

Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини
Факультет соціальної та психологічної освіти
Кафедра психології

ВИПУСКНА КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА
освітній ступінь магістр
на тему

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛІЗАЦІЇ
ПІДЛІТКІВ У ПОЗАШКІЛЬНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ**

Виконала: здобувачка II курсу, 263 групи
спеціальності 053 Психологія
Освітньо-професійна програма «Психологія»
Карлик Н.О.
Керівник: кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології
Вахоцька І.О.
Рецензент: доктор педагогічних наук,
професор Кравченко О.О.

Умань 2023

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. СОЦІАЛІЗАЦІЯ ЯК ПРОЦЕС ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКІВ.....	7
1.1. Соціалізація особистості як проблема психологічної науки.....	7
1.2. Особливості соціалізації в підлітковому віці та критерії оцінки її успішності.....	18
1.3. Поняття про ідентичність та її структуру, особливості розвитку особистісної ідентичності в підлітковому віці.....	34
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ТА УСПІШНОСТІ СОЦІАЛІЗАЦІЇ ПІДЛІТКІВ У РІЗНИХ ВИДАХ ПОЗАШКІЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....	46
2.1. Організація та обґрунтування методик дослідження	46
2.2 Особливості змісту структури ідентичності підлітків, які займаються різними видами позашкільної діяльності	58
2.3. Практичні рекомендації з оптимізації процесу соціалізації підлітків.....	76
ВИСНОВКИ	82
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	84
ДОДАТКИ	93

ВСТУП

Актуальність дослідження. Внаслідок системних соціально-економічних перетворень, які призвели до трансформації цінностей, поширеним явищем у сучасному українському суспільстві є порушення процесу соціалізації підлітків [1; 2; 45; 75]. Тому особливо актуальними стали дослідження, пов'язані з проблемою соціалізації в підлітковому віці та з пошуком ефективних засобів її оптимізації.

Останнім часом психологи і педагоги приділяють особливу увагу дослідженню проблем розвитку особистості та різним аспектам її соціалізації (О.М.Васильченко [8; 9], В.В.Москаленко [37], В.Т.Циба [72], Л.Е.Орбан-Лембрик [44], О.Г.Романовський [55]) зокрема, особливостям соціалізації сучасних підлітків (Н.В.Абдюкова [1], В.Г.Романова [54]), особливостям самосвідомості підлітків у кризових умовах розвитку суспільства (Н.О.Давидюк [14], Л.В.Долинська [15]), регуляції та саморегуляції соціальної поведінки підлітків (В.І.Ілійчук [17], М.Й.Боришевський [6], С.Б.Кузікова [25], Н.Ю.Максимова [33]). У більшості цих досліджень важливим моментом соціалізації підлітків вважається становлення особистісної ідентичності. В підлітковому віці, і особливо у старшому, ідентичність все більше включається в процес управління поведінкою особистості. Тому при дослідженні процесу соціалізації підлітків слід враховувати особливості їх особистісної ідентичності.

Підліток є активним суб'єктом соціалізації, його соціальна активність спрямована на засвоєння нових зразків поведінки та перетворення себе. Тому найбільш успішно підліток розвивається в умовах соціально значущої та цікавої для нього діяльності [66]. Заняття підлітків позашкільною діяльністю надають широкі можливості для вияву їх самостійності, задоволення потреб в самопізнанні, самовдосконаленні, самоствердженні, спілкуванні з однолітками. Але заняття підлітка певним видом позашкільної діяльності можуть по-різному впливати на особливості його соціалізації, соціальної поведінки, розвиток ідентичності та взаємини з однолітками і дорослими.

У сучасних психологічних дослідженнях вивчались окремі аспекти самореалізації активності підлітків у процесі творчої діяльності (В.І.Семеренський [66]), самовизначення та самореалізації старшокласників у роботі гуртків (О.І.Баришева [5]), впливу різних форм ранньої професіоналізації на особистісний і інтелектуальний розвиток підлітків. Особлива увага дослідників спрямована на спортивну діяльність, зокрема, вивчалась соціальна роль спорту та фізичного виховання в соціалізації підлітків, розвиток самосвідомості та образу «Я» фізичного підлітків, які займаються спортом та фізичною культурою, деякі особливості інтелектуального та особистісного розвитку підлітків у процесі професіоналізації в спорті. Проте до теперішнього часу немає єдиної думки щодо ролі спорту для розвитку особистості підлітка. У більшості досліджень наголошується на позитивному впливі занять спортом на соціалізацію підлітків, але окремі вчені, поряд з позитивними, виділяють і деякі негативні сторони.

Отже, проблема особливостей соціалізації підлітків у різних видах позашкільної діяльності, зокрема в спортивній, та характеру їх впливу на успішність соціалізації в підлітковому віці залишається недостатньо вивченою.

З огляду на те, що сфера спорту має різноманітний спектр впливу на соціалізацію підлітка, необхідно дослідити питання про місце спортивної діяльності серед інших видів позашкільної діяльності в соціалізації підлітків, а також виявити психологічні особливості соціалізації підлітків у різних видах позашкільної діяльності з урахуванням змісту структури їх особистісної ідентичності. Розкриття цих питань відкриває додаткові можливості покращення соціалізації підлітків, цілеспрямованого формування їх самосвідомості та регуляції соціальної поведінки.

Об'єкт дослідження – процес соціалізації підлітків у позашкільній діяльності.

Предмет дослідження – психологічні особливості соціалізації підлітків

у різних видах позашкільної діяльності.

Мета роботи. Виявити психологічні особливості соціалізації підлітків у залежності від різних видів позашкільної діяльності та вплив структури особистісної ідентичності на успішність їх соціалізації.

Відповідно до мети і гіпотези були поставлені такі **завдання дослідження:**

1. На основі теоретичного аналізу обґрунтувати зв'язок психологічних особливостей та успішності соціалізації підлітків, яка протікає в умовах певної позашкільної діяльності, зі змістом їх особистісної ідентичності; визначити та обґрунтувати критерії оцінки успішності соціалізації підлітків.

2. Виявити психологічні особливості соціалізації підлітків в залежності від різних видів позашкільної діяльності.

3. Проаналізувати вплив структури особистісної ідентичності підлітків, які займаються різними видами позашкільної діяльності, на успішність їх соціалізації.

4. Рекомендувати програму соціально-психологічного тренінгу з оптимізації процесу соціалізації підлітків.

Методи дослідження: теоретичний аналіз вітчизняних та зарубіжних джерел; констатувальний експеримент, в ході якого застосовано методи анкетування та тестування за стандартизованими психологічними методиками.

Наукова новизна дослідження полягає в наступному.

– Вперше виявлено та проаналізовано психологічні особливості соціалізації підлітків, і, зокрема, особливості структури їх особистісної ідентичності, в залежності від виду позашкільної діяльності, якою вони займаються.

– Проаналізовано взаємозв'язок структури особистісної ідентичності підлітків, які займаються різними видами позашкільної діяльності, з успішністю їх соціалізації.

– Визначено та обґрунтовано критерії оцінки успішності соціалізації

підлітків.

– Доведено, що більш успішній соціалізації підлітків, які займаються спортом, як одним з видів позашкільної діяльності, сприяє домінування в структурі їх особистісної ідентичності – ідентифікацій з суб'єктом діяльності взагалі та спортивної діяльності зокрема.

Теоретична цінність результатів магістерського дослідження полягає в поглибленні знань про детермінацію процесу соціалізації в підлітковому віці.

Практична значущість дослідження полягає у тому, що отримані результати можуть бути: 1) використані для прогнозування особливостей розвитку структури ідентичності та успішності соціалізації підлітків, які займаються різними видами позашкільної діяльності; 2) застосовані соціальними робітниками, шкільними психологами, керівниками гуртків, тренерами, вчителями з метою покращення соціальної та виховної роботи з підлітками. Запропонована програма соціально-психологічного тренінгу з оптимізації процесу соціалізації підлітків може застосовуватися у практичній роботі з ними для розширення загального уявлення про себе, розвитку особистісної ідентичності та ряду важливих для успішної соціалізації особистісних параметрів.

Апробація роботи. Основні теоретичні і практичні положення та результати дослідження висвітлені в електронному збірнику матеріалів III Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції: Теорія та практика психокорекції особистості м. Умань, 26 жовтня 2023 р.

Структура та обсяг роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних літературних джерел та додатків.

РОЗДІЛ I

СОЦІАЛІЗАЦІЯ ЯК ПРОЦЕС ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКІВ

1.1. Соціалізація особистості як проблема психологічної науки

Визначення поняття «соціалізації» є однією з найскладніших проблем в процесі науково-теоретичного її дослідження. Глибоке наповнення цього поняття пояснює існування неоднозначного розуміння соціалізації різними авторами. Спроби науково описати і пояснити даний процес починаються з кінця XIX століття. Виникнення цього поняття пов'язують з іменами американського соціолога Ф.Г.Гіддінгса і французького соціолога Г.Тарда.

Різні підходи до визначення соціалізації різняться залежно від розуміння авторами сутності та структури особистості як психосоціогенної істоти.

У XX сторіччі у західній соціології та психології затвердилося трактування соціалізації як частини процесу становлення особистості, коли формуються найзагальніші та найпоширеніші, усталені її риси, які проявляються в соціально організованій діяльності, регульованій рольовою, функціонально визначеною структурою суспільства. Сучасне розуміння соціалізації як перетворення просто людини на особистість у результаті засвоєння нею норм співжиття людей та інтеграції в соціальні інституції суспільства дав Т.Парсонс. Джерела сучасної концепції соціалізації містяться також у працях американського психолога А.Бандури, французького соціолога та юриста Г.Тарда.

Найвідоміші підходи у дослідженні соціалізації в зарубіжній науці є: теорія соціального наuczіння (А.Бандура, Б.Скіннер, Дж.Доллард); теорія моральної соціалізації (Л.Колберг, А.Маслоу); еволюційна теорія соціалізації (Е.Еріксон) і рольові концепції соціалізації особистості (Д.Мід, Т.Парсонс) [4; 31; 71; 74; 78; 79; 84]. Незважаючи на їх різноманітну спрямованість,

типовим для зазначених напрямків є розуміння соціалізації як процесу прийняття особистістю переконань, цінностей, рольових моделей поведінки тієї соціальної групи, членом якої вона бажає стати, з орієнтацією на оволодіння навичками рольових дій, виконання соціальних настанов інших членів суспільства в широкому діапазоні можливих ситуацій. Важливими положеннями цих підходів є наступні: 1) основними конституційними механізмами соціалізації є ідентифікація та соціальне наочіння; 2) об'єкт ідентифікації є активною поведінковою моделлю для суб'єкта соціалізації; 3) у процесі соціалізації відбувається формування самосвідомості особистості.

Однією з найвідоміших у дослідженні соціалізації є еволюційна теорія соціалізації Е.Еріксона, в якій даний процес представлений як подолання індивідом критичних ситуацій, що закономірно виникають на його життєвому шляху і мають специфічний характер у певні вікові періоди [74].

Підходи до вивчення процесу соціалізації у вітчизняній соціальній і віковій психології різноманітні. Його дослідженням у 70-90 р.р. ХХ сторіччя займалися Л.С.Виготський, І.С. Кон, В.В. Москаленко та інші. Більшість з них розуміють соціалізацію як процес включення людини в соціальне середовище за допомогою засвоєння соціальних норм, цінностей, характерних для певної соціальної спільності, через освоєння її культури [11; 18; 38]. Загальною для вітчизняних вчених є думка про те, що суть соціалізації полягає в засвоєнні індивідом соціального досвіду, але розуміння цього досвіду та його структури істотно відрізняється.

Так, згідно з В.Т.Цибою [72], соціалізація охоплює засвоєння та інтеріоризацію соціальних настанов та комплексів деяких з них для характерних життєвих обставин, які можуть виявлятися в стереотипних формах поведінки. Соціалізація розглядається вченим як інтеріоризація соціальних норм, у процесі якої соціальні правила стають внутрішніми для індивіда і не нав'язуються через зовнішню регуляцію, а стають частиною його «Я». Таким чином, у індивіда виробляється почуття відповідності соціальним нормам.

Л.С.Виготський розглядає соціалізацію у зв'язку з розвитком особистості в процесі її взаємодії і взаємовпливу з соціальними групами, колективами (культурно-історична концепція розвитку) [12].

І.С.Кон трактує соціалізацію з позиції засвоєння і наступного відтворення індивідом соціального досвіду (індивідуальної системи ролей і культури), у ході якої формується конкретна особистість [18].

Серед багатьох вчених існує думка, що соціалізація тісно пов'язана з адаптацією (приспосовуванням організмів до навколишнього середовища), згідно з цим, вона трактується як безперервна адаптація живого організму до оточення, як його здатність пристосовуватися до реакцій інших людей. За іншою точкою зору, адаптація є складовою соціалізації, її механізмом.

Л.Е.Орбан-Лембрик [44] відмічає, що соціалізація, як двосторонній процес передбачає не тільки засвоєння індивідом соціального досвіду шляхом входження в соціальне середовище, але й активне його відтворення. Формами реалізації процесу соціалізації вчена вважає соціальну адаптацію та інтеріоризацію. Соціальна адаптація вказує на пристосування індивіда до рольових функцій, соціальних норм, спільностей, до умов функціонування різних сфер життя суспільства. Інтеріоризація – процес формування внутрішньої структури людської психіки через засвоєння соціальних норм, цінностей, ідеалів та переведення елементів зовнішнього середовища у внутрішнє «Я». За думкою Л.Е.Орбан-Лембрик, людина не тільки адаптується до умов соціуму, елементів культури, норм, а й завдяки своїй активності перетворює їх на власні цінності, орієнтації, установки [44].

Більшість вітчизняних вчених визнають, що соціалізацію не можна прирівнювати лише до соціальної адаптації, бо вона є більш широким поняттям, адже в процесі її людина знаходить свою індивідуальність, стаючи особистістю.

Л.С.Виготським соціалізація розглядається як процес становлення самосвідомості та активної життєвої позиції особистості [12]. Н.В.Абдюкова відмічає, що соціалізація є не просто процесом засвоєння індивідом певних

норм, цінностей, але й активного їх відображення завдяки переведенню їх у внутрішньособистісний план при формуванні власного відношення до них [1]. Тобто, у процесі соціалізації людина є активним суб'єктом, що перетворює себе і навколишню дійсність, пропускаючи вимоги і норми суспільства через свою свідомість, відкидаючи чи приймаючи їх у відповідності зі своєю індивідуальністю.

В.В.Москаленко [38] вважає, що в процесі засвоєння соціального досвіду людина формує свої особистісні якості. Вона визначає соціалізацію особистості, як процес взаємодії індивіда та суспільства на основі предметно-перетворюючої трудової діяльності індивіда, результатом якого є конкретно-історична форма його соціальності.

Л.Е. Орбан-Лембрик визначає соціалізацію як процес входження індивіда в суспільство, активного засвоєння ним соціального досвіду, соціальних ролей, норм, цінностей, необхідних для успішної життєдіяльності в певному суспільстві [44]. Вона підкреслює, що в процесі соціалізації у людини формуються соціальні якості, знання, вміння, навички, що дає їй змогу стати дієздатним учасником соціальних відносин, відбувається усвідомлення своєї індивідуальності, особистісного смислу, становлення ідентичності особистості.

В адаптивно-розвивальній концепції М.П.Лукашевича, соціалізація представлена як процес взаємодії людини з навколишнім середовищем протягом життя шляхом адаптацій, що змінюють одна одну в кожній царині життєдіяльності [30]. При цьому адаптивно-розвиваюча модель соціалізації в основі механізму освоєння нових соціальних ситуацій орієнтована на формування творчої, мобільної особистості.

Поділяючи погляди адаптивно-розвивальної концепції В.Т.Циба вважає, що соціалізація як процес структуралізації сфери свідомості особистості, забезпечує набуття особистістю комплексу соціогенних параметрів, які детермінують (потреби), регулюють (соціальні настанови) та

мотивують людську діяльність, і здатність пов'язувати їх у програми життєдіяльності [72].

Отже, сучасні соціальні психологи у визначенні поняття «соціалізація» наголошують на активній ролі людини, яка в процесі соціалізації знаходить свою індивідуальність, стаючи особистістю.

Деякі психологічні дослідження [28; 40; 46] вивчають проблему соціалізації людини в контексті з культурно-діяльнісною концепцією соціалізації особистості (КДКСО), в основі якої – ідея діяльнісного опосередкування особистісного розвитку (О.М.Леонтьєв), згідно з якою діяльність розглядається як єдність свідомості і поведінки (зовнішнього і внутрішнього компонентів особистості) і виражає включення у систему соціальних взаємозв'язків. А найбільш об'єктивним критерієм в оцінці соціалізованості особистості вважається результат і ефективність її діяльності.

Згідно з КДКСО соціалізація розуміється як процес створення основних параметрів людської особистості (свідомості, почуттів, здібностей тощо) під впливом існуючих соціальних умов життєдіяльності [37, с.154]. Відповідно до основних загальних положень КДКСО [37; 122] процес формування особистості відбувається протягом життєвого шляху людини і створюється її діяльністю, яка є необхідною умовою формування особистісних якостей [37, с.154], через діяльність відбувається самореалізація особистості. У зв'язку тим, що соціальні умови мають ознаки динамічності, результатом соціалізації є постійна зміна особистісних якостей, що відбувається завдяки новим зв'язкам та відношенням у процесі спілкування людини. Вступ її до нових груп, прийняття нових ролей, зміна установок, мотивів, потреб, відбувається все життя [37, с.157]. Процес соціалізації відбувається у всій повноті його форм, основними з яких є цілеспрямовані (виховання) та стихійні («автоматичне» виховання певних соціальних якостей у зв'язку з перебуванням індивіда в мікросередовищі). Формування особистості повинно відбуватися за допомогою обох форм [37].

Отже, цей підхід орієнтує на вивчення процесу формування особистості у всій його універсальності, який розглядається як система різноманітних форм включення індивіда в діяльнісне освоєння культури, що триває все життя та відбувається в усіх його багатогранних формах: цілеспрямованих, стихійних тощо [37; 40].

Л.Е.Орбан-Лембрик також відмічає, що процес соціалізації особистості не може відбуватися поза сферою діяльності, в якій людина виражає себе як суспільного індивіда, проявляє свою особистісну сутність, самостійність, ініціативу, творчість, професійність і освоює нові види активності [44].

М.Н.Корнєв, А.Б.Коваленко розуміючи соціалізацію, як процес входження особистості до різних спільностей і груп людей на підставі засвоєння норм, ідеалів, цінностей шляхом виховання і научіння, визнають соціальну діяльність (працю, спілкування, гру, навчання) головним чинником соціалізації [20].

Отже, більшістю вітчизняних вчених діяльність визнається одним з основних факторів соціалізації особистості. Взагалі характерним для більшості сучасних вітчизняних досліджень соціалізації є визнання того, що цей процес продовжується все життя, за допомогою нього в людини формуються певні соціальні особливості, прийнятні для суспільства, у якому вона живе. Загальновизнаною є активність людини в процесі соціалізації, а головним фактором її успішності – вільне функціонування людини в суспільстві. Одним з основних висновків сучасної теорії соціалізації є те, що особистість, яка формується є не тільки об'єктом зовнішніх впливів, а й активним суб'єктом соціалізації [30], а одне з основних її кінцевих завдань – включення людини в активну творчу діяльність на основі набутого соціального досвіду взаємин.

Процес соціалізації особистості має різнобічний зміст, різноманітні засоби, певну мету, суб'єкт, об'єкт, механізми. Його зміст визначається безліччю компонентів: засвоєнням системи знань, придбанням соціального досвіду конкретного суспільства [55], які взаємодіють між собою в ході свого

розвитку. Соціалізація здійснюється, головним чином, через спілкування та взаємодію людей у процесі діяльності і має кінцеву мету, яка може виражатися у нормативно-пропонованих зразках поведінки, традиціях тощо. Соціалізація включає все різноманіття впливів середовища на особистість: стихійних і цілеспрямованих, контрольованих і спонтанних та припускає реакції самої особистості на ці впливи [44; 55].

Суспільство здійснює вплив на особистість через інститути соціалізації – конкретні групи, в яких людина долучається до системи норм, цінностей і соціальних зв'язків (сім'я, школа, громадські організації, ЗМІ тощо) [44; 55]. Вони характеризуються стійкою формою організації спільної діяльності, ustalеним комплексом правил, принципів, норм, що її регулюють.

Психологічні впливи або засоби, за допомогою яких здійснюється соціально-психологічне відображення людиною реалій соціального життя та перехід зовнішніх впливів соціального оточення у внутрішні регулятори поведінки, називаються соціально-психологічними механізмами соціалізації [44; 55]. Систематичного аналізу та чіткої класифікації їх у психологічній науці не існує: одні вчені до механізмів соціалізації відносять наслідування, ідентифікацію, навіювання тощо, інші – соціальну фасилітацію, конформізм тощо, окремі – засвоєння стандартів поведінки, прийняття групових норм, самоконтроль, соціальний обмін [44; 55]. За ознакою «організованість – неорганізованість» механізми соціалізації поділяють на цілеспрямовані (навчання, виховання, інструктаж тощо) та стихійні впливи (ідентифікація, наслідування, авторитет, лідерство тощо). За ознакою «усвідомлення – не усвідомлення» виокремлюють усвідомлювані (переконання, вплив авторитету тощо) та неусвідомлювані (здебільшого в ранньому дитинстві – навіювання, наслідування, психологічне зараження, ідентифікацію) механізми соціалізації [30; 44]. Завдяки механізмам соціалізації зовнішні регулятори поведінки людини інтеріорізуються у внутрішні [44].

При дослідженні соціалізації необхідно враховувати особливості певної її стадії. Стадії соціалізації – етапи, періоди становлення особистості,

засвоєння нею соціального досвіду [44; 55]. Єдиної класифікації їх не існує, оскільки вчені за основу беруть різні критерії. Так, з огляду на участь у трудовій діяльності науковці виокремлюють дотрудову, трудову і післятрудова стадії соціалізації (соціологічний підхід). Дотрудова стадія охоплює дитячий, підлітковий та юнацький вік, включаючи два самостійні етапи: ранньої соціалізації та навчання. Трудова стадія пов'язана зі зрілістю особистості, реалізацією та поглибленням нею соціального досвіду. Специфіка післятрудова стадія – в реалізації потенціалу людей пенсійного віку [44].

Психоаналіз пов'язує стадії соціалізації з виявом біологічних потягів, інстинктів і підсвідомих мотивів людини [44; 70]. Компромісний підхід до вивчення стадій соціалізації враховує психоаналітичні і соціологічні погляди. Згідно з ним виокремлюють такі стадії: первинну соціалізацію (дві стадії: від народження до початку навчання та від початку навчання до соціальної зрілості і вибору професії) і вторинну соціалізацію (засвоєння соціальних ролей дорослою людиною у процесі праці, пізнання та спілкування) [30; 44].

Соціалізація людини розгортається в конкретних умовах життєдіяльності. Цей процес охоплює всі аспекти залучення особистості до культури, навчання, виховання, за допомогою яких вона набуває соціальності, здатності брати участь у соціальному житті. Дослідження соціалізації стосуються широкого кола проблем, пов'язаних з формуванням, розвитком, вихованням та навчанням особистості [24]. Тому є необхідність в чіткому визначенні цих процесів.

Подібність цих процесів проявляється в кінцевій меті – формуванні людської особистості як розвиненої індивідуальності [22; 29; 30; 44]. Між тим, кожний з них має свої характерні ознаки, власну сутність та зміст.

Сутність розвитку полягає в змінах станів систем (перехід до вищого стану), що закономірно відбуваються. Характерними ознаками даного процесу є взаємозв'язок кількісних і якісних змін, їх невідповідність, незворотність загальних тенденцій і тривалість [12; 24; 30; 44; 56]. Психічний

розвиток людини – це закономірний процес кількісних і якісних змін стану її психічних функцій, властивостей, свідомості і самосвідомості, що відбувається під впливом соціального та біологічного середовища, навчання і виховання [12]. А.В.Петровський вважає, що психічний розвиток дитини обумовлює цілісну структуру її особистості і полягає у змінах особистості в цілому та загальних властивостей – різних сторін психічної діяльності, мотивів, інтересів.

Л.Е.Орбан-Лембрик [44] вважає, що спільне між розвитком і соціалізацією полягає в їх зумовленості соціальними, зовнішніми чинниками, а відмінне – в тому, що розвитку властива наявність внутрішніх рушійних сил (суперечностей, які виникають на межі внутрішнього і зовнішнього світу індивіда, за невідповідності потреб і можливостей, очікуваного і отриманого тощо) та психофізіологічних змін. Поняття «соціалізація» та «розвиток» не протиставляються, а взаємодоповнюються. Психологічні особливості розвитку детермінують процес вибірковості особистості у взаємодії з оточенням [44].

У задачі навчання, як цілеспрямованого процесу, в основному входить передача індивіду знань, умінь, способів розвитку його психічних функцій, підвищення активності у пізнавальній діяльності і реалізації набутого досвіду в суспільній практиці [22; 29]. А виховання – це соціально-педагогічний, цілеспрямований процес створення умов (матеріальних, духовних тощо) для всебічного розвитку людини [22; 30].

Л.Е.Орбан-Лембрик відзначає, що схожість виховання і соціалізації полягає в тому, що вони здійснюються цілеспрямовано, під впливом суспільства та його соціальних інститутів [44]. Але ці процеси не ідентичні, адже соціалізація відбувається також і в результаті безпосереднього впливу середовища, що містить у собі елементи стихійності та неорганізованості.

Соціалізація значно ширший та багатогранніший процес, ніж виховання, він може бути як організованим, так і стихійним, не завжди усвідомлюваним, має суспільно-історичний характер і забезпечує

нормативне функціонування індивіда в соціумі та послідовне нарощування його соціального потенціалу [30]. Соціалізацію на тлі виховання і навчання за думкою Я.Л.Коломінського не можна розглядати як «третій вимір», що розкриває розвиток особливих сторін особистості. Не можна й ототожнювати ці процеси. Виховання і навчання, з їх основними цілями, у широкому і вузькому розумінні, виступають засобами соціалізації, яка здійснюється завдяки їм. Але і соціалізація створює практичне середовище, духовний і предметний простір виховання, наповнюючи його реальним життєвим змістом і суспільною значущістю. За думкою Н.Ю.Максимової виховання – комплекс впливів, які забезпечують соціалізацію індивіда [33, с.55]. Вказане підкреслює тісний взаємозв'язок даних процесів.

