Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника

Факультет психології

Кафедра соціальної психології

ДИПЛОМНА РОБОТА

на здобуття другого (магістерського) рівня вищої освіти

на тему:

«Дефіцит міжособистісних стосунків як чинник кризи ідентичності в підлітковому віці»

Виконала: Комарницька І.Я

студентка 2-го курсу,

групи ПС(з)м-21

Спеціальності 053 «Психологія»

Керівник:кандидат психологічних наук,

доцент Гринчук О.І.

Рецензент: доцент Вітюк Н.Р.

м. Івано-Франківськ

2022 рік

**ЗМІСТ**

ВСТУП……………………………………………………………………………4

РОЗДІЛ 1.ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ДЕФІЦИТУ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУКІВ ЯК ЧИННИКА КРИЗИ ІДЕНТИЧНОСТІ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ……………………………………………………….7

1.1Психологічні особливості міжособистісних стосунків в підлітковому віці………………………………………………………………………………..7

1.2Психологічні підходи до вивчення кризи ідентичності в підлітковому віці………………………………………………………………………………..15

1.3Роль міжособистісних стосунків у процесі подолання кризи ідентичності в підлітковому віці……………………………………………………………….26

Висновки до розділу 1………………………………………………………..…31

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ДЕФІЦИТУ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ ЯК ЧИННИКА КРИЗИ ІДЕНТИЧНОСТІ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ……………………………………………………………………………….33

2.1 Програма емпіричного дослідження та обгрунтування діагностики дефіциту міжособистісних стосунків у формуванні кризи ідентичності в підлітковому віці………………………………………………………………...33

2.2Аналіз результатів дослідження дефіциту міжособистісних стосунків й кризи ідентичності в підлітковому віці……………………………………….38

2.3 Обґрунтування закономірностей та взаємозв’язків між дефіцитом міжособистісної взаємодії та кризою ідентичності у підлітковому віці………………………....................................................................................48

Висновки до розділу 2…………………………………………………………...51

РОЗДІЛ 3. ПСИХОДОГІЧНИЙ СУПРОВІД ПІДЛІДКІВ У ПЕРІОД ПОДОЛАННЯ КРИЗИ ІДЕНТИЧНОСТІ……………………………………..53

* 1. Основні напрями роботи щодо психологічного супроводу підлітків, котрі переживають кризу ідентичності……………………………………………………………………..53

3.2 Тренінгова програма подолання кризи ідентичності у підлітковому віці……………………………………………………………………………….58

Висновки до розділу 3…………………………………………………………..71

ВИСНОВКИ……………………………………………………………………...73

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ………………………………………76

ДОДАТКИ………………………………………………………………………82

**ВСТУП**

**Актуальність дослідження.** Підлітковий період є одним з найскладніших та важливіших у житті людини, оскільки саме на цей період припадає перехід від вже набутої дитячої ідентичності до формування її нової форми, що характеризується усвідомленням власної унікальної «самості», цінностей, розвитком «Я-концепції». Це є складний процес, який залежить від великої кількості факторів, одним з яких є специфіка міжособистісних стосунків, тому часто супроводжується кризою ідентичності й проявляється у формі невміння, нездатності прийняти нові ролі, які пропонуються зовнішніми обставинами, невизначеністю нормативно-ціннісних орієнтацій світосприйняття, неадекватністю самооцінки, втратою перспективи, зростанням песимізму, проявом безкомпромісних суджень, соціально-агресивною поведінкою тощо. Саме дослідження чинників формування кризи ідентичності є вкрай необхідним для успішного становлення підлітка, набуття нової ідентичності та формування психологічного його благополуччя. Досліженню кризи ідентичності підлітків присвятили свої праці ряд науковців, проте дослідження впливу дефіциту міжособистісного спілкування на формування кризи ідентичності ще досі ніхто не досліджував.

Вивченням кризи ідентичності займались: Е.Еріксон, Дж.Марсіа, А.Ватерман, Е.Гофман, Л.Краппман, Дж.Мід, Р.Фогельсон, А.Штраусс, Дж.Габермас, Г.Брейкуел, Дж.Тернер, Г.Теджфел, Пж.Стефенсон, Н.Л.Іванова, Д.Б'юдженталь, А.Мінделл, Е.Мінделл, К.Ясперс, В.Агєєв, Н.Антонова, П.Гнатенко, В.Павленко, Л.Шнейдер, В.Ядов.

Дослідженням феномена міжособистісні стосунків займалися: О. Бодальов, Є. Головаха, М. Каган, Я. Коломінський, В. Мясищев, М. Обозов, І.Кон, Б. Паригін, О. Бодальов, Я. Коломінський, М. Мухіна, Г. Сковорода, В. Сухомлинський, Я. Коломінський, М. Бобнева, Дж. Морено.

Однак, недостатньо вивченим залишається дослідження міжособистісних стосунків як чинника кризи ідентичності у підлітковому віці.

**Об’єкт дослідження**:криза ідентичності.

**Предмет дослідження**: вплив дефіциту міжособистісних стосунків на кризу ідентичності у підлітковому віці.

**Мета дослідження:** теоретично та емпірично з'ясувати наявність взаємозв’язку між дефіцитом міжособистісних стосунків та кризою ідентичності у підлітків.

**Завдання дослідження:**

1. Здійснити теоретичний аналіз понять міжособистісних стосунків та кризи ідентичності, визначити їх основні показники.

2. З’ясувати особливості міжособистісних стосунків й кризи ідентичності в підлітків.

3. Обґрунтувати закономірності та взаємозв’язки між дефіцитом міжособистісної взаємодії та кризою ідентичності у підлітковому віці.

4. Розробити психологічні рекомендації та тренінгову програму для підлітків у період подолання кризи ідентичності.

**Методи дослідження:** аналіз науково-теоретичних джерел, їхня систематизація, класифікація й узагальнення отриманої інформації; психодіагностичні методики: методика «Q-сортування» (Q-sort) В. Стефансона; тест «Знаходження кількісного вираження рівня самооцінки» за С. А. Будассі; **методика** **«Рівень співвідношення «цінності» і «доступності» в різних життєвих сферах» О. Фанталової»;** тест двадцяти висловлювань «Хто я?» (М. Кун, Т. Макпартленд); автобіографічні розповіді «Ким я був, ким я є, ким я буду!». Методи математичної статистики: коефіцієнт кореляції Пірсона.

**Структура роботи.** Магістерська робота складається: зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг магістерської роботи склав 92 сторінки, із яких – 75 основного тексту, 6 – списку використаних джерел, 10 – додатки.

**РОЗДІЛ 1.**

**ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ДЕФІЦИТУ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУКІВ ЯК ЧИННИКА КРИЗИ ІДЕНТИЧНОСТІ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ**

**1.1 Психологічні особливості міжособистісних стосунків в підлітковому віці**

Взаємини між людьми займають одне з головних місць в житті людини. Оскільки людина вважається соціальною істотою, питання міжособистісних стосунків та їх вплив на формування особистості актуальне завжди. В психології міжособистісні стосунки пояснюють як суб’єктивні зв’язки і ставлення між людьми в соціальних групах. Іншими словами це певна система міжособистісних настанов, очікувань, ціннісних орієнтацій, які визначають зміст спільної життєдіяльності людей.

Дослідженням питання міжособистісних взаємин у психології займалися ряд науковців, зокрема О. Бодальов, Є. Головаха, М. Каган, Я. Коломінський, В. Мясищев, М. Обозов та ін. Вони зазначають, що спілкування є важливою умовою психічного розвитку індивіда, формування його особистості. І. Кон, Б. Паригін, О. Бодальов, Я. Коломінський, М. Мухіна досліджували природу спілкування, його індивідуальні особливості та механізми протікання.

О. Бодальов зазначає, що спілкування - це переплетіння відносин його учасників між собою, ставлення до спільної діяльності, її результатів [9].

На думку відомого філософа Г. Сковороди, людина, спілкуючись, реалізує свої природні обдарування, які можна реалізувати тільки через освіту та самопізнання. Пізнати в собі справжню людину - в цьому щастя, а корінь нещастя - в неправильному розумінні своїх здібностей, самого себе [4].

Отже, можемо підсумувати, що міжособистісні стосунки це:

* один із різновидів самостійної людської діяльності (Б. Ананьєв, І. Кон, О. Леонтьєв);
* атрибут інших видів людської діяльності (О. Леонтьєв, В. Панферов);
* обмін думками, почуттями та переживаннями (Л. Виготський, С. Рубінштейн);
* специфічна соціальна форма інформаційного зв'язку (А. Урсул, Л. Резников);
* специфічна форма взаємодії суб'єктів (М. Каган);
* взаємодія, стосунки між суб'єктами які мають діалогічний характер (В. Соковін, К. Платонов);
* специфічна форма задоволення потреби людини в іншій людині, у живому контакті, тобто як самомотивований процес (Б. Ломов, В. Знаков, А. Реан).

М. Обозов виділяє наступні види міжособистісних стосунків: знайомство, приятелювання, товариські, дружні, любовні, подружні та родинні [4].

Головним критерієм для розрізнення міжособистісних стосунків є рівень включення особистості в стосунки.

Л. Новікова наголошує на відсутності стабільності міжособистісних стосунків, тобто вони виникають, перериваються або видозмінюються. При цьому їх динаміка пов’язана не стільки з процесом адаптації, згуртування, скільки з повсякденним функціонуванням групи [9].

У нашій роботі окремої уваги надаємо висвітленню особливостей міжособистісних стосунків у підлітковому віці. На дослідженні відносин між підлітками зорієнтувалися такі науковці, як Ж. Піаже, С. Рубінштейн та Л. Божович.

Аналіз наукових досліджень дозволяє виокремити три компоненти у міжособистісних стосунках: когнітивний, емоційний та інтеракційний. Саме ці компоненти регулюють поведінку людини. До когнітивного компоненту відносять всі психічні процеси, які пов’язані з пізнанням оточення і самого себе (сприймання, пам’ять, мислення та ін.), коли емоційний компонент об’єднує у собі все, що може бути зафіксоване на рівні фізіологічних реакцій і суб’єктивних ставлень людини. Перш за все, це позитивні та негативні переживання, конфліктність, внутрішньо особистісна та міжособистісна емоційна чутливість, задоволення чи незадоволення собою, умовами життя тощо. Третій компонент, інтеракційний, включає в себе конкретні відкриті чи приховані дії стосовно іншого [23].

Варто зауважити, що міжособистісні відносини виникають та розвиваються в процесі спілкування, а також регулюються особливостями людей, які спілкуються та взаємодіють між собою. До важливих ознак міжособистісних стосунків відносять емоційне забарвлення, яке проявляється у вигляді задоволеності – незадоволеності суб’єктів один одним. Від міжособистісної привабливості в спілкуванні залежить стійкість та глибина цих взаємин. Однак рівень привабливості коливається залежно від індивідуальних психічних станів у певний момент часу підлітків. Тобто міжособистісна привабливість виникає через емоційний стан і закріплюється в силу повторюваності тривалих стосунків між дітьми. Перш ніж вступити в спілкування, підліток усвідомлено або неусвідомлено вивчає іншого. Найбільш істотним параметром взаєморозуміння є ідентифікація (перенесення на себе особливостей почуттів іншої людини, тобто це процес ототожнення себе з іншими людьми, групою, взірцем). Саме за цим принципом підлітки групуються [2].

За М. Каганом формування міжособистісних стосунків з дорослими і ровесниками є провідним видом діяльності у підлітковому віці. У спілкуванні з дорослими та ровесниками помітні істотні відмінності [5].

В. Сухомлинський пише, що у процесі спілкування з дорослими підліток засвоює суспільно значущі критерії оцінок, цілі та мотиви поведінки, способи аналізу навколишньої дійсності і способи дій. Спілкуванню підлітка з дорослими відводиться дуже важлива роль, оскільки через виникнення в підлітка почуття дорослості, він прагне і виглядати як дорослий, і мати його права та можливості. Попри це підліток починає критичніше оцінювати дорослих. Він аналізує їхні слова, стосунки, вчинки, поведінку та соціальну позицію. Тобто їм властива зміна ставлення до дорослих. Вони починають критичніше оцінювати їх слова і вчинки, аналізувати поведінку, стосунки, соціальну позицію [15].

Спілкування з дорослими є дещо суперечливим, бо підліток прагне самостійності, протестує проти опіки, контролю, недовіри, відчуваючи водночас тривогу і ляк за необхідності долати проблеми, сподівається на допомогу і підтримку дорослого, але не завжди відверто зізнається в цьому.

Протилежну картину спостерігаємо у спілкуванні підлітків з ровесниками. У підлітковому віці відбувається налагодження довірливого особистісного спілкування з однолітками як провідного виду діяльності даного віку. Спілкування з ровесниками стає значимою сферою через дію механізму самооцінювання, тобто порівняння себе з ними. У процесі спілкування з однолітками здійснюється обмін інформацією. Коли підлітки обмінюються між собою певними повідомленнями або переживаннями, вони також запускають процес самопізнання. Таким чином, підлітки вдосконалюють навички взаємодії з однолітками, що допомагає їм пізнати не лише себе, а й своїх ровесників й розвинути емпатійні навички. Важливим для підлітка є також оцінка друзями його особистісних якостей, знань і вмінь, здібностей і можливостей. У товаришів він знаходить співчуття, адекватне сприйняття своїх радощів і негараздів, які дорослим часто здаються незначущими. У процесі спілкування підліток вчиться налагоджувати контакти з протилежною статтю і засвоює гендерні ролі.

За А. Страховим стосунки з ровесниками можуть проходити в кілька етапів:

* 1 етап - коли підлітки виконують спільно учбові справи трудові і все це насичується атмосферою симпатії та прихильності;
* 2 етап – товаришування (рівень взаємодії значно вищий);
* 3 етап - дружба (властиві значно вищі вимоги до друзів, потреба у спільності поглядів на життя та діяльність та наявність глибокої прихильності)[34].

Окрім того, у підлітковому віці інтенсивно розвивається крім дружби інші почуття на основі дружби — перша закоханість.

Всі ці етапи супроводжуються набуттям певного соціального статусу та соціальної ролі.

У процесі формування міжособистісних взаємин підлітки встановлюють дружні стосунки. Вони групуються, шукають друзів і компанії, формують хобі-реакції. Усі вони реалізуються через налагодження дружніх взаємин і пошуки певної референтної групи для встановлення значимого статусу в ній.

Через те, що підліткам властивий егоцентризм у взаєминах з ровесниками, спостерігається значна емоційність та конфліктність під час дружніх стосунків. В 14-15 років здійснюється відбір та диференціація підліткових взаємин на такі категорії, як знайомі, приятелі, друзі. На початку підліткового періоду в основних пріоритетах лежить дружба з представниками своєї статі, коли пізніше актуальною стає дружба з протилежною статтю. У дружніх стосунках також часто спостерігається переймання та розповсюдження інтересів та захоплень ровесників [5].

Інтереси у підлітковому віці швидкоплинні та поверхові, оскільки мають потребу пізнавати нове, але ненадовго. Вони надають перевагу багатогодинним пустим розмовам у вуличній компанії або з випадковими товаришами, постійному спілкуванню з ровесниками за допомогою засобів мобільного зв’язку чи мережі Інтернет, довготривалим перебуванням перед екраном телевізора чи комп’ютера, яке може тривати кілька годин поспіль. Спілкування з однолітками все більше виходить за межі навчальної діяльності.

Важливо зауважити, що у стосунках з однолітками підліток, перш за все прагне реалізувати свою особистість, визначивши своє місце в колективі. Щоб досягнути поставленої цілі, йому необхідні особиста свобода і відповідальність. І він добивається цієї особистої свободи як право на дорослість. Обов’язковими елементами у дружбі з ровесниками є розуміння його переживань, вміння вислухати та дати цінну пораду.

Саме в умовах спілкування з однолітками дитина-підліток постійно зіштовхується з необхідністю застосовувати на практиці засвоювані норми поводження. Спілкування в групі однолітків істотно відображається на розвитку особистості підлітка. Від стилю спілкування, від положення серед однолітків залежить, наскільки дитина почуває себе спокійною, емоціонально-комфортно, задоволено, якою мірою вона засвоює норми відносин з однолітками.

Коштовним для підлітка є включеність у сам процес спілкування. Саме в ньому підліток реалізує себе як особистість, формує судження про себе й навколишній світ.

Отже, спілкування стає самоціллю, у якій підлітки реалізують свої інтереси, формують уявлення про себе й про навколишній світ.

Основне нововведення у підлітковому віці є перехід зі спілкування з батьками, вчителями і взагалі старших на однолітків, більш-менш рівних по положенню. Цей перехід може мати різну динаміку, від повільного й поступового до стрибків і бурхливих поривів. Ця переорієнтація є обов’язковою для кожного підлітка.

Встановлення міжособистісних стосунків у підлітків чоловічої та жіночої статі істотно відрізняються, зокрема комунікативні риси у дівчат на вищому рівні ніж у хлопців, а також підлітки жіночої статі відзначаються вищим рівнем комунікативності. Хлопці встановлюють контакти у ході ігрової чи ділової взаємодії, а вже потім ця взаємодія переходить у інші етапи, де формуються вподобання, прихильність та інші установки. Дівчата, навпаки, вступають у контакт головним чином з тими, хто їм подобається, зміст спільної діяльності для них вторинний [7].

Велику частину життя підлітки проводять у школі. У освітньому середовищі міжособистісну взаємодію у межах класу можна аналізувати на основі соціального статусу.

