

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК САМООЦІНКИ З САМОТНІСТЮ ОСІБ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ

А. В. Зубкова

Херсонський державний університет, alenazubkova699@gmail.com

Науковий керівник: доктор психологічних наук, професор І. С. Попович

Актуальність теми. Підлітковий вік є періодом інтенсивного фізичного, емоційного та соціального розвитку, під час якого особливо актуальними стають питання самооцінки та соціальної адаптації. Проблема зв'язку між явищами самооцінки і самотності в підлітків є важливою, оскільки вона впливає на їхнє психічне здоров'я та соціальну інтеграцію.

Самооцінка визначається тим, як людина оцінює себе, свої здібності, характеристики та досягнення. У підлітковому віці самооцінка може бути особливо вразливою, оскільки в цей період формується самосвідомість та встановлюються нові соціальні ролі. Низька самооцінка може призвести до почуття неприйнятності себе та своїх здібностей, а також до розвитку внутрішньої напруги та тривоги.

Самотність у підлітків може виникати як наслідок відчуття відчуженості та відсутності соціальної підтримки. Підлітки, які мають низьку самооцінку, можуть почувати себе ізольованими від інших та мати обмежений соціальний контакт, що може призвести до появи відчуття самотності.

Обрана нами тематика дослідження має на меті виявити взаємозв'язок між самооцінкою і самотністю осіб підліткового віку.

Виклад основного матеріалу. Для проведення дослідження важливим є виокремлення та розуміння ключових понять теми, що зумовлює важливість проведення теоретичного аналізування науково-психологічних джерел.

Дослідник І. Попович зазначає: «Самооцінка – оцінка особистістю себе, своїх фізичних, інтелектуальних, комунікативних, моральних якостей, життєвих можливостей, а також ставлення до себе оточуючих і свого місця серед них. Особистість, складаючи собі оцінку, одночасно формує власні суб'єктивні

орієнтації, звісно, в контексті очікуваних подій» (Попович І. С.) [4]. Соціальні очікування мають вплив на самооцінку і через оцінну і регулятивну функції реалізують свою роботу [5; 6].

Завищена, адекватна та занижена самооцінка є трьома різними типами сприйняття себе, які можуть відображати різні аспекти особистості та впливати на поведінку, емоційний стан та соціальні взаємини людини. Перший тип самооцінка характеризується впевненістю у власній винятковості та високих здібностях, часто перебільшує свої досягнення і можливості. Людина з адекватною самооцінкою реалістично оцінює свої здібності та досягнення, не перебільшуючи або занижуючи їх. Занижена самооцінка характеризується відчуттям невпевненості у власних можливостях та недооцінкою своїх досягнень (Коляденко С. А.) [2].

Самооцінка людини формується та змінюється під впливом різних факторів, таких як сімейне та соціальне середовище, особистий досвід, сприйняття інших, культурні стандарти та внутрішні переконання. Сприйняття себе визначається реакціями на ці фактори: позитивне ставлення до себе може виникнути внаслідок успіхів, підтримки та позитивного сприйняття навколишніми, тоді як негативний досвід, критика можуть призвести до зниження самооцінки. Серед даних чинників, що визначають ставлення особистості до самої себе не менш важливу роль відіграє переживання людиною самотності (Коляда Н. В., Гутник Р.) [1].

І. Макарук і Л. Подкоритова зазначають: «Самотність визначається переважно як комплексне почуття, що має різні причини і розглядається більше як нормальне для людини явище; серед причин самотності визначають: особистісні особливості; нестача, втрата, страх втратити стосунки; протиставлення внутрішнього і соціального «Я» особи; незадоволена потреба у спілкуванні; брак соціальної взаємодії; брак задоволення соціальних запитів; суперечливість між бажаним і набутим рівнем контактів» (Макарук І., Подкоритова Л.) [3].

Результати емпіричного дослідження. З метою визначення взаємозв'язку між самооцінкою і самотністю підлітків нами було проведене теоретичне аналізування наявних досліджень з обраної тематики і визначено психодіагностичний інструментарій, а саме було використано методику діагностики рівня самооцінки особистості Г. Казанцевої, тест-опитувальник «Функціональна спрямованість переживання самотності» О. Саннікової, В. Бедан, тест-опитувальник «Диференціальна діагностика схильності особистості до переживання самотності» (О. Саннікової, В. Бедан, методика багатофакторного дослідження особистості Р. Кеттела.

У дослідженні взяли участь підлітки віком 15–17 років (50 осіб), учні шкіл Херсонської, Миколаївської, Одеської, Вінницької та Полтавської областей.

На основі отриманих результатів за кожної із методик та за використання коефіцієнту кореляції Спірмена нами було визначено, що респонденти з низькою самооцінкою мають вищу схильність до відчуття самотності (0,78), ніж ті, у кого самооцінка адекватна (0,11). Крім того, виявлено зв'язок між адекватним ставленням до себе та творчою формою самотності (0,53). У результаті кореляційного аналізу для опису осіб, які схильні до самотності, було виявлено, що таким особам характерні тривожність (0,69), емоційна нестійкість (0,62) і низький рівень самоконтролю (0,58). Таким чином, нами з'ясовано зв'язок між самооцінкою та самотністю осіб підліткового віку.

Висновки. Подальші дослідження зв'язку між самооцінкою та самотністю у підлітків є важливим напрямком для розвитку психологічної науки. Подібні дослідження можуть допомогти краще зрозуміти, як самопочуття та соціальна ізоляція взаємопов'язані в цьому віковому періоді життя. Особливо це стосується виявлення механізмів, що лежать в основі цього взаємозв'язку, таких як внутрішні переконання, сімейні та соціальні взаємодії. Дослідження також може спрямувати на розробку програм психологічної підтримки для підлітків з низькою самооцінкою та високим рівнем самотності. Крім того, важливо розглядати вплив різних соціокультурних контекстів на цей взаємозв'язок, а

також досліджувати можливі довгострокові наслідки таких психологічних особливостей у подальшому житті.

Література:

1. Коляда Н. В., Гутник Р. Самооцінка у юнаків із різним рівнем конформності. Соціально-гуманітарні аспекти розвитку сучасного суспільства : матеріали X Всеукраїнської наукової конференції студентів, аспірантів, викладачів та співробітників, Суми : Сумський державний університет, 2023. С. 310-315.
2. Коляденко С. А. Самооцінка як фактор становлення особистості. Тенденції та перспективи розвитку науки і освіти в умовах глобалізації : матеріали Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції. 2021. Вип. 70. С. 199-201.
3. Макарук І., Подкоритова Л. Самотність як предмет наукових досліджень у зарубіжній психології. Формування особистості сучасного фахівця як суб'єкта самотворення в умовах освітнього простору: Матеріали XII-ї Всеукраїнської науково-практичної конференції здобувачів вищої освіти та молодих науковців (за міжнародною участю). 2022. С. 17-19.
4. Попович І. С. Самооцінка як критерій соціально-психологічних очікувань. Проблеми загальної та педагогічної психології : зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / За ред. С. Д. Максименка. К. : «ГНОЗІС», 2010. Т. XII, ч. 3. С. 326-333.
5. Popovych I. S. Social expectations – a basic component of the system of adjusting of social conduct of a person. Australian Journal of Scientific Research. 2014. Vol. 2(6). P. 393–398.
6. Popovych I. S. Social expectations in the theories of motivation of personality. Philosophy. Psychology. Sociology 2014. Vol. 4(20). P. 53–63.