Процес соціалізації відбувається у конкретному середовищі, тобто у сфері соціалізації, в якій відбувається розширення та примноження соціальних зв'язків індивіда із зовнішнім світом. Основними сферами соціалізації є діяльність, спілкування та самосвідомість [44; 55]. У діяльності людина виражає себе як суспільний індивід, проявляє особистісні смисли, виявляє самостійність, ініціативу, творчість та професіоналізм, засвоює нові види активності. У сфері спілкування відбувається особистісне розуміння себе та інших учасників комунікативного процесу, збагачення змісту взаємодії та сприйняття одне одного. Сфера самосвідомості передбачає становлення «Я–концепції» індивіда, осмислення свого соціального статусу, засвоєння соціальних ролей, формування соціальної позиції, моральної орієнтації [19; 44; 55]. Отже, соціалізація характеризується як процес поступового розширення сфери спілкування і діяльності людини, розвитку саморегуляції, становлення її самосвідомості (зокрема ідентичності) та активної життєвої позиції. Тому, в нашому дослідженні соціалізація розглядалась у зв'язку з певним видом діяльності особистості, а особливості формування самосвідомості через вивчення особливостей особистісної ідентичності.

В.Т.Циба відмічає, що для повноцінного життя в сучасному суспільстві людина має бути соціалізованою, при цьому в неї має сформуватися самосвідомість. Для реалізації програм життєдіяльності особливо стратегічних, особистість має бути суб'єктом міжособистісної діяльності [72].

Отже, на основі теоретичного аналізу, нами сформульоване визначення *соціалізації* як складного, багатогранного процесу взаємин людини із соціальним середовищем, що здійснюється шляхом її входження до різних соціальних груп і спільнот у процесі включення в конкретні види діяльності, та дозволяє їй за допомогою соціального пізнання, ідентифікації, навічання і виховання засвоїти певний соціальний досвід (соціальні норми, цінності тощо), на основі чого формується самосвідомість особистості, зокрема ідентичність. За умов сприятливого перебігу процесу соціалізації у особистості формується активна позиція суб'єкта та система саморегуляції поведінки, що дозволяє їй інтегруватися в групі, у суспільстві, нарощувати і реалізовувати свій творчий потенціал. Основним методологічним підходом нашого емпіричного дослідження є культурно-діяльнісна концепція соціалізації особистості (О.М.Леонтьєв, С.Л.Рубінштейн, В.В.Москаленко, В.Т.Циба).

1.2. Особливості соціалізації в підлітковому віці та критерії оцінки її успішності

У дослідженнях соціалізації відмічається, що вона відбувається протягом усього життя та має певні особливості для різних вікових категорій людей [1; 24; 30; 44; 55]. Особливості соціалізації у підлітковому віці прямо пов'язані зі специфікою психофізіологічного розвитку підлітків, а напрямок і зміст даного процесу багато в чому визначаються широкими соціальними умовами їх життя та моральними нормами, цінностями, соціальними ролями,

характерними для цієї групи, у якій вони спілкуються і самостверджуються. За думкою С.Д.Максименко, С.С.Ракитянської період пубертатного дозрівання є сенситивним до впливу соціальних факторів і характеризується деяким зменшенням генетичних впливів [32, с.98].

Лінії психічного і фізіологічного розвитку підлітка не йдуть паралельно, межі цього періоду значно варіюються: одні діти вступають у підлітковий вік раніше, інші – пізніше, пубертатна криза може виникнути і в 11, і в 13 років. Найчастіше вчені виділяють наступну градацію підліткового віку: період з 11–13 років – молодший підлітковий вік, 14–15 років – старший підлітковий вік. Кожному з них притаманні свої особливості соціалізації.

За думкою вчених підліткова криза, пов'язана з появою у підлітків здібності та потреби пізнати самого себе як особистість, що має характерні тільки для неї якості. Це викликає у підлітка прагнення до самоствердження, самовираження, самовиховання.

Більшість дослідників [14; 51] відмічає, що важливою ознакою підліткового періоду є фундаментальні зміни в сфері самосвідомості підлітків, які мають кардинальне значення для всього наступного розвитку і становлення його як особистості. У підлітковому віці активно формується самосвідомість, виробляється власна незалежна система еталонів самооцінювання і самовідношення, розвиваються здібності проникнення у свій власний світ. Важливим моментом розвитку особистості підлітка є те, що він починає усвідомлювати свою індивідуальність та неповторність, а у його свідомості відбувається поступова переорієнтація з зовнішніх оцінок (переважно батьківських) на внутрішні.

Згідно з еволюційною теорією соціалізації Е.Еріксона [74], основним завданням формування особистості в підлітковому віці та її соціалізації є становлення особистісної ідентичності. Е.Еріксон вважає, що у цей період виникає параметр зв'язку підлітка з навколишнім світом, який коливається між позитивним полюсом психосоціальної ідентифікації «Я» і негативним

полюсом плутанини ролей [74]. Тобто перед підлітком, який придбав здатність до узагальнення, постає завдання об'єднати все, що він знає про самого себе як про школяра, сина, спортсмена, друга тощо. Всі ролі йому потрібно зібрати в єдине ціле, осмислити, зв'язати з минулим і спроециувати у майбутнє, тобто сформувати цілісне уявлення про себе, власну ідентичність. Якщо підліток успішно справляється з цим, то в нього з'являється відчуття того, ким він є, де знаходиться і куди іде [74].

Отже, становлення особистісної ідентичності в підлітковому віці важливий психосоціальний параметр соціалізації підлітка, який сприяє подальшій побудові та самоорганізації його поведінки.

С.Б.Кузікова вважає становлення особистісної ідентичності важливим моментом в розвитку самосвідомості підлітків [25; 26]. Вона відмічає, що вже у молодшому підлітковому віці дитина відчуває свою самість, яка ще недостатньо визначена, їй треба встановити чіткі межі свого «Я» та укріпити їх.

На думку дослідників, основний зміст процесу соціалізації підлітка полягає в формуванні почуття відокремленості свого «Я» від оточуючих шляхом активної взаємодії з ними. Автор виділяє кілька способів формування згаданого почуття: 1) вироблення почуття дорослості; 2) ідентифікація себе з однолітками (характерна риса підліткового віку – реакція групування); 3) пошук підлітком схвалення себе та своєї поведінки з боку оточуючих людей. Ці феномени, як правило, спостерігаються в поведінці молодшого підлітка, у якого внутрішня структура уявлення про себе є погано розробленою та недостатньо усвідомленою. Наступний етап в розвитку самосвідомості полягає в розширенні та уточненні змісту «Я», в усвідомленні підлітком тієї системи відношень, яка складає сутність самосвідомості особистості. Вчені назвали цей етап – становленням ідентичності особистості підлітка, що реалізується через наступні процеси: 1) формування структури «Я» молодших підлітків; 2) формування структури «Я» старших підлітків; 3) виробка почуття своєї гідності.

В уявленні про себе старших і молодших підлітків є відмінності. Згідно з дослідженнями 12-ти річні підлітки в структурі своєї самосвідомості в першу чергу виділяють вміння, інтереси, здібності та рівень розвитку інтелекту. Друге і третє місця займають самооцінка та рольові характеристики, а наприкінці – відносини з оточуючими людьми. Структура самосвідомості 13–14 річних підлітків дещо відрізняється. Перше місце в них займають – самооціночні характеристики, а наступні місця – вміння, рольові характеристики та відносини з однолітками. Суттєво змінюється структура самосвідомості у 15-ти річних підлітків, причому ці зміни більш суб'єктивні. Провідне місце в них належить самооціночним характеристикам, а на друге місце виходять власні переживання, почуття, мотиви. Наступні місця належать цінностям, ідеалам, життєвим планам. Вміння, відносини з однолітками, рольові характеристики в 15 років не мають особливого значення для розуміння самого себе. Вченими також відмічається, що у старшому підлітковому віці сприйняття себе стає більш цілісним. Тому вік 12–14 років вважається критичним в плані становлення самосвідомості особистості. Крім того, у молодшого підлітка уявлення про себе формується в процесі взаємин з найближчим оточенням, переважно однолітками, в той час, як у старшого – в процесі самопізнання та усвідомлення своєї індивідуальності, що дозволяє йому більш повно усвідомити свою позицію активного суб'єкта.

Отже, формування та розвиток особистісної ідентичності в підлітковому віці відбувається поступово. Так, якщо у молодших підлітків внутрішня структура уявлення про себе є погано розвиненою та недостатньо усвідомленою, і в оцінці себе вони орієнтуються на думку значимого оточення, то у старших підлітків сприйняття себе стає більш цілісним, структурованим і менш залежним від зовнішньої оцінки.

Необхідно відмітити, що розвиток особистісної ідентичності підлітка нерозривно пов'язаний з прагненням його до самопізнання та розвитком здібності до оцінки себе та своїх якостей. Самооцінка (СО), як один з компонентів самосвідомості, є одним з основних новоутворень особистості в

підлітковому віці. Вона в значній мірі визначає соціальну адаптацію особистості, є регулятором її поведінки і діяльності. Дослідники одноставні в описах особливостей СО в підлітковому віці, відзначаючи її ситуативність, нестійкість під дією зовнішніх впливів у молодшому підлітковому віці і більшу стійкість і багатосторонність охоплення різних сфер життєдіяльності в старшому підлітковому віці [34]. У процесі розвитку самосвідомості центр уваги підлітків все більше переноситься від зовнішньої сторони особистості до внутрішньої, від випадкових рис до характеру в цілому. В результаті, вони самовизначаються на вищому рівні.

Згідно з низкою досліджень [1; 34], СО та рівень домагань (РД) молодших підлітків часто неадекватні (завищені чи занижені). Дослідники відмічають поступове збільшення адекватності СО в підлітковому віці, а найбільш очевидними є зміни в змістовній її стороні. Це пояснюється тим, що в цей період спостерігається різкий перехід від фрагментарного та недостатньо чіткого бачення себе до відносно повного і всеохоплюючого уявлення про себе. Так, кількість якостей, які усвідомлюють у собі старші підлітки в два рази більше, ніж у молодших школярів. Самооцінка старших підлітків стає більш узагальненою, крім того удосконалюються їх судження про власні недоліки, тобто підвищується самокритичність.

Отже, важливою особливістю соціалізації у підлітковому віці є розвиток СО та її характеристик: адекватності, критичності, цілісності, стійкості.

Однією з сторін розвитку цілісного уявлення людини про себе є становлення образу «Я» фізичного. В підлітковому віці, коли зміни тіла різноманітні, відбуваються значні зміни в фізичному розвитку. Між тим, відповідність фізичного розвитку дитини стандартам, прийнятим у групі однолітків, є визначальним фактором у його соціальному визнанні, положенні в групі. В цих умовах важливим у соціальному функціонуванні стає зовнішній вигляд підлітка, його фізичні риси, які суттєво впливають на

ту картину, яку він склав про себе та на його думки про те, як він виглядає в очах інших [53].

В організмі підлітка відбувається ряд фізіологічних змін: з одного боку – збільшення м'язової сили, розширення фізичних можливостей, а з іншого – швидке стомлення, нездатність до тривалих напружень та перебудова всього моторного апарату, що супроводжується втратою гармонії в рухах. Це, як правило, призводить до неприємних хвилювань щодо своєї зовнішності та фізичних рис. В цьому віці часто виникає проблема незадоволеності образом свого тіла, як одним з основних компонентів образу «Я» фізичного [14]. Особливо важливими для підлітків є ті якості, від яких залежить авторитет та популярність у однолітків. Особливо тяжкі хвилювання відчувають хлопчики із уповільненим статевим розвитком; затримка появи у них вторинних статевих ознак знижує їх авторитет у однолітків, породжує відчуття власної неповноцінності. Необхідно враховувати, що в підлітковому віці процес закріплення знань про свій організм і риси власної зовнішності, а також усвідомлення особливостей своєї зовнішності нерозривно пов'язані з формуванням багатьох важливих якостей особистості, таких як упевненість у собі, замкнутість, життєрадісність, індивідуалізм тощо [53]. Тому, образ власного тіла – дуже важливий компонент підліткової самосвідомості.

Досліджено, що оцінка зовнішності тягне за собою певне самопочуття і може визначати характер взаємин з людьми. Особливих рис набуває вся поведінка підлітка: розвивається сором'язливість, боязливість, підліток соромиться свого обличчя, фігури та ін. Це породжує намагання до виправлення своєї зовнішності. Наприклад, хлопчики часто скаржаться на недоліки тілобудови, недостатність мускульної системи, слабкість рухів.

Не менш важливе для підлітка і практичне оволодіння своїм тілом [53]. Внаслідок недостатнього оволодіння своїм тілом, некоректного уявлення про його можливості в сполученні з нестійкістю та несформованістю нормативності поведінки можуть спостерігатися недоліки у поведінці – скутість, незграбність, або – манерність, позерство, розв'язаність, надмірна

рухливість. У вітчизняних дослідженнях тілесності (образу тіла) показано, що усвідомлення підлітком своєї зовнішності корелює з його самопочуттям, статусом у групі, з вибором партнера у спілкуванні й учбово-пізнавальною діяльністю та впливає на характер взаємин з однолітками й оточуючими, на сприйняття і оцінку інших [53].

Необхідно враховувати, що у підлітковому віці окремі характеристики образу тіла (розумова картина тілесного Я), що відповідають окремим руховим умінням і навичкам, узагальнюються в оцінку фізичних якостей і тісно змикаються з загальним образом «Я». Саме тому у підлітків найчастіше виникають психологічні труднощі, пов'язані із самоприйняттям, з незадоволеністю образом свого тіла.

Отже, важливою особливістю соціалізації в підлітковому віці є становлення у підлітка цілісного фізичного образу «Я».

Якісні зрушення у розвитку самосвідомості дитини, яка вступає в підлітковий вік, відзначаються тим, що порушується колишнє відношення між нею і середовищем. Більшість вчених визнає, що однією з основних особливостей самосвідомості підлітка є виникнення в нього уявлення про те, що він вже не дитина (почуття дорослості), яке вважається центральним і специфічним новоутворенням його особистості. Діюча сторона цього уявлення виражається в прагненні бути і вважатися дорослим.

Дослідники відмічають, що така форма самосвідомості, як почуття дорослості, є центральним новоутворенням молодшого підліткового віку і однією з основних особливостей соціалізації молодшого підлітка. Почуття дорослості – відношення підлітка до себе як до дорослого, відчуття та усвідомлення себе в якійсь мірі дорослою людиною.

Вчені виділяють декілька видів різної за змістом дорослості: в соціально-моральній, інтелектуальній діяльності та інтересах, у романтичних відносинах та характері розваг, у зовнішньому обліку та манері поведінки. Виділяють наступні показники почуття дорослості: 1) виникнення у підлітка бажання та вимог, щоб усі оточуючі відносились до нього як до дорослого

(повага, довіра, такт, право на певну самостійність, визнання людської гідності); 2) прагнення до самостійності і бажання огородити деякі сфери свого життя від дорослих; 3) наявність своєї лінії у поведінці, певних поглядів, оцінок та їх відстоювання. Відмічається, що у молодших підлітків відбувається злам у відношенні до себе: з'являється інтерес до свого внутрішнього світу, вони все більше звертаються до роздумів про себе, які стають самостійним внутрішнім процесом. Також їх починає цікавити внутрішній світ інших людей. У старших підлітків предметом роздумів стає питання про самовиховання, вони усвідомлюють якості своєї особистості та розмірковують про себе в більш узагальненій формі, і переважно про ті свої особливості, які допомагають їм зайняти певне місце у житті, принести суспільну користь. У центрі їх роздумів про себе – вчинок, як акт суспільної поведінки людини. Д.Б.Ельконіним розглядається також і тенденція до дорослості – бажання вважатися дорослим.

У зв'язку з формуванням самосвідомості в 11–12 років виникає інтерес до свого внутрішнього світу, а потім відбувається поступове ускладнення та поглиблення самопізнання. Підліток хоче зрозуміти який він є насправді та уявляє яким хотів би бути, для нього важливо знати наскільки значущі його індивідуальні особливості. Важливим способом забезпечення стійкості образу «Я» є пошук підлітком схвалення своєї поведінки з боку оточення, тому він відчуває гостру потребу в позитивній оцінці своєї особистості.

Потреба в самопізнанні у підлітка виявляється переважно через порівняння з однолітками, що дозволяє йому оцінити себе на рівні реальних можливостей. Тому, спілкування в середовищі однолітків є однією з важливих сфер соціальної поведінки підлітків, яке є необхідним для засвоєння норм поведінки, моралі, формування цінностей, розвитку самосвідомості, воно є практикою до оволодіння новими способами соціальної взаємодії в групі, виникнення нових інтересів і особливою

школою розвитку соціально-моральної дорослості підлітка та його комунікативних навичок.

В.Т.Циба відмічає, що підліткова стадія соціалізації характеризується активною інтеріоризацією різних регламентів (соціальних настанов), необхідних людині в майбутній діяльності щодо задоволення своїх як біо-, психо-, так і соціогенних потреб у соціальній взаємодії з іншими суб'єктами [72]. В ігрових ситуаціях підліток навчається самостійно приймати рішення та оцінювати їх наслідки, тобто набуває досвіду суб'єкта діяльності.

У процесі соціалізації в підлітків структурується певна система особистісних цінностей, що визначають напрямок і зміст їх діяльності, критерії самооцінки. Орієнтація на певні зразки багато в чому визначає зміст цінностей підлітка [68], від ієрархічної структури яких багато в чому залежить характер його соціальної поведінки. Аналіз літератури [1] показав, що в цілому, процес освоєння підлітком норм поведінки містить у собі: 1) знайомство з нормою, розуміння її змісту; 2) ототожнення своєї поведінки з нею; 3) бажання засвоїти норму; 4) здатність її реалізувати. Сучасні підлітки, за даними Н.В.Абдюкової [1], вже на 1-му етапі даного процесу зіштовхуються з певними труднощами: розбіжність змісту деяких норм із їх реальним проявом у поведінці ускладнює засвоєння ціннісно-нормативної системи суспільства. А специфічні уявлення підлітків про мораль можуть викликати у них стан гострого вибору між власними і запропонованими нормами поведінки, які вони переосмислюють і приймають відповідно до особистих переконань [17].

Яскравими показниками результативності соціалізації підлітка є якісні характеристики його поведінки. Характерною рисою підліткової поведінки є реакція групування, входження в різні малі групи. Для підлітка важливо мати референтну (значиму) групу, цінності якої він приймає, на чії норми поведінки та оцінки він орієнтується, а потреба бути прийнятим до цієї групи є однією з найактуальніших для підлітків. Усвідомлення себе членом колективу в значній мірі впливає на формування самооцінки та рівня

домагань. На цій основі у підлітка інтенсивно розвивається уміння орієнтуватися на вимоги та оцінки однолітків, враховувати їх в своїй поведінці та взаєминах з товаришами. У ряді досліджень доведено, що статус дитини в колективі у значній мірі впливає на формування її особистості. Місце підлітка у соціальній ієрархії серед членів групи грає важливу роль у формуванні його самосвідомості. Взагалі, взаємини підлітка з однолітками більш складні, змістовні та різнобічні, ніж у молодших школярів. Оволодіння нормами дружби – найважливіше придбання підліткової стадії соціалізації [81]. Основні неписані правила дружби підлітків засновані на нормах «кодексу товариства» (взаємна повага і підтримка, рівність, вірність, допомога при потребі, чесність, довіра, емоційний комфорт у спілкуванні, повага внутрішнього світу та автономії тощо).

Також дуже важливим моментом розвитку самосвідомості підлітка є те, що предметом його діяльності стає власна особистість: він починає створювати себе, орієнтуючись на певні зразки і конкретно значимі цілі. Це перехід на якісно новий етап у розвитку його особистості. Одним із способів придбання підлітком почуття відобмеженості свого «Я» від дорослих полягає в злитті себе з групою однолітків, а підліткова самостійність виявляється в сильному прагненні емансипації від дорослих – звільненні від опіки, контролю старших (рідних, вчителів, старшого покоління взагалі). Поява почуття дорослості, прагнення здаватися дорослим викликає у підлітка потребу в самостійності практично у всіх видах діяльності, у повазі і визнанні як особистості з певними життєвими позиціями, з правом на повагу [1]. Формування особистості підлітка, активний розвиток його самосвідомості у процесі соціалізації спричиняє виникнення однієї з основних потреб в цьому віці – у самоствердженні [50; 51; 80]. Так, М.Й. Боришевський підкреслює, що загострення в цей віковий період уваги до свого внутрішнього світу, актуалізує потребу у пошуку можливостей до самовизначення та самоствердження, розвиток якої впливає на формування найважливіших особистісних утворень, властивостей, і особливо

самоактивності, яка пов'язана з розвитком суб'єктності особистості [7]. А здатність до самосуб'єктної активності вчений вважає важливим показником особистісного розвитку індивіда [6].

Вчені відмічають, що здібність до самостійної поведінки призводить до формування нових інтересів та мотивів підлітка, а також пошуку нових форм поведінки. У молодшого підлітка перший такий момент в цій сфері є поява потреби вийти за рамки школи, прилучитися до життя і діяльності дорослих. Саме спілкування в сфері певної позашкільної діяльності дозволяє підлітку вийти за рамки школи та шукати себе там, охопити нові інтереси, а також порівнювати себе з однолітками та виробляти самооцінку, знайти місце в колі однолітків та дорослих, і що особливо важливо – задовольняти потребу в самоствердженні та усвідомленні своєї індивідуальності.

Отже, у даному віці найбільш відчутно проявляється позиція суб'єкта соціалізації.

Соціалізація підлітків здійснюється, головним чином, через їх спілкування і взаємодію в процесі спільної діяльності і встановлення товариських взаємин [55]. Особлива роль приділяється розвитку і примноженню контактів з однолітками в умовах суспільно значущої спільної діяльності. Характерною і дуже важливою для підлітка формою активності є та діяльність, яка заповнює вільний від навчання у школі час. Захоплення, або хоббі, в цьому віці дуже поширені, тому вони виділяються в особливий тип підліткових реакцій – реакцію захоплення, або хоббі-реакцію. В процесі занять організованою позашкільною діяльністю дитина починає правильно сприймати й оцінювати себе, швидшими темпами протікає розвиток механізмів її саморегуляції і становлення активної життєвої позиції.

Отже, основні психологічні особливості соціалізації підлітків пов'язані з активним формуванням та фундаментальними змінами сфери їх самосвідомості, що виражається у виникненні почуття дорослості і бажання вважатися дорослим та становленні ідентичності. У зв'язку з цим у підлітків формуються основні потреби – у самопізнанні, спілкуванні з однолітками,

самоствердженні, самостійності, прояві своєї індивідуальності та бути прийнятим до референтної групи тощо. Активне формування самосвідомості, і зокрема ідентичності, проявляється в поступовому розвитку цілісного, стійкого, структурованого, повного і менш залежного від зовнішньої оцінки уявлення про себе. У зв'язку з цим виробляється власна незалежна система еталонів самооцінювання і самовідношення. Важливим моментом розвитку підліткової самосвідомості є також формування цілісного образу «Я» фізичного. У підлітковому віці найбільш відчутно проявляється позиція суб'єкта соціалізації, яка виражається в намаганні підлітка активно створювати свою особистість, а характерною і дуже важливою для нього формою активності є та діяльність, яка заповнює вільний від навчання час. У зв'язку з цими особливостями, включення підлітка в заняття організованою позашкільною діяльністю, є важливою умовою його успішної соціалізації.

В процесі теоретичного аналізу спеціальної літератури ми виявили відсутність чітких критеріїв оцінки успішності соціалізації. Це пов'язано з тим, що даний процес складний і має свої особливості на кожному віковому етапі. Без чіткого визначення цих критеріїв, вибір яких повинен спиратися на міцну теоретичну базу, неможливо достовірно та надійно оцінити в нашому експерименті те, успішно чи неуспішно відбувається процес соціалізації підлітків. Крім того, визначення цих детермінант має велике значення для проведення інших майбутніх досліджень з проблеми соціалізації.

Науковці виділяють такі аспекти соціалізації: соціальне пізнання, опанування певними навичками практичної діяльності (в соціальних сферах), вироблення системи ціннісних орієнтацій та настанов, набуття певних соціальних позицій, засвоєння соціальних ролей та включення людини в активну творчу діяльність. Характерним для більшості вітчизняних досліджень є визнання діяльності одним із факторів соціалізації особистості, в процесі соціалізації у людини формуються певні соціальні особливості, прийнятні для певного суспільства. Загальновизнаною є активність людини в

процесі соціалізації, але конкретних критеріїв успішності соціалізації не виділяється.

Декілька досліджень особливостей соціалізації в підлітковому віці присвячені вивченню структури цінностей підлітків. Інші дослідники [35; 36] пов'язують успішність соціалізації з соціальною компетентністю, яка зв'язана з формуванням соціально значущих особистісних якостей. При визначенні критеріїв оцінки успішності соціалізації підлітків ми враховувати специфіку даного процесу на цьому віковому етапі та його психологічні особливості.

Активна перебудова самосвідомості в підлітковому віці, поява почуття дорослості та прагнення самоствердитися викликають у підлітка велику соціальну активність, спрямовану на засвоєння нових зразків поведінки, перетворення себе, що робить його суб'єктом соціалізації [51]. Багатьма вченими відмічається, що становлення особистісної ідентичності є важливим моментом в розвитку самосвідомості підлітків у процесі соціалізації [2; 25], а основним елементом регуляції соціальної поведінки підлітка виступає його самооцінка [34; 51; 77]. Взагалі характерною ознакою підліткової поведінки є реакція групування. Підліток зіштовхується з різними соціальними вимогами та новими соціальними ролями та інтегрується до соціальних груп на соціальному та психологічному рівнях [43]. Тому для визначення критеріїв оцінки успішності соціалізації підлітків доцільно розглянути основні положення теорії персоналізації А.В.Петровського.

Автор теорії пов'язує процес соціалізації з інтеграцією особистості в різних соціальних групах через її соціальний розвиток і потребу в індивідуалізації. Він вважає, що процеси соціалізації і розвитку особистості відбуваються за рахунок закономірної зміни фаз адаптації, індивідуалізації та інтеграції. Розуміння соціалізації як процесу оволодіння різними ролями, входження до різних соціальних груп та колективів на підставі засвоєння норм, ідеалів, цінностей шляхом виховання та навчіння поділяється багатьма вченими [20; 24]. Це співзвучне ідеї Т.Парсонса про те, що один із принципів

соціалізації індивіда полягає у включенні людини протягом життя послідовно в референтні групи на кожному рівні ієрархічної організації суспільства.