Формування міжособистісних стосунків в класах  залежить від ряду факторів:

-по-перше, існує соціальне розшарування, яке виявляється як у нерівності матеріальних можливостей, так і в характері життєвих планів, рівні домагань і способів їхньої реалізації. Іноді ці групи практично не спілкуються один з одним;

- по-друге, складається особлива внутрішньошкільна і внутрішньокласна ієрархія, заснована на офіційному статусі учнів, їхній навчальній успішності чи приналежності до «активу»;

-по-третє, відбувається диференціація авторитетів, статусів і престижу на основі неофіційних цінностей, прийнятих у самому учнівському середовищі. У старших класах диференціація міжособистісних відносин стає більш помітною, ніж раніше. Учні у класах можуть мати різні соціальні статуси від «зірок» до «ізольованих»[66].

Статус – це положення суб’єкта в системі міжособистісних чи суспільних відносин [66].

За Я. Коломінським соціометричний статус розглядається як положення особистості в системі міжособистісних відносин [66].

М. Бобнева зазначає, що на статус впливає спілкування та спільна діяльність у групі, а також ступінь прийняття індивідом групових норм і цінностей. Соціометричний статус включає особистісні характеристики, пов’язані зі специфікою міжособистісних відносин. Соціометричний статус – це те реальне місце, яке займає особистість у системі міжособистісних стосунків [66].

За дослідженнями Дж. Морено соціометричний статус підлітка відображає психологічні особливості члена групи. Однак варто зазначити, що особистість може мати подвійний вплив на інших – або позитивний, або негативний. Науковець виділяє «зірок», «ізольованих», «знехтуваних» та «відкинутих». «Зірки» це ті, хто отримав найбільше виборів, а отже, викликає симпатію у групі та вміло будує міжособистісні стосунки. «Знехтувані», за соціометричним статусом це ті, хто за кількістю виборів, отриманих членами групи, знаходиться нижче середнього рівня, а якщо вище – до категорії«переважних». До «ізольованих» або «відкинутих» відносять тих досліджуваних, які не отримують жодного вибору [7].

Я. Коломінський визначає, що статус «ізольований» зовсім не означає, що цей член групи реально не спілкується з членами своєї групи; він означає лише те, що в ситуації вибору у жодного члена групи не виявилося до нього симпатії. Проте це може суттєво впливати на комунікативні вміння цих осіб.

Отже, міжособистісні стосунки розглядаємо як зв'язки, що ґрунтуються на взаємній готовності людей до взаємодії й спілкування та супроводжуються почуттям симпатії – антипатії. Особливостями міжособистісних стосунків в підлітковому віці є високий рівень емоційного забарвлення, який проявляється у вигляді задоволеності – незадоволеності суб’єктів один одним. У процесі взаємодії з дорослими міжособистісні стосунки відзначаються критичним оцінюванням їх слів та вчинків, тобто спілкування є суперечливим. Спілкування з ровесниками стає значимою сферою через дію механізму самооцінювання, тобто порівняння себе з ними. У взаєминах з ровесниками спостерігається значна емоційність та конфліктність. У товаришів підлітки знаходять співчуття, адекватне сприйняття своїх радощів і негараздів. У дружніх стосунках також часто спостерігається переймання та розповсюдження інтересів та захоплень ровесників, вихід за межі навчальної діяльності. Підліток, перш за все, прагне реалізувати свою особистість, визначивши своє місце в колективі**.** Спілкування стає самоціллю, у якій підліток реалізує свої інтереси, формує уявлення про себе й про навколишній світ. У освітньому середовищі міжособистісну взаємодія у межах класу можна аналізувати на основі соціального статусу підлітка.

**1.2** **Психологічні підходи до вивчення криза ідентичності в підлітковому віці**

Перш ніж говорити про феномен кризи ідентичності варто з’ясувати сутність поняття «ідентичність»  підліткової особи.

У науковій літературі проблема ідентичності, широко висвітлена у різних підходах, а саме:

* психоаналітичному, що включає в себе психоаналітичну концепцію Е. Еріксона; статусному Дж.Марсіа;
* ціннісно-вольовому А.Ватермана; біхевіористичному (Е. Гофман, Л. Краппман, Дж. Мід, Р. Фогельсон, А. Штраусс, Дж. Габермас); когнітивному (Г. Брейкуел, Дж. Тернер, Г.Теджфел, Пж. Стефенсон, Н. Іванова);
* екзистенційно-гуманістичному (Д. Б'юдженталь, А. Мінделл, Е. Мінделл, К. Ясперс);
* структурно-динамічному (В. Агєєв, Н. Антонова, П. Гнатенко, В. Павленко, Л. Шнейдер, В. Ядов) [6, с. 18].

Аналіз зазначених підходів дає змогу підсумувати, що у рамках психоаналітичної парадигми «ідентичність» розуміється як суб’єктивне почуття тотожності, безперервності й цілісності свого існування в часі й просторі й визнання цієї тотожності навколишніми «значимими іншими»[6].

Аналіз наукових праць Е. Еріксона дає розуміння ідентичності як процесу самовизначення, який особливо відчутний у підлітковому віці. Попри те, що науковець не виділяє окремо підлітковий вік, у його працях зазначено, що саме у цей період дитина ідентифікує себе з дорослим.

Ідентичність у підлітковому віці включає в себе характерні риси віку: відкриття, знаходження та підкреслювання власного «Я», самооформлення, самозображення, самооцінка, самоспостереження.

Важливим у цьому віці є розвиток та формування трьох видів ідентичності, а саме: соціальної, особистісної та фізичної (або ж тілесної) на етапі кризи ідентичності.Особистісна ідентичність включає в себе набір характеристик, який робить індивіда подібним самому собі і в той же час відмінним від інших. Соціальна ідентичність виявляється сумою окремих ідентифікацій, типізація особи іншими на основі атрибутів соціальної групи, до якої вона належить. Коли фізична ідентичність включає опис фізичних даних, у тому числі опис зовнішності, хворобливих проявів, пристрастей в їжі, шкідливих звичок [14].

Отож, можемо підсумувати,що згідно Е. Еріксона ідентичність у підлітковому віці під впливом перебігу кризи розвивається з поступової інтеграції всіх ідентифікацій особи, зміни попередньо набутих ролей, систематизації усіх придбаних рольових шаблонів поведінки в процесі життєвтілення власного «Я». Всі ці ролі мають зібратися суб’єктом в єдине ціле, осмислитися, пов’язатися з минулим і спроектуватися в майбутнє. Ідентичність підлітків проявляється у образі світу молодої особи, її ціннісних орієнтирах, переконаннях, ідентифікаційній матриці, соціальних ролях, які тільки-но починають усвідомлюватися, виокремлюватися, формуватися в єдиний ансамбль погоджених «Я-образів» власної неповторної самості.

Представники когнітивного підходу ототожнюють ідентичність з «Я-концепцією», описуючи її як певну когнітивну структуру. Представники екзистенційно – гуманістичного напряму розглядають ідентичність як спосіб сприйняття світу, завдяки чому відбувається вихід за межи власного «Я» (А. Маслоу) та багаторівневий феномен самопізнання, що репрезентує актуальне переживання особистістю самототожності (О. Асмолов). Науковці надають перевагу особистісній ідентичності, оскільки вважають її умовою до саморозвитку [8].

Представники структурно-динамічного підходу значно поглибили розуміння динаміки становлення ідентичності в процесі психічного розвитку особистості. Під ідентичністю розуміють динамічну структуру, багаторівневий, цілісний феномен, пов’язаний з біологічним і соціальним контекстом життя індивіда, структура якого розвивається за рахунок асиміляції й акомодації нових елементів або переоцінки тих, що існують впродовж всього життєвого шляху. Одиницею цієї структури є самовизначення – деяке рішення відносне себе, власного життя, цінностей, прийняте в результаті інтеріоризації батьківських очікувань (передчасна ідентичність) або подолання кризи ідентичності (досягнута ідентичність).

Представники біхевіористичного напряму засвідчують про типи ідентичності, а саме: соціально заданої та відбиваючої індивідуальне в людині (Дж. Мід, І. Ґоффман); соціальної, особистісної й Я-ідентичності (І. Ґоффман); реальної, ідеальної, негативної, трансляційної (Г. Фогельсон) тощо. Також науковці засвідчують про тісний зв’язок особистісної ідентичності з соціальним оточенням, при взаємодії з яким формується усвідомлення власної цілісної ідентичності [6].

Отож, можемо зробити висновок, що ідентичність підліткової особи - динамічна структура, що нелінійно, нерівномірно розвивається та має тенденцію до цілісності.

Цікавим підсумком наукових підходів є визначення ідентичності  дослідниці А. Краєвої: «Ідентичність, як однаковість, схожість, одностайність суб’єкта в часі та просторі, що забезпечує весь спектр уявлень про власне «Я», постійність, тотожність собі при соціальних й особистісних змінах, пов’язаних із оточуючим середовищем, власними поглядами, установками, переконаннями, можливостями. По-друге, як самовизначення особи на основі соціокультурних норм, цінностей, носіями котрих є інші люди, соціальні групи. Ідентичність тут як підсумок соціалізації особи, визначення свого призначення, місця в системі соціальних відносин. По-третє, ідентичність, як критерій психічного здоров’я, пошук та відкриття життєвого сенсу власної індивідуальності, втілення самості і, нарешті, умова самоактуалізації та ідеал саморозвитку» [1, с.55].

Від успішності ідентифікації залежить наявність розуміння підлітком хто він є, де знаходиться, куди йде. Цей процес називається аутоідентичність. Формування адекватної та позитивної ідентичності одне з основних завдань цього віку.

Коли підліток долає кризу ідентичності, він набуває та осягає нову форму ідентичності, а тому йому стає притаманне відчуття індивідуальності, цілісності, тотожності, відчуття стійкості, синтезу, єдності, безперервності «Я».

Вивчення кризи ідентичності розпочинається в психоаналізі та працях екзистенційних психологів.

На погляд Е. Еріксона криза ідентичності розгортається в підлітковому віці на тлі вікової кризи розвитку і водночас постає життєвою кризою особи.Вона проявляється у несумісності різних сторін «Я» та пов’язана з несформованим почуттям ідентичності, котре вказує на наявність внутрішньо-особистісного конфлікту, який супроводжують гнітючі сумніви щодо себе, своїх дій, свого місця у групі [44].

К. Коростелінова пояснює кризу ідентичності як відсутність самототожності та неперервності [1].

О. Горецька зазначає, що «криза ідентичності – це комплексне поняття, що характеризується певними змінами психологічної рівноваги на досліджуваному віковому етапі, значними суперечностями між «Я-реальним» та «Я-ідеальним», зміною самооцінки, ціннісних орієнтацій, певним дисбалансом часової перспективи «минуле-сьогодення-майбутнє, нерівномірним розвитком рефлексивних процесів» [1, с.44].

В. Татенко під кризою ідентичності в підлітковому віці розуміє певну деформацію чи дисбаланс цілісності зібрання особистісно-рольових уявлень про себе [7].

Варто наголосити на тому, що криза ідентичності у підлітка супроводжується ваганням між позитивним полюсом ідентифікації «Я», полюсом сплутаної ідентичності, негативної ідентифікації, що у результаті дуже часто призводить до набуття негативної ідентичності. Коли підліток позитивно оцінює норми і правила, яких дотримують батьки, школа, ровесники, суспільство й «приміряє» їх до свого життя, то у цього підлітка формується адекватна ідентичність. Також адекватна ідентичність являє собою інтегрований образ усіх знань про себе, що ґрунтується на минулому досвіді, включає уявлення про майбутнє. З цього можемо побачити, що загострення перебігу кризи ідентичності проявляється у нездатності підлітка зробити вибір серед ідентифікаційних зразків і моделей, що призводить до неадекватної поведінки, психологічної напруги, негативних переживань, неспроможності усвідомити образ «Я»[16].

Отже, з’ясовуємо, що  ідентичність підлітка зазнає кризи ідентичності через зміну попередньо набутої дитячої ідентичності та осягнення нової її форми, що супроводжується психологічною напругою та глибокими суперечностями між складовими «Я-концепції» (між «Я-реальним» та «Я- ідеальним»), дисбалансом часової перспективи, коливанням власного «Я-образу».Окрім того, вона виражається у втраті особою власної цілісності як індивідуальності помноженої на відсутність соціального визнання.

У психологічних вимірах криза ідентичності є заглиблення суперечностей між «Я-ідеальним» та «Я-реальним», де перше випадкове, а друге повністю не оцінене особистістю.

Оскільки криза ідентичності накладається на підліткову кризу важливо подолати як вікову кризу так і кризу ідентичності, тобто перейти від позиції дитини до позиції дорослого та сформувати відчуття нової ідентичності. Коли процес набуття та формування нової форми ідентичності на етапі кризи, пов’язаний з усвідомленням власної унікальної «самості», цінностей, розвитком «Я-концепції» [55].

Криза ідентичності підліткового віку має наступні показники: невміння, нездатність прийняти нові ролі, які пропонуються зовнішніми обставинами; невизначеність нормативно-ціннісних орієнтацій світосприйняття; неадекватність самооцінки; втрата перспективи; зростання песимізму; зміна соціальної активності; прояв безкомпромісних суджень; соціально-агресивна поведінка; підвищений інтерес до метафізичних та ірраціональних проблем; соціальна дезадаптація, зокрема прояви девіантної поведінки, дестабілізація психологічних механізмів тривожності, конфліктність та агресивність, асоціальні прояви (депресія, апатія, беззмістовна жорстокість, різні форми залежності та безпорадність, прагнення втекти від реального світу, алкоголізм, вживанні наркотиків) [15].

Дж. Марсіа виокремлює чотири етапи розвитку ідентичності, які вимірюються ступенем професійного, релігійного та політичного самовизначення:

1. *Невизначена, або розмита ідентичність*. На цьому етапі підліток ще не обрав для себе ніяких певних переконань, професійного напрямку та життєвого шляху. Тобто він ще не зіткнувся із кризою ідентичності.
2. *Дострокова, передчасна ідентифікація*.У цей період підліток включився до відповідної системи стосунків, однак не самостійно, зокрема наслідуючи інших авторитетних осіб.
3. *Психосоціальний мораторій*. Цей етап вважається кризою ідентичності й характеризується тим, що підліток активно досліджує можливі варіанти ідентичності, обираючи свій.
4. *Зріла ідентичність*.На цьому етапі знаходиться людина, яка знайшла себе й переходить до етапу практичної самореалізації. За дослідженнями підліток не здатен досягнути цього етапу, оскільки саме на підлітковий вік припадають кризові нестійкі процеси [11, c.48].

Отже, криза ідентичності – це втрата власне попередньо набутої цілісної форми дитячої ідентичності, яка дезорієнтує підлітка та призводить до системних пошуків нових складових «Я-образу», за умови узгодження їх із ідентифікаційною матрицею особи.

Е. Еріксон виокремлює сім конфліктів, які виникають у підлітковому віці й їх розв’язання сприяє набуттю нової форми ідентичності, коли нерозв’язання загострює показники кризи.

Основні конфлікти підліткового віку:

1. *Розмитість почуття часу або відчуття точності часу.*Важливо навчити оцінювати і розподіляти власний час, щоб вміти співвідносити категорії теперішнього, минулого, майбутнього.

2. *Упевненість у собі або сором’язливість.* Якщо цей конфлікт розв’язується, формується впевненість на основі минулого досвіду.

*3. Експериментування з різними ролями або фіксація однієї ролі.*

4. *Навчання або параліч навчальної діяльності*. Досягнення в навчанні позитивно впливають на ідентичність, однак негативна самооцінка, почуття власної неповноцінності зашкоджує цьому процесові.

5. *Сексуальна поляризація або бісексуальна орієнтація*. Надається велике значення формуванню однозначної ідентифікації з тією чи іншою статтю, яка у майбутньому служитиме взірцем для гетеросексуальних інтимних стосунків і чітко визначеної ідентичності.

6. *Відносини лідер – послідовник або невизначеність авторитету*. Залежно від особливостей міжособистісних стосунків формуються установки виконувати обов’язки лідера, або слідувати за лідером [3, с.46].

7. *Ідеологічні переконання або розмитість системи цінностей*.

Окремої уваги варто надати можливим набутим формам ідентичності у

результаті перебігу кризи. А саме:

*1.Невизначена ідентичність (дифузна, розмита, сплутана).* Підлітки цієї групи характеризуються тим, що не мають чітких переконань, ціннісних орієнтації, уявлення про життєві перспективи. Вони невизначені, суперечливі, відсутність «Я-образу», виявляють інфантильні (дитячі) прояви, не вміють встановлювати міжособистісні стосунки й важко ідентифікують себе з іншими.

2.*Наслідувана ідентичність (дострокова, передчасна ідентифікація).* Головною ознакою є те, що усвідомлення власного стану в кризі у підлітків не відбувається. Вони обирають модель ідентичності, згідно визначеної авторитетними дорослими.

3.*Негативна ідентичність*.Підлітки цієї групи заперечують традиційні цінності, бунтують проти ролей і виборів, що нав’язуються значимими дорослими, слідують зразкам поведінки, які не схвалюються оточуючими. Їм притаманний демонстративний цинізм, висміювання загальноприйнятих суспільних норм.

*4.Позитивна ідентичність.* У таких підлітків:рівноцінна присутність в ідентифікаційній матриці як індивідуальних характеристик, так і соціальних ролей;розширений спектр характеристик «соціального Я; узгоджене і прийняте «Я» у в трьох станах (минулому, сьогоденні, майбутньому); незначні суперечності між «Я-реальним» та «Я-ідеальним»; середній рівень тривожності, упевнені в собі, реалістичні*,* сприятлива оцінка шкільної ситуації, задоволена потреба в спілкуванні та ситуацією в сім'ї, присутня тенденція до самопізнання та саморозвитку.

