

**Зуєва А. Г.**  
НТУ «ХП»

## **ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ САМОСПРИЙНЯТТЯ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ**

Самосприйняття – основа для формування «Я-концепції», а отже і важлива частина ефективності та успішності людини у будь-якій сфері. Лише адекватно оцінюючи себе та свої здібності, ми можемо досягти бажаного. Особливу увагу при вивченні індивідуально-психологічних детермінант самосприйняття ми приділили підлітковому віку, як одному з найважчих і значущих періодів становлення особистості. Саме в цей час особливого значення набуває думка однолітків, під впливом якої може некоректно формуватися «Я-концепція», тож дуже важливо, щоб підліток адекватно сприймав себе з усіма особливостями та відмінностями. Тому, необхідно визначити основні фактори, які обумовлюють адекватне самосприйняття підлітка, задля подальшого повноцінного розвитку особистості.

Актуальність проблеми самосприйняття у підлітковому віці, його важливість у формуванні «Я-концепції», отже і подальшому успішному розвитку особистості, а також недостатня теоретична розробка зумовили вибір теми дослідження. Задля виділення індивідуально-психологічних детермінант самосприйняття нами був проведений теоретичний аналіз літератури за темою.

Самосприйняття – процес орієнтування людини у власному внутрішньому світі в результаті самопізнання і порівняння себе з іншими людьми. Одні вчені пов'язують самосприйняття з самосвідомістю, інші – з ідентичністю. Найважливішим соціальним середовищем, в якому розвивається самосприйняття дитини, є родина. Кінцевим продуктом даного процесу є Я-концепція, яка може бути представлена як відносно стабільне багаторівневе утворення, що включає уявлення індивіда про себе, поєднане з їх оцінкою. Своєчасно сформована, адекватна, позитивна Я – концепція є одним з головних чинників становлення особистості. В умовах технологічного прогресу необхідно враховувати вплив ЗМІ на формування образу «Я». Адекватне самосприйняття є основою успішної і здорової особистості.

Говорячи про образ «Я», найголовнішим періодом життя людини є підлітковий вік. Саме в цей час формуються самовизначення і власні погляди на життя, тож важлива не лише популярність серед однолітків, а й гарні стосунки з батьками. Під впливом психологічної залежності від дорослих у повсякденному житті у дитини деформується самосприйняття. Найбільший вплив зі сторони ЗМІ на сприйняття себе відбувається серед підлітків. Стереотипізація еталонів краси та «споживання» установок дорослих щодо зовнішнього вигляду роблять досягнення «ідеалу» майже неможливим, що може призвести до дисморфофобії та спотвореного самосприйняття. В свою чергу, це може завадити розвитку здорової та успішною дорослої особистості.

Проаналізувавши теоретичний матеріал за даною проблемою, розглянувши фактори, які впливають на самосприйняття у підлітків, нами було висунуто припущення щодо гіпотетичних детермінант феномену, а саме: стани і властивості особистості, які впливають на процес соціальної адаптації та регуляції поведінки, характерологічні особливості, рівень самоповаги та ставлення до смерті. Ми припустили, що різниця між фактичним зростом та уявним теж має вплив на самосприйняття. Так, ми плануємо у подальшому емпірично дослідити детермінанти, які нами було виділено за допомогою тео-

ретичного аналізу літератури, та перевірити наші припущення щодо гіпотетичної детермінанти.

Отже, необхідно вивчати особливості формування самосприйняття у підлітковому віці задля попередження його спотворення у самий чутливий для цього вік. Адекватне самосприйняття сприяє розвитку здорової, щасливої та успішної особистості.