Теорія персоналізації дозволяє розглянути соціалізацію підлітків саме згідно з цим принципом і більш детально, оскільки розкриває її зміст через послідовність 3-х етапів. 1-й етап – адаптація до існуючих норм групи; 2-й – індивідуалізація та 3-й інтеграція. Ця теорія є одним з методологічних принципів у нашому дослідженні соціалізації в підлітковому віці. Згідно з цією теорією становлення особистості визначається особливостями її взаємин з членами референтної групи, цінності якої вона приймає. На кожному віковому етапі особистість включається в нову соціальну групу, що стає для неї референтною (родина, група дитячого садка, класу, неформальні підліткові об'єднання), для кожної з них характерна своя діяльність (набір діяльностей) і особливий стиль спілкування. При входженні в нову групу (етап адаптації), насамперед, відбувається засвоєння її норм, правил поведінки, цінностей, ролей. У підлітковому віці цей етап дуже важливий: будь-яка затримка на ньому не дає можливості задовольнити важливу для підлітка потребу – в індивідуалізації. Визначаючи для себе референтну групу, підліток, насамперед, порівнює свої власні цінності з цінностями цієї групи, хоча спочатку орієнтується на те, щоб «вписатися в групу», не виділятися з неї. Поступово відбувається переведення засвоєних групових цінностей на рівень самосвідомості, і прийняття їх як своїх власних. На цій основі формуються життєві цінності підлітка, рольові моделі поведінки, групова мораль.

Потреба в розвитку самостійності, у самоствердженні, приводять до 2-ї фази – індивідуалізації. Дитина починає шукати способи вираження своєї індивідуальності в групі, які, як показує практика, різноманітні і мають різні форми прояву і характер: від творчого підходу до рішення групових завдань, самоствердження в різних видах діяльності до асоціальних форм

поведінки. На 3 етапі – інтеграції в групі, у дитини розвивається здібність до формування соціальних зв'язків у групі.

Успішна соціалізація залежить від успішного завершення кожної стадії, які є тісно взаємопов'язаними: затримки на одній стадії призводять до неможливості початку наступної чи до фіксації у дитини негативних емоційних станів і якостей, а часом і до деформації особистості. Так, згідно з основними положеннями теорії персоналізації, якщо дитині не вдається перебороти труднощі адаптації, то в неї, як правило, з'являються такі негативні якості, як надмірна конформність, нерішучість, невпевненість у собі. Неуспішна індивідуалізація, коли група не приймає індивідуальні риси дитини, може призвести до розвитку у неї високого рівня негативізму, підозрливості, агресивності, неадекватно завищеної самооцінки. Дезінтеграція призводить до того, що особистість стає нездатною до формування соціальних зв'язків у групі, і група її ізолює або витискає.

Отже, вчені встановлюють певні орієнтири особистості, які вказують на те, наскільки успішно чи неуспішно вона проходить певний етап соціалізації в групі – адаптації, індивідуалізації, інтеграції. Але у цій теорії не визначаються критерії успішної соціалізації, лише відмічаються негативні якості, які можуть сформуватися у людини, якщо вона успішно не пройшла якийсь з етапів. Це дало підставу для визначення особистісних параметрів, за рівнем розвитку яких можна оцінити успішно чи неуспішно відбувається соціалізація підлітків на певному її етапі, що і дозволило визначити критерії оцінки успішності соціалізації.

Важливим параметром особистості підлітка в процесі його соціалізації вважається його самооцінка (СО). Вона є одним з основних новоутворень у підлітковому віці і відображенням рівня розвитку самосвідомості дитини. Причому, якщо в молодшому підлітковому віці СО тільки починає формуватися, і може бути часто неадекватною і нестійкою, то в старшому – вона стає більш цілісною, стійкою і охоплює різні сторони особистості [51]. Відмічається, що рівень СО та її адекватність – є відображенням успішності

чи неспішності проходження підлітком етапу індивідуалізації (неадекватно завищена СО вважається ознакою неуспішної індивідуалізації). Відомо, що низький рівень СО тісно пов'язаний з невпевненістю особистості у собі. Тому, ми вважаємо рівень розвитку СО – одним з показників оцінки успішності соціалізації. При визначенні рівня СО необхідно також враховувати такий важливий параметр особистості як рівень домагань (РД). Так, рядом вчених [51] визначено, що при гармонійному сполученні висотних характеристик СО та РД може формуватися збалансована особистість, а при дивергенції рівнів останніх може виникати внутрішній дискомфорт, який викликає підвищення тривожності, агресивності, зміни реакції на фрустрацію тощо. Тому, при вивченні СО підлітка доцільніше її розглядати у співвідношенні з РД. Крім того, характер СО визначає формування тих чи інших якостей особистості. Так, агресивні підлітки характеризуються крайньою СО (максимально позитивною чи негативною), підвищеною тривожністю, страхом перед широкими соціальними контактами, егоцентризмом, невмінням знаходити вихід зі складних ситуацій. Для підлітків з низькою СО характерні депресивні тенденції.

При визначенні особистісних критеріїв оцінки успішності соціалізації ми також враховували, що у підлітковому віці активно розвивається моральна сфера. Тому підлітки велику увагу приділяють питанням, пов'язаним з нормами соціальної поведінки та взаєминами людей. При регуляції своєї поведінки підлітки орієнтуються на відносно усталені, незалежні від випадкових зовнішніх впливів моральні погляди, судження та оцінки. Тобто, у підлітковому віці активно розвивається сфера самоконтролю (СК), і особливо соціального. У цілому, в цьому віці простежується взаємозв'язок відповідальності як моральної якості особистості та здібності підлітків до СК своїх дій. У психологічній літературі виділяється три рівня розвитку СК у підлітків: високий, середній та низький, які відрізняються глибиною усвідомлення підлітками необхідності СК поведінки та ступеня опанування способами його регуляції. Тому, на нашу думку рівень СК є

одним з показників нормативної соціальної поведінки та адаптації до основних норм суспільства. Ось чому, ми вважаємо СК одним з особистісних параметрів, важливих для успішної соціалізації на всіх трьох її етапах.

Спираючись на основні положення теорії персоналізації та враховуючи визначені нами в теоретичній частині дослідження основні особливості соціалізації в підлітковому віці: активне формування сфери самосвідомості, і зокрема ідентичності, самооцінки, швидкий розвиток самоконтролю, ми визначили основні особистісні критерії оцінки успішності соціалізації в підлітковому віці на певному її етапі.

Таким чином, на I-му етапі (адаптації) цими критеріями є впевненість у собі, середня чи висока (адекватна) самооцінка, рішучість, середній чи високий рівень самоконтролю; на II-му (індивідуалізації) – достатньо висока, адекватна самооцінка та рівень домагань, низький або середній рівень агресивності та негативізму, довіра до оточуючих (або рівень підозрілості); достатньо високий рівень самоконтролю. На III-му (інтеграції) – здібність до формування соціальних зв'язків в групі та високий рівень самоконтролю.

Ми вважаємо, що потреба в індивідуалізації є основною в підлітковому віці. Отже, експериментально ми оцінювали успішність чи неуспішність соціалізації підлітків на двох перших її етапах – адаптації та індивідуалізації. При цьому, ми враховували, що для молодших підлітків більш характерною є адаптація до групових норм, а для старших – прояв своєї індивідуальності на основі цих засвоєних норм.

Отже, на наш погляд, визначені нами психологічні параметри особистості – впевненість у собі, самооцінка у співвідношенні з рівнем домагань, рівень самоконтролю, агресивності, негативізму та підозрілості найбільш повно відображають характер соціалізації особистості підлітка.

1.3. Поняття про ідентичність та її структуру, особливості розвитку особистісної ідентичності в підлітковому віці

Процес соціалізації відбувається у конкретному середовищі, тобто у сфері соціалізації. Однією з основних сфер соціалізації особистості є самосвідомість. У цьому аспекті, соціалізація людини передбачає становлення та розвиток її самосвідомості як соціальної істоти. В результаті відбувається формування людської особистості. Самосвідомість є значимим елементом психолого-педагогічного механізму засвоєння соціального досвіду, який присвоюється дитиною по мірі усвідомлення нею себе членом суспільства, носія суспільно значимої позиції.

В процесі соціалізації особистості відбувається розвиток такої складової самосвідомості як ідентичність. Ідентичність – це специфічне утворення, що є ядром особистості, у структурі якої закладені основи регуляції її соціальної поведінки та діяльності.

Становлення якісно нового рівня самосвідомості в підлітковому віці безпосередньо пов'язано з розвитком ідентичності підлітка. Ряд вчених вважає, що особливості та характер соціалізації підлітків багато в чому визначаються особливостями змісту їх ідентичності [44; 55]. Отже, виникає необхідність розглянути поняття «ідентичності».

Традиційна поява терміна «ідентичність» у психології пов'язана з ім'ям Е.Еріксона, який визначив її як складне особистісне утворення, що має багаторівневу структуру, пов'язану з трьома основними рівнями аналізу природи людини: індивідним, особистісним та соціальним [74]. Ідентичність це структура, яка складається з певних елементів і переживається суб'єктивно як почуття тотожності і безперервності власної особистості при сприйнятті інших людей, що визнають цю тотожність, безперервність. Е.Еріксон розробляв дане поняття з точки зору його структурно-динамічних характеристик. У змісті ідентичності він виділив: конституційні задатки, базові потреби, здібності, значимі ідентифікації, ефективні захисти і постійні ролі [74].

Найбільш відомий підхід у Дж.Марсія, на думку якого ідентичність – це структура «єго» – внутрішня динамічна організація потреб, здібностей, переконань і індивідуальної історії [79]. Його статусна модель ідентичності широко застосовується в дослідженнях підлітків.

У дослідженні ідентичності А.Ватермана акцентується увага на ціннісно-вольовому аспекті розвитку особистості [86]. Ідентичність тут пов'язана з наявністю чіткого самовизначення. Автор виділив процесуальну і змістову сторони ідентичності, відзначивши, що її дослідження необхідно проводити через розкриття цих сторін у їх взаємозв'язку.

Взагалі, вивченням ідентичності як складової самосвідомості займалось багато вчених – А. Ватерман [86], Дж.Марсія, [79; 84], В.В.Москаленко [38], К.В.Коростеліна [21], Л.Е.Орбан-Лембрик [44], Е.Еріксон [74], та ін. Ці вчені під ідентичністю розуміють складну, динамічну структуру, яка розвивається протягом життя людини; твердо засвоєний образ себе, що приймається особистістю у всьому багатстві її відношення до зовнішнього світу, почуття адекватності та стабільності володіння нею власним «Я» незалежно від його змін і ситуації; здібність особистості повноцінно вирішувати завдання кожного етапу її розвитку.

Формування ідентичності відбувається через комплекс ототожнень, які сумуються протягом розвитку і становлення особистості. Неповторна структура ідентичності кожної особистості містить у собі систему ідентифікацій [9; 13; 14; 16]. Терміни «ідентичність» та «ідентифікація» не є рівнозначними. К.В.Коростеліна [21] відмічає, що вказані терміни позначають деякий стан та процес, що веде до нього. Отже, ідентичність – це стан, ідентифікація – процес формування цього стану. Ідентифікація також вважається одним з основних механізмів соціалізації, що бере участь у формуванні самосвідомості (і зокрема ідентичності) особистості.

Ідентифікація – це неусвідомлюване ототожнення себе з іншими людьми, соціальною групою, їх цінностями, нормами, зразками поведінки [15; 16; 39; 44; 55]. Це система відповідей на питання «Хто Я?». Е. Еріксон

[74] вважає, що ідентифікація завжди пов'язана з іншими людьми, які впродовж довготривалого періоду можуть бути «зразками». Вона робить людину готовою прийняти соціальні норми як свої внутрішні установки і здатною на об'єктивну, диференційовану самооцінку. У психології велике значення надається ідентифікації як механізму формування самосвідомості на всіх етапах онтогенезу [16; 39; 55]. Розробка поняття ідентифікації як механізму розвитку особистості відбувалась в руслі численних наукових напрямків: фрейдизму, необіхевіоризму та ін.

Поняття ідентифікації в психологію впровадив З.Фрейд, який пов'язував її з формуванням моральності дитини і вважав одним із способів обмеження її агресивності [70]. Він визнавав її феноменом особистості і механізмом утворення групи, а її результатом – механічне перенесення якостей батьків дитині, унаслідок психосоціального конфлікту між індивідом і суспільством.

У необіхевіористичному підході відбувається розширення змісту ідентифікації за рахунок когнітивного компоненту, розширення кількості об'єктів ідентифікації (додаються «значимі інші» й однолітки). Основною функцією ідентифікації вони вважають набуття вже готових форм поведінки іншого, а в її структурі виділяють когнітивний і поведінковий компонент, ігноруючи емоційний [71; 82; 85]. Але тут не враховується активна роль людини в процесі ідентифікації, її внутрішнє ставлення до зовнішніх впливів.

Ближчою до розуміння ідентифікації як механізму соціалізації є теорія соціального наuczіння А.Бандури, згідно з якою через ідентифікацію засвоюється соціальний досвід особистості [4].

У вітчизняній психології ідентифікація розглядається в руслі проблеми становлення особистості, як механізм її формування. Виділяється три сторони ідентифікації: емоційна, поведінкова, когнітивна, які впливають одна на одну і відрізняються своєю виразністю на різних етапах розвитку [14; 16; 39]. За 70–90 роки ХХ ст. радянськими психологами було встановлено, що ідентифікація забезпечує оволодіння соціальними нормами, цінностями і

персоналізацію, визначає індивідуальні варіанти ціннісних орієнтацій і особистісну регуляцію поведінки; має багато рівнів; зумовлює регуляцію соціальної поведінки особистості та забезпечує перехід засвоєних соціальних норм на особистісно-значущий рівень [14; 16].

Згідно з О.М.Плющем [48] ідентифікація – це складний поліструктурний процес розпізнавання людиною власних стратегічних орієнтацій, іманентно притаманних їй як соціальному суб'єкту (носію соціальних ролей і позицій) і як неповторної індивідуальності.

Н.І.Кривоконь [23] визначає ідентифікацію як відкритий процес, що ніколи не припиняється і забезпечує механізми соціалізації, спонукаючи людину до активного самостійного пошуку своєї самості та підсилює суб'єктивний компонент Я-концепції.

Ступінь ідентифікації розрізняється за повнотою (мірою ототожнення) і за рівнем усвідомленості процесу уподібнення. На перших важливих для особистості етапах становлення психіки ідентифікація відбувається практично несвідомо, на наступному етапі форми ідентифікації ускладнюються і трансформуються, та можуть стати свідомими і контрольованими.

В.В.Москаленко, В.Г.Романова [39; 54], досліджуючи ідентифікацію з позицій статевої ролі соціалізації, визнають її одним із суттєвих механізмів соціалізації. Вони відмічають, що завдяки їй у дитини з ранніх років життя починають формуватися певні риси особистості, поведінкові стереотипи та ціннісні орієнтації. Ідентифікація забезпечує засвоєння норм, правил поведінки, настанов, характерних для ролі чоловіка і жінки в суспільстві, через ототожнення себе з представниками своєї статі та їх поведінкою; забезпечує формування гендерної ідентичності особистості, в якій закладені основи управління статевою поведінкою представників певної статі [39; 54].

Таким чином, у вітчизняній психології процес засвоєння соціальних цінностей носить характер активної переробки отриманої інформації у

відповідності з індивідуальними особливостями, виробленим відношенням, сформованими ціннісно-смысловими настановами.

Загалом, феномен ідентифікації відрізняється різноманіттям видів. Виділяють: 1) соціальну ідентифікацію – ототожнення себе зі спільнотою; 2) само- або аутоідентифікацію – специфічну ідентифікацію людини із самою собою, пов'язану з формуванням самосвідомості індивіда. Виділяють також потребнісну, мотиваційну і цільову ідентифікацію, пов'язані з явищем ідентифікації як діяльності. Можлива ціннісна, нормативна і рольова ідентифікації, що пов'язані з засвоєнням певних цінностей, норм, соціальних ролей у процесі соціалізації особистості [16].

Отже, ідентифікація – один з основних механізмів формування ідентичності в процесі соціалізації особистості та регуляції її соціальної поведінки.

У дослідженні ідентичності важливим є питання про її структуру, при вивченні якого необхідно, розглянути погляди вчених на типологізацію ідентичності.

Так, за Е.Еріксоном [74] існують такі типи ідентичності: а) его-ідентичність; б) позитивна і негативна. Вчений виділяє також три форми ідентичності: 1) приписна – визначається умовами, які окрема людина не вибирає (належність до певної раси, соціального слою, вікової групи, статі тощо); 2) набута – включає елементи, що вже досягнуті власними зусиллями (професійні ознаки, вільно обрані зв'язки та орієнтації); 3) запозичена – виконання ролей, засвоєних у ході розвитку (запозичення їх у якогось зразка).

Дж.Марсія виділяє 4 стани-статуси ідентичності, характерні саме для підліткового віку, у яких враховуються наявність чи відсутність стану пошуку ідентичності й її одиниць – особистісно значимих цілей, цінностей: 1) досягнута ідентичність – людина пройшла період кризи і самодослідження, сформувала сукупність особистісно значимих для неї цілей, переконань і цілеспрямовано структурує своє життя, має почуття

довіри, оптимізму, стабільності; 2) мораторій – стан кризи ідентичності, який людина активно намагається вирішити; 3) передчасна ідентичність – людина ніколи не переживала кризи, але має набір цінностей, що сформувались відносно рано, в основному внаслідок ідентифікації з батьками чи іншими значимими людьми; 4) дифузна ідентичність – характерна для людей, які не мають міцних цілей, цінностей і не намагаються їх активно сформувати, ніколи не були у стані кризи та нездатні вирішувати життєві проблеми і часто переживають ряд негативних станів – песимізм, неспрямовану злість, тривожність [79]. Найбільш оптимальними для нормального розвитку та функціонування в суспільстві є мораторій і досягнута ідентичність, якими можна керувати.

Дж.Мід виділяв неусвідомлювану (неусвідомлено прийняті норми) і усвідомлювану (міркування про себе і свою поведінку) ідентичність [79]. Брэнуэл виділяє такі структурні компоненти ідентичності: 1) біологічний організм (серцевина); 2) змістовний вимір, що розширюється по мірі життя людини (опис себе, як унікальної особистості в соціальних – ролі, групове членство, і особистісних термінах: цілі, мотиви); 3) ціннісний вимір (набір цінностей, що змінюються); 4) час розвитку ідентичності [79].

Більшість вчених вирізняють соціальну (соціальні ролі, статус, групове членство) і особистісну ідентичність (опис себе, як унікальної особистості в особистісних термінах: цілі, мотиви, якості) [44]. Особистісна ідентичність – набір рис або інших індивідуальних характеристик, які відмічаються певною сталістю, спадкоємністю в часі та просторі, що дозволяє диференціювати даного індивіда від інших людей. Соціальна ідентичність трактується в термінах групового членства, належності до більшої чи меншої групи, включення в будь-яку соціальну категорію. Особистісна ідентичність є продуктом соціальної. Формування соціальної та особистісної ідентичності необхідне для формування здібності переключення уваги індивіда з однієї перспективи на іншу. У зв'язку з цим, можливо дослідження ідентичності у 2-х аспектах: особистісному (визначення себе в термінах особистісних якостей) і

соціальному (соціальні ролі, статус). Процес становлення соціальної ідентичності завершується тим, що людина приписує собі засвоєнні норми і стереотипи своїх соціальних груп, вони стають внутрішніми регуляторами її соціальної поведінки.

У дослідженні О.М.Плюща формалізована структура ідентичності представлена 3 глобальними конструктами – персональне Я, соціальна ідентичність, діяльнісна ідентичність, і являє собою їх неадиктивну сукупність [48]. Ці конструкти можуть поділятися на певні підструктури, у склад яких входять окремі ідентифікації. Персональне Я включає власні характеристики індивіда. Соціальна ідентичність виражає якісний аспект його включення в ті чи інші соціальні групи і характеризує те, членом яких соціальних груп та спільностей сприймає себе індивід, по відношенню до яких груп він себе визначає, і які групи виступають для нього в якості референтних. У діяльній ідентичності відображається спосіб активної взаємодії з зовнішнім світом. Вона описує те, суб'єктом якої діяльності вважає себе людина [48].

У дослідженні структури ідентичності підлітків ми будемо виходити саме з розгляду цих 3 глобальних конструктів: персональне Я, соціальна ідентичність, діяльнісна ідентичність.

Розвиток структури ідентичності представляється як інтеграція та диференціація різних взаємопов'язаних елементів, трансформація підструктур ідентичності, зміни її ієрархії. Вчені розуміють процес розвитку ідентичності по-різному, але усі відзначають, що він не випадковий, проходить від неусвідомлення до усвідомлення, нелінійний і може повертатися на нижчий рівень [74; 86]. Ідентичність розвивається протягом усього життя через одночасну інтеграцію і диференціацію різних ідентифікацій, які для кожної людини утворюють унікальний гештальт.

Розвиток ідентичності – це нелінійний процес, що відбувається через так звані кризи – періоди конфлікту між дійсними її елементами і зміненим біологічним і соціальним середовищем. Згідно теорії Е.Еріксона [74] все

людське життя представлено як шлях подолання різних за змістом криз ідентичності, що фокусуються в обмеженій кількості проблем певних життєвих сфер. Відповідно до його теорії, існує поняття багатофазової кризи і 8 стадій розвитку ідентичності, кожна з яких має свою центральну проблему, яка потребує вирішення. Перехід від однієї стадії до іншої здійснюється через подолання так званих криз ідентичності. Для виходу з кризи індивід повинен прикласти певні зусилля, знайти і прийняти нові цінності, види діяльності.

Отже, на поведінковому рівні ідентичність розглядається як вирішення життєво-значущих проблем, причому кожне прийняте рішення про себе і своє життя впливає на формування структури ідентичності у якості її елементів. На кожному етапі життя нові елементи ідентичності повинні бути інтегровані в структуру, що існує, а старі та ті, що віджили – реінтегровані або відкинуті.

Е. Еріксон відмічає, що на кожній стадії розвитку у дитини повинне бути почуття, що її персональна ідентичність, яка відбиває індивідуальний шлях в узагальненні життєвого досвіду, має і соціальне значення, значуща для даної культури, і є достатньо ефективним варіантом групової ідентичності [74]. Тобто тут персональна і соціальна ідентичність виступають як певна єдність, як дві нерозривні грані одного процесу – психосоціального розвитку дитини [3; 74].

Виділяють два основні процеси розвитку ідентичності: асиміляція і акомодация, відбір нових елементів до структури ідентичності, а потім пристосування структури до цих компонентів, переструктурування в цілому; переоцінка, зміна значущості і цінності змісту ідентичності, як нової, так і старої. Рішення кожної життєвої проблеми вносить певний вклад у досягнення ідентичності. В процесі прийняття різноманітних рішень відносно себе та свого життя структура ідентичності розвивається, підвищується усвідомлення цілеспрямованості та наявності смислу у життєвому шляху [74]. Важливою умовою плідного розвитку є інтеграція

суб'єктом всіх стадій минулого, теперішнього та можливого майбутнього. Кризи, що виникають при переході від одного етапу розвитку до іншого є необхідною об'єктивною умовою удосконалення структури, пов'язані з якісним перетворенням у сфері діяльності і соціальних відносин [3; 74]. У процесі включення у всю багатогранність суспільних форм діяльності, індивід набуває форму суб'єктності – активного та усвідомлюваного початку свого буття [10].

Ідентичність розвивається безперервно, протягом всього життя, і має свої особливості в різні вікові періоди розвитку особистості. В підлітковий період досягається певна консолідація властивостей [74]. Згідно з теорією Е.Еріксона найбільшого значення розвиток ідентичності набуває саме у підлітковому віці, коли дитячі ідентифікації переструктуровуються у нову конфігурацію за допомогою відмови від деяких з них і прийняття інших [14; 74]. Причому, перед підлітком часто постає проблема вибору нових об'єктів для ідентифікації.

У підлітковий період особистість найчастіше схильна до ототожнення себе з тими членами групи, якості яких емоційно привабливі для неї (позитивні герої, що володіють такими якостями, як сміливість, доброта, шляхетність, чесність). Підліток найчастіше орієнтований на засвоєння «популярних рольових моделей» поведінки, які створюються дорослими через кіно, телебачення. Вони викликають масове наслідування, що збільшує привабливість цих об'єктів для підлітків. Тому дуже важливо обмежити вплив агресивних популярних моделей поведінки (бойовиків, детективів тощо). При цьому необхідно популяризувати моделі поведінки, засновані на гуманних цінностях, на взаєморозумінні, повазі індивідуальності в собі та оточуючих.

У підлітковому віці найбільш значимими об'єктами ідентифікації є друг, лідер підліткової групи (наприклад, відомий спортсмен, музикант тощо) [14; 49], при ототожненні з якими підліток орієнтується на значущі характеристики: експресивні, моральні, інтелектуальні, фізичні, естетичні.

Ідентифікація в підлітковому віці відрізняється особливою активністю з боку особистісних переконань: підліток співвідносить, порівнює свої власні погляди з переконаннями значимої для нього особи, групи. З огляду на нестабільність психічного розвитку особистості у підлітковий період, виникає небезпека того, що підліток може не відрізнити деяких якостей, приймаючи, наприклад, жорстокість за прояв безстрашності, лицемірство за прояв турботи. Це виникає частіше тоді, коли підліток виявляється не прийнятним, відкинутим у середовищі класних товаришів, незрозумілим батьками, вчителями і деякими «значимими» однолітками. В цей віковий період прагнення до самовираження і встановлення тотожності свого «Я» дуже сильне, тому часто для підлітків об'єктами ідентифікації можуть стати асоціальні групи [65; 83], які використовують його активність у своїх цілях. У результаті може сформуватися негативна ідентичність. Між тим, у дослідженнях моральної поведінки підлітків доведено, що саме в підлітковому віці ідентичність є керівництвом до побудови стратегій взаємодії в соціумі.

Важливо зазначити, що в підлітковому віці закінчується розвиток статевих ролей, запозичення інших ролей, що притаманні зрілому віку, досягнення рівноваги між залежністю і незалежністю, засвоєння регламентованих форм поведінки. Перед підлітком постає завдання поєднати все, що він знає про себе як про хлопчика (дівчинку), як про сина (доньку), учня, друга, спортсмена тощо. Всі ці ролі дитина повинна зібрати в єдине ціле, усвідомити, спроецирувати в майбутнє, визначивши свій подальший життєвий шлях [74].