*5.Псевдоідентичність.* Ці підлітки строго дотримуються атрибутів групової приналежності в одязі, мові, кодексах поведінки, цінностях. Демонструють себе відповідно до очікувань, проекції, оцінок значимого оточення [84].

На думку І. Беха процес ідентичності здійснюється завдяки «само відчуженню», що дає змогу подивитись на себе під іншим кутом, як на чужу людину, а тому пізнати себе по новому. Дуже важливе значення тут відіграють рефлексивні навички.

О. Краєва зазначає, що «динаміка зміни ідентичності може відбуватися за схемою: дитяча ідентичність → криза ідентичності, яка призводить індивіда до певної зміни ідентичності, набуття нової форми ідентичності: невизначеної, наслідуваної, позитивної ідентичності, негативної або ж псевдоідентичності. Тільки позитивна ідентичність може призвести індивіда у майбутньому до осягнення та володіння зрілою ідентичністю. Особи з іншими вказаними формами набутої ідентичності, з часом, можуть бути схильні до переживання повторного факту кризи власної ідентичності».

Згідно з дослідженнями О. Краєвої криза ідентичності підліткового віку містить наступні аспекти: ідентифікаційний, аспект ідентичності та кризовий.

Вчена зазначає, що криза ідентичності спочатку торкається *ідентифікаційної сфери підлітка*. Саме порушення механізмів ідентифікації та конфлікт в ідентифікаційній матриці підлітка запускає кризу ідентичності, де підліток не здатний порівняти свій образ світу з картиною світу, який сформований  у спільноті.За ідентифікаційним аспектом криза ідентичності у підлітків призводить до невизначеності самоідентифікації, внутрішнього дисбалансу (високий або низький рівень тривоги), зміни ідентифікаційних зразків [8].

Потім криза ідентичності стосується безпосередньо *ідентичності індивіда*. Це проявляється у неузгодженості модальностей «Я-образу»: між «Я-реальним» та «Я-ідеальним», що провокує внутрішньоособистісні конфлікти та дезадаптацію індивіда в суспільстві, непогодженості фізичного, особистісного та соціального аспектів «Я-концепції», що призводить до конфлікту різної міри гостроти та вираженості між двома видами ідентичності. Наслідками кризи*за аспектом ідентичності*: втрата відповідності між внутрішнім відчуттям ідентичності й «віддзеркаленням» у психосоціальному середовищі; розбалансованість «Я-образу», зміна інтересів, уподобань, значимості навчання, різних сфер життя, способів подолання труднощів; зміна цінностей; зміна ідентичності за умови стику з різними соціальними вимогами та новими ролями [8].

Якщо підліток не може впоратися зі зміною ідентифікаційної матриці, криза може заглиблюватися. Ці зміни будуть помітні у дисбалансі часової системи «минуле-сьогодення-майбутнє», конфлікті конструктивної негативний характер самоспостереження, що призведе до глибокої кризи глибинних структур «самості», важкої кризи «Я- концепції» й буде проявлятися асоціальних формах й у результаті приведе до набуття негативної форми ідентичності або ж до набуття псевдоідентичності. Серед наслідків для особи за кризовим аспектом моделі простежуються: невизначеність категорій самості (самоставлення, самовизначення, саморозвитку, самоактуалізації, самореалізації), що складають «Я-концепцію» підлітка, конфлікт глибинної сутності особистості; розлад потенційно поведінкової реакції, поведінкових дій, котрі зумовлюються «Я-образом»; неусвідомлення або ж неприйняття ситуації вибору, починаючи від вибору соціальних ролей, друзів, авторитетів, місця навчання, й закінчуючи пошуком, вибором мети і сенсу власного існування [8].

Таким чином, психологічною основою кризи ідентичності підліткового віку є конфлікт ідентифікаційної матриці особи, непогодженість особистісного та соціального аспектів «Я-концепції», поглиблення суперечностей між «Я-реальним» та «Я-ідеальним», дисбаланс часової перспективи «минуле-сьогодення-майбутнє» [11].

Отже, ідентичність розуміємо як динамічну структуру, що нелінійно, нерівномірно розвивається та має тенденцію до цілісності.

Кризу ідентичності трактуємо як втрату власної попередньо набутої цілісної форми дитячої ідентичності, яка дезорієнтує підлітка та призводить до системних пошуків нових складових «Я-образу», за умови узгодження їх з ідентифікаційною матрицею особи. Ідентичність підлітка зазнає кризи ідентичності через зміну попередньо набутої дитячої ідентичності та осягнення нової її форми, що супроводжується психологічною напругою та глибокими суперечностями між складовими «Я-концепції» (між «Я-реальним» та «Я- ідеальним»), дисбалансом часової перспективи, коливанням власного «Я-образу». Окрім того, вона виражається у втраті особою власної цілісності як індивідуальності помноженої на відсутність соціального визнання.

З’ясовано, що криза ідентичності підліткового віку відображає складний етап становлення ідентичності, суперечливий, важливий процес, який вимагає від особи переосмислення набутих переконань, цілей та цінностей. Криза ідентичності підліткового віку має наступні показники: невміння, нездатність прийняти нові ролі, які пропонуються зовнішніми обставинами; невизначеність нормативно-ціннісних орієнтацій світосприйняття; неадекватність самооцінки; втрата перспективи; зростання песимізму; зміна соціальної активності; прояв безкомпромісних суджень; соціально-агресивна поведінка; підвищений інтерес до метафізичних та ірраціональних проблем; соціальна дезадаптація, зокрема прояви девіантної поведінки, дестабілізація психологічних механізмів тривожності, конфліктність та агресивність, асоціальні прояви (депресія, апатія, беззмістовна жорстокість, різні форми залежності та безпорадність, прагнення втекти від реального світу, алкоголізм, вживанні наркотиків).

* 1. **Роль міжособистісних стосунків у процесі подолання кризи ідентичності в підлітковому віці**

Міжособистісні стосунки займають дуже важливе місце в житті людини. Оскільки міжособистісні стосунки, спілкування є провідним видом діяльності у підлітковому віці, саме воно здійснює один з головних впливів на формування нової ідентичності підлітком.

За дослідженнями О. Краєвої формування нової форми ідентичності здійснюється коштом ідентифікації дитини з авторитетними дорослими. У процесі спілкування з дорослими підліток засвоює суспільно значущі критерії оцінок, цілі та мотиви поведінки, способи аналізу навколишньої дійсності й способи дій. Тому тісна взаємодія з дорослим, позитивні міжособистісні стосунки є складовою успішної ідентифікації з ним, а тому набуття адекватної, або позитивної форми ідентичності [9].

Однак підлітковий вік характеризується кризою перехідного віку, яка полягає у перебудові системи стосунків дитини й середовища.

Л. Виготський до психологічних проявів кризи перехідного віку  відносить виникнення почуття дорослості, розвиток самосвідомості, ставлення до себе як до дорослої особистості, до своїх нових можливостей і здібностей. Тому підліток виявляє бажання бути незалежними. Ці пориви у спілкуванні з дорослими позначаються наступним чином: критичніше оцінювання слів та вчинків дорослих, зміна ставлення, аналіз поведінки, стосунків, соціальної позиції, суперечливе спілкування (підліток прагне самостійності, протестує проти опіки, контролю, недовіри, відчуваючи водночас тривогу і ляк за необхідності долати проблеми, сподівається на допомогу і підтримку дорослого, але не завжди відверто зізнається в цьому).

 Усе це впливає на міжособистісні стосунки та особливості спілкування між дорослим і підлітком. У конфліктній, напружених стосунках з дорослими підліток отримує психотравмуючий досвід міжособистісних стосунків. О. Краєва психотравмуючий досвід в міжособистісних стосунків відносить до патогенного фактора у формуванні нової ідентичності у підлітка [10].

Група однолітків є своєрідною моделлю суспільства для підлітка, де він здобуває основний досвід соціальної взаємодії. Процес взаємодії з групою однолітків називають соціалізацією. Соціалізація підлітка в групі полягає в освоєнні й реалізації соціальних норм і відносин й таким чином він здійснює індивідуалізацію, оскільки не просто адаптується до групи однолітків, до прийнятих в його середовищі соціальних норм поведінки, духовних цінностей, але й пропускає це через себе, виробляючи індивідуальний шлях реалізації власних соціальних цінностей.

Окрім того, у підлітків підвищена потреба у спілкуванні та взаємодії.Вони відчувають невтомну спрагу спілкування і групування з однолітками, де вони хочуть отримати те, що не можуть дати їм дорослі: спонтанність, емоційне тепло, порятунок від нудьги й визнання власної значущості.  Дефіцит спілкування та міжособистісних стосунків підлітків з однолітками, на нашу думку, може сприяти у них розвитку почуттів самотності та відстороненості. Дослідження Т. Бреннана та Е. Острова показують, що підлітки досить часто почувають себе самотніми і незрозумілими [18].

Ідентифікація є головним параметром взаєморозуміння. Без ідентифікації міжособистісні стосунки не будуть якісними. Під час ідентифікації підліток переносить на себе особливості почуттів іншої людини, тобто ототожнює себе з іншими людьми, групою, взірцем. Саме за цим принципом підлітки групуються. Для підлітка дуже важливим є наявність дружніх міжособистісних стосунків з ровесниками, оскільки у цих стосунках присутнє розуміння всі його переживань, вміння вислухати та дати цінну пораду.

Також спілкування з ровесниками стає значимою сферою через дію механізму самооцінювання, тобто порівняння себе з ними, а це має важливе значення для подолання кризи ідентичності. Коли підлітки  обмінюються між собою певними повідомленнями або переживаннями, вони також запускають процес самопізнання й тим самим вдосконалюють навички взаємодії, що допомагає пізнати не лише себе, а й своїх ровесників, розвивають емпатійні навички. Оцінка друзями особистісних якостей, знань і вмінь, здібностей і можливостей займає не менш важливе значення. У товаришів вони знаходять співчуття, адекватне сприйняття своїх радощів і негараздів, які дорослим часто здаються незначущими. У процесі спілкування підліток вчиться налагоджувати контакти з протилежною статтю і засвоює гендерні ролі.  Все це, безперечно, допомагає підліткові успішно долати кризу ідентичності та формувати нову ідентичність.

Отож, можемо підсумувати, що міжособистісні стосунки, включеність підлітка у сам процес спілкування має важливе значення у формуванні нової ідентичності підлітка, оскільки так підліток реалізує себе як особистість, формує судження про себе й навколишній світ, коли дефіцит міжособистісних стосунків може загострювати кризу ідентичності й проявлятися у негативних формах нової ідентичності.

Згідно з дослідженнями О. Краєвої криза ідентичності призводить підлітка до набуття нової форми ідентичності: невизначеної, наслідуваної, позитивної ідентичності, негативної або ж псевдоідентичності, коли тільки позитивна ідентичність може призвести у майбутньому до осягнення та володіння зрілою ідентичністю, а всі інші форми набутої ідентичності, з часом, можуть бути схильні до переживання повторного факту кризи власної ідентичності.

Дослідниця також наголошує на важливості соціалізації, де важливою складовою є міжособистісні стосунки. Запевняє, що ідентичність є підсумком соціалізації особи, визначення свого призначення, місця в системі соціальних відносин. Дефіцит міжособистісного спілкування зашкоджує успішній соціалізації, а тому й ускладнює подолання кризи ідентичності у підлітка.

В. Хеследо причини кризи ідентичності відносить також дисгармонію між «Я» і «соціальним Я» (виражена в конфлікті між уявленням про себе і «соціальним Я», суперечливі уявлення стосовно «Я» інших людей, розчарування у властивих моделях спілкування.

Загострення кризи ідентичності деструктивно впливають на поведінку підлітка, в основному призводять до соціальної дезадаптації, яка проявляється у девіантній поведінці, тривожності, конфліктності, та агресивності, неадекватності самооцінки, втраті перспектив, зростання песимізму, зміні соціальної активності, прояві безкомпромісних суджень тощо.

Дефіцит міжособистісних стосунків, на нашу думку, може бути чинником загострення кризи ідентичності, у результаті чого підліток може набути неадекватну, сплутану, негативну та псевдоідентичність.

Про неадекватну ідентичність вказано у працях Е. Еріксона. Люди з неадекватною ідентичністю тікають від близьких взаємовідносин, тобто уникають спілкування, побудові стосунків через страх злитися з кимось і втратити себе. Також особи з неадекватною ідентичністю неспроможні планувати майбутнє, не вміють ефективно використовувати внутрішні ресурси в навчанні, прагнуть знайти ідентичність, цілком протилежну тій, якій віддають перевагу батьки та інші дорослі. Це може виражатися в презирливому й ворожому ставленні до ролі, яка вважається корінною в оточенні підлітка, в зневазі соціальних норм та орієнтирів.

Особи зі сплутаною ідентичністю не можуть встановлювати адекватні стосунки близькості, що підмінюється симбіотичною залежністю, дифузією тимчасової перспективи та дифузією працьовитості у навчально-пізнавальній сфері.

Негативна ідентичність являє собою жорстку фіксацію підлітка на ролях і ідентифікаціях, що відкидаються або засуджуються суспільством. Негативна ідентичність протилежна суспільно-культурним цінностям. Підліток будує своє самовизначення на основі негативних характеристик, а потім підтверджує цю ідентичність, продовжує обирати форми поведінки, які тільки підсилюють її. Це лише підкреслює кризовий характер перебігу особистісної ідентифікації в підлітковому віці, тобто посилення факторів кризи ідентичності.

Як уже відомо, набуття адекватної ідентичності є результатом позитивної оцінки норм і правил, яких дотримують батьки, школа, ровесники, суспільство, використання цих правил у житті, інтегрованих образів усіх знань про себе, що ґрунтується на досвіді та включають уявлення про майбутнє. На всі ці процеси значною мірою розвиваються у процесі міжособистісної взаємодії, оскільки уявлення про себе підліток формує на основі порівняння з іншими та інше.Загострення перебігу кризи ідентичності проявляється у нездатності підлітка зробити вибір серед ідентифікаційних зразків і моделей, що призводить до неадекватної поведінки, психологічної напруги, негативних переживань, неспроможності усвідомити образ «Я»[4].

Аналіз наукової літератури щодо міжособистісних стосунків та кризи ідентичності у підлітковому віці дозволив зробити висновок, що міжособистісні стосунки можуть впливати на перебіг кризи ідентичності, оскільки у підлітка вона ще цілковито несформована. Підліток опиняється в ситуації невизначеності, що заглиблює проходження етапу кризи ідентичності та нівелює деякі можливі надбання. Висвітлена нами гіпотеза потребує емпіричного підтвердження.

**Висновок до розділу 1**

Міжособистісні стосунки - зв'язки, що ґрунтуються на взаємній готовності людей до взаємодії й спілкування та супроводжуються почуттям симпатії – антипатії. Міжособистісні відносини виникають та розвиваються в процесі спілкування, а також регулюються особливостями людей, які спілкуються та взаємодіють між собою.

Особливостями міжособистісних стосунків в підлітковому віці є високий рівень емоційного забарвлення, який проявляється у вигляді задоволеності – незадоволеності суб’єктів один одним. У процесі взаємодії з дорослими міжособистісні стосунки відзначаються критичним оцінюванням їх слів та вчинків, тобто спілкування є суперечливим. Спілкування з ровесниками стає значимою сферою через дію механізму самооцінювання, тобто порівняння себе з ними. У взаєминах з ровесниками спостерігається значна емоційність та конфліктність. У товаришів підлітки знаходять співчуття, адекватне сприйняття своїх радощів і негараздів. У дружніх стосунках також часто спостерігається переймання та розповсюдження інтересів та захоплень ровесників, вихід за межі навчальної діяльності. Підліток, перш за все, прагне реалізувати свою особистість, визначивши своє місце в колективі**.** Спілкування стає самоціллю, у якій підліток реалізує свої інтереси, формує уявлення про себе й про навколишній світ. У освітньому середовищі міжособистісну взаємодія у межах класу можна аналізувати на основі соціального статусу підлітка.

Ідентичність розуміємо як динамічну структуру, що нелінійно, нерівномірно розвивається та має тенденцію до цілісності. Кризу ідентичності тактуємо як втрату власної попередньо набутої цілісної форми дитячої ідентичності, яка дезорієнтує підлітка та призводить до системних пошуків нових складових «Я-образу», за умови узгодження їх з ідентифікаційною матрицею особи. Ідентичність підлітка зазнає кризи ідентичності через зміну попередньо набутої дитячої ідентичності та осягнення нової її форми, що супроводжується психологічною напругою та глибокими суперечностями між складовими «Я-концепції» (між «Я-реальним» та «Я- ідеальним»), дисбалансом часової перспективи, коливанням власного «Я-образу». Окрім того, вона виражається у втраті особою власної цілісності як індивідуальності помноженої на відсутність соціального визнання.

З’ясовано, що криза ідентичності підліткового віку відображає складний етап становлення ідентичності, суперечливий, важливий процес, який вимагає від особи переосмислення набутих переконань, цілей та цінностей.

Міжособистісні стосунки, включеність підлітка у сам процес спілкування має важливе значення у формуванні нової ідентичності підлітка, оскільки так підліток реалізує себе як особистість, формує судження про себе й навколишній світ, коли дефіцит міжособистісних стосунків може загострювати кризу ідентичності й проявлятися у негативних формах нової ідентичності. Також дефіцит міжособистісного спілкування зашкоджує успішній соціалізації, а тому й ускладнює подолання кризи ідентичності у підлітка.

