

УДК 340.143, 159.9

А- 43

Рекомендовано до друку Науково-методичною радою ВНПЗ «Дніпровського гуманітарного університету» від 08.02.2024 р. (протокол № 5)

А-43 Актуальні проблеми юриспруденції та психології: матеріали IV Всеукр. наук.-практ. конф. (Дніпро, 15 грудня 2023 р.). Дніпро: ВНПЗ «Дніпровський гуманітарний університет», 2023. 218 с.

Збірник конференції містить матеріали IV Всеукраїнської науково-практичної конференції «Актуальні проблеми юриспруденції та психології» (15.12.2023), у роботі якої взяли участь здобувачі вищої освіти першого (бакалаврського) та другого (магістерського) рівнів вищої освіти закладів вищої освіти України.

Матеріали науково-практичної конференції надруковані в авторській редакції.

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ

докт. юрид. наук, проф. **Олег КИРИЧЕНКО** (*голова*); канд. юрид. наук, доц. **Тетяна ЛЕЖНЄВА** (*заст. голови*); **Андрій МІРОШНИК** (*секретар*); канд. юрид. наук **Сергій ДУБОВ**, докт. юрид. наук, проф. **Вадим НЕГОДЧЕНКО**, докт. юрид. наук, доц. **Сергій ПЕНЬКОВ**, канд. псих. наук, доц. **Людмила ПРИСНЯКОВА**, докт. псих. наук, доц. **Олександр САМОЙЛОВ**

© ВНПЗ ДГУ, 2023

© Автори, 2023

Троценко Ганна Миколаївна

здобувач вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:

Пашко Антоніна Олександрівна

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

РОЛЬ САМООЦІНКИ І САМОВИЗНАЧЕННЯ В ПРОЦЕСІ ФОРМУВАННЯ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ПІДЛІТКІВ

Підлітковий період є ключовим етапом у формуванні особистості, який супроводжується численними змінами та викликами. Один з найважливіших аспектів розвитку підлітка - це формування життєстійкості, яка є необхідною для подолання труднощів та досягнення успіху в житті. У цьому контексті, самооцінка і самовизначення відіграють важливу роль у становленні життєстійкої особистості підлітка. Основні моменти самооцінки і самовизначення в процесі формування життєстійкості підлітків у своїх наукових працях розглядали Р. Баумейстер [1], Лірі М., Тенгні Дж. [2], Розенберг М. [3], Райан Р., Дезі Є. [4], Вотрес Є., Вотерс С. [5].

Р. Баумейстер розглядає роль самооцінки в різних сферах життя, включаючи академічні досягнення, стосунки та психічне здоров'я. Він виявив, що люди з високою самооцінкою, як правило, більш успішні в академічній роботі, мають здоровіші стосунки і менше страждають від психічних розладів [1, с. 1-45]. Лірі М., Тенгні Дж. зібрали дослідження самооцінки та самовідзначення. Вони розглянули різні теоретичні підходи до самооцінки, а також фактори, які впливають на її розвиток і зміни [2]. Розенберг М. розробив одну з найвідоміших шкал самооцінки. Його шкала була використана для дослідження самооцінки в різних групах людей, включаючи підлітків, дорослих і людей похилого віку. Він виявив, що самооцінка є відносно стабільною впродовж життя, але може змінюватися внаслідок різних факторів, таких як досвід, стосунки та життєві події [3]. Райан Р., Дезі Є. розробили теорію самодетермінації, яка розглядає самооцінку як результат прагнення до автономії, компетентності та причетності. Вони виявили, що люди з високою самооцінкою, як правило, більш схильні до прагнення цих цілей і досягати їх [4, с. 68-78]. Вотрес Є., Вотерс С. вивчили розвиток самооцінки в підлітковому віці. Вони виявили, що самооцінка починає формуватися в ранньому дитинстві і продовжує розвиватися в підлітковому віці під впливом різних факторів, таких як батьківство, стосунки з однолітками та соціальні норми [5, с. 10-13]. Загалом, дослідження показують, що самооцінка та самовідзначення є важливими факторами, які впливають на

життєстійкість підлітків. Допомогаючи підліткам розвинути високу самооцінку і самовідзначення, дорослі можуть допомогти їм досягти успіху в житті.