Згідно Е.Еріксона [74], формуванню ідентичності випереджають події, що визначають її здоровий розвиток або ті, що пояснюють можливі порушення цього процесу. Так, якщо підліток на попередніх стадіях вже виробив довіру до людей та оточуючого світу, то його шанси на успішну психосоціальну ідентифікацію значно зростають. Недовірливого та невпевненого підлітка, з підвищеним почуттям провини та своєї

неповноцінності чекають серйозні труднощі з ідентифікацією. В цьому випадку у підлітка спостерігаються симптоми плутанини ролей: неповна і фрагментарна уява про свою особистість і свої життєві цілі.

До найважливіших конфліктів цього віку відносяться наступні. У зв'язку з кризовими змінами психічної сфери у підлітків часто спостерігається стан дифузної ідентичності. Він передбачає розщеплення образів «Я», втрату центру та їх розсіювання [74; 86]. Дифузія ідентичності – короткочасна або довготривала нездібність «Я» сформувати ідентичність. Такі підлітки не можуть виробити свої цінності, цілі, ідеали; не мають чіткого усвідомлення своєї тотожності, причетності до соціального розвитку суспільства, корисності для нього; уникають характерних та адекватних для цього віку вимог і повертаються на більш ранню ступінь розвитку, виправдовуючи свою поведінку. В такому стані підлітки дуже часто переживають апатію, неспрямовану злість, агресію, почуття тривоги і безнадійності. Дифузія часу – порушення почуття часу – людина відчуває себе або дуже молодою, або дуже старою. Застій у роботі – підлітки або нездібні зосередитися на необхідних та відповідних їх віку завданнях, або надзвичайно захоплені марними справами в збиток усім іншим заняттям. Негативна ідентичність – проявляється в запереченні усіх властивостей і ролей, які в нормі сприяють формуванню ідентичності, часто це яскраво виражена зневага всіх цих цінностей (сімейні ролі, звички, статевої ролі стереотипи тощо) [86].

Формування уявлень про себе у підлітків відбувається поступово. Так, у молодшому підлітковому віці в структуру ідентичності входять перш за все рольові характеристики самосвідомості (ролі, які виконує «Я хлопчик», «Я учень» тощо). По-друге до неї входять якості, що характеризують його відношення до однолітків. По-третє – вміння, інтереси, здібності. По-четверте – власне психологічні якості особистості та їх самооцінка. В структуру ідентичності старших підлітків входять зовнішній вигляд та відносини з однолітками протилежної статі. Далі – життєві плани, цінності,

ідеали та найважливіше – психологічні якості особистості та їх самооцінка. В підлітковому віці, і особливо у старшому, самосвідомість все більше включається в процес управління поведінкою.

У підлітків також часто може спостерігатися явище кризи самоідентифікації, яке виявляється у втраті смислової визначеності підлітка при співвіднесенні себе з членами значущої групи [14; 74]. Для досягнення ідентичності підліток повинен активно включатися в рішення різноманітних життєвих проблем самостійно (або з певною підтримкою дорослого) [15; 74; 252]. У зв'язку з цим існують такі методи, що сприяють розвитку ідентичності підлітків. Одним з них є метод вирішення штучно створюваних проблемних ситуацій у груповому спілкуванні і взаємодії з однолітками в процесі певної діяльності [1; 15; 66].

У зв'язку з цим, завданням педагогів і психологів є пошук тих видів діяльності, у яких підліток найбільш повно зможе реалізувати свої схильності та сформувати стійке уявлення про себе як особистість, неповторну і тотожну одночасно [1; 15].

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ТА УСПІШНОСТІ СОЦІАЛІЗАЦІЇ ПІДЛІТКІВ У РІЗНИХ ВИДАХ ПОЗАШКІЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

2.1. Організація та обґрунтування методик дослідження

Характеристика вибірки. У дослідженні брали участь підлітки, віком 11 – 15 років – закладу середньої освіти № 9 міста Умань. Всього дослідженнями було охоплено 78 підлітків, з них – 29 підлітків, які займаються у спортивних секціях (з різними спортивними спеціалізаціями), 25 підлітків, які відвідують неспортивні гуртки та 24 підлітка, які взагалі не відвідують гуртки та секції.

Під час експерименту ми проводили анкетне опитування підлітків, метою якого було з'ясування їх індивідуальних даних: віку, статі, інтересів, виду позашкільної діяльності (у гуртках, клубах, секціях), чи займаються вони спортом (яким видом, скільки років), чи мають спортивні розряди і досягнення (і які). У результаті ми виділили по 4 групи молодших (11-13 років) та старших підлітків (14-15 років): 1 – підлітки-спортсмени, які не мають спортивних розрядів (займаються масовим спортом); 2 – підлітки-спортсмени, які мають спортивні розряди (займаються спортом більш професійно); 3 – підлітки, які взагалі не відвідують секції та гуртки; 4 – підлітки, які відвідують неспортивні гуртки (художні, музичні тощо).

Отже, в першу групу підлітків увійшли респонденти, які займаються різними видами спорту в спортивних секціях, при цьому вони не мають спортивних розрядів та значних досягнень, тобто займаються масовим спортом.

У склад другої групи увійшли підлітки, які займаються спортом та мають спортивні розряди, або спортивну кваліфікацію (КМС – кандидат у майстри спорту та МС – майстер спорту). Цих респондентів ми внесли до окремої групи, бо вони є учасниками процесу ранньої професіоналізації в

сфері спорту, їх діяльність спрямована на досягнення високих спортивних результатів.

До третьої групи увійшли підлітки, які взагалі не займаються організованою позашкільною діяльністю, взагалі не відвідують гуртки і секції.

Четверту групу склали респонденти підліткового віку, які відвідують різні гуртки, секції, клуби за інтересами, але неспортивної спрямованості. Це різноманітні види гуртків: музикальні, художні, танцювальні, з лозоплетіння, вишивання, театральні студії тощо.

Обґрунтування методик дослідження.

Результатом підбору методичного інструментарію став набір методик, адекватний меті та завданням роботи. Усі вони досить інформативні та прості в застосуванні, валідні, відповідають вимогам щодо психометричної надійності та можливості порівняння результатів самооціночних тестів з результатами опитування про зовнішні прояви поведінки.

В дослідженні застосовано такі групи методик:

1. Методики, спрямовані на вивчення уявлень особистості про особливості свого «Я», особливостей ідентифікації та структури ідентичності підлітків (тест 20-ти відповідей «Хто Я?» М.Куна та Т.Макпартленда) і особливостей міжособистісних стосунків з найближчим референтним оточенням для вивчення кола референтних осіб, з якими підлітки найчастіше спілкуються, взаємодіють та які є для них особливо значущими (методика «Вивчення ставлення підлітків до оточуючих»).

2. Методики, спрямовані на вивчення особливостей та характеру соціалізації підлітків, які займаються різними видами позашкільної діяльності. Згідно з визначеними у I розділі роботи критеріями оцінки успішності соціалізації нами підібрано методики, які дозволяють визначити саме ступінь виразності особистісних параметрів, важливих для успішної соціалізації підлітків: методика діагностики рівня самооцінки та рівня домагань за Т.Дембо і С.Я.Рубінштейн; методика для виявлення рівня

агресивності і ворожості А. Басса та А.Дарки; методика для виявлення рівня виразності самоконтролю в емоційній сфері, діяльності та поведінці.

3. Методика, спрямована на виявлення характеру та особливостей соціальної поведінки підлітків через оцінювання зовнішніх її параметрів за допомогою анкетного опитування класних керівників та тренерів спортивних команд (стандартизована «Анкета по виявленню відхилень у поведінці в сфері спілкування, не пов'язаної з тренувальним процесом»).

Проективна методика «Хто Я?» (тест 20-ти питань) М.Куна та Т.Макпарленда.

Рядом дослідників відмічалось, що проективні методи є одними з найбільш ефективних, коли необхідно вивчити не тільки ту чи іншу психічну функцію, але й особистість в цілому. Перевагою проективних тестів є те, що експериментальна ситуація тут задається тим, що людина не знає, на що спрямоване випробування, тому імовірність свідомої підробки результатів знижується. Крім того, суб'єктивні відповіді є найбільш глибинними настановленнями особистості на себе, порівняно з конструктами, які пропонуються зовні, вони ближче до істинної сутності індивіда.

В соціальній психології існує положення про те, що люди організують і спрямовують свою поведінку у відповідності з їх суб'єктивно визначеними ідентифікаціями. Останні, в свою чергу розглядаються як інтеріоризація особистістю об'єктивних соціальних статусів, які вона займає. Але для передбачення поведінки індивіда необхідно знати його суб'єктивне визначення своєї ідентичності.

Проективна методика «Хто Я?» М.Куна та Т.Макпарленда. використовувалась з метою вивчення уявлень особистості про особливості свого Я (особливості та зміст структури ідентичності та ідентифікації особистості). Цей тест дозволив оперативно і найбільш повно виявити особливості ідентифікації та структури особистісної ідентичності підлітків, які займаються різними видами позашкільної діяльності. За результатами цієї методики ми отримали найбільш повну характеристику особистості

респондентів (за якостями, спрямованістю на певний вид діяльності, набором соціальних ролей, інтересів тощо).

Перевага цієї методики у вивченні ідентичності особистості полягає в тому, що відповідь на питання «Хто Я?», звернене до себе вимагає від людини звернення до ядра своєї особистості, до внутрішніх настановлень на себе, аналізу уявлення про себе, погляду на себе ніби «з боку». Крім того, ця методика дозволяє виявити відхилення в особистісному розвитку людини, невпевненість у собі, особливості та зміст структури особистісної ідентичності.

Важливо відмітити, що ця методика неодноразово застосовувалася в сучасних психолого-педагогічних і соціологічних дослідженнях і підтвердила свою ефективність.

Проводився тест «Хто Я?» протягом 12-ти хвилин. В інструкції підліткам пропонувалося і давалася вербальне настановлення за 12 хвилин дати 20 різних відповідей на внутрішнє запитання, звернене до самого себе: «Хто Я?». Давати їх було потрібно в тому порядку, у якому вони приходять у голову, не замислюючись про послідовність, граматику і логіку.

Згідно з даними літератури, вимога тесту надати 20 висловлювань, пов'язаних з уявленням про власну ідентичність, виходить з визнання дослідниками складної та багатоаспектної природи індивідуальних статусів, а також з інтересу до питання про те, чи пов'язаний порядок відповідей зі статусом індивіда в суспільстві.

У дослідженнях розробників цього тесту М.Куна та Т.Макпартленда обробка отриманого списку висловлювань про себе, насамперед, розглядається з погляду 2-х категорій міркувань: об'єктивні (респондент відносить себе до певної соціальної групи або класу, чії межі та умови членства знають усі - наприклад, «дружина», «чоловік», «донька» тощо) та суб'єктивні (характеристики себе, які пов'язані з групами, класами, рисами, станами та іншими моментами, які для їх з'ясування потребують вказівки на самого респондента, або його співвіднесення з

іншими людьми – наприклад, «щасливий», «втомлений», «гарна дружина» тощо) висловлювання.

Згідно даним літератури, різні дослідники потім розділяють відповіді за різноманітними групами: соціальні групи і відповідні ролі (стать, вік, професія), інтереси (захоплення, прагнення, цілі, самооцінки), ідеологічні переконання (філософські, політичні, релігійні і моральні висловлювання); за якостями (особистісні, діяльнісні) та інші. Особливу увагу при цьому рекомендується звертати на відповіді, які передають свідому ідентифікацію з певною категорією ролей, статусів, які людина прагне виконувати. При інтерпретації результатів тесту дослідниками рекомендується також звертати увагу на ієрархічну структуру висловлювань про особливості своєї ідентичності. У висловлюваннях, що знаходяться на початку списку містяться найоб'єктивніші дані про особливості усвідомлення свого «Я». Рівень розвитку структури ідентичності визначається за загальним показником суб'єктивних характеристик свого Я, за наявністю підсистем ідентичності та ступеня їх розвитку. Якщо загальна кількість ідентифікацій не перевищує п'яти, то робиться припущення про кризу ідентичності.

Інтерпретація результатів за даним тестом здійснювалась за допомогою методу контент-аналізу. Контент-аналіз – це техніка виведення висновків, завдяки об'єктивному і систематичному виявленню відповідних завданням дослідження характеристик тесту. При цьому отримані дані повинні мати заданий у дослідженні рівень узагальненості.

У зв'язку з завданнями нашого дослідження та психологічними особливостями контингенту випробуваних (підлітковий вік), усі відповіді за тестом «Хто Я» були віднесені до однієї з трьох номінацій: персональна, соціальна та діяльнісна ідентичність з подальшою інтерпретацією. Такий розподіл був здійснений згідно з даними, представленими у дослідженнях О.М.Плюща, згідно з якими формалізована структура ідентичності створюється з 3 глобальних конструктів – персональне Я, соціальна ідентичність, діяльнісна ідентичність, і являє собою їх неадиктивну

сукупність. У той же час ці конструкти поділялися на часні підструктури, у склад яких входили окремі ідентифікації (див. підрозділ 2.2).

Кількісна обробка методики відбувалася наступним способом: проводився підрахунок характеристик за кожним компонентом (за наявність відповідної характеристики нараховувався 1 бал). Потім порівнювалися показники та їх співвідношення в кожній категорії, що дозволило визначити особливості структури ідентичності (її спрямованість, характер) та ступінь виразності кожного з компонентів структури ідентичності в 4 групах старших та молодших підлітків, які займаються різними видами позашкільної діяльності.

Методика «Вивчення ставлення підлітків до оточуючих».

Згідно з даними літератури, важливим показником соціалізованості підлітка є особливості його взаємодії з значимими дорослими та однолітками. В цьому аспекті важливими є поняття «референтної групи» та «референтної особи». Референтною називається група, яка чимось приваблює людину, норм і цінностей якої вона дотримується чи прагне до них пристосуватися, членом якої вона хоче бути; або група, з якою людина себе порівнює, яка служить крапкою відліку для оцінки суб'єктом самого себе й інших людей, так званою «референтною рамкою» чи «рамкою співвіднесення». Через багатьох оточуючих індивіда людей, він обирає тих, кого наділяє особливою суб'єктивно важливою для нього характеристикою – референтністю. Ці люди і стають для нього референтними особами. Для підлітка важливо мати референтну групу, цінності якої він приймає, на чий норми поведінки та оцінки він орієнтується та референтних осіб, з якими він може себе ідентифікувати, спілкування з якими є найбільш значущим для нього. В якості референтної групи для підлітків найчастіше виступає група однолітків, які мають спільні з ним інтереси (друзі). Але необхідно також враховувати, що референтними особами для підлітків можуть бути ще такі однолітки, як брати і сестри. За думкою М.І.Пірен, В.М.Чурай брати і сестри

входять в найближче мікросередовище дитини і чинять значний вплив на їх особистісний розвиток і соціалізацію.

Використання в нашому дослідженні опитувальника «Вивчення ставлення підлітків до оточуючих» відбувалося з метою вивчення особливостей міжособистісних стосунків з найближчим референтним оточенням та кола референтних осіб, з якими підлітки найчастіше спілкуються, взаємодіють та які є для них особливо значущими. Це проводилось з метою одержання більш точних і надійних результатів про особливості соціальних відносин підлітків зі значущими дорослими та однолітками (спрямованість спілкування), а також про об'єкти можливої ідентифікації підлітків.

Даний тест простий у застосуванні та легкий в обробці. Бланк тесту пропонувався у вигляді таблиці, у лівій частині якої представлені певні дії, а у верхній правій – особи, з якими може вступати у взаємодію підліток (батьки, бабуся, дідусь, друзі, тренер, вчитель, сусід і інші).

Більша достовірність результатів за даним тестом забезпечувалась ще й тим, що у даній методиці відсутнє пряме запитання – «Хто для тебе найбільш значимий?». Усі ствердження сформульовані так, що дозволяють виявити особливості повсякденних взаємин респондента з конкретною особою, його відношення до неї і частоту повторення якихось значущих для підлітка видів діяльності. Це запобігає можливості свідомого «підроблення» респондентом відповідей.

Підліткам пропонувалося оцінити в балах (від 0 – 3) напроти кожного твердження-дії (23 твердження) – як часто він здійснює дану дію з зазначеними особами чи виразити ступінь емоційної привабливості – прихильності до даної особи (у залежності від питання). 3 бали ставилося, якщо дії з даною людиною відбуваються дуже часто, 2 – якщо часто, 1 – іноді, 0 – ніколи.

Обробка відбувалася в такий спосіб: сумувалась кількість балів у кожному стовпчику і за найбільшою сумою балів ці особи рангувалися у

порядку від 1-го до 13-го місця, і в результаті визначалися найбільш значимі для підлітка особи.

Застосування *другої групи психологічних методик* спрямовано на вивчення психологічних особливостей та характеру соціалізації підлітків, які займаються різними видами позашкільної діяльності.

Згідно з визначеними у першому розділі нашої роботи критеріями оцінки успішності соціалізації на кожному з її етапів (див. підрозділ 1.2), ми підібрали та апробували у пілотажних дослідженнях комплекс методик, що дозволяє визначити рівень та особливості розвитку особистісних параметрів, важливих для успішної соціалізації підлітків: самооцінки, рівня домагань, різних форм агресії, самоконтролю. Проведення цих методик дозволило визначити психологічні особливості соціалізації підлітків, які займаються різними видами позашкільної діяльності, а також оцінити характер соціалізації в цих групах підлітків (успішність чи неуспішність соціалізації). Причому ці методики враховували особливості вікового періоду респондентів – підліткового віку.

Методика діагностики рівня самооцінки та рівня домагань за Т. Дембо та С.Я. Рубінштейн. Застосування цієї методики дозволило в нашому дослідженні визначити не тільки рівень самооцінки за значимими для підлітків шкалами («здоров'я», «розум і загальні здібності», «зовнішність», «авторитет», «впевненість у собі», «практичні навички», «характер»), але і рівень домагань за даними характеристиками. Причому рівень розбіжностей між зазначеними показниками вказував на відповідність чи невідповідність самооцінки рівню домагань, що дозволило одночасно виявляти наявність конфліктних тенденцій у розвитку самосвідомості підлітка. Дана методика оптимальна для вивчення особливостей самосвідомості в підлітковому віці ще тим, що вона проста, доступна, коротка в процедурі обстеження. Вона являє собою одну з різновидів методик прямого оцінювання. Респондентам пропонувалось оцінити в себе рівень розвитку зазначених особистісних

якостей (рівень самооцінки відзначався рисою /-/) і визначити їх бажаний рівень розвитку (рівень домагань – хрестиком /x/), відзначивши і те й інше на відповідній лінії (висотою в 10 см), верхня відмітка якої вказує на найвищий рівень розвитку певної якості, а нижня - на нижчий. Шкала, яка позначає «здоров'я» - допоміжна для оцінки розуміння інструкції. При тестуванні проводилось спостереження за тим, як респонденти виконують завдання, відзначаючи значні порушення, демонстративні висловлювання, додаткові питання (це надало додатковий матеріал для інтерпретації результатів). Обробка результатів відбувалася за 6 шкалами. Кількісна оцінка відповідей давалася в балах, які відповідають відстані від нижньої крапки до оцінок обстежуваного в мм (наприклад, 55 мм – 55 балів).

Для кожної шкали визначалися наступні показники: 1) рівень домагань (РД) відносно певної якості – відстань від нижньої крапки до оцінки /x/; 2) рівень самооцінки (СО) – відстань від нижньої крапки до оцінки /-/; 3) величина розбіжностей між РД і СО – різниця між рівнем домагань і самооцінкою. Усі зазначені показники оцінювалися шляхом зіставлення отриманих при обстеженні показників з нормами тесту, представленими у табл. 2.1, 2.2.

Таблиця 2.1

Норми для самооцінки та рівня домагань

№	Параметр	Кількісна характеристика, бали			
		норми			
		Низький	Середній	Високий	Дуже високий
1	Рівень домагань	менше 60	60 - 74	75 - 89	90 - 100
2	Рівень самооцінки	менше 45	45 – 59	60- 74	75 – 100

Таблиця 2.2

Норми для ступеня розбіжностей та ступеня диференційованості самооцінки та рівня домагань (СО та РД)

№	Параметр	Кількісна характеристика, бали		
		норми		
		слабка	помірна	сильна
1	Ступінь розбіжностей між СО и УП	0 – 7	8 – 22	більше 22
2	Ступінь диференційованості УП	0 – 8	9 – 21	більше 21
3	Ступінь диференційованості СО	0 - 14	15 - 29	більше 29

Більш докладний опис методики наведено у відповідній спеціальній літературі.

Методика Басса – Дарки (для виявлення рівня агресивності і ворожості).

Застосування нами методики А.Басса й А.Дарки дозволило розглянути агресивність, як комплексне поняття і виявити не тільки загальний рівень агресивності і ворожості, але й особливості сполучення різних форм агресії і ворожої поведінки за спеціальними оцінними шкалами: «фізична агресія», «непряма агресія», «вербальна агресія», «негативізм», «підозрілість», «почуття провини», «дратівливість», «почуття образи». Загальний рівень агресивності і ворожості розраховувався за спеціальними індексами:

Індекс агресивності (ІА) = фізична агресія (1) + непряма агресія (2) + вербальна агресія (3) / 3;

Індекс ворожості (ІВ) = почуття образи (5) + підозрілість (6) / 2.

Результати за даною методикою надали уявлення про співвідношення різних форм агресії та ворожої поведінки у підлітків, які займаються різними видами позашкільної діяльності.

Хоча опитувальник досить об'ємний – 75 питань, але він простий у застосуванні. Підліткам пропонувалося на питання – ствердження, дати один з варіантів відповіді: «Так» чи «Ні» із приводу наявності чи відсутності в них схильності поводитися запропонованим у ствердженні чином.

Оцінка ставилася за сумою позитивних відповідей на прямі запитання (по 1 балу) і за сумою негативних - на зворотні питання (по 1 балу). Для визначення рівня виразності певної форми агресії та ворожої поведінки за кожною шкалою бали сумувались і після цього збільшувалися на відповідні коефіцієнти.

Методика Г.С.Никифорова, В.К. Васильєва, С.В.Фірсова (для виявлення рівня виразності самоконтролю в емоційній сфері, діяльності і поведінці).

Одним з найважливіших показників успішності соціалізації в підлітковому віці є рівень розвитку в них самоконтролю. Методика Г.С.Никифорова, В.К.Васильєва, С.В.Фірсова для виявлення рівня виразності самоконтролю в емоційній сфері, діяльності і поведінці дає широке уявлення про особливості розвитку самоконтролю в людини, причому в різних сферах. Відповідно до літератури, своєчасний контроль за своїми соціальними діями є однією з головних умов ефективної взаємодії людини в групі, бо самоконтроль є основою саморегуляції. Особливості виразності самоконтролю в різних сферах дає уявлення про те, як діє людина у певній ситуації.

Тест зручний і легкий у застосуванні. Складається він з 36 питань, із запропонованими на них трьома варіантами відповіді: а), б), в). У процесі дослідження респондент вибирав один з них, виходячи з того, як він сам діє в запропонованій в опитувальнику ситуації. Обробка результатів здійснювалась за кожною з трьох зазначених шкал – сумувались бали, згідно з ключем, окремо за шкалами. Крім того, у другій шкалі – самоконтроль діяльності виділялись дві міні шкали: «попередній» і «поточний» самоконтроль.

Отже, застосування комплексу зазначених вище трьох методик дозволило вирішити 2 завдання нашої роботи, а саме виявити психологічні особливості соціалізації підлітків, які займаються різними видами позашкільної діяльності.

До третьої групи методів, належала стандартизована «Анкета по виявленню відхилень у поведінці в сфері спілкування, не пов'язаної з тренувальним процесом» (Аоп-б), яка була використана з метою виявлення характеру та особливостей соціальної поведінки підлітків через оцінювання зовнішніх її параметрів за допомогою анкетного опитування класних керівників та тренерів спортивних команд.

Ми проводили анкетування вчителів (класних керівників досліджуваних класів) і тренерів (досліджуваних команд) з метою виявлення зовнішніх параметрів соціальної поведінки підлітків, які займаються різними видами позашкільної діяльності.

Письмове опитування тренерів проводилось за стандартизованою анкетною: «Анкета по виявленню відхилень у поведінці в сфері спілкування, не пов'язаної з тренувальним процесом» (Аоп-б).

У даній анкеті пропонується за 10-ти бальною шкалою (крайні позначки: 0 балів – такого в поведінці взагалі не буває, 10 балів - завжди себе так веде) оцінити в «Бланку оцінок», що додається, ступінь виразності перерахованих негативних форм поведінки у спортсменів. Усього в анкеті 20 питань-стверджень, які передбачають варіанти агресивної і ворожої, невпевненої і конформної поведінки, безвідповідальності, відхилення від виконання суспільних доручень, а також наявності соціально небажаних форм поведінки – паління, вживання алкоголю тощо.

Обробка результатів проводилася за кожним з питань анкети: розраховувалося процентне співвідношення підлітків у кожній групі з різним ступенем прояву відхилення у поведінці, виходячи з наступних оцінних балів: низький та нижче за середнє рівень прояву певної форми поведінки (1 – 4 бали), середній (5, 6 балів), вище за середнє і високий (7 – 10 балів), а також відсутність взагалі даної форми поведінки, що відхиляється від норми (0 балів).

Анкетування класних керівників проводилося за тією ж анкетною, але адаптованою під об'єкт анкетування (вчителі). Обробка результатів

проводилася за аналогічною системою. Для того щоб уникнути додаткових неточностей при оцінці різних параметрів поведінки, що відхиляється від норми, в інструкції вчителю чи тренеру було зазначено, що у випадку недостатньої інформації з даного питання стосовно конкретного підлітка, пропонувалося поставити у відповідному стовпчику знак питання «?». Необхідно також відзначити, що ми гарантували вчителям, тренерам одну з основних вимог анкетування: анонімність і нерозголошення його результатів.

Отже, використанню трьох груп методик психологічного дослідження дозволило успішно вирішити практичні завдання нашої роботи та визначили кількісні результати, що характеризують особливості соціалізації, структури ідентичності та соціальної поведінки підлітків, які займаються різними видами позашкільної діяльності. В ході констатувального експерименту було отримано конкретні експериментальні дані про психологічні особливості соціалізації в кожній групі досліджуваних підлітків, які займаються різними видами позашкільної діяльності. Далі відбувалася статистична обробка отриманих даних за допомогою методу середніх величин та кореляційного аналізу.

Наступним кроком констатувального експерименту став аналіз та інтерпретація отриманих даних. Це дозволило виявити особливості структури ідентичності та соціалізації підлітків, які займаються різними видами позашкільної діяльності, а також встановити особливості взаємозв'язків між структурою ідентичності та особистісними параметрами, важливими для успішної соціалізації підлітків.