Набуття адекватної ідентичності є результатом позитивної оцінки норм і правил, яких дотримують батьки, школа, ровесники, суспільство, використання цих правил у житті, інтегрованих образів усіх знань про себе, що ґрунтується на досвіді та включають уявлення про майбутнє. На всі ці процеси значною мірою розвиваються у процесі міжособистісної взаємодії, оскільки уявлення про себе підліток формує на основі порівняння з іншими та інше.Загострення перебігу кризи ідентичності проявляється у нездатності підлітка зробити вибір серед ідентифікаційних зразків і моделей, що призводить до неадекватної поведінки, психологічної напруги, негативних переживань, неспроможності усвідомити образ «Я».

**РОЗДІЛ 2.**

**ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ДЕФІЦИТУ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ ЯК ЧИННИКА КРИЗИ ІДЕНТИЧНОСТІ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ**

**2.1 Програма емпіричного дослідження та обгрунтування діагностики дефіциту міжособистісних стосунків у формуванні кризи ідентичності в підлітковому віці**

Дослідження проводилося на базі Долинського ліцею №6 «Європейський» протягом квітня-травня 2022 року. У дослідженні прийняли участь 50 учнів віком 13 - 14 років.

Основною метою нашого дослідження було з’ясувати наявність впливу дефіциту міжособистісних стосунків на формування та проходження кризи ідентичності в підлітковому віці.

Як відомо, підліток опиняючись в ситуації невизначеності й у процесі набуття нової ідентичності, здійснює оцінку норм і правил, яких дотримуються батьки, ровесники, суспільство, пробує використовувати ці правила у житті, формує стійкі уявлення про себе тощо. Всі ці процеси здійснюються у процесі міжособистісної взаємодії. Тому для нас є цікавим виявити, чи може та яким чином може рівень й особливості міжособистісних стосунків впливати на перебіг кризи ідентичності у підлітковому віці. За допомогою аналізу наукової літератури ми дійшли до висновку, що дефіцит міжособистісної взаємодії у підлітків проявляється у відсутності потреби у спілкуванні, відсутності дружніх міжособистісних стосунків, пасивних тенденціях поведінки у міжособистісній взаємодії. Особливий наголос робимо на дружніх стосунки з ровесниками, оскільки це є провідним видом діяльності підлітків.

Для цього нами проведено емпіричне дослідження. На першому етапі емпіричного дослідження ми зазначили показники міжособистісних стосунків та кризи ідентичності. На другому етапі дослідження з’ясовували основні тенденції поведінки підлітків у групі, наявність показників кризи ідентичності. На третьому етапі ми визначали залежність між показниками міжособистісних стосунків та проявами кризи ідентичності підлітків за допомогою коефіцієнту кореляції Пірсона.

Для емпіричного дослідження нами виокремлено два критерії, де кожен має свої показники:

Першим критерієм є «Міжособистісні стосунки», де показниками виступають:

* потреба у спілкуванні;
* наявність дружніх міжособистісних стосунків**;**
* тенденції поведінки у міжособистісній взаємодії.

Другим критерієм є «Криза ідентичності», де показниками виступають індикатори кризи ідентичності:

* несформованість компонентів ідентичності;
* неадекватна самооцінка, неузгодженість між «Я-реальним» та «Я-ідеальним»;
* невизначеність ціннісних орієнтацій;
* невміння прийняти нові ролі, які пропонуються зовнішніми обставинами;
* відсутність уявлень про перспективи майбутнього;
* дисбаланс часової системи «минуле-сьогодення-майбутнє».

Для дослідження виокремлених критеріїв та їх показників використано наступний діагностичний інструментарій:

1. Методика «Q-сортування» (Q-sort) В. Стефансона;
2. Тест «Знаходження кількісного вираження рівня самооцінки» за С.А. Будассі;
3. **Методика** **«Рівень співвідношення «цінності» і «доступності» в різних життєвих сферах» О. Фанталової»;**
4. Тест двадцяти висловлювань «Хто я?» (М. Кун, Т. Макпартленд);
5. Автобіографічні розповіді «Ким я був, ким я є, ким я буду!».

Методика «Q-сортування» (Q-sort) В. Стефансона дозволяє визначити основні тенденції поведінки підлітка у групі (Додаток А). Складається із 60 тверджень з назвами особистісних якостей. Опитуваним потрібно визначити чи може він ці характеристики ототожнити із собою, при позитивному виборі відповідає «так», при негативному - «ні». За допомогою цієї методики можна визначити наступні тенденції поведінки в міжособистісній взаємодії: залежність – незалежність; комунікабельність – некомунікабельність; прийняття боротьби - уникання боротьби.

Таким чином можемо з’ясувати, чи прагне опитуваний до прийняття внутрішніх стандартів та цінностей - соціальних й морально-етичних, до утворення емоційних зв'язків, до уникнення взаємодії. Обрахування результатів здійснюється за відповідним ключем. Відповідність з ключем відповідь «так» оцінюється 1 балом, відповідь «ні» – 0 балів. Описана методика, у нашій роботі, дозволить нам з’ясувати тенденції та особливості поведінки в міжособистісній взаємодії та наявність дефіциту міжособистісних стосунків у підлітків.

Отже, ця методика показує нам особливості спрямованості підлітка у міжособистісних стосунках.

Тест «Знаходження кількісного вираження рівня самооцінки» за С. Будассі має на меті з’ясувати рівень самооцінки опитуваного (Додаток Б). Тест складається із 20 слів якостей особистості. Завдання опитуваного спочатку проставити номерами найбільш неприємні риси, а потім із цих же слів вибрати якості, найменш характерні для опитуваного і так до найбільш характерних йому. Обробка результатів здійснюється за відповідною формулою й визначається коефіцієнт самооцінки. Тестом передбачено 5 рівнів самооцінки – високий, вище середнього, середній, нижче середнього та низький.

У нашій роботі тест «Знаходження кількісного вираження рівня самооцінки» за С. Будассі дозволить нам визначити показник - неадекватна самооцінка, неузгодженість між «Я-реальним» та «Я-ідеальним»;

**Методика**  **«Рівень співвідношення «цінності» і «доступності» в різних життєвих сферах» О. Фанталової у нашій роботі використовуємо для дослідження показника -** невизначеність ціннісних орієнтацій (Додаток В)**. Методика включає в себе список із 12 понять,** кожне з яких означає одну із загальнолюдських цінностей. Респонденти повинні оцінити від 1 до 10 рівень значимості для нього кожної з цінностей. Список цінностей: активне, діяльне життя; здоров'я (фізичне і психічне); цікава робота; краса природи і мистецтва; любов (духовна і фізична близькість з коханою людиною); матеріально-забезпечене життя (відсутність матеріальних труднощів); наявність хороших і вірних друзів; впевненість у собі (свобода від внутрішніх протиріч, сумнівів); пізнання (можливість розширення своєї освіти, кругозору, загальної культури, а також інтелектуальний розвиток); свобода як незалежність у вчинках і діях; щасливе сімейне життя; творчість (можливість творчої діяльності).

Доречність використання цієї методики у нашому дослідженні полягає в тому, що ми зможемо прослідкувати рівень сформованості ціннісних орієнтацій, визначити важливі для підлітків цінності, з’ясувати наявність потреби у спілкуванні та наявність дружніх стосунків.

Тест двадцяти висловлювань «Хто я?» (М. Кун, Т. Макпартленд) призначений для вивчення змістовних характеристик ідентичності особистості (Додаток Д). За допомогою цього тесту можна виявити особливості сприйняття респондентом самого себе. Для цього респондент повинен протягом 12 хвилин дати відповідь на одне питання «Хто Я?». Відповідаючи на питання «Хто Я?», респондент вказує соціальні ролі і характеристики-визначення, з якими він себе ідентифікує, тобто він описує значущі для нього соціальні статуси та ті риси, які, на його думку, пов’язані з ним. Аналіз результатів дозволяє з’ясувати наскільки опитаний усвідомлює і приймає свою унікальність й наскільки для нього важлива приналежність до групи людей. В цілому можемо прослідкувати сім узагальнених показників-компонентів ідентичності: «Соціальне Я», «Комунікативна Я», «Матеріальне Я», «Фізичне Я», «Діяльне Я», «Перспективне Я», «Рефлексивне Я» й два самостійні показники проблемна ідентичність та ситуативний стан.

Описаний тест у нашому дослідженні дозволить з’ясувати показники кризи ідентичності - невміння прийняти нові ролі, які пропонуються зовнішніми обставинами, несформованість компонентів ідентичності та відсутність уявлень про перспективи майбутнього.

Нами створено та використано опитувальник автобіографічних розповідей «Ким я був, ким я є, ким я буду!» (Додаток Е). Опитувальник автобіографічних розповідей створений з метою виявити наступні показники кризи ідентичності: дисбаланс часової системи «минуле-сьогодення-майбутнє»; відсутність уявлень про перспективи майбутнього.

Опитуваний повинен написати розповідь на задану тему. Оцінка здійснюється згідно аналізу розповіді респондента. Виділено три критерії оцінки:

1. Перспектива (в 2 бали оцінюється наявність в опитуваного уявлення про перспективи життя, 1 бал – відносне усвідомлення перспектив майбутнього, 0 балів – відсутність перспектив життя);
2. Часова система «минуле-сьогодення-майбутнє» (2 бали – баланс часової системи, який проявляється в чіткому зв’язаному сприйнятті минулого, теперішнього та майбутнього; 1 бал - частковий баланс часової системи, 0 балів - дисбаланс часової системи «минуле-сьогодення-майбутнє», який проявляється в орієнтації на один проміжок часу)

Підрахунок здійснюється за допомогою підрахунку наданих балів. Таким чином, максимальна оцінка за кожним показником - 2 бали, коли мінімальна - 0 балів. Відповідно, низький інтервал балів від 0; середній показник - 1; високий показник - 2.

За допомогою використання цього діагностичного інструментарію отримано дані про особливості міжособистісних стосунків та перебігу кризи підліткового віку у підлітків. Обрані методики для емпіричного дослідження відповідають критеріям та завданням нашого дослідження.

**2.2 Аналіз результатів дослідження дефіциту міжособистісних стосунків й кризи ідентичності в підлітковому віці**

Метою другого етапу дослідження було з’ясувати особливості міжособистісних стосунків підлітків у групі та особливості перебігу кризи ідентичності.

Дослідження тенденцій поведінки у міжособистісній взаємодії підлітків показало, що з вибірки (50 респондентів) 72% респондентів виявляють комунікабельність у міжособистісних стосунках. Це свідчить про їхнє прагнення та вміння утворювати емоційні зв’язки з іншими, у спілкуванні вони життєрадісні та товариські. Легко знаходять спільну мову з іншими та не відчувають бар’єрів під час знайомства з новими людьми. Цих підлітків можна назвати соціально активними. 20% опитаних демонструють нетовариськість, що говорить про відсутність прагнення утворювати емоційні зв’язки як у своїй групі, так і за її межами. Ці підлітки виконують пасивну роль в групі, байдужі до справ, які йдуть у колективі, мовчазні, інертні та замкнуті. Й у 8% опитаних виявлено внутрішній конфлікт особистості, оскільки полярні тенденції міжособистісної взаємодії «товариськість - нетовариськість» виражені однаково.

За тенденцією поведінки “ухвалення «боротьби» - уникнення «боротьби» 8% з опитаних у міжособистісній взаємодії наполегливі у досягненні своєї мети та відстоюють свої погляди, цілеспрямовані, займають високий статус у групі.

Коли 72% з опитаних підлітків у міжособистісній взаємодії навпаки надають перевагу не вступати в конфлікти, уникають їх, намагаються зберігати «нейтралітет» у суперечках. Для них альтернативним варіантом є погодитись з іншим ніж конфліктувати. Тому у процесі їхньої міжособистісної взаємодії помітні нерішучість, поміркованість та безініціативність. Результати 20% респондентів свідчать про внутрішній конфлікт за цим показником міжособистісної взаємодії.

56% респондентів проявили виражену тенденцію поведінки у міжособистісній взаємодії – залежність.Ці підлітки виявляють внутрішнє прагнення до прийняття внутрішніх стандартів та цінностей, тобто вони схильні приймати та наслідувати соціально прийняту поведінку. Також при взаємодії з оточуючими прислухаються до оточуючих. 26% опитаних демонструють незалежність у міжособистісній взаємодії. Вони виявляють неприйняття групових норм. Тому проявляють себе як більш непокірливі, незалежні у вчинках та впевнені у своїй правоті та силі. Рішучість у спілкуванні та наполегливість при відстоюванні свого виступають їхніми домінуючими характеристиками у взаємодії з іншими. У 18% респондентів виявлено однакову вираженість обох тенденцій, що дає підстави стверджувати про наявність внутрішнього конфлікту особистості (див. рис. 2.1).

Отож, можемо підсумувати, що опитані підлітки у міжособистісній взаємодії більшою мірою виявляють вміння та прагнення встановлювати міжособистісні стосунки, соціально активні, схильні наслідувати загальні стандарти поведінки та уникати конфліктних ситуацій. Окрім того, у частини опитуваних підлітків (37%) наявний внутрішній конфлікт особистості, про що свідчить однакову вираженість протилежних тенденцій міжособистісної поведінки. Результати 20% підлітків у міжособистісній взаємодії демонструють пасивність у спілкуванні, уникнення контактів, мовчазність та замкнутість. Це, у свою чергу, говорить про їхню тенденцію поведінки, яка сприяє ситуації дефіциту міжособистісних стосунків у цих підлітків.

*Рис. 2.1. Результати за показниками тенденції поведінки у міжособистісній взаємодії підлітків у %*

Результати дослідження показали, що 96% респондентів відчувають потребу в у спілкуванні з ровесниками й демонструють важливість наявності дружніх стосунків у їхньому житті, коли 4% пишуть про відсутність потреби та бажання налагоджувати дружні стосунки з ровесниками. Цікавим виявилося те, що можливість задоволення потреби у наявності хороших та вірних друзів притаманна не всім, а тільки 70% респондентам, коли 30% зазначають відсутність хороших та вірних друзів у їхньому житті.

Отож, можемо підсумувати, що близько 70% респондентів виявляють потребу у спілкуванні, мають налагоджену взаємодію з оточуючими, товариські, комунікабельні та соціально активні, коли 30% демонструють відсутність потреби в спілкуванні, замкнути, соціально пасивні, відсувають труднощі у побудові дружніх стосунків, що говорить про ситуацію дефіциту міжособистісної взаємодії.

Дослідження наявності та особливостей прояву кризи ідентичності у підлітків здійснювалося на основі діагностики показників кризи ідентичності, у результаті чого ми отримали певні результати.

За показником кризи ідентичності «невизначеність ціннісних орієнтацій» можемо помітити, що у 70% (більшість підлітків), ціннісні орієнтації сформовані на високому й у 30% на середньому рівні. Підлітків з низьким рівнем сформованих ціннісних орієнтацій не виявлено. До най значущіших цінностей відносять: здоров’я (середнє значення – 9,12), свобода як незалежність у вчинках і діях (середнє значення – 9), впевненість в собі (середнє значення – 8,88), наявність хороших і вірних друзів (середнє значення – 8,86), пізнання (середнє значення – 8,72), любов (середнє значення – 8,6), щасливе сімейне життя (середнє значення – 8,56), коли останні позиції займає творчість (середнє значення – 7,7) та краса природи і мистецтва (середнє значення – 7,58) (див.рис. 2.2.).

Співвідношення «цінності» й «доступності» в різних життєвих сферах дала можливість виявити наступні конфлікти:

* свобода як незалежність у вчинках і діях, де середнє значення цінності значення – 9, а доступності – 4;
* впевненість в собі, де середнє значення цінності значення – 8,88, а доступності – 6;
* щасливе сімейне життя (середнє значення цінності – 8,56, доступності – 4,8 ).

*Рис. 2.2. Результати за показником кризи ідентичності «не сформованість ціннісних орієнтацій» підлітків у %*

Отож, у більшості підлітків ціннісні орієнтації сформовані на високому рівні. Для них значущим є їхнє здоров’я, свобода та незалежність, відсутність внутрішніх протиріч та сумнівів, наявність хороших друзів, що говорить про підтверджує їхню орієнтацію на спілкування з однолітками як провідний вид діяльності цього віку. Матеріальна сфера життя є малохвилюючою, а прагнення до естетичного та прекрасного менш розвинуте. Отримані результати є досить закономірними, оскільки для підліткового віку характерне прагнення до незалежності, яке ще не може бути задоволеним й потреби у внутрішній впевненості. Позитивним є також те, що для респондентів актуальним є інтелектуальний розвиток, розвиток кругозору та загальної культури.

За показником кризи ідентичності «неадекватна самооцінка, неузгодженість між «Я-реальним» та «Я-ідеальним»виявлено, що адекватна самооцінка, узгодженість між «Я-реальним» та «Я-ідеальним» на низькому рівні в 42% опитаних, на нижче середнього рівні в 18% респондентів, на середньому рівні в 14% підлітків, на вижче середнього рівні в 20% й на високому рівні сформована в 6% підлітків (див. рис.2.3).

*Рис. 2.3. Результати за показником кризи ідентичності «неадекватна самооцінка, неузгодженість між «Я-реальним» та «Я-ідеальним» підлітків у %*

Отож, спостерігаємо, що у опитаних домінує занижена самооцінка, яка проявляється у відсутності узгодження між «Я-реальним» та «Я-ідеальним» образами.

Цікавими є отримані результати за показниками кризи ідентичності «невміння прийняти нові ролі, які пропонуються зовнішніми обставинами».За допомогою відповідей підлітків на питання «Хто Я?» виявлено, що більшість підлітків, 68% мають сформоване «соціальне Я», а тому відзначаються вмінням приймати нові соціальні ролі. Вони чітко усвідомлюють свою сімейну та соціальну приналежність (зазначають свою сімейну роль та роль у суспільстві). Найпоширенішими відповідями є: учень, син, донька, людина, дівчина, хлопець, внучка, брат, сестра, друг. Отримані результати свідчать про вміння цих підлітків приймати нові соціальні ролі. У 24% респондентів не до кінця сформоване «соціальне Я» й у 8% зовсім не сформоване, що свідчить про певні та значні труднощі у прийнятті нових соціальних ролей (див рис. 2.4.).

Діагностика показника кризи ідентичності «відсутність уявлень про перспективи майбутнього» здійснювалася за допомогою аналізу автобіографічної розповіді «Ким я був, ким я є, ким я буду». 16% продемонстрували наявність усвідомлення перспектив майбутнього. Вони усвідомлюють свої професійні, сімейні, групові, фізичні та діяльнісні перспективи, зазначають про свої мрії, пов’язані з навчально-професійною сферою, з сімейним статусом, з друзями, спілкуванням, матеріальною сферою тощо. 28% респондентів мають відносне уявлення майбутнього і його перспектив й 44% слабо бачать своє майбутнє та усвідомлюють перспективи свого життя (див рис 2.4.).

За показником кризи ідентичності «дисбаланс часової системи «минуле-сьогодення-майбутнє»**,** можемо помітити, що баланс часової системи, який проявляється в чіткому зв’язаному сприйнятті минулого, теперішнього та майбутнього характерна 20% опитаних, частковий баланс часової системи притаманний 30% респондентів й 50% демонструють дисбаланс часової системи «минуле-сьогодення-майбутнє», який проявляється в орієнтації на один проміжок часу (див рис 2.4.)

*Рис. 2.4. Результати за показниками кризи ідентичності підлітків «невміння прийняти нові ролі, які пропонуються зовнішніми обставинами», «відсутність уявлень про перспективи майбутнього» та «дисбаланс часової системи «минуле-сьогодення-майбутнє»* *у %*

Узагальнивши результати опитування за показником кризи ідентичності «несформованість компонентів ідентичності» бачимо, що у підлітків більшою мірою сформоване «соціальне Я» та «рефлексивне Я». За співвідношенням соціальних ролей та індивідуальних характеристик стоїть питання про співвідношення соціальної та особистісної ідентичності. У 42% добре сформовані обидві (соціальна та особистісна) ідентичність. У 30% респондентів більшою мірою сформована соціальна ідентичність й у 18% - особистісна. У 10% респондентів виявлена криза ідентичності, оскільки не сформовані жоден з показників. Ці підлітки не змогли відповість на питання «Хто Я?» (див рис.2.5.).

Аналіз показників-компонентів ідентичності дозволяє наголосити на тому, що при відповіді на питання «Хто Я?» підлітки в основному писали про свої особистісні якості, індивідуальні риси характеру, особливості поведінки соціальні ролі. До найпоширеніших належать: хороша, справедлива, чесна, відповідальна, нетерпляча, вперта, нудна, агресивний, сумний, добра, енергійний тощо. Тому «рефлексивне Я» на високому рівні розвинуте у 58% опитаних, на середньому – 36% й низькому в 6% респондентів. Найпоширенішими відповідями «соціального Я» є: учень, син, донька, людина, дівчина, хлопець, внучка, брат, сестра, друг. Більшість підлітків, 68%, мають сформоване «соціальне Я», 24% респондентів виявляють не до кінця сформоване «соціальне Я» й у 8% зовсім не сформоване.

*Рис. 2.6. Результати за показником «не сформованість компонентів ідентичності» підлітків у %*

Важливо зауважити, що у респондентів ще не сформоване «матеріальне Я», оскільки не було жодного твердження про майно та матеріальну забезпеченість. Проте це є очевидним, згідно їхніх психофізіологічних особливостей. Також більшість підлітків (84%) не зазначали ознаки своєї зовнішності та фізичних даних, що свідчить про низький рівень сформованості «фізичного Я» й доволі низьку самооцінку, що підтверджується результатами опитування за іншим показником. 4% продемонстрували високий рівень сформованості «фізичного Я» й 12% середній рівень.

У 10% прослідковуємо сформоване «діяльнісне Я» на високому рівні, у 22% опитуваних на середньому й 68% респондентів – низькому. Це свідчить про те, що опитувані у процесі розвитку та розуміння своїх захоплень, інтересів, формування вмінь.

Результати узагальнених показників-компонентів ідентичності представлені на рисунку 2.6

*Рис. 2.6. Результати сформованості показників-компонентів ідентичності у підлітків (у %)*

Діагностика емоційного стану показала, що 22% оцінюють свій домінуючий емоційний стан як позитивний, 18% респондентів зазначають, що протягом довгого часу в них домінують негативні емоції та відчуття, й 70% описують свій емоційний стан як сприятливий.

Отож, можемо підсумувати, що за показниками кризи ідентичності більшість респондентів: мають сформовану систему ціннісних орієнтацій (70%); занижену самооцінку (60%), яка проявляється у відсутності узгодженості між «Я-реальним» та «Я-ідеальним» образом; виявляють вміння приймати нові соціальні ролі (68%); демонструють дисбаланс часової системи «минуле-сьогодення-майбутнє», який проявляється в орієнтації на один проміжок часу (50%); не бачать перспектив свого майбутнього (44%); сформованість «соціального Я» та «рефлексивного Я» (63%); не сформоване «матеріальне Я», низький рівень сформованості «фізичного Я». У 10% виявлена криза ідентичності, оскільки не сформовані жоден з показників ідентичності.

**2.3 Обґрунтування закономірностей та взаємозв’язків між дефіцитом міжособистісної взаємодії та кризою ідентичності у підлітковому віці**

На третьому етапі ми визначали наявність зв’язку між показниками міжособистісних стосунків та проявами кризи ідентичності підлітків за допомогою коефіцієнту кореляції Пірсона. Для цього ми порівнювали результати отримані при дослідженні показників кризи ідентичності та показників міжособистісних стосунків. Результати представлені в таблиці 2.1.

Кореляційний аналіз Пірсона показав нам достатню кількість взаємозв’язків. Виявлено лінійні кореляційні зв’язки між показником міжособистісних стосунків «Наявність дружніх міжособистісних стосунків» та показниками кризи ідентичності:

* «Соціальне Я», де r = 0,395 при р≤0,01. Це означає, що підлітки, які знайшли собі хороших друзів, соціально активні володіють вищим рівнем сформованості соціальної ідентичності. У той момент, коли підлітки з низьким рівнем емоційних зв’язків з іншими володіють нижчим рівнем сформованості соціальної ідентичності;
* «Рефлексивне Я», де r = 0,367 при р≤0,01. Цей зв'язок говорить про те, що чим більше активний у міжособистісних стосунках підліток, тим більше у нього розвинуте «рефлексивне Я», тобто відбувається розвиток особистісної ідентичності. Отримані результати дають змогу підтвердити те, що у процесі міжособистісної взаємодії відбувається формування соціальної та особистісної ідентичності. У процесі спілкування підлітки приймають нові соціальні ролі, ідентидифікують себе з іншими й пізнають себе;
* «Невміння прийняти нові ролі»,деr = 0,355 при р≤0,01.Тобто респонденти, які чітко усвідомлюють свою сімейну та соціальну приналежність, опановують нові соціальні ролі демонструють наявність дружніх міжособистісних стосунків, а підлітки, які відчувають труднощі у побудові дружніх стосунків з однолітками важче опановують нові соціальні ролі;
* «Неадекватна самооцінка», деr = 0,436 при р≤0,001. Підлітки з дефіцитом міжособистісних стосунків виявляють нижчу самооцінку,ніж ті у кого міжособистісні стосунки розвинуті на високому рівні.

Отож, можемо помітити, що наявність емоційних зв’язків з оточуючими, соціальна активність у міжособистісній взаємодії позитивно впливає на формування адекватної самооцінки, вміння приймати нові соціальні ролі та на формування соціальної та особистісної ідентичності. Коли дефіцит міжособистісних стосунків має негативний вплив на ці процеси.

Також спостерігаємо лінійні кореляційні зв’язки між показником міжособистісних стосунків «Потреба у спілкуванні та друзях» та показниками кризи ідентичності:

* «Невизначеність ціннісних орієнтацій», де r = 0,277 при р≤0,05. Цей зв'язок пояснюється наступним чином: респонденти, які не відчувають потреби у спілкуванні, а тому соціально пасивні, мають низьку мотивацію до встановлення дружніх стосунків виявляють нижчий рівень сформованості ціннісних орієнтацій і навпаки. Також цікавим є те, що респонденти з відсутністю бажання до побудови дружніх міжособистісних стосунків менш важливе значення надають наступним цінностям «впевненість у собі» (r = 0,660 при р≤0,1) та «наявність хороших і вірних друзів» (r = 0,568 при р≤0,1).

Отож, можемо побачити певний зв'язок між потребою у побудові міжособистісних стосунків та показником кризи ідентичності невизначеність ціннісних орієнтацій, оскільки ціннісні орієнтації в респондентів з відсутністю потреби у побудові дружніх стосунків дещо нижчі ніж у тих хто її має.

Аналіз зв’язків між тенденціями поведінки у міжособистісній взаємодії та показниками кризи ідентичності дозволив підсумувати, що підлітки, які виконують пасивну роль в групі, байдужі до справ у колективі, мовчазні, інертні та замкнуті виявляють більші труднощі у прийнятті нових соціальних ролей (r = 0,414 при р≤0,1). Це може бути пов’язане з тим, що у процесі міжособистісної взаємодії відбувається соціалізація та входження індивіда в нове середовище, прийняття нових ролей. Таку ж закономірність спостерігаємо з формуванням соціальної ідентичності. А також з’ясовано, що підлітки, які виявляють пасивну роль у міжособистісних стосунках мають нижчу самооцінку ніж ті, хто виявляють активну роль (r = 0,294 при р≤0,05)

Помітний зв'язок між цінностями ««впевненість у собі» (r = -0,318 при р≤0,1), «наявність хороших і вірних друзів» (r = -0,406 при р≤0,1) та тенденцією міжособистісної взаємодії – некомунікабельність. Тобто підлітки, які у міжособистісній взаємодії замкнуті, уникають спілкування, не вміють будувати дружні стосунки, менше значення дають таким цінностям як наявність хороших друзів та впевненість в собі.

Отож, можемо підсумувати, що дефіцит міжособистісних стосунків, який проявляється у відсутності потреби у спілкуванні, відсутності або дефіцитній кількості дружніх міжособистісних стосунків**,** нетовариській та пасивній тенденції поведінки у міжособистісній взаємодії має зв'язок із перебігом та формуванням кризи ідентичності в підлітків. Зокрема вплив спостерігаємо на формування самооцінки, особистісної та соціальної ідентичності, вміння приймати нові соціальні ролі, формування ціннісних орієнтацій.

Результати кореляційного аналізу за показниками міжособистісних стосунків та кризи ідентичності представлені в додатку Д.

**Висновки до розділу 2**

Діагностика міжособистісних стосунків підлітків показала, що опитані підлітки у міжособистісній взаємодії виявляють більшою мірою вміння та прагнення встановлювати міжособистісні стосунки, соціально активні, схильні наслідувати загальні стандарти поведінки та уникати конфліктних ситуацій. Окрім того, у частини опитуваних підлітків (37%) наявний внутрішній конфлікт особистості, про що свідчить однакову вираженість протилежних тенденцій міжособистісної поведінки. 20% підлітків у міжособистісній взаємодії демонструють пасивність у спілкуванні, уникнення контактів, мовчазність та замкнутість. Це, у свою чергу, говорить про їхню тенденцію поведінки, яка сприяє ситуації дефіциту міжособистісних стосунків у цих підлітків.

За показниками кризи ідентичності більшість респондентів: мають сформовану систему ціннісних орієнтацій (70%); занижену самооцінку (60%), яка проявляється у відсутності узгодженості між «Я-реальним» та «Я-ідеальним» образом; виявляють вміння приймати нові соціальні ролі (68%); демонструють дисбаланс часової системи «минуле-сьогодення-майбутнє», який проявляється в орієнтації на один проміжок часу (50%); не бачать перспективи свого майбутнього (44%); мають сформоване «соціальне Я» та «рефлексивне Я» (63%); не сформоване «матеріальне Я» та «фізичне Я». У 10% виявлена криза ідентичності, оскільки не сформовані жоден з показників ідентичності.

Кореляційний аналіз Пірсона показав нам достатню кількість взаємозв’язків. Дефіцит міжособистісних стосунків, який проявляється у відсутності потреби у спілкуванні, відсутності або дефіцитній кількості дружніх міжособистісних стосунків**,** нетовариській тенденції поведінки у міжособистісній взаємодії має зв'язок із перебігом та формуванням кризи ідентичності в підлітків. Зокрема спостерігаємо зв'язок з формуванням самооцінки, особистісної та соціальної ідентичності, вмінням приймати нові соціальні ролі, формуванням ціннісних орієнтацій. Тобто підлітки, які виконують пасивну роль в групі, байдужі до справ у колективі, мовчазні, інертні та замкнуті виявляють більші труднощі у прийнятті нових соціальних ролей. У процесі спілкування підлітки приймають нові соціальні ролі, ідентидифікують себе з іншими й пізнають себе, а тому формують соціальну та особистісну ідентичності.

**РОЗДІЛ 3.**

**ПСИХОДОГІЧНИЙ СУПРОВІД ПІДЛІДКІВ У ПЕРІОД ПОДОЛАННЯ КРИЗИ ІДЕНТИЧНОСТІ**

**3.1 Основні напрямки роботи щодо психологічного супроводу підлітків, котрі переживають кризу ідентичності**

Підлітковий період є одним зі складніших та важливіших у житті людини, оскільки саме на цей період припадає перехід від вже набутої дитячої ідентичності до формування її нової форми, що характеризується усвідомленням власної унікальної «самості», цінностей, розвитком «Я-концепції». Це є складний процес, який залежить від великої кількості факторів, одним з яких є специфіка міжособистісних стосунків, тому часто супроводжується кризою ідентичності й проявляється у формі невміння, нездатності прийняти нові ролі, які пропонуються зовнішніми обставинами, невизначеністю нормативно-ціннісних орієнтацій світосприйняття, неадекватністю самооцінки, втратою перспективи, зростанням песимізму, проявом безкомпромісних суджень, соціально-агресивною поведінкою тощо. Саме тому психологічний супровід підлітків у процесі набуття нової ідентичності є вкрай необхідним для успішного проходження кризи ідентичності, набуття нової ідентичності та формування психологічного благополуччя підлітків задля їх успішного розвитку та становлення як особистостей.

Р. Овчарова зазначає, що «психологічний супровід – це система професійної діяльності психолога». М. Битянов пише: «психологічний супровід спрямований на створення соціально-психологічних умов для емоційного благополуччя, успішного розвитку, виховання та навчання дитини в рамках освітнього закладу».

Психологічний супровід в навчальному закладі здійснює психологічна служба представником якої зазвичай є психолог та соціальний працівник. Однактзалучені до цього процесу також педагоги та батьки. Психологічний супровід є одним із різновидів психологічної підтримки, який містить наступні напрямки роботи: діагностичний, корекційний, консультування та профілактичний.

Першим етапом психологічного супроводу на шляху подолання кризи ідентичності є діагностична робота, яка полягає у виявленні показників кризи ідентичності. Діагностування може проводитись у навчальному закладі із всіма учнями підліткового віку з метою виявлення учнів із кризою ідентичності. Для цього варто використовувати стандартизовані опитувальники та методики, які відповідають меті та завданням дослідження. З метою виявлення учнів з кризою ідентичності опитувальники повинні бути спрямовані на з’ясування наявності в учнів:

* невміння, нездатність прийняти нові ролі, які пропонуються зовнішніми обставинами;
* невизначеності нормативно-ціннісних орієнтацій світосприйняття;
* неадекватності самооцінки;
* втрати перспективи;
* зростання песимізму;
* зміни соціальної активності;
* прояву безкомпромісних суджень;
* соціально-агресивної поведінки;
* підвищеного інтересу до метафізичних та ірраціональних проблем;
* соціальної дезадаптації, зокрема прояви девіантної поведінки, дестабілізація психологічних механізмів тривожності, конфліктність та агресивність, асоціальні прояви (депресія, апатія, беззмістовна жорстокість, різні форми залежності та безпорадність, прагнення втекти від реального світу, алкоголізм, вживанні наркотиків).

У процесі виявлення цих показників в учнів доречно використовувати наступні стандартизовані методики:

1. Тест «Знаходження кількісного вираження рівня самооцінки» за С.А. Будассі;
2. Методика  «Рівень співвідношення «цінності» і «доступності» в різних життєвих сферах» О. Фанталової»;
3. Тест двадцяти висловлювань «Хто я?» (М. Кун, Т. Макпартленд);
4. Автобіографічні розповіді «Ким я був, ким я є, ким я буду!»;
5. Тест «Автопортрет» розроблений Р.Бернсом, інтерпретований О.С.Романовою та О.Ф.Потьомкіною; по-третє, методик,
6. Методика вивчення Я-концепції в модифікації А. Прихожан (підлітковий варіант);
7. Методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокіч;
8. Методика визначення рівня рефлексивності (В. Пономарьова);
9. «Готовність до саморозвитку» (В .Павлов);
10. Методика «Вивчення статусів професійної ідентичності» (А. Азбель) тощо.

Під час психологічного супроводу також важливо виконувати індивідуальну діагностику з учнями, які переживають кризу ідентичності з метою з’ясування особливостей протікання кризи та відстежування змін у процесі корекційної роботи.

Психологічне консультування займає одне з головних місць в процесі психологічного супроводу підлітків на шляху подолання кризи ідентичності. Це пов’язано з тим, що особистість підлітків, на відміну від дорослих, динамічно розвивається. Консультативна робота має ряд переваг, де до головних відносимо індивідуальний характер та можливість пошуку та використанням індивідуального підходу до учня згідно його характеру та особливостей. Зміст консультування спрямований на вирішення та оптимізацію показників кризи ідентичності. Може містити використання вправ та технік різних напрямків.