Самооцінка визначається як оцінка себе, своїх можливостей, якостей та досягнень. У підлітковому віці формування позитивної самооцінки має велике значення для розвитку життєстійкості. Позитивна самооцінка допомагає підліткам вірити у свої здібності та зіткнутися з викликами, виникаючими на їхньому шляху. Підлітки з низькою самооцінкою часто відчують сумніви у своїх можливостях та нездатність подолати труднощі, що може вплинути на розвиток їхньої життєстійкості.

Самовизначення описує процес визначення ідентичності та цілей особистості. У підлітковому віці молоді люди активно розробляють свої цінності, інтереси та мети, що є важливим етапом у формуванні життєстійкості. Коли підліток має чітке уявлення про свою ідентичність та цілі, він стає більш мотивованим і наполегливим у досягненні успіху. Самовизначення допомагає підліткам зрозуміти, що вони хочуть досягти у житті і які кроки потрібно зробити, щоб це здійснити. Самооцінка та самовизначення взаємопов'язані і впливають одне на одного у процесі формування життєстійкості підлітків. Позитивна самооцінка з одного боку, сприяє розвитку самовизначення, оскільки підлітки з високою самооцінкою більш схильні вірити у свої здібності та упевнено ставитися до своїх цілей. З іншого боку, самовизначення впливає на самооцінку, оскільки ясні цілі та ідентичність надають підліткам почуття самовпевненості та впевненості у своїх можливостях.

Самооцінка та самовизначення відіграють важливу роль у формуванні життєстійкості підлітків. Позитивна самооцінка допомагає підліткам вірити у себе та свої здібності, тоді як самовизначення надає їм напрямок та мету для досягнення успіху. Взаємодія між самооцінкою і самовизначенням стимулює розвиток життєстійкості, що є важливим фактором у подоланні викликів та досягненні особистісного зростання підлітків. Розуміння важливості самооцінки та самовизначення у формуванні життєстійкості підлітків дозволяє нам зосередитися на розвитку цих аспектів в підлітковій популяції. Налагодження позитивної самооцінки та сприяння процесу самовизначення може сприяти зміцненню життєстійкості підлітків та підготувати їх до успішного майбутнього.

Розвиток самооцінки та самовизначення у підлітків вимагає цілеспрямованих підходів та практик, які можуть бути використані психологами, батьками та освітніми закладами. Можна визначити наступні практичні рекомендації педагогам та батькам, що сприятимуть формуванню життєстійкості через самооцінку і самовизначення:

1. стимулювання позитивної самооцінки: Створення сприятливого та підтримуючого оточення, де підлітки отримують визнання за свої досягнення та якості. Важливо підкреслювати їхні сильні сторони та надавати можливості для розвитку і виявлення їх потенціалу;

2. підтримка процесу самовизначення: Сприяйте усвідомленню підлітками своїх інтересів, цінностей та мети. Слід підтримувати підлітків у виборі шляху, що відповідає їхнім індивідуальним прагненням та амбіціям. Сприяти розвитку навичок самостійного мислення та рефлексії, щоб допомогти підліткам зрозуміти, хто вони є та чого вони хочуть досягти;

3. розбудова розуміння себе. Необхідним є сприяти розвитку самосвідомості підлітків шляхом запитань, самопізнання та саморефлексії, допомагати їм визначити свої сильні сторони, слабкі місця та особисті цілі. При цьому важливим є використання методик, які сприяють виявленню їхніх індивідуальних рис та потенціалу;

4. підтримка розвитку навичок управління емоціями. Емоційна регуляція є важливим аспектом життєстійкості. Доцільним є допомогти підліткам розвивати навички впорядкування емоцій, управління стресом та розв'язання конфліктів, навчити їх ефективним стратегіям заспокоєння та відновлення психологічного благополуччя;