2.2. Особливості змісту структури ідентичності підлітків, які займаються різними видами позашкільної діяльності

Теоретичний аналіз спеціальної літератури показав, що особливості соціалізації підлітків багато в чому детерміновані особливостями змісту структури їх особистісної ідентичності.

Включення особистості в різні види позашкільної діяльності особливо важливе в підлітковому віці для самоствердження, самовдосконалення підлітків, розвитку їх самостійності та почуття дорослості

. Згідно з теорією діяльності, заняття певним видом діяльності сприяє формуванню та закріпленню різного комплексу якостей, характерних для даного виду діяльності (професійно обумовлених), і таким чином сприяє формуванню специфічних особливостей в структурі підліткової ідентичності.

Згідно з третім завданням дисертаційної роботи був проведений порівняльний аналіз змісту структури ідентичності за проективною методикою «Хто Я» М.Куна і Т.Макпартленда між представниками 4-х умовно виділених груп підлітків. Зазначений аналіз здійснювався за такими конструктами структури ідентичності: персональне Я, соціальна ідентичність, діяльнісна ідентичність, які виділені згідно з даними, представленими у дослідженнях О.М.Плюща. Ці конструкти поділялися нами на окремі підструктури, у склад яких входили певні ідентифікації. Так, конструкт діяльнісної ідентичності був представлений у компоненті, який ми назвали «суб'єктність», що визначався кількістю діяльнісних ідентифікацій – ототожнень себе з суб'єктом певної діяльності, якою займається підліток. За думкою О.М.Плюща за цим показником можна судити про множинність просторів, в яких людина сприймає себе в якості суб'єкта діяльності. На наш погляд, зміст діяльнісної ідентичності (уявлення про себе як про суб'єкта певної діяльності) в підлітковому віці, і особливо в старшому, має найбільше значення серед інших підструктур ідентичності, бо одна з основних потреб цього віку у самоствердженні, реалізується через діяльність.

У діяльнісній ідентичності підлітків 4 досліджуваних груп виявлені деякі схожі характеристики себе як суб'єкта певної діяльності. Так, у підлітків всіх досліджуваних груп були виявлені ідентифікації себе з суб'єктом навчальної діяльності – «Я учень». Це пов'язано з тим, що у підлітковому віці навчальна діяльність залишається одним з основних видів діяльнісної активності, яка може бути для підлітків, як засобом самопізнання

та розвитку своїх здібностей, самовипробування, самовдосконалення, так і засобом самоствердження, сферою спілкування з однолітками. Але, в будь-якому випадку, ототожнення підлітка себе з учнем передбачає наявність активної позиції в цій діяльності, і вказує на те, що навчання для нього має особистий смисл.

В групах підлітків, які займаються спортом, виявлені також ідентифікації з образом спортсмена, як суб'єктом спортивної діяльності – «Я спортсмен», «Я займаюсь спортом», або з вказівкою на ідентифікацію себе з образом спортсмена, як суб'єкта діяльності в певному виді спорту – «Я баскетболіст», «Я футболіст», «Я займаюсь тенісом» тощо. Ці суб'єктні характеристики відображали саме особливості діяльнісної ідентичності підлітків-спортсменів.

Діяльнісна ідентичність підлітків, які займаються в неспортивних гуртках, містила ототожнення себе з суб'єктом тієї діяльності, якою займаються підлітки в цих позашкільних закладах, наприклад – «Я музикант», «Я займаюсь лозоплетінням», «Я художник» тощо.

Отже, особливості діяльнісної ідентичності підлітків, які займаються спортом та в неспортивних гуртках, визначаються наявністю в структурі їх ідентичності, окрім ідентифікацій з суб'єктом навчальної діяльності, ще й ідентифікації з суб'єктом тієї організованої позашкільної діяльності, якою займається підліток, яка є особистісно значимою для нього.

Діяльнісна ідентичність підлітків, які взагалі не відвідують секції та гуртки, в основному містила в собі характеристики, пов'язані з ототожненням себе з суб'єктом навчальної діяльності («Я учень», «Я навчаюсь в школі»), й іноді зустрічалися характеристики, з вказівкою на заняття неорганізованою позашкільною активністю, пов'язану з інтересами підлітків – «Я люблю ловити рибу», «Я люблю грати в комп'ютерні ігри», «Я люблю читати книжки». Але ці характеристики в даному випадку не відносилися до компонента «суб'єктність», бо вони означали нецілеспрямовану і неорганізовану активність, пов'язану просто з інтересами

підлітків. Ці ідентифікаційні характеристики були віднесені до іншого конструкту – персонального Я.

Під суб'єктністю у психології розуміється зсередини детермінована спонтанна активність творення власної психіки і себе як суб'єкта. Суб'єктність визначає усвідомлювану та цілеспрямовану активність людини в процесі її соціалізації.

Отже, в компонент «суб'єктність» увійшли ті характеристики, які відображають спрямованість особистості на заняття певним видом організованої діяльності (навчальної, спортивної, або у неспортивних гуртках), а також усвідомлення себе активним учасником цієї діяльності через прийняття та виконання певної соціальної ролі – учня, спортсмена, художника тощо.

До 2-го великого конструкту – соціальної ідентичності – увійшли характеристики, які відображають ототожнення підлітків себе з певною соціальною роллю, яку вони виконують у процесі відносин з певними соціальними групами та значимими особами. Цей компонент ідентичності ми назвали «соціальні ролі», сюди увійшли наступні характеристики «Я син», «Я донька», «Я друг», «Я однокласник», «Я сестра» тощо. Зміст цього компоненту відображає по відношенню до яких соціальних груп підліток себе визначає, які ролі він усвідомлює і які групи виступають для нього в якості референтних. Хоча в діяльнісну ідентичність теж увійшли соціальні ідентифікації, але їх відмінність і специфіка в тому, що вони відображають ідентифікацію з суб'єктом певної діяльності, виражаючи спрямованість на активну і свідому участь в цій діяльності, а також спосіб активної взаємодії з зовнішнім світом.

До 3-го конструкту – персонального Я – увійшли власні характеристики індивіда. В персональній ідентичності ми виділили характеристики індивідуальних особистісних якостей («Я сміливий», «Я доброзичливий» тощо), цей компонент ми назвали «особистісні якості».

Виходячи з даних літератури, велике значення для визначення специфіки розвитку самосвідомості в підлітковому віці має зміст підліткових самооцінок щодо деяких своїх особистісних якостей. Тому усередині компонента ідентичності «особистісні якості» ми виділили ще такі підструктури, як «соціально бажані характеристики» (відсутність шкідливих звичок, якостей, форм поведінки тощо – «Я не курю», «Я не п'ю спиртне» тощо); «соціально небажані характеристики» (шкідливі звички, негативні та асоціальні форми поведінки – «Я курю», «Я часто б'юся» тощо), «соціально значимі якості» («Я цілеспрямований», «Я впевнений у собі», «Я самостійний» тощо); «усвідомлення своєї індивідуальності» («Я особистість», «Я індивідуальність», «Я не такий як усі»). Якості та характеристики, які не увійшли до виділених вище підструктур ідентичності були віднесені до підструктури «інші якості» (якості, інтереси, захоплення тощо).

Порівняльний аналіз середніх показників за виділеними компонентами структури ідентичності у представників 4-х досліджуваних груп молодших підлітків показав, що існують відмінності в ідентифікації та структурі ідентичності підлітків-спортсменів, порівняно з іншими групами.

Так, у підлітків молодшого підліткового віку, які займаються спортом, обох груп, порівняно з підлітками інших груп, найвиразнішим є компонент структури ідентичності – «суб'єктність» (діяльнісній ідентифікації) (табл. 2.3). Цей компонент відображає усвідомлення особистістю себе суб'єктом соціально значимої діяльності і спрямованість ідентифікації на цю діяльність. При цьому середня кількість характеристик за даним компонентом у групі підлітків, які відвідують неспортивні гуртки (4 група) достовірно вища, ніж у підлітків, які взагалі не відвідують секції та гуртки (3 група) (див. табл.2.3).

Таблиця 2.3

Особливості структури ідентичності молодших підлітків, які займаються різними видами позашкільної діяльності

Групи підлітків	Компоненти структури ідентичності					
	Загальна кількість характеристик себе	Суб'єктність	Соціальні ролі	Особистісні якості	Соціально бажані якості	Соціально небажані якості
1 Підлітки-спортсмени, які не мають спортивних розрядів (n= 19)	17,2	1,731	1,84	13,6	1,31	0
2 Підлітки-спортсмени, які мають спортивні розряди (n=10)	16,9	2,04	1,8	13,1	0,67	0
3 Підлітки, які взагалі не відвідують секції та гуртки (n=24)	12,8	0,56	0,97	11,3	0,25	0,58
4 Підлітки, які відвідують неспортивні гуртки (n=25)	16,9	1,2	1,8	13,9	0,65	0

Отже, у підлітків, які займаються спортом, такий компонент структури ідентичності, як «суб'єктність», що відображає усвідомлення підлітком себе суб'єктом соціально значимої діяльності та характеризує активну позицію у житті, є найбільш виразним, порівняно з підлітками, які не займаються спортом. Інтерпретуючи дані результати, необхідно відзначити, що цей факт обумовлений специфікою умов діяльності в спорті, які спрямовують підлітка на розвиток і прояв якостей, специфічних для спорту і для досягнення високого результату. Самостійність у прийнятті рішення при виконанні складних спортивних завдань, постійна спрямованість на активність, змагальний характер спортивної діяльності та можливість самоствердитися сприяють, на наш погляд тому, що підлітки, які займаються спортом (і особливо зі спортивними розрядами) раніше і краще усвідомлюють свою належність до цієї діяльності в якості її активного суб'єкта. Більш сильна ідентифікація з суб'єктом діяльності у підлітків-спортсменів, порівняно з підлітками, які займаються в неспортивних гуртках, пов'язана, на наш погляд, з тим, що у спортивній діяльності

відбувається більш раннє оволодіння професійними навичками, здібностями, ніж в більшості інших видів діяльності.

Г.Б.Горська вважає, що взагалі спортивна діяльність має великий потенціал для формування такої характеристики особистості як суб'єктність, що дозволяє бути підлітку творцем свого життя, здатним активно взаємодіяти з безпосереднім і широким соціальним оточенням та активно перетворювати себе та свою діяльність. Факторами, що сприяють формуванню суб'єктності в спортивному середовищі, вчена вважає такі особливості занять спортом, як добровільна позитивна мотивація самовдосконалення, пов'язана зі значимістю фізичної підготовленості та спортивного зовнішнього обліку для підлітків; сприятливі умови для розвитку рефлексії, пов'язані зі специфікою навчання руховим діям; можливість усвідомлення взаємозв'язку власних зусиль та досягнутих результатів, що сприяє формуванню внутрішнього локусу контролю; менш формалізоване, ніж в загальноосвітній школі спілкування з педагогами та однолітками; можливість самоствердження через досягнуті успіхи, можливості для придбання досвіду спілкування та взаємодії з однолітками. Придбання цієї важливої характеристики особистості здійснюється на початковому етапі соціалізації в спорті через ототожнення себе з суб'єктом певної діяльності та його особливостями (спортсмен, тренер). Крім того, відповідно до літератури у підлітковому віці, формування самосвідомості (зокрема ідентичності) найбільш успішно здійснюється через його активну участь у соціально корисній діяльності зі складними завданнями, через усвідомлення себе суб'єктом даної діяльності. Саме це усвідомлення сприяє швидшому становленню активної життєвої позиції і самоствердженню.

Ідентифікація підлітків-спортсменів, які мають спортивні розряди, відрізняється ще тим, що їх суб'єктність більше пов'язана з ототожненням себе з образом спортсмена (порівняно з підлітками-спортсменами, які не мають спортивних розрядів) – в них виявлена найбільша кількість ідентифікацій з образом спортсмена. Причому, у підлітків-спортсменів, які мають спортивні

розряди, крім ідентифікацій себе з образом спортсмена (Я-спортсмен, Я займаюсь спортом) частіше, ніж у підлітків-спортсменів, які не мають спортивних розрядів, виділяються ідентифікації, пов'язані з усвідомленням своєї спортивної спеціалізації (Я баскетболіст, Я гімнаст, Я займаюсь тенісом тощо).

Сильніша ідентифікація з образом спортсмена та особливими ознаками суб'єкта спортивної діяльності (належність до спортивної спеціалізації) у підлітків, які займаються спортом більш професійно, порівняно з підлітками, які займаються масовим спортом, пов'язана, на наш погляд, з сильнішим проникненням перших у цю сферу, з підвищенням її особистісної значимості для них (і можливо як майбутньої професійної діяльності), з кращим оволодінням професійними навичками спортсмена. Ці підлітки більше часу проводять, займаючись певним видом спорту, і тому мають більший досвід в оволодінні особливостями ролі спортсмена.

Між тим, у підлітків, які взагалі не відвідують секції та гуртки, компонент структури ідентичності «суб'єктність» є найменш вираженим, порівняно з іншими групами. Той факт, що дані підлітки не займаються ніякою організованою позашкільною діяльністю, на наш погляд, стримує процес формування в них таких важливих для підліткового віку якостей особистості, як самостійність, організованість, активність, цілеспрямованість. По-перше, у цих підлітків немає додаткового (позашкільного) середовища для активного спілкування з однолітками, самоствердження та самовдосконалення, які є провідними потребами в підлітковому віці. Тому, в них обмежені сфери для самореалізації та самопізнання своїх особливостей. По-друге, в них обмежена кількість об'єктів для позитивної ідентифікації, ніж у підлітків, які займаються в секціях та гуртках. По-третє, їх активність є більш хаотичною і менш організованою. Все це, на наш погляд, стримує формування у даних підлітків такої важливої характеристики як суб'єктність. З даних табл. 2.3 також видно, що ці підлітки мають найменш розвинену структуру ідентичності: загальна кількість характеристик свого «Я» (за методикою «Хто Я?») у них достовірно нижча, ніж у інших груп. Між тим,

середні величини за даним показником між іншими трьома групами підлітків статистично недостовірні.

Ми вважаємо, що у підлітків, які займаються певними видами позашкільної діяльності, ідентичність формується швидшими темпами, бо вони мають більше сфер для самопізнання, самодослідження своїх здібностей, і не лише в навчальній діяльності, але і за своїми інтересами. Крім того, наявність додаткових організованих сфер спілкування (позашкільних) та певних цілей, дозволяє їм більш цілеспрямовано формувати уявлення про себе.

Кількість характеристик за компонентом структури ідентичності «соціальні ролі», що пов'язаний з ототожненням себе з певними соціальними ролями у стосунках зі значимим оточенням, у спортсменів-підлітків та у підлітків, які відвідують неспортивні гуртки, достовірно не відрізняється між собою, але значно більша, ніж у підлітків, які взагалі не відвідують секції та гуртки (табл.2.3). На наш погляд, це пояснюється недостатнім засвоєнням соціальних ролей та їх змісту підлітками, які не займаються організованою позашкільною діяльністю.

Підлітки-спортсмени та підлітки, які відвідують неспортивні гуртки, мають ширший набір соціальних ролей. Усвідомленню й освоєнню соціальних ролей у сім'ї, в школі та суспільстві взагалі, сприяє, на наш погляд, більш широке коло спілкування цих підлітків (у гуртках, секціях). Їх організована активність зумовлює швидший розвиток самостійності, порівняно з підлітками, які взагалі не відвідують гуртки та секції. Ідентифікація себе з образом спортсмена, музиканта, художника тощо спонукає підлітків засвоювати особливості та норми поведінки, характерні для певної ролі. Цей позитивний досвід освоєння соціальних ролей в діяльності, якою вони займаються у вільний час, за нашою думкою, краще переноситься на усвідомлення та виконання інших соціальних ролей – сина/доньки, брата/сестри, друга/подруги, однокласника тощо, пов'язаних із взаємодією зі значимими дорослими та однолітками.

Підлітки, які взагалі не відвідують секції та гуртки, не мають специфічного для певної позашкільної діяльності досвіду в засвоєнні соціальних ролей. А досвід, що пов'язаний у деяких з них з неорганізованою позашкільною діяльністю (читання книг, риболовля, гра на комп'ютері тощо) є більш хаотичним, менш організованим, і часто не має чітких орієнтирів щодо норм поведінки та контролю з боку дорослого. Це є однією з причин повільнішого усвідомлення та засвоєння соціальних ролей, пов'язаних із взаємодією зі значимими особами, у молодших підлітків, які взагалі не відвідують секції та гуртки.

У підлітків-спортсменів, які не мають спортивних розрядів, була виявлена ще одна особливість їх ідентифікації – усвідомлення якостей та звичок поведінки, які схвалюються соціумом. Порівняно з іншими групами, у цих підлітків вірогідно більшим є кількість характеристик за компонентом «соціально бажаних якостей» (відсутність шкідливих звичок, негативних форм поведінки тощо) (див. табл.2.3). Тобто, в структурі ідентичності цих підлітків спостерігається достовірно більша кількість характеристик, в яких наголошується на відсутності в себе шкідливих звичок та негативних форм поведінки. Отже, заняття масовим спортом орієнтує підлітків на засвоєння цінностей, пов'язаних зі здоровим способом життя, відсутністю шкідливих звичок, що підсилює позитивний вплив на формування їх ідентичності.

При цьому середня кількість характеристик за компонентом «соціально бажані якості» у підлітків-спортсменів, які мають спортивні розряди, та у підлітків, які відвідують неспортивні гуртки, більша, ніж у підлітків, які взагалі не відвідують секції та гуртки (див. табл. 2.3). Наголошуючи на відсутності в себе шкідливих звичок та негативних форм поведінки, підлітки в певній мірі виражають негативне ставлення до них та намагаються сформуванати позитивне уявлення про себе у оточуючих людей. Це підкреслює факт усвідомлення цими підлітками шкідливості вказаних звичок та форм поведінки та сприйняття їх як тих, що засуджуються з боку дорослих.

Проте, особливістю ідентичності підлітків, які взагалі не відвідують секції та гуртки, є виділення ними в структурі своєї ідентичності характеристик «соціально небажаних якостей» (шкідливих звичок, негативних форм поведінки – «Я курю», «Я часто б'юся», «Я граю в карти» тощо), тобто таких, які не схвалюються суспільством. Середні показники за даним компонентом у цих підлітків достовірно вищі, ніж у представників інших груп (див. табл. 2.3). Згідно з рядом досліджень, якщо у підлітка не задовольняється потреба в самоствердженні, якщо засобів для самоствердження в нього обмежена кількість, він може використовувати негативні форми поведінки для задоволення вказаної потреби. При цьому в структурі його ідентичності будуть формуватися негативні компоненти.

Але необхідно враховувати той факт, що в групі підлітків, які займаються організованою позашкільною діяльністю, деякі підлітки можуть приховувати наявність у себе соціально небажаних якостей (шкідливих звичок, негативних форм поведінки) і не виділяти їх в структурі власної ідентичності. Це може відноситися і до підлітків-спортсменів, яким норми спортивної етики не дозволяють палити, вживати алкоголь. В такому випадку, якщо вказані якості не виділяються цими підлітками, але існують в них, це є підтвердженням того, що вони соромляться цього, усвідомлюючи негативний характер цих якостей. Проте, підлітки, які взагалі не відвідують секції та гуртки, у своїх характеристиках іноді виділяють вказані якості, як засоби самоствердження і орієнтації на поведінку дорослого, і навіть, іноді позитивно відносяться до цього.

Отже, структура ідентичності підлітків, які взагалі не відвідують секції та гуртки, є найменш розвиненою з найменшою кількістю характеристик себе за компонентами «суб'єктність» і «соціальні ролі» з вираженим (порівняно з іншими групами) негативним компонентом «соціально небажані якості».

Але, з іншого боку, у осіб молодшого підліткового віку за даними літератури ідентичність тільки починає формуватися, її структура є ще

недостатньо розвиненою. Характеризуючи своє Я, вони схильні більше виділяти свої вміння, інтереси, здібності, рівень розвитку інтелекту, і тільки потім - самооціночні характеристики, рольові характеристики та відносини з однолітками. Тому, менша кількість характеристик за компонентами ідентичності «суб'єктність» та «соціальні ролі» у підлітків, які взагалі не відвідують секції та гуртки, на фоні меншої загальної кількості характеристик себе, порівняно з показниками підлітків інших груп, ще не є свідченням серйозних відхилень від норм особистісного розвитку. Але необхідно констатувати той факт, що особистісна ідентичність молодших підлітків, які взагалі не відвідують секції та гуртки, формується повільніше, ніж у молодших підлітків, які займаються організованою позашкільною діяльністю. Крім того, виділення в структурі ідентичності характеристик соціально небажаних якостей свідчить про те, що підлітки, які не займаються організованою позашкільною діяльністю, дещо схильні сприймати негативні форми поведінки та шкідливі звички, як засоби для самоствердження та зразки дорослої поведінки. Також ми вважаємо, що згідно з виділеними Дж. Марсія 4-ма станами-статусами ідентичності (див. підрозділ 1.3), характерними саме для підліткового віку, у молодших підлітків, які взагалі не відвідують секції та гуртки, існує більший ризик формування таких статусів ідентичності, як «передчасна» та «дифузна» ідентичність, які можна вважати негативними для подальшого особистісного розвитку.

Молодші підлітки, які відвідують неспортивні гуртки, мають досить розвинену структуру ідентичності з достатньо вираженими компонентами «соціальних ролей» та «суб'єктності», хоча кількість характеристик за останнім компонентом в них достовірно нижча, ніж у підлітків-спортсменів (див. табл. 2.3). Ми пояснюємо це тим, що умови діяльності в неспортивних гуртках не завжди сприяють розвитку такого рівня активності, цілеспрямованості та самостійності, як в сфері спорту. Крім того, більшість видів діяльності в неспортивних гуртках не мають змагального аспекту. Але,

виходячи з отриманих результатів, особистісна ідентичність підлітків, які відвідують неспортивні гуртки, розвинена достатньо гармонійно.

Отже, у спортсменів-підлітків 11–13 років, які займаються масовим спортом, спостерігається найбільш гармонійне сполучення компонентів структури ідентичності, порівняно з іншими групами.

Аналіз середніх показників структури ідентичності у 4 аналогічних групах старших підлітків (14-15 років) показав, що в структурі ідентичності підлітків, які займаються спортом, порівняно з представниками інших груп, спостерігаються наступні відмінності (табл. 2.4)

З даних табл. 2.4 видно, що середня кількість діяльнісних ідентифікацій («суб'єктність») у підлітків-спортсменів 14-15 років достовірно більша, ніж у підлітків, які не займаються спортом. Але при цьому, середня кількість характеристик за компонентом ідентичності «суб'єктність» у підлітків, які відвідують неспортивні гуртки, достовірно більша, ніж у підлітків, які взагалі не відвідують секції та гуртки.

Між представниками 1 і 2 груп підлітків-спортсменів за вказаним компонентом достовірних відмінностей не виявлено (див. табл. 2.4).

Отже, у старших підлітків, які займаються спортом, компонент ідентичності «суб'єктність» є більш виразним, порівняно зі старшими підлітками інших груп (див. табл. 2.4). У підлітків, які взагалі не відвідують секції та гуртки, даний компонент є слабо вираженим. Таким чином, у старших підлітків, які займаються спортом, як і у молодших, спостерігається аналогічна загальна особливість структури їх ідентичності – виражена спрямованість їх ідентифікації на ототожнення себе з суб'єктом діяльності, що сприяє швидшому становленню у цих підлітків активної життєвої позиції та самостійності.

Таблиця 2.4

Особливості структури ідентичності старших підлітків, які займаються різними видами позашкільної діяльності

Групи підлітків		Компоненти структури ідентичності					
		Загальна кількість характеристик себе	Суб'єктивність	Соціальні ролі	Особистісні якості	Соціально бажані якості	Соціально небажані якості
1	Підлітки-спортсмени, які не мають спортивних розрядів (n= 19)	18,6	2,32	2,75	13,5	1,35	0
2	Підлітки-спортсмени, які мають спортивні розряди (n=10)	18,1	2,65	2,32	13,1	0,58	0
3	Підлітки, які взагалі не відвідують секції та гуртки (n=24)	14,7	0,69	1,04	12,9	0,19	1,23
4	Підлітки, які відвідують неспортивні гуртки (n=25)	18,4	1,41	2,52	14,5	0,59	0

У спортсменів-підлітків 14–15 років, які не мають спортивних розрядів, значимо виражений компонент структури ідентичності «соціально бажані якості» (середні показники за даним компонентом в них достовірно вищі, ніж у інших групах (див. табл. 2.4). Це ще раз підкреслює позитивний вплив масового спорту на розвиток позитивної підліткової ідентичності. На наш погляд, заняття саме масовим спортом орієнтує підлітків на засвоєння цінностей, пов'язаних із здоровим способом життя, відсутністю шкідливих звичок.

Середня кількість характеристик за компонентом структури ідентичності «соціальні ролі» в групах підлітків-спортсменів та підлітків, які відвідують неспортивні гуртки, значно більша ніж у підлітків, які взагалі не відвідують секції та гуртки (табл. 2.4).

У старших підлітків, які взагалі не відвідують секції та гуртки, вираженим є компонент структури ідентичності, пов'язаний з характеристиками соціально небажаних якостей (значимо вищий ніж у представників інших груп (див. табл. 2.4). При цьому слід зазначити, що

підлітки даної групи виділяють ці характеристики як способи самоствердження, часто позитивно відносячись до них. Отже, у старших підлітків, які взагалі не відвідують секції та гуртки, загострюється проблема, пов'язана з самоствердженням і індивідуалізацією, що може спричинити появу внутрішньоособистісних конфліктів і проблем у спілкуванні з однолітками та дорослими.

Отже, найменш розвиненою, з найменшою кількістю характеристик себе за компонентами «суб'єктність» і «соціальні ролі», з вираженим (порівняно з іншими групами) негативним компонентом «соціально небажані якості» є структура ідентичності старших підлітків, які взагалі не відвідують секції та гуртки.

Для старшого підліткового віку важливим є розвиток якостей, які допомагають їм встановлювати особистісні контакти з однолітками, спілкуватися, чимось виділятися в групі, а також більш актуальною, ніж для молодшого віку є потреба в усвідомленні своєї індивідуальності, неповторності. Тому, нами також проведено порівняльний аналіз (між старшими і молодшими підлітками) відсоткового змісту таких важливих для старшого підліткового віку підструктур, як «соціально значущі якості» (цілеспрямованість, впевненість у своїх можливостях, самостійність тощо) та «усвідомлення своєї індивідуальності» («Я особистість», «Я індивідуальність»), які були виділені усередині компонента ідентичності «особистісні якості». Цей аналіз показав наступне.

1. У підлітків-спортсменів 14–15 років, які не мають спортивних розрядів, порівняно з аналогічною групою підлітків 11–13 років спостерігалось значне підвищення відсоткового змісту підструктур «соціально значимі якості» та «усвідомлення своєї індивідуальності». Так, якщо у молодших підлітків цієї групи зміст цих підструктур складав 5,8% та 5,3% відповідно, то у старших підлітків – 15% та 8,4 % відповідно. Кількість спортсменів-підлітків 14–15 років вказаної групи, які усвідомлюють свою індивідуальність («Я особистість», «Я

індивідуальність») збільшилась до 85,7% (порівняно з молодшими підлітками - 55,2%).

2. У спортсменів-підлітків 14–15 років, які мають спортивні розряди, порівняно з молодшими підлітками цієї ж групи, також спостерігалось значне збільшення відсоткового вмісту підструктур «соціально значущі якості» і «усвідомлення своєї індивідуальності». Так, у підлітків 11–13 років він складав 8,2 % та 5,3% відповідно, а у підлітків 14–15 років – 18,2% та 8,7 % відповідно. 56,4% молодших підлітків даної групи усвідомлюють свою індивідуальність, а у старших підлітків цієї ж групи ця кількість збільшується до 85%. Ці показники спортсменів старшого підліткового віку, які мають спортивні розряди, свідчать про позитивний характер розвитку їх ідентичності.

Розвиток усвідомлення своєї особистісної індивідуальності, неповторності, у старших підлітків, які займаються спортом, відбувається, на нашу думку, швидшими темпами за рахунок можливості різнобічного пізнання себе та своїх можливостей у процесі виконання складних спортивних завдань, подолання труднощів у досягненні складних цілей [46]. Це дозволяє досягати успіху і виділятися (бути помітним) у групі однолітків. Все це свідчить про позитивний вплив занять спортом взагалі на усвідомлення своєї індивідуальності. Але, дуже важливо, щоб усвідомлення своєї особистісної неповторності не переросло в егоцентризм, або в так звану «зіркову хворобу». Для попередження цього дуже важливо формувати адекватне відношення у підлітків до себе і своїх можливостей, а також розвивати вміння ставити адекватні цілі у діяльності та поважати погляди іншої людини.

3. Незначні зміни відбулися в відсотковому змісті підструктур «соціально значущі якості» і «усвідомлення своєї індивідуальності» у старших підлітків, які взагалі не відвідують секції та гуртки, порівняно з молодшими підлітками цієї ж групи. Якщо у молодших підлітків він складає 4,2 % та 3,2% відповідно, то у старших – лише 4,4% та 3,3 % відповідно.

Кількість старших підлітків, які усвідомлюють свою індивідуальність, порівняно з молодшими підлітками цієї групи, збільшилася незначно – з 33,9% до 34,6%. Це підтверджує наявність проблеми, пов'язаної з неуспішною індивідуалізацією цих підлітків. Підлітки, які взагалі не відвідують секції та гуртки, мають менші можливості для пізнання своїх індивідуальних відмінностей, а також обмежені можливості для самоствердження, порівняно з підлітками, які займаються організованою позашкільною діяльністю.

4. У групі старших підлітків, які відвідують неспортивні гуртки, порівняно з групою молодших підлітків, спостерігається менш значне, ніж у підлітків-спортсменів, але виражене підвищення відсоткового змісту підструктур «соціально значущі якості» та «усвідомлення своєї індивідуальності». Якщо у молодших підлітків вони складають – 4,8% та 3,8% відповідно, то у старших підлітків – 7,4% та 5,1% відповідно. Кількість старших підлітків цієї групи, які усвідомлюють свою особистісну індивідуальність, збільшилася на 20 %, порівняно з молодшими підлітками цієї групи (з 44,7% до 66,7 %).

Взагалі у цих підлітків спостерігається досить значний розвиток усвідомлення своєї індивідуальності, але дещо повільніший, ніж у підлітків-спортсменів. Розвиток усвідомлення своєї індивідуальності у цих підлітків розвивається через участь у різноманітних видах діяльності, які у більшості випадків пов'язані з практичними трудовими навичками, або з навичками творчих професій – художник, музикант тощо. Це, на наш погляд, і сприяє самопізнанню своїх можливостей і відмінностей від своїх однолітків. Але у більшості з цих видів діяльності відсутній фактор цілеспрямованої фізичної активності, який сприяє самодослідженню підлітками особливостей своїх особистісних і фізичних якостей та швидшому розвитку образу «Я» фізичного. А в підлітковому віці усвідомлення своїх фізичних можливостей сприяє усвідомленню своєї відмінності від інших однолітків [96]. Крім того, участь підлітків-спортсменів у змаганнях, вимагає від них прояву вольових

якостей, а також сприяє розвитку спрямованості на досягнення певних спортивних результатів й уміння ставити цілі та знаходити різні шляхи їх реалізації, що стимулює розвиток у них більш ранньої самостійності та дорослості.

Отже, в структурі ідентичності підлітків-спортсменів (особливо тих, які займаються масовим спортом) відбуваються найбільш позитивні зміни компонентів їх особистісної ідентичності: розширюється загальне уявлення про себе та набір соціальних ролей, розвивається усвідомлення себе суб'єктом певної діяльності та усвідомлення своєї індивідуальності. Це пояснюється, на наш погляд тим, що заняття спортом створюють такі умови, в яких підліток швидше навчається діяти як доросла людина, виконуючи складні завдання, розвиваючи свою самостійність, пізнаючи себе з різних боків. У старших підлітків, які відвідують неспортивні гуртки, в цілому відбуваються позитивні зміни компонентів структури ідентичності: розширення загального уявлення про себе та соціальних ролей, значний розвиток усвідомлення своєї індивідуальності, але розвиток їх усвідомлення себе суб'єктом діяльності (суб'єктності) відбувається дещо повільніше, ніж у підлітків-спортсменів.

Зміни в структурі ідентичності старших підлітків, які взагалі не відвідують секції та гуртки, свідчать можливо про стан дифузності їх ідентичності. Тут, на наш погляд, наявний внутрішньоособистісний конфлікт, пов'язаний з затримкою в індивідуалізації цих підлітків. Ці негативні тенденції можуть бути викликані нереалізованістю у цих підлітків потреби у самоствердженні.

Взагалі вчені вказують на те, що у самосвідомості підлітків, які не займаються у свій вільний час організованою соціально значимою діяльністю, найчастіше відбуваються негативні зрушення, пов'язані з неадекватністю самооцінки, невизначеністю життєвих цілей і цінностей. В результаті, формування їх ідентичності наштовхується на ряд труднощів – недолік інформації про якості та особливості поведінки (себе і оточуючих),

відсутність значимого об'єкта для ідентифікації тощо. Внаслідок цього, прагнення підлітка до самоствердження може проявлятися в негативних формах поведінки, засвоєнні шкідливих звичок, що самі підлітки можуть зовні оцінювати позитивно.

Отже, для прискорення та гармонізації розвитку особистісної ідентичності підлітків, дуже важливим є включення їх в заняття організованою позашкільною діяльністю за інтересами.

2.3. Практичні рекомендації з оптимізації процесу соціалізації підлітків

При розробці цих практичних рекомендацій ми враховували, як загальні психологічні особливості соціалізації підлітків, виявлені нами під час теоретичного аналізу спеціальної літератури з проблеми дослідження, так і ті, що характерні для підлітків, які займаються організованою позашкільною діяльністю в різних гуртках і секціях (спортивної і неспортивної спрямованості), та для підлітків, які взагалі не включені в заняття організованою позашкільною діяльністю. Соціалізація останніх, згідно з результатами нашого констатувального експерименту, є недостатньо успішною в цілому порівняно з підлітками, які займаються організованою позашкільною діяльністю.

В основу даних практичних рекомендацій також покладено результати констатувального дослідження про психологічні особливості соціалізації підлітків в умовах різних видів позашкільної діяльності, і зокрема, особливості розвитку їх особистісної ідентичності та сполучення важливих для успішної соціалізації підлітків особистісних параметрів, а також характеру та особливостей їх взаємозв'язків.

У залежності від психологічних особливостей соціалізації підлітків, які займаються різними видами позашкільної діяльності, практичні рекомендації надавались щодо шляхів і методів цілеспрямованого формування і розвитку

особистісної ідентичності підлітків та їх самосвідомості взагалі, в залежності від виду позашкільної діяльності, якою вони займаються, а також корекції певних проблем в особистісному розвитку та поведінці підлітків, пов'язаних з особливостями їх ідентичності.

Рекомендації пропонуються для вчителів, тренерів, інструкторів, керівників гуртків і спрямовані на оптимізацію процесу соціалізації підлітків через індивідуальний підбір виховних впливів в залежності від виду позашкільної діяльності, якою вони займаються.

1. При організації виховного процесу підлітків, які займаються різними видами позашкільної діяльності, вчителям, шкільним і спортивним психологам, тренерам, необхідно враховувати психологічні особливості соціалізації кожного підлітка, умови соціалізації в конкретному виді позашкільної діяльності, коло спілкування й інтересів. Також необхідно враховувати загальні психологічні особливості соціалізації в підлітковому віці, пов'язані з виникненням почуття дорослості, становленням та розвитком особистісної ідентичності підлітка, цілісного образу «Я» фізичного, набуттям досвіду суб'єкта соціалізації в ході спілкування і взаємодії з однолітками в процесі спільної діяльності, виникнення потреб в самопізнанні, самоствердженні та самовихованні. При організації виховної роботи з підлітками важливо знати: особливості їх самосвідомості, і зокрема, особистісної ідентичності, самооцінки, рівня домагань, здібності до саморегуляції своєї поведінки, емоцій, характер відношень з найближчим значущим оточенням – однолітками (однокласниками, друзями) та дорослими (батьками, вчителями, братами чи сестрами). Також необхідно мати інформацію про те, чи усвідомлює підліток зміст соціальних ролей, які виконує у взаємодії зі значущим оточенням, його інтереси і захоплення, спостерігаючи за особливостями його соціальної поведінки в групі однолітків.

2. При підборі методів виховання у процесі взаємодії з підлітками необхідно також мати уявлення про особливості розвитку структури їх

ідентичності. Дуже важливим є цілеспрямований розвиток у підлітків важливого компонента ідентичності – суб'єктності, розвиток якого сприяє оптимізації їх соціалізації та спілкування з однолітками. При цьому необхідно враховувати психологічні особливості соціалізації підлітків, які займаються різними видами позашкільної діяльності, виявлені нами в процесі констатувального експерименту.

3. Так, згідно, з отриманими у констатувальному експерименті результатами, для покращення процесу соціалізації підлітків, які займаються спортом, необхідно цілеспрямовано розвивати їх усвідомлення себе суб'єктом діяльності взагалі та спортивної діяльності зокрема, що дозволить ефективно і цілеспрямовано управляти розвитком різних видів їх самооцінки, самоконтролю, впевненості у собі, і сприятиме зниженню їх рівня агресивності.

– У процесі виховання підлітків, які займаються масовим спортом, треба також приділяти увагу формуванню у них спрямованості на розвиток та усвідомлення своїх соціально значущих та соціально бажаних якостей. Це ще один з ефективних способів управління їх соціалізацією.

– У підлітків, які займаються спортом більш професійно, формування деяких особистісних параметрів, важливих для їх успішної соціалізації, відбувається в основному через розвиток усвідомлення себе суб'єктом спортивної діяльності. Тому, в процесі виховання і підготовки цих підлітків, які включені в ранню професіоналізацію в спорті, тренерам рекомендується звертати увагу на формування в них адекватного образу спортсмена, як активного суб'єкта спортивної діяльності та сприяти розширенню уявлення в них про себе з різних боків, в різних ситуаціях взаємодії з однолітками та дорослими. В процесі підготовки і виховання спортсменів старшого підліткового віку, які займаються спортом більш професійно, необхідно використовувати рольові ігри та тренінги, спрямовані на розвиток усвідомлення ними різних соціальних ролей, урізноманітнення спілкування, розвиток комунікативних навичок. Це сприятиме кращому засвоєнню цими

підлітками змісту різних соціальних ролей у стосунках з оточенням і в спорті, і в житті взагалі та більш успішній їх соціалізації поза сферою спорту. Необхідно також навчати їх умінню ставити реальні, адекватні своїм можливостям цілі (в тому числі поза сферою спорту), а також стимулювати їх до самоспостереження та самоаналізу своїх якостей, рис характеру, здібностей.

4. Підлітки, які відвідують неспортивні гуртки, потребують включення у виховний процес більш активних рольових ігор, які будуть стимулювати розвиток їх суб'єктності. Ці ігри повинні бути спрямовані на розвиток самостійності у виконанні важливих справ та прийнятті певних рішень, а також спрямовані на розвиток образу «Я» фізичного. Зокрема ми пропонуємо включати тренінги та вправи, пов'язані з асоціаціями з образом спортсмена та особливостями спортивної діяльності, представлені у дод. Б.

Розвитку суб'єктності підлітків, які відвідують неспортивні гуртки, буде також сприяти оволодіння ними соціальними ролями у суспільстві та розширення набору соціальних ролей. А одночасний розвиток усвідомлення своїх соціальних ролей та усвідомлення себе суб'єктом певної діяльності найбільш ефективно впливатиме на зниження у них фізичної агресії (а через неї і загального рівня агресивності) та підвищення самоконтролю поведінки та діяльності (згідно з отриманими даними нашого констатувального експерименту).

5. Щодо категорії підлітків, які взагалі не відвідують секції та гуртки, то у виховній роботі з ними шкільним психологам та вчителям доцільно проводити спеціальні тренінги та рольові ігри, які спрямовані на розвиток їх загального уявлення про себе та свої можливості, з орієнтацією на розвиток адекватної самооцінки та рівня домагань, різних видів самоконтролю, а також ігри та вправи з виконанням різних соціальних ролей у стосунках з однолітками та дорослими. Особливо рекомендується застосовувати ігри із асоціаціями з образом спортсмена та особливостями спортивної діяльності, тобто спрямовані на розвиток суб'єктної активності підлітків, а також

представлену в даній роботі спеціально розроблену програму соціально-психологічного тренінгу (див. дод. Б).

Особливої уваги заслуговують підлітки з завищеною та заниженою самооцінкою у сполученні її з неадекватним та недиференційованим рівнем домагань. Занижена самооцінка, як правило, породжує у підлітка невпевненість у собі, замкненість, фіксацію уваги на власних недоліках, постійне незадоволення собою. Завищена самооцінка у сполученні з дуже високим і недиференційованим рівнем домагань свідчить про завищене уявлення про себе, і може бути джерелом внутрішньоособистісних конфліктів, що може проявлятися в закритості для досвіду, зауважень, оцінок оточуючих людей, зверхності у відношеннях з оточенням. З такими підлітками роботу потрібно проводити тактовно і обережно.

Крім того, необхідно враховувати, що усвідомлення себе суб'єктом лише навчальної діяльності у цих підлітків недостатньо для цілеспрямованого формування ряду важливих для успішної соціалізації особистісних параметрів (адекватної самооцінки, різних видів самоконтролю). Отже, існує необхідність включення цих підлітків у заняття різними видами організованої позашкільної діяльності, що сприятиме розширенню кола об'єктів для позитивної їх ідентифікації, способів цілеспрямованого формування їх ідентичності та особистісних параметрів, важливих для їх успішної соціалізації. Тому, при організації роботи з цими підлітками необхідно сприяти активізації у них інтересу до якогось певного виду позашкільної діяльності, роз'яснюючи його значення для особистісного саморозвитку та самовиховання підлітків. А включення таких дітей у різні види діяльності (навчальної, суспільно корисної тощо), виконання в ній певних ролей, функцій у різних ситуаціях взаємодії з однолітками та дорослими, стимулюватиме розвиток у них адекватного самовідношення, відношення до інших, а також сприятиме їх самоствердженню, і тим самим, підвищенню популярності серед однолітків.

6. Необхідно враховувати той факт, що основне завдання педагогів і батьків, на підлітковому віковому етапі розвитку особистості полягає в забезпеченні можливості ефективного самоствердження підлітків через цілеспрямовану організацію проведення їх вільного часу, шляхом залучення до різних видів соціально корисної діяльності (у гуртках, секціях, клубах), і особливо до спортивної, заняття якої на даному віковому етапі сприяє розвитку соціально значущих особистісних якостей, більш адекватного уявлення про себе і власні можливості, розвитку суб'єктності, а також становленню певної системи цінностей і активної життєвої позиції.

ВИСНОВКИ

У роботі теоретично узагальнено та запропоновано нове вирішення наукової проблеми соціально-психологічних чинників успішної соціалізації особистості підлітків в умовах різних видів позашкільної діяльності. Результати дослідження відображають зв'язок психологічних особливостей та успішності соціалізації підлітків, які займаються різними видами позашкільної діяльності, зі змістом структури їх особистісної ідентичності.

1. На основі теоретичного аналізу обґрунтовано зв'язок психологічних особливостей та успішності соціалізації підлітків в умовах різних видів позашкільної діяльності зі змістом їх особистісної ідентичності. Зокрема, з'ясовано, що основні психологічні особливості соціалізації в підлітковому віці пов'язані з активним формуванням та фундаментальними змінами сфери самосвідомості підлітків, що проявляється, перш за все, у виникненні почуття дорослості та розвитку їх ідентичності. Визначальною у формуванні особистісної ідентичності підлітка є специфіка умов актуалізації його соціальної активності, зокрема, у формі певної позашкільної діяльності, в якій процес розвитку ідентичності підлітка набуває ознак цілеспрямованості. Зміст особистісної ідентичності підлітка обумовлений характером засвоєних цінностей, норм поведінки тощо, характерних для певної діяльності, які здобуваються через прийняття певної соціальної ролі (спортсмена, музиканта тощо) на основі розвитку внутрішнього (когнітивного, емоційного) образу себе як суб'єкта цієї діяльності.

2. Виділено основні чинники позитивного впливу позашкільної діяльності на розвиток особистісної ідентичності підлітків. Ці чинники пов'язані, з одного боку, з активізацією розвитку у підлітків загального уявлення про себе, суб'єктності та соціальної дорослості, а з іншого боку – зі спрямуванням на засвоєння позитивного соціального досвіду та реалізацію потреб у самоствердженні і прояві своєї індивідуальності соціально схвалюваними способами.

3. Визначено та обґрунтовано основні критерії оцінки успішності

соціалізації в підлітковому віці, в основу яких покладено особливості та рівень розвитку важливих для успішної соціалізації підлітків особистісних параметрів. На етапі *адаптації* цими критеріями є впевненість у собі, середня чи висока (адекватна) самооцінка, рішучість, середній або високий рівень самоконтролю; на етапі *індивідуалізації* – достатньо високий, адекватний рівень самооцінки та рівень домагань, низький або середній рівень агресивності та негативізму, довіра до оточуючих; достатньо високий рівень самоконтролю; на етапі *інтеграції* – здатність до формування соціальних зв'язків у групі та високий рівень самоконтролю.

4. Виявлено психологічні особливості соціалізації підлітків, які займаються різними видами позашкільної діяльності. Зокрема, емпірично доведено, що у підлітків, які займаються певними видами організованої позашкільної діяльності, ідентичність формується швидшими темпами.

5. Теоретично обґрунтовано й емпірично підтверджено положення про те, що особливості та характер соціалізації підлітків багато в чому визначаються особливостями змісту їх ідентичності, яка формується під впливом певної позашкільної діяльності.

6. Запропонована програма соціально-психологічного тренінгу з оптимізації процесу соціалізації підлітків, основною особливістю програми є включення до неї вправ з асоціативними образами, пов'язаними з соціальною роллю підлітків.

Перспективами для подальших досліджень в цьому напрямку може бути вивчення особливостей впливу на успішність соціалізації підлітків різних видів взаємодії з ними основних агентів соціалізації в позашкільній діяльності (керівників гуртків, тренерів, інструкторів).

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абдюкова Н.В. Психологічні особливості соціалізації сучасного підлітка: Автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05. Київський Державний університет ім. Т.Г. Шевченка. К., 2020. 16с.
2. Антоненко В.В. Підлітки та суспільні проблеми сьогодення. *Розвиток ідей Г.С. Костюка в сучасних психологічних дослідженнях*: Наукові записки Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / за ред. С. Д. Максименка. К.: Ін-т психології ім. Г.С. Костюка АПН України, 2020. Вип.20. ч. 1. С.42 – 49.
3. Анциферова Л.І. Епігенетична концепція розвитку особистості. Принципи розвитку в психології. К.: Наука, 2023. С. 212–242.
4. Бандура А. Теорія соціального наuczіння: пер. з англ. К.: Євразія, 2020. 320 с.
5. Баришева О.І. Самовизначення та самореалізація як мотив участі старшокласників у гуртковій роботі: Автореф. дисс. ... канд. психол. наук: 19.00.07. Інститут психології ім. Костюка АПН України. К., 2021. 20 с.
6. Боришевський М.Й. Здатність до самосуб'єктної активності як критерій особистісного розвитку індивіда. *Сучасна психологія в ціннісному вимірі*: Матеріали Костюківських читань. К., 2014. т. 2. С.155 – 156.
7. Боришевський М.Й. Самоактивність як умова суб'єктного становлення особистості дитини у виховному процесі. Психологічні проблеми навчання, виховання, активності та розвитку особистості: Матеріали звітної наукової сесії. К., 2015 С. 256–265.
8. Васильченко О. Соціальні очікування українського студентства. Соціально-психологічний вимір демократичних перетворень в Україні. К.: Український центр політичного менеджменту, 2013. С.284–295.

9. Васильченко О.М. Етносоціальні уявлення в структурі Я–концепції університетської молоді: Автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05. Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України. К., 2013. 19 с.
10. Воляннюк Н. Феноменологія суб'єктної активності. Соціальна психологія. К.: Український центр політичного менеджменту, 2014. № 3. С.97–109.
11. Виготський Л.С. Питання дитячої психології. К: Наука, 2017. 224 с.
12. Виготський Л.С. Педагогічна психологія. К.: Педагогіка, 2021. 480 с.
13. Гуменюк О. Психологія Я–концепції. Т.: Економічна думка, 2022. 186 с.
14. Давидюк Н.О. Загальновікові тенденції становлення «Я» у особистості. *Проблеми загальної та педагогічної психології*: Зб. наук. пр. / за ред. С.Д.Максименко. К.: Ін-т психології ім. Г.С.Костюка АПН України, 2020. Т.ІІ, ч.2. С. 22–25.
15. Долинська Л.В. Формування «Я–образу» підлітка активними соціально-психологічними методами навчання. Соціалізація особистості: Міжкафедральний зб. наук. ст. / за ред. А.Й. Капської. К.: Національний пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова, 2018. С. 117 – 130.
16. Дьяконов Г.В. Психологія педагогічного спілкування: Теоретичні та прикладні проблеми. Кіровоград: Кіровоградський гос. пед. ін-т ім. В.К. Винниченко, 2022. 213 с.
17. Ілійчук В.І. Саморегуляція підлітків у подоланні конфлітної поведінки: Автореф. дисс. ... канд. психол.наук: 19.00.05. Ун-т ім. М.П. Драгоманова К., 2016. 25 с.
18. Кон І.С. В пошуках себе: особистість та її самосвідомість. К.: Слово, 2014. 335 с.
19. Кон І.С. Категорія «Я» в психології. Психологічний журнал. 2021.Т. 2. № 3. С. 25–38.
20. Корнєв М.Н., Коваленко А.Б. Соціальна психологія: Підручник. К., 2015. 304 с.

21. Коростеліна К.В. Структура та динаміка системи соціальної ідентичності. Дис. ... докт. психол. наук: 19.00.05. Симферополь, 2013. 446с
22. Костюк Г.С. Навчально-виховний процес і психологічний розвиток особистості. К.: Наука, 2019. 188 с.
23. Кривоконь Н.І. Роль професійної ідентифікації в процесі підготовки соціальних працівників. Проблеми загальної та педагогічної психології, 2021. Т.3. ч.1. С. 123-126.
24. Куєвда В.Т. Теоретичні засади соціалізації особистості. Соціалізація особистості: Міжкафедральний зб. наук. ст. / за ред. А.Й. Капської. К.: Національний пед. ун-т ім. М.П.Драгоманова, 2018. С. 21–36.
25. Кузикова С. Б. Корекція Я–концепції як умова подолання конфліктності у підлітків: Автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України. К., 2020. 20 с.
26. Кузикова С.Б. Основи вікової психокорекції: навч.-мет. Посіб. Сумський держ.пед.ін-т ім. А.С.Макаренка. Суми: ВВП «Мрія-1» ЛТД, 2016. Ч.1. 168 с.
27. Кузикова С.Б. Психологічна програма корекції та розвитку особистості в підлітковому віці: навч.-мет. посібник. Суми: Сумський гос. пед. ін-т ім. А.С.Макаренка, 2018. 79 с.
28. Леонтьєв А.Н. Діяльність. Свідомість. Особистість. К.: Слово, 2015. 304 с.
29. Лозова В.І., Троцько Г.В. Теоретичні основи виховання і навчання. Навч. Посібник Харківський держ. пед. ун-т ім. Г.С.Сковороди. 2-е вид., випр. і доп. Харків: «ОВС», 2022. 400 с.
30. Лукашевич Н.П. Соціологія виховання: Курс лекцій. К.: МАУП, 2016. 180 с.
31. Майерс Д. Соціальна психологія: пер. з англ. К.: Диво, 2016. 688 с.
32. Максименко С.Д., Ракитянська С.С. Підліток: проблеми та перспективи. Матеріали 2 Симпозіуму «Наука і освіта». Спецвипуск. К., 2020. С. 98–99.

- 33.Максимова Н.Ю. Порухення процесу соціалізації та формування самосвідомості дитини. В кн.: Психологія самосвідомості: історія, сучасний стан та перспективи дослідження / за ред. С.Д.Максименка, М.Й. Боришевського. К.: «Любіть Україну», 2019. С.55–57.
- 34.Максимова Н.Ю. Формування адекватної самооцінки як умова профілактики порушень в поведінці учнів. В кн.: Психологічна профілактика недисциплінованої поведінки учнів. К.: Вища школа. 2019. С. 163–201.
- 35.Мартенс Р. Соціальна психологія і спорт: пер. з англ. К.: Фізкультура і спорт, 2019. 176 с.
- 36.Мілютина К.Л. Проблема формування здатності особистості до адаптації у сучасній психології. Проблеми загальної та педагогічної психології: Зб. наук. пр./ за ред. С.Д.Максименко. К.: Ін-т психології ім. Г.С.Костюка АПН України, 2020. Т.ІІ, ч.5. С.79–83.
- 37.Москаленко В.В. Культурно-діяльнісна концепція соціалізації особистості (методичний аспект). Наукові записки Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України. Актуальні проблеми сучасної української психології. Вип. 19. К., 2019. С. 153–161.
- 38.Москаленко В.В. Соціалізація особистості. К.: Вища школа, 2016. 200 с.
- 39.Москаленко В.В., Романова В.Г. Ідентифікація як механізм статевої соціалізації. Актуальні проблеми психології: Зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України. Київ, 2021. Т.1., вип.1. С.59–65.
- 40.Москаленко В.В., Циба В.Т. Діяльність як принцип дослідження і фактор соціалізації особистості. Українська психологія і сучасний потенціал. Матеріали Костюківських читань. Т.2. К.: Вид-во Дак-К, 2016. С. 198-204.
- 41.Москаленко В.В., Циба В.Т. Обґрунтування суб'єктності особистості: системний підхід. Наукові записки Інституту психології ім. Г.С.Костюка

- АПН України. Актуальні проблеми сучасної української психології. вип. 23. К.: Друк, 2023. С.263–270.
42. Назарук О.М. Вікові особливості розуміння особистісного досвіду. Дисс. ... канд. психол. наук: 19.00.07. Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України. К., 2014. 181 с.
43. Напеєнко О.К., Петров К.О. Психологія саморегуляції. К.: Здоров'я, 2015. 238 с.
44. Орбан-Лембрик Л.Е. Соціально-психологічні проблеми соціалізації особистості. Соціальна психологія: Навч. посібник. Київ: Академвидав, 2023. С.89–127.
45. Панченко Л.М. Формування ціннісних орієнтацій молоді в період системної трансформації українського суспільства: Автореф. дис. ... канд. філос. наук: 09.00.03. АПН України Інститут вищої освіти. К., 2023. 19 с.
46. Петровський А.В. Особистість. Діяльність. Колектив. К.: Либідь, 2022. 255 с.
47. Пірен М.І., Чурай В.М. Вплив сімейно-родинної взаємодії на соціалізацію дітей. Проблеми загальної та педагогічної психології: Зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України. К., 2021. Т.ІІІ, ч. 3. С. 248 – 251.
48. Плющ О.М. Трансформація мотиваційної сфери кваліфікованих спортсменів в період професійного становлення: Дисс. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України. К., 2019. 165 с.
49. Поливанова К.Н. Психологічний зміст підліткового віку. Питання психології. 2016. № 2. С. 15–22.
50. Психологічні особливості самосвідомості підлітка та їх облік у навчально-виховному процесі: Метод. рекомендації для класних керівників, організаторів позакласної та позашкільної виховної роботи, вихователів груп продовженого дня, вчителів-предметників. Укл. М.Й. Боришевський,

- М.Т. Дригус, Г.И.Онищенко./ за ред.М.Й. Боришевського. К.: РУМК, 2017. 24 с.
- 51.Психологічні особливості самосвідомості підлітків / за ред. М.Й. Боришевського. К.: Вища школа, 2020. 168 с.
- 52.Реан А.А. Соціалізація особистості. Психологія особистості в працях вітчизняних психологів. Львів.: Вид-во «Наука», 2020. С. 360–364.
- 53.Рожественський А.Ю. Рефлексія тілесного потенціалу в життєвому самовизначенні старшокласників: Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. Інститут психології ім. Костюка АПН України. К., 2022. 227 с.
- 54.Романова В.Г. Особливості статевої соціалізації підлітків: Автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05. Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України. К., 2022. 19 с.
- 55.Романовський А.Г. Соціалізація особистості: Навч-методичний посібник. Х.: НТУХП, 2020. 52 с.
- 56.Рубінштейн С.Л. Основи загальної психології. Х.: Дивосвіт, 2019. 720 с.
- 57.Сакаль Л. Д. Ідентифікація спортсменів-підлітків як фактор оптимізації процесу управління їх поведінкою. Наукові праці МАУП. Соціально-психологічні проблеми вдосконалення управлінської діяльності. К.: МАУП, 2023. Вип. 6. С. 113–115.
- 58.Сакаль Л.Д. Критерії успішної соціалізації підлітків-спортсменів. Соціально-психологічний вимір демократичних перетворень в Україні / за ред. С.Д. Максименка, В.Т. Циби, Ю.Ж. Шайгородського та ін. К. : Український центр політичного менеджменту, 2023. С. 348–356.
- 59.Сакаль Л. Д. Обґрунтування критеріїв оцінки успішності соціалізації підлітків- спортсменів. Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. праць за матеріалами IV міжнар. наук.-практ. конф. Київ – Вінниця : ДОВ «Вінниця», 2021. С. 144–148.
- 60.Сакаль Л.Д. Особливості ідентифікації підлітків-спортсменів 11–12 років та успішність їх соціалізації. Молода спортивна наука України : Зб. наук.

- статей з галузі фіз. культ. і спорту. Львів : ЛДІФК, 2021. Вип. 5, т. 1. С. 378–383.
- 61.Сакаль Л.Д. Особливості ідентифікації спортсменів-підлітків та успішність їх соціалізації. Актуальні проблеми психології : Зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / за ред. С.Д. Максименка, Л.М. Карамушки. К. : Міленіум, 2023. Т. 1, ч. 10. С. 111–114.
- 62.Сакаль Л.Д. Порівняльний аналіз структури ідентичності старших та молодших підлітків-спортсменів. Молода спортивна наука України : Зб. наук. праць з галузі фіз. культ. і спорту. Львів : Вид. дім «Панорама», 2022. Вип. 6, т. 2. С. 213–217.
- 63.Сакаль Л.Д. Проблема вивчення процесу соціалізації при підготовці психологів спорту. Актуальні проблеми професійної підготовки практичних психологів: зб. наук. праць. К.: МАУП, 2020. С. 173–174.
- 64.Сакаль Л. Д., Петровська Т. В. Особливості та перспективи дослідження соціалізації в підлітковому віці. Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія. Прикарпатський університет ім. Василя Стефаника. – Івано-Франківськ, 2020. Вип. 5, ч. 1. С. 88–91.
- 65.Сабанадзе І.О. Соціально-психологічні фактори дезадаптивності та її корекція у підлітків: Автореф. дисс. ... канд. психол.наук: 19.00.05. Нац. пед. ун-т ім. Драгоманова. К., 2017. 18 с.
- 66.Семеренський В.І. Теоретичні аспекти самореалізації активності особистості підлітка в процесі творчої діяльності. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фіз. виховання. Харків, 2019. № 10 .24–28.
- 67.Соціалізація особистості школяра / за ред. Л.Е. Орбан. Івано-Франківськ: Науково-методичний центр «Українська етнопедагогіка і народознавство», 2016. 66 с.
- 68.Тренінг комунікативних умінь: Методичні рекомендації / за ред. А.М.Гірника та І.Ю. Шпалерчука. Київ: Міністерство освіти України,

- Український інститут підвищення кваліфікації керівних кадрів освіти, Луцький міський відділ освіти, 2014. 34 с.
- 69.Форми і методи роботи з молоддю сім'єю. Збірка методичних матеріалів для працівників соціальних служб для молоді. Цикл «Молода сім'я». Вип. 5. Київ, 2020. 125 с.
- 70.Фрейд З. Психологія безсвідомого: Зб. праць. К.: Просвіта, 2020. 447 с.
- 71.Хьєлл Л, Зиглер Д. Теорія особистості. К.: Мова, 2021. 608 с.
- 72.Циба В.Т. Соціологія особистості: системний підхід (соціально-психологічний аналіз): Навч. посіб. К.: МАУП, 2020. 152 с.
- 73.Шибутані Т. Соціальна психологія. К.: Прогрес, 2019. 256 с.
- 74.Еріксон Е. Ідентичність: юність та криза. К.: Прогрес, 2016. 344 с.
- 75.Ярцев Д.В. Особливості соціалізації сучасного підлітка. Питання психології. 2019. № 6. С.54–58.
- 76.Vaumeister R.F., Heatherton T.F., Tice D.M. When ego threats lead to self-regulation failure: negative consequences of high self-esteem. *Journal of personality and social psychology*. Vol.64, №1. Wash., 2023. P.141–156.
- 77.Bichler R. *Psychology applied to teaching*. – 5th ed. Boston: Houghton Mifflin Company, 2016. 718 p.
- 78.Fransoi S.L. *Social psychology. Medison etc.*: Brawn & Benchmark, 2016. 631 p.
- 79.*Handbook of personality: theory and research* / Pervin L.A. New York: The Guilford Press, 2020. 738 p.
- 80.Lewin K. *The Field Theory Approach to Adolescence. The Adolent – a book of reading* / ed by J.M. Seldman. N-Y. 2020.
- 81.Merrell K.W. *Behavioral, social and emotional assessment of children and adolescents*. London: Lawrence Erlbaum associates,2019. 438 p.
- 82.Morea P. *Personality: An introduce to the theories of psychology*. Lnd. etc.: Penguin books, 2020. 193 p.

83. Rutter M. Antisocial behavior by young people. Cambridge: Cambridge UP, 2018. 478 p.
84. Sprinthall N.A., Sprinthall R.C. Educational Psychology: a developmental approach. – 5th ed. New York: McGraw Hill, 2020. 668 p.
85. Zander J.W. Social psychology. – 4th ed. New York: McGraw Hill, 2017. 646 p.
86. Waterman A.S. Identity development from adolescence to adulthood: An extension of theory and review. *Development Psychology*. 2022. V.18. № 3. P. 341–358.

ДОДАТКИ

Додаток А

Програма соціально-психологічного тренінгу з оптимізації процесу соціалізації підлітків

Програма складається з комплексу психологічних тренінгів, з елементами різних психологічних технік.

Програма складається з 10 занять (1 лекційне, 9 практичних), тривалість кожного заняття – 2 години. Кількість учасників в одній групі – 13–14 чоловік. Проводилися тренінги в 2 групах старших та молодших підлітків 1 раз на тиждень.

Мета тренінгів: розширення в підлітків уявлення про себе та особливості свого «Я», гармонізація ідентичності та особистісного розвитку, відношення до себе, розвиток суб'єктних якостей, активної позиції та соціально значущих якостей, формування впевненої Я–концепції і поведінки, розвиток самоконтролю і саморегуляції для оптимізації процесу соціалізації.

Усього програма тренінгу вміщувала: 20 годин, з яких лекцій – 2 години, практичних занять – 18 годин.

Зміст програми.

Заняття 1 (лекційне).

Мета заняття: ознайомити підлітків з метою та завданнями роботи в групі соціально-психологічного тренінгу, змістом та спрямованістю тренінгу, зацікавити в участі у тренінгу.

Ведучий розповідає учням про мету занять, їх особливості. Визначає роль групового спілкування і спільної діяльності для розвитку особистості підлітків. Роз'яснює, що участь у тренінгу допоможе вирішити проблеми, які хвилюють підлітків, краще пізнати себе і особливості свого Я, зрозуміти себе, визначити свої сильні і слабкі сторони, цілеспрямовано розвивати перші та компенсувати другі, знайти способи особистісного розвитку,

знизити внутрішні протиріччя та напругу, конструктивно вирішувати конфлікти у спілкуванні, навчити управляти своїми емоціями та поведінкою, будувати свою особистість, впливати на своє життя. Ведучий акцентує увагу на практичному значенні тренінгу для розвитку навичок у спілкуванні підлітків з однолітками та дорослими та для спільної діяльності підлітків.

Ведучий окреслює *основну проблему тренінгу* – сприяння особистісному розвитку підлітка, оптимізація спілкування та соціалізації через розширення в підлітків уявлення про себе та особливості свого «Я», розвиток соціально значущих якостей, формування впевненої Я–концепції і поведінки, розвиток самостійності та активної життєвої позиції, самоконтролю і саморегуляції.

Далі ведучий ознайомлює учнів з засобами рішення проблеми, роз'яснює переваги групової форми роботи, а також коротко розповідає про те, як будуть проходити заняття (структуру та зміст).

Роз'яснення принципів поведінки і спілкування в процесі тренінгу (добровільність, рівноправність учасників, доброзичливе і терпляче відношення одне до одного, конфіденційність тощо).

Ведучий з'ясовує відношення учасників групи до майбутньої роботи, відповідає на питання учнів.

Домашнє завдання: побажання щодо визначення своєї участі у тренінгу, попередньо обговоривши це з батьками і отримавши їх згоду; у разі виявлення бажання участі у тренінгу – підготувати побажання для ведучого – що б хотів надбати та розвинути у собі підліток, які проблеми вирішити.

Заняття 2. Практичне заняття.

Мета: самовизначення членів групи та визначення групою цілей своєї роботи; створення у групі атмосфери психологічної безпеки, яка сприяла б самопізнанню та самопрояву; актуалізація внутрішньої готовності до самозмінень; знайомство з правилами роботи в групі та методами організації групової роботи, формування у учнів установки на взаєморозуміння, вміння

діяти узгоджено, внутрішньогрупове знайомство і розкріпачення поведінки учасників тренінгів.

Правила поведінки і спілкування в процесі тренінгів.

Ведучий більш конкретно зупиняється на *правилах роботи групи*, які в рівній мірі відносяться і до нього, і до учасників (вони роздруковані для кожного і поміщуються підлітками в психологічний щоденник):

1. *Добровільність* участі при чіткому визначенні своєї позиції: якщо не бажаєш говорити або виконувати будь-яке завдання – не виконуй, але повідомляй про це за допомогою умовного знаку (придумується «забороняючий знак», і той, що вказує – «не хочу говорити», «не хочу брати участь»).

2. *Відвертість у спілкуванні*. Якщо хтось не готовий бути відвертим в обговоренні будь-якого питання, краще промовчати, ніж казати не те, що ти думаєш або казати неправду.

3. *Анонімність* ситуацій та випадків із життя. Ведучий не повинен обговорювати внутрішній світ учасників групи без їх дозволу або без спеціального прохання. На деякі питання ведучий відповідає тільки наодинці. Тайна інформації гарантується.

4. *Право на думку*. Немає правильних або неправильних відповідей. Правильна відповідь – та, що виражає твою думку.

5. *Не критикувати та не оцінювати іншого учасника*, якщо він сам про це не попросить. Кожен має право на свою власну думку.

6. *Необхідно бути уважним* до того, що говорять, роблять і відчують інші і ти сам.

7. *Не виносити* проблеми, хвилювань, що обговорюються і дій учасників за межі групи. Не обговорювати чийсь проблеми з людьми, що не беруть участі у тренінгу.

Після того, як ведучий викладає правила і відповідає на запитання підлітків, проводиться ритуал прийняття правил (ведучий і учні «урочисто обіцяють» додержуватись цих правил).

Обговорення ритуалу початку і кінця занять, ритуальні привітання і прощання. Початок – мобілізуючий до роботи. Кінцівка – спокійна, об'єднуюча.

Роз'яснюються методи організації групової роботи: кругова система, робота в парах, командні ігри та вправи.

Учасники тренінгу розташовуються по колу, беруться за руки і створюють коло. Ведучий пояснює, що в подальшому багато вправ, дискусії, обговорення в процесі тренінгів будуть відбуватися в основному в колі (в положенні сидячі, або стоячи). Саме такий метод організації роботи сприяє відчуттю більшої рівноправності учасників, надає впевненості, підвищує згуртованість учасників групи. Ведучий теж знаходиться серед учнів в колі.

Потім проводиться *вправа «Встаньте в коло»*.

Призначення: формування у членів групи установки на взаєморозуміння, вміння діяти узгоджено.

Зміст вправи. Учні з заплющеними очима хаотично рухаються, дзижчать як бджоли, що збирають мед. За сигналом ведучого діти зупиняються і замовкають, а потім не відкриваючи очей і ні до кого не торкаючись руками, намагаються вистроїтися в коло (діяти треба в повній тиші, стараючись відчутти людей, що знаходяться поруч). Коли учасники гри займуть свої місця, ведучий подає сигнал, і підлітки відкривають очі, оцінюючи фігуру, яка в них вийшла.

Обговорення результатів гри. Робиться висновок про те, що повного узгодження групи поки що не вийшло, але ніхто особисто в цьому не винен. Почуття спільності, згуртованості в групі ще не виростало, але його можна поступово створити.

Більш глибоке внутрішньогрупове знайомство і розкріпачення поведінки учасників тренінгу. Індивідуальне знайомство з кожним учасником групи. Презентація кожним учасником групи себе: коротка, але змістовна розповідь про себе: ім'я (або псевдонім в групі), інтереси, зацікавлення; чекання і побажання у процесі проведення тренінгу.

Вправа «Коло знайомств».

Призначення: надання кожному учаснику можливості заявити про себе в групі, виразити свою індивідуальність в захищеній і жартівливій формі за допомогою пантоміми.

Зміст вправи. Учасники стають в коло. Ведучий одночасно розповідає і показує правила гри, що складається з п'яти кроків:

1) один учасник робить шаг до центру колу; 2) називає своє ім'я або псевдонім, яким би він хотів називатися в цій групі; 3) демонструє якісь рухи або жести, що виражають його уявлення про себе; 4) після цього гравець повертається на своє місце в колі; 5) усі інші гравці, як можливо точніше, повторюють назване ім'я, стараючись імітувати інтонацію і показати дію. Після цього цю процедуру повторює наступний гравець. Ведучий повинен дати установку на розшифровку невербального повідомлення.

Обговорення. Обговорення і розшифровка отриманих повідомлень проводиться неформально. Підлітки проводять «інтерв'ю» члена групи, чію думку їм хочеться почути. Приклад схеми інтерв'ю: «Я запам'ятав твій рух (коротка пантоміма). Мені здається, що воно виражає те і те ... Чи правильно я тебе зрозумів?» Або: «ти запам'ятав мій рух (коротка пантоміма)? Мені цікаво, як ти його зрозумів... Дякую, це цікаво, але я хотів сказати ще ось ...».

Підведення підсумків заняття, питання до ведучого, індивідуальні побажання.

Щоденник або психологічний зошит. Ведучий розповідає про його призначення. Пояснює підліткам, що запис своїх спостережень дозволяє отримати багато цікавого матеріалу для роздумів про себе. Завдання для самопізнання, що будуть виконуватися у щоденнику призначені для більш глибокого аналізу своїх почуттів, думок, вчинків, емоційних станів, якостей тощо. *Особливо підкреслюється те, що не можна без дозволу хазяїна читати чужий щоденник,* вказує на суверенність внутрішнього світу іншої людини, і що ніхто не має права вторгтися в нього.

Домашнє завдання: «Футболка з надписом».

Ведучий пояснює, що кожна людина «подає» себе іншим. Говорить про футболки з різними надписами, надає приклади надписів, що «говорять». Підлітка пропонується придумати і записати на обкладинці щоденника заняття надпис на власній «футболці», який у подальшому може змінюватися. Важливо, щоб він щось говорив про автора зараз – його інтересах, захопленнях, відношенні до інших, про те чого він вимагає від себе та інших тощо.

Заняття 3.

Мета: розвиток навичок рефлексії, пізнання, поглиблення знань про своє «Я», самоаналіз і аналіз індивідуальної структури «Я», усвідомлення особистісної індивідуальності та неповторності, підвищення групової згуртованості.

Обговорення д/з «Футболка з надписом»: кожен підліток зачитує свій надпис, при цьому ведучий надає емоційну підтримку кожному. Про що в основному говорять надписи на футболках, що ми хочемо повідомити про себе іншим людям (коротко). Наприкінці ведучий показує (у жартівливій формі) надпис на власній «футболці».

Розминка з використанням ігор і вправ на зосередження уваги на роботі: «Розвеселити сумного», «Я сказав», «Звернення».

Вправа «Розвеселити сумного».

Призначення: дозволяє поліпшити клімат в колективі, дозволяє усвідомити широкі можливості впливу на емоційний стан інших людей.

Зміст. Групі пропонується розвеселити учасника, якому сумно. Але спочатку ведучий має отримати згоду цього учасника на участь у вправі. Розвеселити сумного можна використовуючи тільки словесні засоби (можна говорити щось приємне, розповідати історії тощо).

Обговорення. Після використання вправи у учасника питають, що саме його розвеселило, а що залишило байдужим і чому.

Вправа «Я сказав».

Призначення: знімає напруженість в групі, поліпшує настрій.

Зміст. Ведучий пропонує групі повторити його рухи. Але виконувати тільки ті, яким передуює фраза «Я сказав». Наприклад, «Я сказав: підніміть руки» – рух виконується. Але якщо говориться просто «Підніміть руки», то цього не треба робити. Вправа проводиться у швидкому темпі (темп поступово збільшується). В процесі виконання вправи пропонується реагувати тільки на команди, а не на рухи ведучого.

Вправа «Звернення».

Призначення: допомога кожному учаснику відволіктися від проблеми, що не стосується роботи в групі, зосередитися на ситуації «тут і тепер», повністю зануритися в групову роботу.

Зміст. Кожному з учасників надається 30 секунд, щоб звернутися до групи. Ведучий кидає м'ячик першому «промовцю» і слідкує за часом. Той, в свою чергу, після звернення кидає м'ячик іншому членові групи.

Обговорення. З'ясування того, чиє звернення подіяло на учасників найсильніше, допомогло включитися в ситуацію «тут і тепер». Це допомагає виявити прийоми, які дозволяють найбільш ефективно виконати завдання.

Вправа «Хто Я».

Призначення: поглиблення знань про своє Я, усвідомлення своєї індивідуальності та неповторності.

Підліткам пропонувалось на протязі 5–7 хвилин письмово відповідати на питання «Хто Я?», поставлене до самого себе.

Обговорення. Відповіді аналізуються учнями (аналіз загального уявлення про себе та особливості свого «Я»), визначається тематика відповідей, проводиться диференціація суджень про себе, визначається ступінь розвиненості і складності уявлення про себе.

Гра «Який Я зараз, і яким хотів би бути».

Призначення: зосередити увагу на актуальних самопочуттях, розвиток здібності до самоаналізу власних та почуттів інших, проектування можливих внутрішніх змін, розвиток розуміння невербальних засобів спілкування.

Зміст. Кожен з учасників групи має продемонструвати жестами, мімікою, за допомогою поз яким він є, а потім яким хотів би бути. Ведучий акцентує увагу на тому, що демонстрував, яким він є. Ведучий пропонує учасникам відгадувати почуття, які зображує їх товариш.

Обговорення. Міжгрупові питання й обговорення проблем, що виникають у процесі виконання завдання. Чи важко було виконувати завдання і чому? Що відчували, коли виконували завдання? Чиї покази було легше відгадати?

Домашнє завдання. Підліткам пропонується спостерігати за собою та іншими людьми (друзями, батьками) в спілкуванні. Записати у щоденнику в один стовпчик свої якості, що заважають йому у спілкуванні, а в інший – якості, що допомагають знаходити взаєморозуміння у спілкуванні.

Заняття 4.

Мета: розвиток рефлексії, здібностей до самоаналізу індивідуальних відмінностей «Я–образу» від особистості інших, усвідомлення індивідуальності своєї особистості та виробка здібності до самоаналізу себе і власних якостей, підвищення рівня самоприйняття.

Обговорення д/з. Підлітки зачитують список своїх якостей, які допомагають і тих, які заважають у спілкуванні. Аналізуються і виділяються найбільш часто повторювані в списках підлітків якості (обох полюсів). Робиться висновок про те, яких якостей більше у списку і чому.

Розминка з використанням ігор і вправ на розкріпачення і зосередження уваги на роботі.

Вправа «Потиснемо руки».

Призначення: створення в групі більш розкутої атмосфери, досягнення стану доброзичливості між учасниками та стану, що дозволяє більш ефективно працювати.

Зміст. Ведучий пропонує всім встати і привітатися з кожним, потискаючи руку і називаючи своє ім'я (тренінгове). Головне – привітатись з кожним.

Обговорення. Ведучий питає, чи всі привіталися. Якщо якась пара не привіталась, то їм пропонують потиснути один одному руки. Після того, як всі сіли в коло, ведучий питає, як всі себе почувають і чи готові вони до роботи. Можна запропонувати учасникам оцінити свою готовність до роботи по 10-ти бальній шкалі (10 балів – повністю готовий працювати «тут і тепер», 1 бал – зовсім не готовий). Після оцінки своєї готовності учасниками, можна запитати у кого готовність найвища, що треба зробити, щоб стан тих, хто недостатньо готовий змінився і вони могли розпочати заняття.

Вправа «Відповідь на питання».

Призначення: дає можливість учасникам отримати додаткову інформацію про кожного.

Зміст. Група розділяється на підгрупи по 5–6 осіб. У мікрогрупі один з учасників повертається спиною до товаришів. Члени його групи можуть задавати будь-які питання. Відповідаючи треба обов'язково назвати ім'я того, хто задав питання. На місці відповідаючого повинен побувати кожен з членів групи.

Обговорення. Звертається увага на характер питань, на те, чи важко було визначити ім'я того, хто задав питання? Може обговорюватися тема, чому виникли проблеми з ідентифікацією певних голосів.

Вправа «Ми з тобою схожі тим, що...».

Призначення: розвиток здібностей до аналізу подібності та індивідуальних відмінностей власного «Я-образу» від особливостей інших.

Зміст. Учасники розташовуються у 2 кола: внутрішнє і зовнішнє. Кількість учасників в обох колах однакова. Учасники зовнішнього кола кажуть своїм партнерам фразу, яка починається зі слів: «Ми з тобою схожі тим, що...» (наприклад тим, що живемо в Україні). Учасники внутрішнього кола відповідають: «Ми з тобою відрізняємося тим, що...» (наприклад, кольором очей, манерою спілкування тощо).

Схожість та відмінність може торкатися особистісних якостей, інтересів, захоплень та ін. Потім по команді ведучого учасники внутрішнього кола рухаються, змінюючи партнера. Обмін висловлюваннями повторюється. Процедура повторюється доти, поки кожен учасник внутрішнього кола не зустрінеться з кожним учасником зовнішнього кола.

Обговорення. Самоаналіз виникаючих труднощів у процесі виконання завдання і способів їх подолання. Чи легко було віднайти схожість та відмінність з іншою людиною? Якщо важко, то чому?

Вправа «Який Я».

Призначення: більш глибоке пізнання себе, виробка здібності до самоаналізу себе і власних якостей.

Зміст. Ведучий пропонує учасникам виписати в стовпчик із заданого списку прийменників слова, що максимально точно характеризують кожного з них, потім проранжувати.

Обговорення. Відповісти на питання: «Які якості Вам в собі подобаються, а які ні». Можна відмітити кольоровим олівцем скільки тих і інших, що хотіли б надбати, від чого звільнитися.

Підведення підсумків і побажання

Домашнє завдання. Із запропонованого списку прийменників (див. вправу «Який Я») випишіть слова, що характеризують ваш ідеал. Проранжуйте їх. Попросіть батьків та друзів, яким ви довіряєте скласти з декілька прийменників ваш портрет. Проаналізуйте та порівняйте свої психологічні портрети: Я-реальне, Я-ідеальне, Я-очима інших.

Заняття 5.

Мета: формування впевненої Я–концепції і поведінки, підвищення рівня позитивного самосприйняття, виробка відчуття власної цінності, своїх сильних сторін, формування адекватної самооцінки, усвідомлення важливості прояву індивідуальності, навчання способам внутрішнього самоконтролю.

Обговорення Д/з: Чи співпали ваші психологічні портрети з портретами, що склали інші і наскільки? Які якості для вас найбільш бажані? Якими бачать вас інші? Що ви відчули, коли подивились на себе очима інших?

Розминка. Вправа «Розвеселити сумного» (див. заняття 3).

Вправа «Комплімент».

Призначення: формування впевненості у собі, важливості прояву індивідуальності, покращення настрою, налаштування на доброзичливість у спілкуванні.

Зміст. Учасники розташовуються в два кола: внутрішнє та зовнішнє. Кількість учасників в обох командах однакова. Учасники, що стоять навпроти, говорять одне одному комплімент. Потім по команді ведучого учасники внутрішнього кола рухаються, змінюючи партнера. Обмін висловлюваннями повторюється. Процедура повторюється доти, поки кожен учасник внутрішнього кола не зустрінеться з кожним учасником зовнішнього кола.

Обговорення. Чи завжди було легко казати компліменти? Кому було важко це зробити і чому?

Вправа на самоаналіз своїх позитивних якостей та тих, що заважають та не подобаються.

Зміст. Підліткам пропонується у письмовій формі записати в один стовпчик 10 якостей, які їм в собі подобаються, а в другий стовпчик ті, які вони вважають недоліками.

Обговорення. Чим подобаються якості, що знаходяться в першому стовпчику? Чим заважають якості у другому стовпчику? Чим вони

заважають? Проаналізувати шляхи для розвитку своїх позитивних якостей та для кожного недоліку підібрати 2–3 шляхи їх виправлення.

Вправа «Усе рівно ти молодець, тому що...».

Призначення: розвиток навичок рефлексії та здібностей до розуміння і співпереживання іншій людині, підвищення рівня позитивного самосприйняття, впевненості в собі.

Зміст. Учасники розбиваються на пари. Один партнер розповідає іншому про складну ситуацію в своєму житті, про щось неприємне, або каже про якусь свою ваду. Його співбесідник уважно вислуховує і каже: «Все одно ти молодець, тому що...».

Обговорення. Важливо, щоб кожен учасник відповів на питання: Чи всі змогли відреагувати на розповідь партнера належним чином? Хто не зміг чи не встиг цього зробити? Що відчував той, до кого була звернена підтримка? Що відчував той хто слухає? Хто не зміг утриматися від осуду і чому?

Аналіз індивідуальної і групової реакції на невдачу при виконанні завдань тренінгу.

Вправа «Атлет».

Призначення: стимуляція активності підлітків, підвищення позитивного самосприйняття свого тіла, закріплення позитивних відчуттів, підвищення впевненості у собі, розвиток уяви.

Зміст. Уявіть себе атлетом що виступає на конкурсі атлетизму перед багатьма глядачами – вашими захопленими шанувальниками. Ви на яскраво освітленій сцені демонструєте свої могутні і красиві м'язи, приймаєте різні пози. Ось одна з них (виконується реально). Зробіть глибокий повільний вдих через ніс і одночасно з силою зігніть руки у ліктях, граючи біцепсами і посміхаючись сліпучою посмішкою кінозірки. Відчуйте як разом з вдихом тіло наповнюється пружкою силою і енергією, а ви відчуваєте свою могутність. "Потримайте" цей стан 10–15 сек. І спробуйте передати його глядачам.

Обговорення. Учасники групи діляться своїми враженнями про те що вони відчували.

Вправа «Мої сильні сторони».

Призначення: розвиток адекватного відношення до себе та самооцінки своїх можливостей, підвищення впевненості у собі, розвиток здібності до самоаналізу себе, свого життя та досягнень, стимуляція самостійності при вирішенні конкретних завдань, підвищення почуття власної гідності.

Зміст. 1. Уявіть собі ту сферу життєдіяльності, у якій ви невпевнені у собі, вразливі, не в змозі досягнути бажаних успіхів (3–4 хв.). 2. Тепер уявіть ту сферу життєдіяльності, у якій у вас все добре, є успіхи і перспективи. 3. Без оманливої сором'язливості визначіть причини ваших досягнень у другій сфері (не менш 5-6). Перерахуйте їх письмово. 4. Поміркуйте, які вміння з другої сфери можна було б перенести до першої. Підкресліть їх або окресліть у рамку. Коли ви попадаєте у заважке становище, невпевнені у собі, перечитайте їх.

Обговорення. Групова дискусія з питань: 1) Чи важливо знати що ви здатні добре робити, а що не в змозі? 2) Де і з ким безпечно говорити про ці речі? 3) Чи потрібно бути успішним в усьому? 4) Якими засобами інші можуть спонукати вас до сприятливого самосприйняття? 5) Якими засобами ви можете зробити це самі? 6) Чи є різниця між підкреслюванням своїх достоїнств і хвалькуватістю? У чому вона заключається? 7) Що означає реальна адекватна самооцінка, відношення до себе? 8) Від кого залежить будете ви щасливі або ні?

Домашнє завдання. Описати 4–6 подій з повсякденного життя, які підвищували або знижували почуття власної гідності.

Заняття 6.

Мета: розвиток уяви, реалістичних уявлень про себе через асоціативні образи себе, формування вміння виразити свій стан невербальними методами, розвиток уваги, самоконтролю і саморегуляції поведінки та емоцій, навчання способам відреагування негативних емоцій.

Обговорення д/з.

Вправи на концентрацію та розвиток навичок боротьби з відволіканням уваги.

Вправа «Муха».

Призначення: розвиток зосередженості уваги, вміння контролювати та управляти своєю увагою.

Інвентар. Спеціальна дощечка з розкресленим дев'ятиклітинним ігровим полем 3 x 3 та невеличка присоска (шматочок пластиліну), яка виконує роль «дресированої мухи».

Зміст. Дощка ставиться вертикально і ведучий пояснює учасникам, що переміщення «мухи» з однієї клітини на іншу відбувається через команди з боку учасників, які вона слухняно виконує. За однією з чотирьох можливих команд («Угору!», «Униз!», «Вправо!», «Вліво!») «муха» переміщується відповідно до команди у сусідню клітину. Вихідне положення «мухи» – центральна клітина ігрового поля. Команди подаються учасниками по черзі, причому вони повинні уважно слідкувати за переміщеннями «мухи», не допускаючи її виходу за межі ігрового поля. Після цього проводиться сама гра. По мірі освоєння підлітками гри на дошці, вона ускладнюється – проводиться на полі, що уявляється кожним з учасників. Якщо учасник помиляється . або хтось бачить, що «муха» покинула поле, він дає команду «Стоп!», і повернувши її на центральну клітину, розпочинає гру спочатку. *Потім гра проводиться як змагання:* учасник, який помиляється вибуває з гри, і так до переможця – найуважнішого учасника гри.

Обговорення. Чи важко було управляти своєю увагою під час гри? Якщо комусь важко, то з якої причини? Які труднощі відчували під час проведення гри в умовах змагання?

Вправа «Кульгава мавпа».

Призначення: зняття емоційної напруги, розрядка групи, розвиток здібності до спостереження за відволіканням уваги, боротьба з відволіканням уваги.

Зміст. Учасники розташовуються зручно в умовах тиші. Ведучий говорить приблизно таке: «Зараз я попрошу вас виконати одну вправу. Завдання, яке я вам дам, необхідно виконувати від команди «Почали!» до команди «Стоп!». Якщо ви з якоїсь причини порушите мою інструкцію – подайте сигнал – плескайте в долоні (ведучий плескає в долоні). Отже, якщо ви відволіклися, обов'язково плесніть в долоні і продовжуйте далі виконувати завдання. Усім зрозуміло? Закрийте очі... Увага, даю завдання: *не думати про кульгаву мавпу*. Почали! (Як правило, проходить 30-120 секунд під «аплодисменти»). «Стоп!»

Обговорення. Чи важко було не відволікатись від виконання інструкції? Чому? Які способи використовували для виконання завдання? (обговорюються різні способи, обмін техніками)

Вправа «Асоціації» .

Призначення: отримання зворотного зв'язку щодо уявлень інших до своєї особистості, отримання інформації про свій образ з боку інших, розвиток до самоаналізу та співставлення власних уявлень про себе з уявленнями з боку оточуючих, розвиток уяви, асоціативного мислення.

Зміст. Один з учасників виходить за двері. Інші обирають кого-небудь з тих, хто залишився, кого він повинен вгадати по асоціаціям. Той, що водить, входить і намагається вгадати, кого саме загадали, ставлячи питання на асоціації: «На які квіти він схожий?», «На яку тварину?», «На яку пісню, книгу» тощо. При цьому, той хто водить, показує, хто саме повинен йому відповідати. Він задає оговорену раніше кількість питань (5 питань), після чого він повинен назвати того, кого згадали. Якщо вгадує, то названий стає ведучим. Якщо ні, то знов уходить.

Обговорення. Коли було легше відгадувати, коли відповідав той, кого загадували чи хтось інший? З чим це пов'язано? Існує різниця між тим, якими ми себе вважаємо і якими нас вважають інші люди? Що ви відчували, коли про вас розповідали? Користь та шкода зворотного зв'язку.

Вправа також проводиться з асоціаціями з образом людини певної професії, спортсмена з певного виду спорту. Поступово вправа ускладнюється – проводиться як змагання з розбивкою на 2 команди учасників та виявленням переможців.

Вправа «Синестезії».

Призначення. Розвиток уяви, творчих здібностей, вміння вживатися в образ.

Зміст. Один з учасників виходить за двері (ведучий), йому говорять, що в його відсутність група обере один з чотирьох кольорів (красний, синій, жовтий та зелений). Після обрання групою кольору ведучий вертають і учасники по черзі демонструють за допомогою рухів тіла, які по їх власним відчуттям повинні виражати цей колір. Коли гра пройде повне коло, ведучий намагається вгадати задуманий колір.

Перед грою ведучий пояснює, що тілорухи не повинні бути прямими підказками (вказувати на колір якогось предмета), в рухах повинні виражатися сам колір та його відчуття.

Потім ця ж вправа проводиться з показом часу року, смаку (гіркий, кислий, солодкий, гострий), фізичних якостей (сили, гнучкості, спритності), вольових якостей (сили волі, наполегливості, рішучості, сміливості тощо).

Вправа «Почуття без слів». Проводиться аналогічно попередній вправі, але при цьому задумується і показується (жестами, мімікою) певне почуття (таке, щоб його можна було назвати одним словом або словосполученням).

Обговорення: індивідуальних проблем і труднощів при виконанні завдань тренінгу і їх причин. Які категорії було показувати важко, які легко, чому? Що відчували в процесі показу. За чиїми показами було легко (важко) відгадати задану категорію і чому?

Які найчастіше почуття ви відчуваєте – приємні чи неприємні? Чи хотілось би вам, щоб у вас не було ніяких емоцій? Чи були у вашому житті такі ситуації, коли вам заважали ваші почуття, або почуття інших людей? До чого приводило, коли люди не розуміють почуття інших людей? Яке з почуттів показувати найлегше (найскладніше)?

Вправа «Відреагування негативних емоцій».

Призначення: ознайомлення з прийнятними способами розрядки свого гніву та агресивності.

Зміст. Ведучий повідомляє підліткам призначення цієї вправи, після чого пропонує підліткам розміститися зручно на стільцях, розслабитися, зробити 3-4 глибоких повільних вдихи та заплющити очі. Ведучий: «Уявіть, що ви на невеликій виставці, на якій показують фотографії людей, на яких ви розгнівані, які викликають у вас злість, які вас образили. Оберіть будь-яке з цих фото та зупиніться біля нього, при цьому пригадайте будь-яку конфліктну ситуацію з цією людиною. Спробуйте подумки побачити себе в цій ситуації».

1. Уявіть, що висловлюєте свої почуття цій людині, кажете їй все, що про неї думаєте на «тарабарській» мові.
2. Уявіть, що в процесі розмови ця людина зменшується в зрості, його голос стає слабшим та невпевненим. Зменшуйте її в зрості, поки вона не стане менш значущою і величною.
3. Спостерігайте тепер за цією розмовою з боку. Яким ви бачите себе? Як ви бачите всю ситуацію?
4. Тепер поверніться на початок сюжету, але переверніть картину догори ногами та додивіться сюжет до кінця.
5. Знов поверніться на початок та зробіть теж саме, але уявіть, що усі учасники ситуації, в тому числі і ви розмовляєте голосами героїв мультфільмів. Якщо ви закінчили вправу, дайте знак – кивніть головою. А тепер візьміть в руки лист паперу і уявіть, що це фото цієї людини або неприємної для вас ситуації. Порвіть аркуш паперу на шматочки, якщо одного аркуша недостатньо – порвіть декілька. Потім декілька разів глибоко вдихніть та скажіть про себе:

«Я абсолютно спокійний! Я володію своїми почуттями!» Уявіть образ, який викликає у Вас почуття зібраності та спокою.

Обговорення. Що було легко, а що важко робити під час цієї вправи? Що сподобалось, а що ні? Яку ситуацію ви уявили? Розкажіть про неї. Як змінювався ваш настрій під час виконання вправи? Чим відрізняються почуття на початку і в кінці вправи? Що ви відчуваєте тепер? Який образ спокою ви придумали?

Домашнє завдання:

1) Запишіть у щоденник, що нового ви про себе узнали. Закінчить речення: «Я зрозумів, що Я...», «Я взнав, що Я...», «Я був здивований, що Я...».

2) Проаналізуйте, що найчастіше у вас викликає роздратованість і злість? Спробуйте вдома різні способи розрядки внутрішньої напруги. Що вам більш за все підходить? Придумайте свої формули самонавіювання.

Заняття 7.

Мета: розвиток уяви, реалістичних уявлень про себе через асоціативні образи себе, розвиток суб'єктних якостей, активної позиції і соціально значущих якостей (впевненості в собі, цілеспрямованості) через асоціативні образи, пов'язані зі спортом і спортивною діяльністю, навчання способам внутрішнього самоконтролю і саморегуляції.

Розминка: використання вправи «Синестезії» з попереднього заняття 6.

Вправа «Відгадай вид спорту».

Зміст. Група розбивається на дві команди, які змагаються між собою. Ведучий загадує для кожної команди певний вид спорту. При цьому кожному з гравців команди роздаються карточки, на яких надруковано вид спорту, який гравці (у порядку черги) мають невербально (рухи, міміка, жести) показати для відгадування виду спорту, а також перелік понять, через які він має показувати цей вид спорту: квітка, дерево, тварина, колір, з яким асоціюється вид спорту, фізичні та психологічні якості, які він розвиває, характерні змагальні рухи тощо. При цьому тому, хто показує надається

установка на те, щоб він уявив себе спортсменом, який займається видом спорту, який показує. Відгадують вид спорту гравці іншої команди. Проведення даної гри відбувається у формі змагання між двома командами з нарахуванням за кожний правильно відгаданий вид спорту – 10 балів.

Обговорення труднощів і відчуттів у процесі гри, підбір способів їх подолання. Що відчували, коли вам треба було провести асоціацію між видом спорту, як видом людської діяльності і певним поняттям – кольором, квіткою, твариною тощо? З чим було найважче провести асоціацію? За показом якої категорії було найлегше (найважче) відгадати вид спорту?

Вправа «Перевтілення».

Призначення: навчання релаксації та мобілізації.

Зміст: Учасники сідають в коло. Ведучий стає “чарівником”, називаючи і описуючи предмети, які являють собою розслаблення, втілене у речах. Наприклад, повзуча по схилу вулкана розплавлена лава, масло, що тане. Усі гравці “перевтілюються” в те, що назвав чарівник. «Перевтілені» від лиця речі розповідають по черзі, що з ними відбувається в даний момент, що вони при цьому відчувають. Для того, щоб мобілізувати дітей, ведучий пропонує уявити тонізуючий образ – орел, що злітає, пантера, що готується до стрибка, і образи спортсмена-лучника, що готується вистрілити з луку, спортсмена-бігуна на старті.

В *обговоренні* підлітки діляться між собою почуттями, які вони відчували, аналізують різницю у відчуттях розслабленості та напруженості.

Домашнє завдання: уявити себе спортсменом, з виду спорту, який вам найбільш подобається та проаналізувати різні ситуації (письмово) з уявного спортивного життя – спілкування з тренером та товаришами по команді, підготовка та участь у змаганнях, завоювання найвищої нагороди (особливо зупинитися на відчуттях впевненості в собі, задоволеності досягнутим успіхом і запам'ятати ці відчуття).

Заняття 8.

Мета: розвиток навичок рефлексії та здібностей до розуміння іншої людини, розвиток і використання творчої уяви для підбору різноманітних шляхів рішення індивідуальних і групових проблем у спілкуванні, формування вміння аналізувати себе та інших в різних ситуаціях спілкування в певній діяльності.

Обговорення Д/З. Кому важко, а кому легко було уявити себе спортсменом і придумати різні ситуації зі спортивного життя і чому? Що відчували, коли уявляли себе спортсменом (на змаганні, перед виходом на старт, коли уявляли себе переможцем та ін.)? Прочитати за бажанням те, що записали?

Розминка. Вправи «Синестезії», «Перевтілення» (див. попередні заняття).

Гра «Перевтілення» (2 варіант), кожному з учасників групи надається завдання перевтілитися в образ людини, що займається певним видом професійної діяльності – лікар, вчитель, шофер, спортсмен, тренер. Відгадати гравцям цей образ треба спочатку по невербальному показу асоціацій з цією професією, а потім по вербальному опису того, які соціально значущі якості розвиваються в певному виді діяльності.

Вправа «Групова картина».

Призначення: тренування зорової уяви та фантазії, розвиток навичок управління своїми емоціями, актуалізація творчих якостей, стимулювання творчого мислення та самостійності, підтримка певного емоційного настрою в групі.

Зміст. Усі учасники розташовуються в коло. Один з них бере чистий аркуш паперу та намагається уявити намальовану на ньому картину і починає детально її описувати, а інші намагаються побачити те, про що він говорить. Потім аркуш передається наступному учаснику, який продовжує створювати уявну картину, доповнюючи вже написане новими деталями. Аркуш передається далі. Ведучий попереджає учасників, що це повинна бути саме

картина, а не сюжет, що розвивається. Описи повинні бути достатньо точними, щоб встановити по ним просторове розташування деталей. Закінчення гри може бути оголошено кожним наступним учасником. Якщо він відчує, що подальша робота може перенавантажити картину. Але необхідно кожному намагатися, щоб аркуш пройшов повне коло. Потім по мірі оволодіння учасниками вправою пропонується уявити не просто картину, а частину дійсності, в яку учасники переносяться за допомогою своєї уяви, можна включати в розповідь не тільки зорові описи, але й описи звуків, запахів, голосів тощо.

Ведучим також пропонується уявити картини зі спорту, спортивного життя (картини змагання, наприклад на Олімпійських іграх, в ситуаціях споглядання за виступом спортсменів з різних видів спорту та уявлення себе в ролі якогось спортсмена).

Обговорення. Кому легко, а кому важко було продовжувати малювати картину і чому? Кому легко вдалося перенестися та зануритися у уявну картину? Що відчували, коли уявляли себе у образі спортсмена на Олімпійських іграх? Що відчували, коли уявляли себе в якості вболівачих за улюблених спортсменів? Підведення підсумків гри й індивідуальних висновків.

Домашнє завдання: аналіз конфліктних ситуацій у спілкуванні із власного життя, підбір різноманітних способів, яким можна було вирішити цю проблему.

Заняття 9.

Мета: розвиток вміння аналізувати себе та інших в ситуаціях спілкування, удосконалення вмінь спілкування в групі, розвиток психологічної стійкості, підвищення впевненості у собі, навчання способам ефективного поведінки в різних життєвих ситуаціях, розвиток вміння розуміти причини конфлікту в спілкуванні.

Вправа «Вирішення складних ситуацій».

Зміст. Підлітки об'єднуються в групи по 2–4 особи. Кожна підгрупа розіграє, запропоновану будь-ким з них конфліктну ситуацію, пропонуючи свій спосіб її вирішення (можна брати з Д/З). Інші учасники можуть запропонувати свій варіант виходу із складного положення. В результаті аналізу ситуацій і способів їх вирішення, знаходиться найбільш оптимальне її рішення.

Потім психолог пропонує кожній підгрупі свої 4 варіанти конфліктних ситуацій, які були ним заготовлені і надруковані на картках, які стосуються важливих для підлітків сфер взаємовідносин: 1) у взаємовідносинах з другом, друзями; 2) з батьками; 3) в навчальній діяльності (з вчителем); 4) у спортивній діяльності (з тренером, колегами по команді).

Обговорення. Аналізуються найбільш типові способи поведінки в складних ситуаціях: 1) пригнічення своїх почуттів; 2) агресивний вираз почуттів; 3) мирне вирішення конфлікту. Обговорюються також найбільш оригінальні способи вирішення конфліктів, а також відбувається порівняння способів вирішення складних ситуацій в запропонованих ведучим сферах взаємин і діяльності.

Індивідуальний і груповий аналіз складних ситуацій, що виникали в кожного з учасників тренінгу і способу її рішення.

Гра «Контакт».

Призначення. Відпрацювання вербальних і невербальних способів встановлення контакту в групі, розвиток навичок спілкування.

Зміст. Учасники розбиваються на дві команди. Одна команда загадує одному з гравців іншої команди певне завдання. Наприклад, домовитися про зустріч з гравцями з його команди в певному місці, у певний час за допомогою невербальних способів спілкування (жестів, міміки). Всі гравці намагаються вгадати, яку інформацію їм передають, питаючи про це свого гравця (словесно). Коли завдання виконується, команди міняються місцями.

Обговорення. Про що було легко, а про що важко домовитись? Які труднощі відчували гравці, які передавали інформацію невербально? Кому з гравців було легко розпізнавати невербальну інформацію, а кому важко, і чому?

Вправа «Маяк».

Призначення: розвиток психологічної стійкості, підвищення впевненості у собі.

Зміст. Ведучий пропонує підліткам розміститися зручно на стільцях, зробити декілька глибоких повільних вдихів та видихів, закрити очі, заспокоїтися та уявити наступну картину. Ведучий: «Уявіть, що ви пливете вночі на невеликому кораблі в морі. Розігрався шторм, палубу заливає дощ. Корабель підіймається та опускається на хвилях, його розкачує з боку в бік. Навкруги непроглядна темрява. Відчуйте качку корабля, почувте як виє вітер, відчуйте на обличчі холод дощу та вітру, подивіться на нічне штормове море. Відчуйте як втомилися ваші руки, як важко керувати штурвалом. Раптово ви бачите вдалині яскраве світло. Це маяк! Його нерухомий сяючий промінь – це ваш провідник уночі. Ви з полегшенням приймаєте цю допомогу, тепер ви знаєте куди спрямувати корабель. Зосередьтесь на маяку, уявіть його світло, що ллється у всі сторони, він допомагає тим, хто збився зі шляху, вказує шлях усім, хто цього потребує. Ви відчуваєте, як у вас з'являються сили, ви повертаєте корабель в напрямку, що вказує вам маяк, корабель підкоряється вам. Лютує шторм, виє вітер, ллє дощ, ніч темна, але маяк стоїть, випромінює світло та силу, жодна буря його не зламає. Через деякий час дайте цьому уявленню зникнути, залишивши після себе відчуття сяючої сили, впевненості, надії».

Обговорення. Які відчуття були присутні у вас під час вправи? Чи вдалося вам уявити образ маяка? Що ви відчували, коли раптово побачили маяк? Чи залишилось у вас після виконання вправи відчуття сили, впевненості, які вам надав образ маяка? В яких життєвих ситуаціях, вам більш за все необхідні подібні відчуття?

Домашнє завдання. Записати в психологічному щоденнику – які якості він надбав в процесі участі в тренінгу, чи змінилося його уявлення про себе, побажання для майбутньої роботи над собою: що ще хотілось би розвинути, надбати, вдосконалити, зрозуміти.

Заняття 10.

Мета: аналіз та усвідомлення кожним учасником індивідуальної значимості тренінгів: якісних змін, які відбулися з ним за час тренінгу; формування почуття внутрішньої стійкості, адекватної самооцінки, гармонізація уявлення про себе, формування вміння ставити перед собою цілі і визначати шляхи їх досягнення; формування установки на подальше самовдосконалення.

Підведення підсумків та обговорення. Усний самоаналіз значущості тренінгу (що позитивне, що негативне відкрив у собі, які якості придбав, чому навчився, яке з занять сподобалося найбільше і чому і т.п.). Використовується при цьому записки з домашнього завдання.

Вправа «Хто Я».

Обговорення. Відбувається порівняльний аналіз свого уявлення про себе на початку і в кінці тренінгу, робиться висновок про напрямок змін в особистісному розвитку кожного підлітка.

Вправа «Я реальний, ідеальний, очима інших». Підлітки розбиваються на пари. Ведучий пропонує їм виконати вправу «Який Я», та завдання аналогічне домашньому завданню з 4 заняття, але оцінка своїх якостей відбувається з урахуванням змін, що відбулися за час тренінгу. Образ «Я очима інших» пропонується оцінити партнераві.

Обговорення. Групова дискусія і обговорення того, чи є розходження в тому який ти є на самому ділі, яким тебе бачать інші і яким хотів би бути, а також встановлюється наскільки значні ці розходження були на початку занять.

Намічаються найближчі цілі саморозвитку та аналізуються можливі шляхи їх досягнення (письмово).

Обговорюються питання про взаємодію зі значущими людьми – батьками, друзями, вчителями, про саморозвиток і самовдосконалення, прийняття відповідальності за себе і свою поведінку. Взаємний аналіз і самоаналіз активності учасників у процесі проведення тренінгів у групі.

Побажання одне одному і їхнє обговорення.

Заключне слово ведучого. Підведення загальних підсумків.