У процесі консультування психолог виконує два основні завдання:

* діагностичне – з’ясувати проблему та чинники виникнення проблеми;
* терапевтичне - процес реалізації психологічної допомоги з використанням спеціальних технік. Він включає психологічну підтримку, оптимізацію психічного стану й актуалізацію власних психологічних ресурсів підлітка.

Консультування підлітків здійснюється відповідно до загальноприйнятої схеми: встановлення контакту з підлітком; запит підлітка, опис труднощів і бажаних змін у собі, конкретних людях, ситуації; психодіагностична бесіда: пошук причин труднощів; психологічна інтерпретація (вербально висловлена гіпотеза консультанта про можливі чинники труднощів підлітка).

Профілактична робота у закладі освіти призначена для всіх учнів, а не тих у кого виявлено кризу ідентичності. Здійснюється з метою створення оптимальних умов для набуття учнями нової ідентичності. До таких заходів варто віднести проведення лекцій, бесід, семінарів, тренінгових занять, індивідуальних та групових опитувань підлітків задля запобігання виникненню труднощів у процесі набуття нової ідентичності.

Окремої уваги у процесі психологічного супроводу підлітків, котрі переживають кризу ідентичності варто надати корекційній роботі. Корекційна робота може здійснюватися як в індивідуальній формі, так і в груповій. Вона повинна бути націлена на подолання показників кризи ідентичності та формувати навичок та якостей, які б сприяли формуванню позитивної ідентичності у підлітків. Безпосередньо націлена на опанування нових ролей, формування комунікативних навичок, формування узгодженої системи ціннісних орієнтацій, формування адекватної самооцінки, формування мотивації до соціальної активності, подолання соціально-агресивних проявів, подолання тривожності, конфліктності та агресивності та асоціальних проявів.

Отже, психологічний супровід підлітків, котрі переживають кризу ідентичності, є важливим завданням психологічної служби у системі освіти, яка забезпечує успішне проходження кризи ідентичності, набуття нової ідентичності та формування психологічного благополуччя підлітків задля їх успішного розвитку та становлення як особистостей. Психологічним супроводом передбачено комплексну роботу різних напрямків, зокрема: діагностична, корекційна, профілактична та консультування. Корекційна робота є базовою у подоланні підлітками кризи ідентичності й набуття нової, позитивної.

**3.2 Тренінгова програма подолання кризи ідентичності у підлітковому віці**

Як вже раніше з'ясовано, корекційний напрямок психологічного супроводу є ключовим у роботі з підлітками, які переживають кризу ідентичності. Одним із найефективніших форм корекційної роботи є тренінгові заняття. Це пов'язано з тим, що тренінгова форма роботи передбачає систематичні заняття в групі з використанням психологічних вправ різних напрямків.

Оскільки емпіричне дослідження показало, що міжособистісні стосунки мають значний вплив на формування ідентичності у підлітка та проходження кризи ідентичності, групова робота під час тренінгових занять буде ефективною для формування комунікативних навичок, отримання досвіду міжособистісної взаємодії (під супроводом психолога), а тому сприятиме подоланню кризи ідентичності. Позитивними моментами тренінгової форми роботи є також те, що вона сприяє розвитку рефлексивних вмінь та навичок самоаналізу, прагненню до самопізнання, зануренню у власний внутрішній світ.

Головна мета тренінгової програми полягає в успішному подоланні кризи ідентичності та формуванні нової позитивної ідентичності у підлітків. Тренінгова програма призначена для підлітків, які гостро переживають кризу ідентичності. Оптимальна кількість учасників може становити до 15 осіб, гендерних обмежень немає.

Завдання тренінгової програми сформовані на основі емпіричного дослідження, згідно з яким з’ясовано, що дефіцит міжособистісних стосунків, який проявляється у відсутності потреби у спілкуванні, відсутності або дефіцитній кількості дружніх міжособистісних стосунків**,** нетовариській тенденції поведінки у міжособистісній взаємодії, має зв'язок із перебігом та формуванням кризи ідентичності в підлітків. Зокрема дефіцит міжособистісного спілкування впливає на рівень узгодженості між «Я-реальним» та «Я-ідеальним», формування особистісної та соціальної ідентичності, вміння приймати нові соціальні ролі, формування ціннісних орієнтацій.

Тому до головних завдань тренінгової програми відносимо:

* формування системи ціннісних орієнтацій;
* розвиток комунікативних навичок та соціальної активності;
* формування потреби у спілкуванні;
* розвиток товариської тенденції поведінки у міжособистісній взаємодії;
* формування адекватної самооцінки, яка проявляється в узгодженості між «Я-реальним» та «Я-ідеальним» образом;
* розширення уявлення та усвідомлення щодо різних аспектів власного «Я»;
* налагодження балансу часової системи «минуле-сьогодення-майбутнє»;
* усвідомлення перспектив свого майбутнього.

Важливо щоб кожен учасник тренінгової групи пройшов всі етапи тренінгової програми, оскільки це сприятиме гармонійному перебігу кризи ідентичності.

Програмою передбачено проходження наступних етапів:

Етап 1. Розширення уявлення та усвідомлення щодо різних аспектів власного «Я».

Я-концепція - це результат самосвідомості людини, який становить сукупність уявлень індивіда про себе. У процесі усвідомлення підлітками різних аспектів власного "Я" формуються складові ідентичності, зокрема особистісна, соціальна, фізична тощо.

З метою самодослідження когнітивного компонента своєї Я-концепції підлітками можна використовувати тест «Хто я?». Для цього учасники повинні у стовпчик написати цифри від 1 до 20. Після чого під кожним пунктом прописати відповідь на питання «Хто я?». У переліку можна вказувати фізичні властивості, особливості характеру, уподобання, інтереси, соціальні ролі тощо. Завершальним етапом вправи є презентація своїх списків в групі, обговорення вражень від виконання вправи. Описана вправа дає можливість розвинути уявлення про себе з різних аспектів, виявити особливості індивідуального самосприйняття, осмислити, наскільки сформовано цілісний образ власного «Я». Важливо щоб кожен учасник відповів собі на наступні питання:

* «З чого складаються мої уявлення про себе?
* Яку роль грає самооцінка у формуванні образу «Я»?
* Які почуття я переживав при виконанні вправи?
* Якого компоненту більше у моїй Я-концепції?»

З метою усвідомлення внутрішнього «Я» також доречно використовувати арттерапевтичні техніки, які спрямовані на формування «образу Я». Для цього учасникам пропонується візуально намалювати себе й біля малюнку відповісти на питання «Хто я?».

На усвідомлення різних аспектів власного «Я» позитивно впливає думка та погляди оточення. З цією метою доречно використовувати рольову гру «Хто ти є», де учасникам пропонується запропоновані твердження-характеристики надати тому, кому, на їх погляд, вони притаманні. Таким чином учасники отримують інформацію про сприйняття їх оточенням, що також позитивно впливає на формування складових ідентичності. Цю вправу потрібно виконувати з учасниками, які добре знайомі між собою й володіють достатньою кількістю інформації один про одного.

Одним із важливих аспектів формування соціальної ідентичності є усвідомлення учасниками власних соціальних ролей. На допомогу в цьому завданні будуть техніки спрямовані на усвідомлення своєї ролі у суспільстві.

Етап 2. Формування адекватної самооцінки. Головним завданням цього етапу є формування в учасників узгодженості між «Я-реальним» та «Я-ідеальним» образом. Задля досягнення цього завдання в учасників потрібно формувати прагнення до самопізнання, занурення у власний внутрішній світ, розвиток відчуття усвідомлення унікальності, розвиток рівня саморефлексії, усвідомлення суперечностей «Я-концепції» та подоланні розбіжностей між «Я-реальним» та «Я-ідеальним». У досягненні цих завдань будуть у пригоді наступні вправи:

* вправа «Ідеальний та реальний образ Я» спрямована на формування узгодженого ідеального та реального образу «Я» в учасників. Перш за все, учасники повинні прописати на аркуші паперу в першій колонці уявлення про реальний «образ Я». Потім в другій колонці відобразити уявлення про ідеальний «образ Я». Аналіз вправи виконується у письмовій формі, де учасники повинні відповісти на питання, що стосуються наявності збігів між реальним та ідеальним образом «Я», суттєвих відмінностей, шляхів досягнення ідеального образу «Я» та власних відчуттів при уявленні себе у реальному та ідеальному «образі Я».
* З метою підвищення самооцінки доречно використовувати вправу «Мої переваги», яка полягає в привернені уваги учасників на власні сильні сторони. Для цього учасники тренінгової групи роблять 2 кола, одне зовнішнє, а друге внутрішнє, таким чином стають обличчям до другого кола. Учасники зовнішнього кола діляться з учасниками внутрішнього кола своїми сильними сторонами, і так навпаки. На завершення вправи можна обмінятися компліментами, що також позитивно вплине на самооцінку учасників. Важливо провести обговорення відчуттів під час виконання вправи.
* вправа «Сонечко» також сприяє оптимізації самооцінки. Завдання вправи полягає в тому, щоб на променях сонечка учасники розмітили ті якості чи властивості, які робить їх особливими та допомагають долати труднощі. Після завершення виконання вправи важливо, щоб тренер наголосив на сталості та цінності цих якостей у житті людини. Презентування результатів вправи в групі також сприятиме формуванню комунікативних навичок.
* Вправа «Конструктивна критика» має на меті подолання розбіжності між «Я-реальним» та «Я-ідеальним» у підлітків. Для цього учасники отримують модель-малюнок сніговика на якому повинні зазначити свої якості, які потребують змін. Кожен учасник презентує свої результати виконання вправи, після чого йде обговорення щодо прийняття своїх недоліків та пошук чинників, які вплинули на їх формування. Варто зауважити, що аналіз чинників сприяє адекватному реагуванню на власні недоліки, а тому впливає на емоційне прийняття та ставлення до себе як особистості.
* формуванню уявлення про себе, усвідомленню своїх позитивних якостей, розвитку навичок рефлексії сприяє вправа«Промені мого Я». Завдання учасників полягає у тому, щоб намалюватиу центрі аркуша сонце й в центрі написати букву «Я». Над кожним променем потрібно прописати відповіді на ключові питання:
* "Які здібності у мене є?
* Які книги мені подобаються?
* Як музикальні жанри я полюбляю?
* Про що я мрію?
* Про що мені приємно згадувати?
* Який у мене характер?
* З яким настроєм я частіше всього прокидаюсь?
* Що я вмію робити краще за всіх?
* Яке у мене хобі?
* Ким я хочу стати в майбутньому?
* Як я ставлюсь до самого себе?
* Чи є в мене людина, до якої я можу звернутись?"

Вправа дає можливість учасникам усвідомити свою унікальність, краще зрозуміти себе та свої можливості.

Етап 3. Формування системи ціннісних орієнтацій*.* У підлітковому віці відбувається формування світогляду і цілісної картини світу, в рамках якої ціннісні орієнтації виступають як психологічні новоутворення. Головним завданням розвитку особистості підлітка та формування нової ідентичності є самовизначення у сферах загальнолюдських цінностей і вироблення власної ціннісної системи. Суспільство пропонує підлітку безліч цінностей. У процесі формування системи ціннісних орієнтацій підліток здійснює пошук сенсу життя, свого місця в ньому. Саме завдяки цьому пошуку й вирішується проблема ідентичності. Тому формування узгодженої системи ціннісних орієнтацій є вкрай важливим завдання у процесі подолання кризи ідентичності.

Формування узгодженої системи ціннісних орієнтацій містить наступні завдання:

* розвиток знань у підлітка щодо сутності, різновидів та значення ціннісних орієнтацій у житті людини;
* усвідомлення власних ціннісних орієнтацій;
* корекція власних ціннісних орієнтирів.

З метою формування знань у підлітка про сутність, різновиди та значення ціннісних орієнтацій у житті людини у тренінговій роботі доречно використовувати інформаційні повідомлення, техніку «Мозковий штурм», групові дискусії на задану тему.

Задля усвідомлення підлітком власних ціннісних орієнтацій доречно використовувати рефлексивні вправи. Наприклад:

* асоціативний ланцюжок «Цінністю для мене може бути…» Учасники по колу продовжують речення «Цінністю для мене може бути…». Асоціативний ланцюжок дає можливість учасникам зануритися у свій внутрішній світ й зрозуміти, що для них є цінним, а що ні.
* вправа «Всесвіт моїх маленьких цінностей» дозволить учасникам проаналізувати речі, які є цінними й з’ясувати для себе власні цінності. Для цього підлітки повинні на аркуші паперу продовжити думку на наступні твердження: «Моє улюблене заняття…Мій улюблений колір…Моє улюблене місце відпочинку…Мій улюблений запах…Моя улюблена гра…Мій улюблений одяг…Моя улюблена музика…Моя улюблена пора року…Найкраще я вмію…Людина, якою я захоплююся найбільше у світі…».
* методика «Ціннісні орієнтації» Рокічадопоможе дізнатися про особливості ціннісних орієнтацій учасників.

З метою корекції власних ціннісних орієнтирів доречно використовувати вправу «Життєві цінності». Вправа передбачає собою проходження наступних кроків:

Крок 1. Учасникам потрібно скласти список справ, які вони обожнюють робити. Сюди входить діяльність, яка приносить задоволення. Список повинен складатися близько з 20 пунктів.

Крок 2. Навпроти кожного пункту учасники повинні написати свої відчуття під час виконання цих справ чи дій.

Крок 3. Виписати ті почуття, які повторюються в окремий список по черзі.

Крок 4. Учасникам потрібно порівняти всі пункти між собою і вибрати, які для них важливіші. Біля кожного порівняного пункту ставиться «+» або «-».

Ця вправа дозволяє учасникам заняття переусвідомити власні цінності.

Для формування системи ціннісних орієнтацій можна використовувати колективну вправу «Скринька цінностей». Для цього учасники із запропонованих цінностей у скриньці повинні наосліп обрати 4 цінності. Деякі з цінностей близькі учасникам, а деякі чужі, залежно від цього учасники повинні на плакаті на малюнкові дерева розмістити важливі цінності важче й чужі – нижче. Важливо щоб учасники пояснювали свій вибір.

Етап 4. Налагодження балансу часової системи «минуле-сьогодення-майбутнє» та усвідомлення перспектив свого майбутнього. Як відомо, криза підліткового віку характеризується орієнтацією на один проміжок часу та відсутність уявлень про майбутнє та його перспективи. Задля гармонійного подолання кризи ідентичності потрібно щоб підлітки пам’ятали про своє минуле, орієнтувалися на теперішнє і дбали про майбутнє, що не можливе без уявлень про перспективи майбутнього.

З метою налагодження балансу часової системи «минуле-сьогодення-майбутнє» та усвідомлення перспектив свого майбутнього важливо розвинути в учасників інтерес до власного життя та майбутнього. Для цього потрібно сформувати в учасників оптимістичне уявлення про власні життєві перспективи. Для цього можна використовувати наступні вправи:

* техніка «Моє життя» спрямована на розвиток здатності до самопізнання, саморозкриття та рефлексії. Учасникам потрібно проаналізувати власне життя та знайти позитивні моменти, які приносять їм радість. Потім спрогнозувати, що їм може приносити радість у майбутньому. Завершується вправа уявленням майбутнього у яскравих касках.
* техніка «Минуле» дозволить усвідомити часову систему – минуле. Для цього учасники повинні згадати яскраві події та власні досягнення минулого. Потрібно максимально точно відтворити в уяві ці картинки з усіма елементами.
* Вправа «Моє минуле-мій ресурс для майбутнього» сприятиме адекватному усвідомленню минулого, як ресурс для кращого майбутнього. Для цього підлітки повинні проаналізувати події минулого і зрозуміти, як вони позитивно вплинули на формування їх особистості. Потім на аркуші паперу написати отримані висновки з аналізу минулого.

З метою формування оптимістичного уявлення про майбутнє та усвідомлення перспектив майбутнього ефективною буде використання вправи «Уяви». За допомогою цієї вправи підлітки зможуть формувати позитивне ставлення до майбутнього, оскільки за допомогою моделювання щасливого та приємного образу майбутнього, у підлітків формується мотивація до наполегливої праці для досягнення мети. Важливим етапом у вправі є презентація своєї роботи та групове обговорення.

Колаж «Моє майбутнє» спрямована на формування продуктивного образу майбутнього. Для цього учасники у журналах шукають те, що їм подобається і те, чим би вони хотіли займатися у майбутньому. Розміщення цих елементів на аркуші паперу можливе у довільному порядку. Ця техніка ефективна тим, що дозволяє учасникам сформувати уявлення майбутнього згідно з власних вподобань та інтересів. Візуалізація свого майбутнього є ефективним засобом формування інтересу до життя та свого майбутнього.