5. підтримка позитивного мислення. Слід робити акцент на навчанні підлітків розвивати оптимістичну перспективу та здатність бачити позитивні сторони у викликах і невдачах. Слід сприяти розвитку гнучкості мислення та умінню шукати альтернативні шляхи досягнення цілей;

6. сприяння соціальній підтримці. Важливо, щоб підлітки мали підтримку свого соціального оточення. Необхідним є забезпечення можливості для побудови здорових взаємин з друзями, сім'єю та наставниками. Соціальна підтримка може забезпечити підліткам впевненість у собі та почуття належності, що підтримує їх у формуванні життєстійкості.

Самооцінка і самовизначення відіграють ключову роль у формуванні життєстійкості підлітків. Позитивна самооцінка допомагає підліткам вірити у себе та свої здібності, тоді як самовизначення надає їм напрямок та мету для досягнення успіху. Розвиток цих аспектів вимагає цілеспрямованих практик, які сприяють самосвідомості, позитивному мисленню та соціальній підтримці. Забезпечення підліткам можливостей для розвитку цих навичок сприятиме їхньому становленню як життєстійкої особистості.

Список використаної літератури:

1. Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. Self-esteem, narcissism, and the self. *Psychological bulletin*. 2003. № 129(1). P. 1-45.
2. Leary, M. R., & Tangney, J. P. (Eds.). *Handbook of self and identity*. Guilford Press. 2011. 490 p.
3. Rosenberg, M. *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press. (1965).
4. Ryan, R. M., & Deci, E. L. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American psychologist*. 2000. № 55(1). P. 68-78.

5. Waters, E. A., & Waters, S. A. The development of self-esteem in adolescence. Current directions in psychological science. 2006. №15(1). P. 10-13.

Францен Олена Петрівна

здобувач вищої освіти

другого (магістерського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:

Пріснякова Людмила Макарівна

кандидат психологічних наук, доцент,

завідувачка кафедри психології

Дніпровського гуманітарного університету

САМООЦІНКА ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я СУЧАСНОЇ БЕЗРОБІТНОЇ МОЛОДІ

Психічне здоров'я - одна з найгостріше обговорюваних проблем в психології. Поняття «Психічне здоров'я» фігурує в концепціях безлічі учених, починаючи із стародавніх часів.

Закордонні психологи розглядали психічне здоров'я через: А.Адлер - вираженість соціального інтересу у особистості; К.Юнг - узгоджене ціле, Г.Олпорт -соціальні відносини; А.Маслоу -задоволення потреби самоактуалізації.

При визначенні поняття «Психічне здоров'я» існують різночитання. Так, в словнику психічне здоров'я визначається як стан душевного благополуччя, що характеризується відсутністю хворобливих психічних проявів і що забезпечує адекватну умовам дійсності регуляцію поведінки і діяльності.

Деякі автори визначають психічне здоров'я як ідеальне поняття, засноване на творчих принципах свободи, духовності, індивідуальності, соціальної інтегрованості.

При визначенні поняття «Психічне здоров'я» існують різночитання. Так, в словнику психічне здоров'я визначається як стан душевного благополуччя, що характеризується відсутністю хворобливих психічних проявів і що забезпечує адекватну умовам дійсності регуляцію поведінки і діяльності.

Деякі автори визначають психічне здоров'я як ідеальне поняття, засноване на творчих принципах свободи, духовності, індивідуальності, соціальної інтегрованості. Це не фіксований стан буття, не стан чесноти, задоволеності, щастя. Це не кінцевий пункт, а напрям, в якому людина рухається, слідуючи своїй істинній природі. А сама суть природи людини

Психічне здоров'я детермінується особливостями балансу, гармонії життєвих сил людини в показниках індивідуальної і соціальної суб'єктності і своєрідності життєвого простору: