б) у 13 юнаків (32,5%), та низький рівень (3,5 б) – 25% (10 юнаків). Кожному рівню властиві певні показники за шкалами відношення до власної зовнішності, характеру, виконаних вправ та соціальної поведінки.

Нами отримано 3 рівня самоповаги, які розподілилися наступним чином: балансування між самоповагою і самознищенням у 11 юнаків (27,5%), перевагу самоповаги але із схильністю іноді займатися затягнутим самокатуванням у 15 респондентів (37,5%), та самоповага до себе як людини, особистості, професіонала в цілому у 14 досліджуваних (35%).

Також отримали результати дослідження рівня самовпевненості: високий рівень самоповаги є властивим 35% респондентів (14 хлопців), середній - 45% (18 респондентів), а низький рівень - 20% респондентів (8 хлопців).

При дослідженні типу міжособистісних стосунків серед юнаків домінує авторитарний тип відносин (37,5%), егоїстичний (20%), залежний (12,5%), доброзичливий (10%), покірний (20%).

Отже, ми бачимо, що таким юнакам, яким притаманний покірний та залежний тип міжособистісних стосунків є властивими середній або низький показники самоствавлення, та навпаки, авторитарному, егоїстичному та доброзичливому типу притаманними є високі або середні показники самоствавлення.

Таким чином, гіпотеза нашого дослідження підтвердилася.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрійчук І. П. Проблеми гуманітарних наук. *Серія «Психологія»*. Випуск 35. Феномен Самоствавлення у структурі особистості підлітка. 2015. С. 4-15.
2. Баранник В. Самооцінка та її місце в структурі самосвідомості. *Соціальна психологія*. 2008. № 9. С. 95–101.
3. Баркова Д. Ю., Нудель В. О. Особливості прояву емоційної сфери особистості у формуванні міжособистісних стосунків у юнацькому віці. *Вісник Дніпропетровського університету. Серія «Педагогіка і психологія»*, №19. 2013. С.32-29.
4. Бех І. Д. Категорія ставлення в контексті розвитку образу «Я» особистості. *Педагогіка і психологія*. 1997. № 3. С. 52-56.
5. Бех І. Д. Виховання особистості. У 2 кн. Кн. 2: Особистісно орієнтований підхід: науково-практичні засади. К.: Либідь, 2003. 344с.

6. Васянович Г. П. Педагогічна етика. Львів: Норма. 2005.
7. Вестбрук Д., Кеннерлі Г., Кірк Дж. Вступ у когнітивно-поведінкову терапію. Львів: Свічадо, 2014. 420с.
8. Гапон Н. Соціальна психологія: навч. посібник. Л. : Вид. центр ЛНУ ім.І.Франка, 2008. 189 с.
9. Горбатюк М. М. Міжособистісні стосунки як чинник соціального становлення особистості. Особистісні та ситуативні детермінанти здоров'я: Матеріали IV Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Вінниця, 22 листопада 2019 р.). С. 60-64.
10. Грисенко Н. В. Ставлення до себе та світу як фактори задоволеності життям молоді. *Молодий вчений*. 2018. №11. С. 626 – 631.
11. Гуменюк О. Є. Психологія Я-концепції. Навчальний посібник. Тернопіль: Економічна думка, 2004. 309 с.
12. Заброцький М. М. Основи вікової психології. Навчальний посібник. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 2001. 112 с.
13. Засєкіна Л., Засєкін С. Психолінгвістична діагностика. Луцьк: Вежа, 2018. 188 с.
14. Зімовін О. І. Рефлексія та креативність як чинники саморозвитку особистості на різних етапів життєвого шляху. Автореф., Київ, 2017. 20 с.
15. Колишко А. М. Психологія самовідношення: навч. посібник. ГрГУ. 2004. 102 с.
16. Комінко С. Б. Кращі методи психодіагностики: навч. посібник. Тернопіль: Карт-бланш, 2005. 406 с.
17. Крошка О. І. Проблема дослідження самоствавлення в сучасній психологічній науці. Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції [Актуальні проблеми практичної психології], (Херсон, 28-29 квітня 2004р). Херсонський державний університет, 2004. С.132-135.

18. Максименко С. Д. Розвиток психіки в онтогенезі: в 2 т. Т.1: Теоретико-методологічні проблеми генетичної психології: монографія. К.: Форум. 2002. 319 с.
19. Мельничук М. Вплив стосунків юнаків із батьками на становлення їх самооцінки. *Молодий вчений*, № 6 (94). 2021. С. 120-122.
20. Москаленко В. В. Соціалізація особистості: Монографія. К.: Фенікс, 2013. 540 с.
21. Ничкало Н. Психологія для всіх і для кожного. *Педагогіка і психологія професійної освіти*. № 6, 2009. С. 197-202.
22. Пінська О. Л. Міжособистісні стосунки як психологічний чинник педагогічної взаємодії суб'єктів освітнього процесу у вищій школі. *Вісник університету імені Альфреда Нобеля. Серія «Педагогіка і психологія»*. Педагогічні науки, 2(14). 2017. С. 95-100.
23. Поліщук В. М. Вікова та педагогічна психологія. Суми, 2007. 330 с.
24. Просандєєва Л. Є. Концептуальні засади теорії самоцінності. Актуальні проблеми психології: Зб. наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. Т. 7. Вип. 13. К., 2007. С. 282-288.
25. Руденко Л. А. Міжособистісні стосунки як чинник соціального становлення особистості. *Наукові записки УКУ. Ч. 4 : Педагогіка. Психологія*, 1. 2014. С. 198-207.
26. Савчин М. В. Вікова психологія: навчальний. Дрогобич: Відродження. 2001. 287 с.
27. Савчин М. В. Соціальна психологія : навч. пос. Дрогобич : Відродження, 2000. 274 с.
28. Сарджвеладзе Н. І. Особистість та її взаємодія з соціальним середовищем. Тбілісі: Мецнисреба. 2001. 206 с.
29. Скрипченко О. В., Долинська Л. В., Огороднійчук З. В. Вікова і педагогічна психологія. К.: Каравела, 2009. 400 с.

30. Спиця-Оріщенко Н. Психологічні особливості розвитку особистості в ранньому юнацькому віці. Науковий вісник МНУ імені В. О. Сухомлинського. *Психологічні науки*, 1(16). 2016. С. 198-201.

31. Терлецька Л. Г. Місце самосвідомості у структурі свідомості особистості. Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. Т. 6. Вип. 7. К.: ГНОЗІС, 2004. С. 326-330.

32. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. Київ: Либідь. 2003. 376 с.

33. Федоришин Г. М. Психологія становлення особистості у батьківській сім'ї. І-Ф. 2006. 174 с.

34. Хавула Р. Психологічні особливості становлення самооефективності в юнацькому віці. *Актуальні питання гуманітарних наук*, 17. 2017. С. 348-355.

35. Щербан Т. Д, Ковач О. В. Психологічні особливості самосприйняття в юнацькому віці. Науковий вісник Мукачівського державного університету. *Журнал наукових праць №20(15)*. 2016. С.153-162.

36. Яворська-Ветрова І. В. Теоретичний аналіз проблеми самоставлення: ціннісний аспект. *Актуальні проблеми психології*. Житомир: Видавництво ЖДУ імені І. Франка, 2017. № 6/ХІІ. С. 198–206/