Важливим завданням на цьому етапі є також переорієнтація підлітків на сьогодення та майбутнє. Досягнути цього завдання можна за допомогою наступних вправ:

* техніка «Порожні стільці». Повинно бути три стільці, які розміщені один перед одним. Перший стілець символізує минуле, другий – теперішнє, третій — майбутнє. Учасники повинні по черзі сідати на кожен зі стільців й відстежувати власні відчуття. Важливо, щоб учасники зрозуміли де їм комфортніше сидіти, на якому стільці вони краще почуваються й перебування у якому часі дозволить їм бути щасливими та успішними.
* вправа «Кола часу». Ця техніка дозволяє учасникам оцінити переважаючу орієнтацію у часі, зокрема на минуле, теперішнє чи майбутнє. Учасникам пропонується намалювати три кола й позначити їх минулим теперішнім та майбутнім. Після цього вони повинні поглянути на форму кола, оцінити їхні розміри. Важливого зауважити також на емоційному ставленні до кругів. Ця вправа говорить про спрямованість у часі. Другий варіант цієї вправи полягає в розміщенні листків з назвами часових вимірів на підлозі. Далі учасники повинні зупинитися на кожному з листочків й зорієнтуватися на власні відчуття, оскільки це говорить про орієнтацію до відповідного часу.
* Арттерапевтична вправа «Малюнок майбутнього» має на меті усвідомлення власних відчуттів до подій майбутнього. Для цього при малюванні власного майбутнього підлітки мають зорієнтувати увагу на власні відчуття під час процесу малювання. Обговорення сприяють розумінню відчуттів, які виникали під час малювання.
* техніка «Щастя в сьогоденні й майбутньому» також сприяє формуванню образу щасливого майбутнього. Для цього тренер просить учасників уявити себе по справжньому щасливими. Після цього ведеться обговорення уявлень, які виникали у підлітків.

Етап 5.Формування соціальної активності учасників. Формування міжособистісних стосунків з дорослими й ровесниками є провідним видом діяльності у підлітковому віці. Оскільки підлітки, які виконують пасивну роль в групі, байдужі до справ у колективі, мовчазні, інертні та замкнуті виявляють труднощі у процесі набуття нової ідентичності, розвиток комунікативних навичок, формування потреби у спілкуванні та сприяння товариській тенденції поведінки у міжособистісній взаємодії в них, є важливими завданнями у тренінговій програмі.

Задля виконання цих завдань рекомендуємо у тренінговій роботі з підлітками виконувати наступні вправи:

* гра «Сполучна нитка», яка спрямована на формування почуття близькості з іншими учасниками. Для цього учасники, сидячи в колі, передають клубок ниток. Передача клубка супроводжується висловами про те, що той, хто тримає клубок, відчуває, що хоче для себе і що може побажати іншим. На завершенні вправи клубок повертається до тренера. Нитка символізує єдине ціле, важливість та значущість кожного в групі. Також ця вправа допоможе тренеру виявити наявність труднощів у спілкуванні серед учасників.
* вправа «Категорії» спрямована на формування почуття приналежності один до одного учасників групи. Тренер просить учасників швидко знайти всіх учасників, які народилися в тій же місяць, що й ви. Це потрібно зробити якомога швидше. Потрібно стежите за тим, щоб учасники виконували завдання дійсно швидко. Таким чином утворюються команди за критеріями: місяць народження, колір очей, однакова кількість братів і сестер. Єдині діти Єдині діти збираються у свою команду. На завершення варто провести обговорення вражень від виконання вправи.
* вправа «Клумба» має на меті сприяти самоусвідомленню своєї особистості й ролі учасника в групі, з’ясуванні свого впливу на оточення. Для цього учасники повинні уявити, що вони це часточка природи. А група – це гарна, красива клумба з унікальними квітами. Кожен повинен уявити себе якоюсь квіткою та вибрати собі місце на клумбі. Малюється спільний малюнок. Запитання для обговорення: «Чому ти уявляєш себе саме цією квіткою? Які якості та риси їй властиві? Чому вона росте на цьому місті? Як вона почувається? А хто росте поруч з нею? З ким би вона хотіла рости? Що потрібно зробити, щоб вона стала ще гарнішою? Що нового ви дізнались про себе завдяки цій вправі?».
* вправа «Правда або неправда» сприятиме груповій згуртованості та формуванню соціальної активності та відкритості до інших. Для цього учасники по колу називають три факти про себе, де один вигадка. Завдання інших учасників вгадати який не правда. При цьому всі думки повинні обґрунтовуватися.
* вправа «Розмова про дружбу і рефлексія власних якостей» має рефлексивний характер й передбачає собою відповідь на питання: «Що для вас означає дружба?, Чи Може бути так, що у людини, є трохи приятелів і жоден друг? Що треба робити, щоб знайти друга? Чи є у вас якості, необхідні в дружбі?».
* вправа «На вечірці» спрямована на формування уміння знаходити друзів та розвиток комунікативних навичок. Для цього учасники повинні уявити, що вони знаходяться на вечірці, на якій нікого не знають. Після сигналу тренера учасники повинні собі якомога швидше знайти пару і подискутувати на тему «Що я звичайно роблю на вихідних», «Що я робив минулим літом»; «Моє улюблене заняття»; «Що мені подобається і не подобається в школі». Остання розмова має довільний характер. Важливо обговорити враження від виконання вправи.
* вправа «Шукаю друга» передбачає написання листа оголошення, де повинні бути вказаний список вимог до кандидата в друзі, весь набір якостей, якими він повинен володіти. Можна намалювати й портрет. Після написання оголошення учасники обмінюються оголошеннями та ознайомлюються із їх змістом. Якщо їм подобається це оголошення, то вказують свої ініціали з метою подальшої взаємодії.

Також ефективна гра «Невідомий острів». Вона сприяє навичкам продуктивної взаємодії учасників, вміння узгоджувати дії та спільно приймати рішення. Для цього учасники діляться на групи й виконують відповідні завдання. Перед тим тренер оголошує передісторію «Сталася повітряна катастрофа і всі ви опинилися на острові. Літак не можна відремонтувати, але збереглися деякі з речей, які можуть вам допомогти вижити на цьому острові доки вас не знайдуть рятівники». Завдання:

«Завдання 1. Разом у команді визначити, які речі у вас збереглися, але є така умова, їх потрібно бути не більше 15. Отже, вирішуйте, які речі стануть вам у найбільшій пригоді.

Завдання 2. А тепер вам потрібно визначитись, що це за острів на якому ви опинились (дайте свою назву острову, річкам, гірським вершинам, якщо вони є, назвіть свою стоянку)

Завдання 3. Щоб витримати всі перешкоди, які неодмінно постануть перед вами на цьому острові, вижити у надзвичайних ситуаціях, вам потрібно визначити, хто візьме на себе обов’язки керівника, хто буде його радниками, визначте, які ще в кого будуть обов’язки (кухар, мисливець, шукач їстівних рослин, лікар, рибалка…)».

Випробування 1. Вранці висока приливна хвиля накрила вашу стоянку й унесла в океан деякі з речей. Завдання: визначте три речі, які опинилися в океані.

Випробування 2.Їжі стає все менше й менше. Все більше відчувається недоїдання. Завдання: розв’язати цю проблемну ситуацію.

Випробування 3. Почалася сильна злива, коли вже настала ніч ви помітили, що одного з ваших товаришів з вами немає і ніхто не знає коли й куди він зник. Завдання: визначити які будуть ваші дії.

Випробування 4. Між двома вашими товаришами почалася сильна ворожнеча. Завдання: визначити які будуть ваші дії.

На завершення тренер каже «Ви залишаєте свій острів. Але на ньому може опинитися хтось інший. Що б ви їм порадили, якими думками хотіли б поділитися. Напишіть їх на цих аркушах і прикріпить до намальованого острова».

Отож, тренінгові форма роботи є ефективною у подоланні кризи ідентичності. Важливо щоб кожен учасник тренінгової групи пройшов всі етапи тренінгової програми. Вправи відповідають меті та завданням програми, а також відповідають психофізіологічним особливостям учасників, що також позитивно впливає на ефективність програми подолання кризи ідентичності.

**Висновки до розділу 3**

Психологічний супровід підлітків у процесі набуття нової ідентичності є вкрай необхідним для успішного проходження кризи ідентичності, набуття нової ідентичності та формування психологічного благополуччя підлітків задля їх успішного розвитку та становлення як особистостей.

Психологічний супровід є одним із різновидів психологічної підтримки, який містить наступні напрямки роботи: діагностичний, корекційний, консультування та профілактичний.

Діагностична робота полягає у виявленні показників кризи ідентичності. Для цього варто використовувати стандартизовані опитувальники та методики, які відповідають меті та завданням дослідження.  Психологічне консультування займає одне з головних місць в процесі психологічного супроводу підлітків на шляху подолання кризи ідентичності. Це пов’язано з тим, що особистість підлітків, на відміну від дорослих, динамічно розвивається. Профілактична робота у закладі освіти призначена для всіх учнів, а не тих у кого виявлено кризу ідентичності. Здійснюється з метою створення оптимальних умов для набуття учнями нової ідентичності. Корекційна робота може здійснюватися як в індивідуальній формі, так і в груповій. Вона повинна бути націлена на подолання показників кризи ідентичності та формувати навичок та якостей, які б сприяли формуванню позитивної ідентичності у підлітків.

Одним із найефективніших форм корекційної роботи є тренінгові заняття.

Головна мета тренінгової програми полягає в успішному подоланні кризи ідентичності та формуванні нової позитивної ідентичності у підлітків. Тренінгова програма призначена для підлітків, які гостро переживають кризу ідентичності. Оптимальна кількість учасників може становити до 15 осіб, гендерних обмежень немає.

Тому до головних завдань тренінгової програми належать: формування системи ціннісних орієнтацій; розвиток комунікативних навичок та соціальної активності; формування потреби у спілкуванні; розвиток товариської тенденції поведінки у міжособистісній взаємодії; формування адекватної самооцінки, яка проявляється в узгодженості між «Я-реальним» та «Я-ідеальним» образом; розширення уявлення та усвідомлення щодо різних аспектів власного «Я»; налагодження балансу часової системи «минуле-сьогодення-майбутнє»; усвідомлення перспектив свого майбутнього.

Програмою передбачено проходження наступних етапів:

Етап 1. Розширення уявлення та усвідомлення щодо різних аспектів власного «Я».

Етап 2. Формування адекватної самооцінки.

Етап 3. Формування системи ціннісних орієнтацій*.*

Етап 4. Налагодження балансу часової системи «минуле-сьогодення-майбутнє» та усвідомлення перспектив свого майбутнього.

Етап 5.Формування соціальної активності учасників.

Вправи відповідають меті та завданням програми, а також відповідають психофізіологічним особливостям учасників, що також позитивно впливає на ефективність програми подолання кризи ідентичності.

**ВИСНОВКИ**

1.Здійснено теоретичний аналіз понять міжособистісних стосунків та кризи ідентичності визначено їх основні показники. Міжособистісні стосунки - зв'язки, що ґрунтуються на взаємній готовності людей до взаємодії й спілкування та супроводжуються почуттям симпатії – антипатії. Міжособистісні відносини виникають та розвиваються в процесі спілкування, а також регулюються особливостями людей, які спілкуються та взаємодіють між собою. Показниками міжособистісних стосунків виступають: потреба у спілкуванні; наявність дружніх міжособистісних стосунків**;** тенденції поведінки у міжособистісній взаємодії.

Криза ідентичності - втрата власної попередньо набутої цілісної форми дитячої ідентичності, яка дезорієнтує підлітка та призводить до системних пошуків нових складових «Я-образу», за умови узгодження їх з ідентифікаційною матрицею особи. Показниками кризи ідентичності є: не сформованість компонентів ідентичності; неадекватна самооцінка, неузгодженість між «Я-реальним» та «Я-ідеальним»; невизначеність ціннісних орієнтацій; невміння прийняти нові ролі, які пропонуються зовнішніми обставинами; відсутність уявлень про перспективи майбутнього; дисбаланс часової системи «минуле-сьогодення-майбутнє».

2.З’ясовано особливості міжособистісних стосунків й кризи ідентичності в підлітків. Підлітки в міжособистісній взаємодії виявляють більшою мірою вміння та прагнення встановлювати міжособистісні стосунки, соціально активні, схильні наслідувати загальні стандарти поведінки та уникати конфліктних ситуацій. У частини опитуваних підлітків (37%) наявний внутрішній конфлікт особистості, про що свідчить однакову вираженість протилежних тенденцій міжособистісної поведінки. 20% підлітків у міжособистісній взаємодії демонструють пасивність у спілкуванні, уникнення контактів, мовчазність та замкнутість. Це, своєю чергою, говорить про їхню тенденцію поведінки, яка сприяє ситуації дефіциту міжособистісних стосунків у цих підлітків.

Дослідження кризи ідентичності показало, що більшість респондентів: мають сформовану систему ціннісних орієнтацій, занижену самооцінку, яка проявляється у відсутності узгодженості між «Я-реальним» та «Я-ідеальним» образом; виявляють вміння приймати нові соціальні ролі, демонструють дисбаланс часової системи «минуле-сьогодення-майбутнє», який проявляється в орієнтації на один проміжок часу , не бачать перспективи свого майбутнього, мають сформоване «соціальне Я» та «рефлексивне Я», не сформоване «матеріальне Я» та «фізичне Я». У 10% виявлена криза ідентичності, оскільки не сформовані жоден з показників ідентичності.

3.Обґрунтовано закономірності між дефіцитом міжособистісної взаємодії та кризою ідентичності у підлітковому віці. Дефіцит міжособистісних стосунків, який проявляється у відсутності потреби у спілкуванні, відсутності або дефіцитній кількості дружніх міжособистісних стосунків**,** нетовариській тенденції поведінки у міжособистісній взаємодії має зв'язок із перебігом та формуванням кризи ідентичності в підлітків. Зокрема спостерігаємо зв'язок з формуванням самооцінки, особистісної та соціальної ідентичності, вмінням приймати нові соціальні ролі, формуванням ціннісних орієнтацій. Тобто підлітки, які виконують пасивну роль в групі, байдужі до справ у колективі, мовчазні, інертні та замкнуті виявляють більші труднощі у прийнятті нових соціальних ролей. У процесі спілкування підлітки приймають нові соціальні ролі, ідентифікують себе з іншими й пізнають себе, а тому формують соціальну та особистісну ідентичності.

4. Розроблено тренінгову програму для підлітків у період подолання кризи ідентичності. Для успішного проходження кризи ідентичності, набуття нової ідентичності та формування психологічного благополуччя підлітків важливим стає психологічний супровід, який містить наступні напрямки роботи: діагностичний, корекційний, консультування та профілактичний. Діагностична робота полягає у виявленні показників кризи ідентичності. Профілактична робота здійснюється з метою створення оптимальних умов для набуття учнями нової ідентичності. Корекційна робота повинна бути націлена на подолання показників кризи ідентичності та формувати навичок та якостей, які б сприяли формуванню позитивної ідентичності у підлітків. Тренінгові заняття є одним із найефективніших форм корекційної роботи, головна мета яких полягає в успішному подоланні кризи ідентичності та формуванні нової позитивної ідентичності у підлітків. Завданнями тренінгової програми виступають: формування системи ціннісних орієнтацій; розвиток комунікативних навичок та соціальної активності; формування потреби у спілкуванні; розвиток товариської тенденції поведінки у міжособистісній взаємодії; формування адекватної самооцінки, яка проявляється в узгодженості між «Я-реальним» та «Я-ідеальним» образом; розширення уявлення та усвідомлення щодо різних аспектів власного «Я»; налагодження балансу часової системи «минуле-сьогодення-майбутнє»; усвідомлення перспектив свого майбутнього.

Програмою передбачено проходження наступних етапів:

Етап 1. Розширення уявлення та усвідомлення щодо різних аспектів власного «Я».

Етап 2. Формування адекватної самооцінки.

Етап 3. Формування системи ціннісних орієнтацій*.*

Етап 4. Налагодження балансу часової системи «минуле-сьогодення-майбутнє» та усвідомлення перспектив свого майбутнього.

Етап 5.Формування соціальної активності учасників.

**СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Александров Ю. В. Психологія розвитку: Навчальний посібник. Харків: ФОП Панов А.М., 2015. 336 с.
2. Алєксєєва Ю. А., Артемчук О. Г., Шишова О. М. Психодіагностика дітей та підлітків (Для психодіагностичної практики студентів) Навчально – методичний посібник. Київ: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2011. 108 с.
3. Булах І. С. Психологічні основи особистісного зростання підлітків : автореф. дис. д-ра психол. наук : спец 19.00.07 «педагогічна та вікова психологія» К., 2016. 42 с.
4. Бєлякова Ю. А. Аналіз поглядів і становлення теорії Я – концепції особистості. Пробл. загальн. та пед. Психології : зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. К, 2005. Т ХІІ, вип. 3. С. 35–43.
5. Борщенко Н. О. Формування емоційної стійкості дошкільників як педагогічна проблема. Актуальні проблеми дошкільної та загальної середньої освіти. Вісник №2 (158). С. 69-72.
6. Гринчук О.І. Основи соціально-психологічного тренінгу: навчально-методичний посібник. Івано-Франківськ: ПП СІМИК, 2015. – 132 с.
7. Гринчук О. І. Психологічний зміст міжособистісних комунікацій у системі сімейних взаємин. Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія. Івано-Франківськ: Вид-во ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника», 2013. Вип.18. Ч.2. С. 162-167.
8. Жук Н. В. “Я – концепція” і самореалізація молодшого підлітка. Проблеми загальної та педагогічної психології : зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. К, 2005. Т VІІ, вип. 3.
9. Зливков В. Л. Проблема особистісної та професійної самоідентифікації в сучасній психології. Соціальна психологія. 2006. № 5 (19). С. 128–137.
10. Зубенко А. С. Взаємодія особистісної та соціальної ідентичності (соціальнофілософський аналіз): дис. ... канд. філос. наук : 09.00.03. Зубенко Алла Сергіївна. Х., 2005 220с.
11. Ічанська О.М. Становлення особистісної ідентичності вранньому юнацькому віці: Дис... канд. психол. наук:19.00.07.Національний педагогічний ун т ім.М.П.Дра гоманова. К., 2002. 230 с.69 .
12. Кампі О. Ю. Деякі особливості формування уявлень про ідентичність особистості. Проблеми загальної та педагогічної психології : зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України К., 2007. Т. IX, ч. 6. 180 с.
13. Коваленко А. Б., Корнєв М.Н. Соціальна психологія: Підручник Київ, 2006. 400с.
14. Кутішенко В. П., Ставицька С.О. Психологія розвитку та вікова психологія: практикум. Київ: «Каравела», 2012. 247 с.
15. Клочек Л.В. Розвиток процесів ідентифікації і відособленняу підлітковому і ранньому юнацькому віці: Автореф. дис.канд. психол. Наук: 19.00.07. Національний педагогічнийун т ім. М.П. Драгоманова .К., 2005. 20 с.
16. Клочек Л. В. Усамітнення як прояв процесів ідентифікації і відособлення у підлітків та юнаків. Проблеми загальної та педагогічної 184 психології: зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. К., 2004. Т. V, ч. 3. 181 с.
17. Колісник О. В. Концепція творення ідентичності Чарльза Тейлора в контексті діалогу сучасності. Збірник наукових праць Гілея: науковий вісник 2011. № 48 C. 16–30.
18. Комар Т. В. Особистісна рефлексія як чинник соціального становлення підлітків : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 “педагогічна та вікова психологія”. К., 2003. 18 с.
19. Краєва О.А. Криза ідентичності підліткового віку та її роль у становленні зрілої особистості.Збірник наукових праць КПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г.С.Костюка АПН України. 2011. №2. С.130-138.
20. Краєва О. А. Можливі варіанти подолання кризи ідентичності підлітками. Актуальні проблеми психології: Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія: зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України. К. : ДП “Інформаційно-аналітичне агентство”, 2011. Том. Х. Вип.19. С. 302–311.
21. Краєва О. А.Подолання кризи ідентичності в підлітковому віці : монографія. Харків: Видавництво Іванченка І.С., 2018. 218 с.
22. Краєва О. А. Становлення рефлексивної свідомості на етапі подолання підлітком кризи ідентичності. Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України. за 186 ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2011. Вип. 11. С. 382–392.
23. Краєва О. А. Програма тренінгового курсу “Подолання кризи ідентичності підлітків” 7-8 класів (13-14 років)”. Практична психологія та соціальна робота.– К., 2012. № 4. – С. 46–50.
24. Кручек В. А. Психолого-педагогічні основи міжособистісного спілкування. К., 2011. 302 с.
25. Лановенко Ю. Екзистенціальний зміст суб’єктивногоаспекту юнацької кризи. Соціальнапсихологія. 2006. №5.
26. Матійків І. М. Тренінг емоційної компетентності: навчально-методичний посібник. Київ, 2012. 112 с.
27. Мачинський О. В. До проблеми ідентифікації особистості. Практична психологія та соціальна робота. К., 2000. № 7. С. 28–30.
28. Михайлишин У. Б. Вплив темпераменту на міжособистісні стосунки підлітків. Теоретичні і прикладні проблеми психології. - 2020. - № 3(3). - С. 164-179
29. Мілютіна К. Л. Технологія раціонально-інтуїтивної психотерапії. Главник, 2008. 144 с. (Серія “Психологічний інструментарій”).
30. Міщенко Т. А. Соціально-психологічний тренінг з формування вмінь саморегуляції емоцій у старшокласників. Практична психологія та соціальна робота. К., 2000. №7. С. 12–13.
31. Москаленко В. В. Особливості дослідження соціалізації особистості в інтерсуб’єктній парадигмі. Соціальна психологія. – К., 2009. – Вип. 6 (38). С. 22–36
32. Орбан-Лембрик Л.Е. Соціальна психологія : Навч. Посіб. К. : Академвидав, 2005. 446 с.
33. Павелків Р. В. Вікова психологія: підручник для студентів вищих навчальних закладів. Київ: Кондор, 2011. 468 с.
34. Павелків Р. В., Цигипало О.П. Дитяча психологія: навчальний посібник. Київ: Академвидав, 2008. 432 с.
35. Панасенко Н.М. Психологія підлітка в сучасній ситуаціїсоціального розвитку. Пробл. загальн. та пед. психології. –К, 2007. Т. 9. Ч. 6.С.112-124.
36. Палій А. А. Методи діагностики психічного розвитку дітей. Івано-Франківськ, 2013. 430 с.
37. Поліщук В.М. Вікова і педагогічна психологія: навчальний посібник. Вид. 3-тє, виправ. Суми: Університетська книга, 2010. 352 с.
38. Потапчук Т. В. Ідентичність: основні підходи до визначення сутності поняття. Педагогіка і психологія. Вісник АПН України. Київ: “Педагогічна преса”, 2009. 3(64). С. 102–121.
39. Психологічні тренінги. К. : Шкільний світ, 2002. Вип. 2 112 с. (Психолог. Бібліотека).
40. Психологія життєвої кризи.відп. редактор Т. М. Титаренко. К.: Агропромвидав України, 1998. 348 с.
41. Психологический словарь / ред. В.В.Давыдова, А.В.Запорожца, Б.Ф. Ломова и др. Москва.: Педагогика, 1983. 260 с.
42. Пушкар В. А. Соціально – психологічні чинники формування структури ідентифікаційної матриці підлітків. Проблеми загальної та педагогічної психології : зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України.К., 2005. Т. VІI. Вип 7. 120 с.
43. Руденко Л.В. Міжособистісні стосунки як чинник соціального становлення особистості.
44. Середницька І.Я. Психологічний аналіз кризи ідентичностіу студентській молоді: Дис... канд. психол. наук: 19.00.01.Південноукраїнський держ. педагогічний ун т ім.К.Д.Ушинського .Одеса, 2005. 287 с.
45. Семиченко В. А Психологія соціальних відносин. / В. А. Семиченко К., 1999. 168 с.
46. Свіденська Г. М. Психологічні особливості розвитку самосвідомості особистості в період підліткової кризи: дис. …канд. психол. наук: 19.00.07.К., 2008. 217 с.
47. Турецька Х. І. Аналіз підходів до розуміння ідентичності в психологічній науці. Оновлення змісту, форм та методів навчання і виховання в закладах освіти: Збірник наукових праць. Наукові записки Рівненського державного гуманітарного університету. Рівне, 2007. Вип. 37. С. 232–236.
48. Федоришин Г. Основні психолого-педагогічні моделі взаємовідносин батьків і дітей. Вісник Прикарпатського університету. Філософські і психологічні науки, 2009. Вип. ХІІ. С. 167-173.
49. Федоришин М.І. Психологія дорослішання: структурно-складові характеристики процесу розвитку особистості. Львів: Львівський університет І.Франка , 1999. С. 60-66.
50. Швачко О.В. Соціальная психологія : Навч. посіб. К. : Вища школа, 2002. – 111 с.
51. Шевченко З. В. Криза ідентичності як деструктивний прояв індивідуалізму: соціально-філософський аналіз. Вісник Черкаського університету. Серія: Філософія. Черкаси, 2007. Вип. 106. С. 37–46.
52. Яворська Н. І. Проблема дослідження гендерної ідентичності у підлітковому віці. Проблеми загальної та педагогічної психології : зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. К., 2008. Т. X, ч. 2.
53. Яблонська Т. Теоретико-методологічні основи дослідження розвитку ідентичності дитини в системі актуальних сімейних взаємин. Науковий журнал «Психологія особистості». 2 0 1 5 . No 1 (6 ). С. 250-259.
54. Giddens A. Modernity and Self-Identity / A. Giddens. – Stanford, 1991.
55. Goffman E. The neglected situation / E. Goffman // Amer. Anthropol. – 1964. –V. 66. N 5. – 205 р.
56. Goffman E. Stigma: Notes on the management of spoiled identity / E. Goffman. – Engleewood Cliffs: Prentice Hall, 1963. – 254 р.
57. Habermas J. Identitat / J. Habermas // Zur Reconstruktion des Historischen Materialismus. – Frankfurt: Suhrkamp Verl., 1976. – 198 р.
58. Hess R. Social class and ethnic influences upon socialization / R.Hess // child development. – 1970. – Vol. 34. – P. 869–886.
59. . Herbert M. Emotional Problems of Development in Children / M. Herbert. – N.Y., 1974. – Р. 21–54.
60. Kitayama S. Culture and self / S. Kitayama, H. Markus // Psychological review. – 1991. – Vol. 98. – №2. – P. 224–253.

**ДОДАТКИ**

Додаток А

**Методика «Q-сортування» (Q-sort) В. Стефансона**

**Інструкція:** "Вам пропонується 60 тверджень, які характеризують поведінку людини у групі. Прочитайте по черзі кожне з них і дайте відповідь «так», якщо воно відповідає вашому уявленню про себе, або «ні», якщо воно не відповідає йому" (лише в окремих випадках дозволяється відповісти «сумніваюся»).

**ТЕКСТ ОПИТУВАЛЬНИКА**

* + - 1. Критичний до товаришів.
      2. Виникає тривога, коли у групі починається конфлікт.
      3. Схильний слідувати порадам лідера.
      4. Не схильний створювати надто близькі стосунки з товаришами.
      5. Подобається дружність у групі.
      6. Схильний суперечити лідеру.
      7. Відчуваю симпатію до одного-двох членів групи.
      8. Уникає зустрічей та зборів у групі.
      9. Подобається похвала лідера.
      10. Незалежний у судженнях та манері поведінки.
      11. Готовий стати на будь-чию сторону у суперечці.
      12. Схильний керувати товаришами.
      13. Радію спілкуванню з одним-двома друзями.
      14. Зовні спокійний при проявах ворожості з боку членів групи.
      15. Схильний підтримувати настрій своєї групи.
      16. Не надаю значення особистим якостям членів групи.
      17. Схильний відволікати групу від цілей.
      18. Відчуваю задоволення, протиставляючи себе лідеру.
      19. Хотів би зблизитися з деякими членами групи.
      20. Надаю перевагу залишатися нейтральним у суперечці.
      21. Подобається, коли лідер активний та гарно керує.
      22. Вважаю за краще холоднокровно обговорювати розбіжності.
      23. Недостатньо стриманий у прояві почуттів.
      24. Прагну згуртувати навколо себе однодумців.
      25. Невдоволений надто формальними стосунками.
      26. Коли звинувачують - гублю та мовчу.
      27. Вважаю за краще погоджуватися з основними напрямками у групі.
      28. Прив'язаний до групи у цілому більше, ніж до окремих товаришів.
      29. Схильний затягувати та загострювати суперечку.
      30. Прагну бути у центрі уваги.
      31. Хотів би бути членом більш вузького групування.
      32. Схильний до компромісів.
      33. Відчуваю внутрішнє занепокоєння, якщо лідер чинить всупереч моїх очікувань.
      34. Хворобливо ставлюся до зауважень товаришів.
      35. Можу бути підступним та украдливим.
      36. Схильний прийняти на себе керівництво у групі.
      37. Відвертий у групі.
      38. Виникає нервове занепокоєння під час групових розбіжностей.
      39. Вважаю за краще, щоб лідер брав на себе відповідальність при плануванні робіт.
      40. Не схильний відповідати на прояви дружелюбності.
      41. Схильний сердитися на товаришів.
      42. Намагаюся вести інших проти лідера.
      43. Легко знаходжу знайомства за межами групи.
      44. Намагаюся уникати бути втягнутим у суперечку.
      45. Легко погоджується з пропозиціями інших членів групи.
      46. Протидію утворенню угрупувань у групі.
      47. Насмішливий та іронічний, коли роздратований.
      48. Виникає неприязнь до тих, хто намагається виділитися.
      49. Надає перевагу меншій, але більш дружній групі.
      50. Намагаюся не показувати свої справжні почуття.
      51. Стаю на сторону лідера при групових розбіжностях.
      52. Ініціативний при встановленні контактів у спілкуванні.
      53. Уникаю критикувати товаришів.
      54. Надаю перевагу звертатися до лідера частіше, ніж до інших членів групи.
      55. Не подобається, копи стосунки у групі надто формальні.
      56. Люблю ініціювати суперечки.
      57. Прагну втримати своє високе положення у групі.
      58. Схильний вмішуватися у контакти товаришів та порушувати їх.
      59. Схильний до «перепалок», «задиристий».
      60. Схильний виражати незадоволення лідером.

**Обробка та аналіз результатів:**

Після того, як обстежуваний розклав картки на 3 групи, відповіді розносяться відповідно до ключа і підраховується тенденція у кожній із пар.

КЛЮЧ

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. Залежність | 3 | 9 | 15 | 21 | 27 | 33 | 39 | 45 | 51 | 54 |
| 1. Незалежність | 6 | 12 | 18 | 24 | 30 | 36 | 42 | 48 | 57 | 60 |
| 1. Комунікабельність | 5 | 7 | 13 | 19 | 25 | 31 | 37 | 43 | 49 | 52 |
| 1. Некомунікабельність | 4 | 10 | 16 | 22 | 28 | 34 | 40 | 46 | 55 | 58 |
| 1. Прийняття "боротьби" | 1 | 11 | 17 | 23 | 29 | 35 | 41 | 47 | 56 | 59 |
| 1. Уникання "боротьби" | 2 | 8 | 14 | 20 | 26 | 32 | 38 | 44 | 50 | 53 |

Додаток Б

**Тест «Знаходження кількісного вираження рівня самооцінки» за С. А. Будассі**

Інструкція. "Спочатку виберіть із перерахованих 20 слів найбільш неприємне для Вас. Поставте напроти цього слова (у колонку "ідеал") цифру 1. Далі із тих слів, що залишилися, так само виберіть найбільш неприємну якість і поставте напроти цього слова цифру 2. І так далі. Потім із цих же слів виберіть якість, найменш характерну для Вас. І поставте напроти цієї якості в колонку "Реальне Я" цифру 1. Далі із тих що залишилися (19 слів) так само виберіть найменш характерну для Вас якість і поставте напроти цього слова цифру 2. І так далі."

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Якості особистості** | **Ідеальне Я** | **Реальне Я** | **d** | **d²** |
| 1.Безтурботність |  |  |  |  |
| 2.Запальність |  |  |  |  |
| 3.Сором'язливість |  |  |  |  |
| 4.Життєрадісність |  |  |  |  |
| 5.Примхливість |  |  |  |  |
| 6.Повільність |  |  |  |  |
| 7.Поміркованість |  |  |  |  |
| 8.Наполегливість |  |  |  |  |
| 9.Нервозність |  |  |  |  |
| 10.Нерішучість |  |  |  |  |
| 11.Обережність |  |  |  |  |
| 12.Пасивність |  |  |  |  |
| 13.Сміливість |  |  |  |  |
| 14.Терплячість |  |  |  |  |
| 15.Захопленість |  |  |  |  |
| 16.Впертість |  |  |  |  |
| 17.Поступливість |  |  |  |  |
| 18.Холодність |  |  |  |  |
| 19.Енергійність | 20 |  | 20 |  |
| 20.Ентузіазм |  |  |  |  |

Обробка результатів:

У колонку d записується різницю між даними стовпчиків 1 і 2 (з більшого числа відніміть менше). У колонку d2 ця різниця зводиться у квадрат. Після цього числа зі стовпчика d2 підсумуються. Самооцінка визначається по формулі Роджерса (за коефіцієнтом кореляції рангів):

r =1 - (6 У d 2 /(n 3 -n)) , де де d - різниця номерів рангів, n - число розглянутих властивостей.

Інтерпретація даних:

Рівні самооцінки:

|  |  |
| --- | --- |
| Низький | 0-0,2 |
| Нижче середнього | 0,21-0,3 |
| Середній | 0,31-0 1 |
| Вище середнього | 0,51-0,65 |
| Високий | 0,66-0,8 |

Додаток В

**Методика** **«Рівень співвідношення «цінності» і «доступності» в різних життєвих сферах» О. Фанталової»**

**Інструкція**

На спеціальному бланку пропонуються 12 понять, що означають різні життєві цінності. Вам потрібно оцінити по 10-бальній шкалі за критерієм «важливістьдля Вас. А потім знову оцініть по 10-бальній шкалі за критерієм «доступність»

**Перелік 12 понять - загальнолюдських цінностей**

1. Активна, діяльна життя.

2. Здоров'я (фізичне і психічне).

3. Цікава робота.

4. Краса природи і мистецтва (переживання прекрасного).

5. Любов (духовна і фізична близькість з коханою людиною).

6. Матеріально забезпечене життя (відсутність матеріальних труднощів).

7. Наявність хороших і вірних друзів.

8. Впевненість у собі (свобода від внутрішніх протиріч, сумнівів).

9. Пізнання (можливість розширення своєї освіти, кругозору, загальної культури, а також інтелектуальний розвиток).

10. Свобода як незалежність у вчинках і діях.

11. Щасливе сімейне життя.

12. Творчість (можливість творчої діяльності).

**Додаток Д**

**Тест двадцяти висловлювань «Хто я?» (М. Кун, Т. Макпартленд)**

Інструкція, яка додаеться до тесту: «Протягом 12 хвилин вам необхідно дати якомога більше відповідей на одне питання, що відноситься до вас самим: «Хто Я?». Постарайтеся дати якомога більше відповідей. Кожну нову відповідь починайте з нового рядка (залишаючи деяке місце від лівого краю аркуша). Ви можете відповідати так, як вам хочеться, фіксувати всі відповіді, які приходять вам у голову, оскільки в цьому завданні немає правильних або неправильних відповідей. Також важливо помічати, які емоційні реакції виникають у вас під час виконання даного завдання, наскільки важко чи легко вам було відповідати на це питання».

      Питання «Хто Я?» логічно пов'язано з характеристиками власного сприйняття людиною самого себе, тобто з його образом «Я» (або Я-концепцією). Відповідаючи на питання «Хто Я?», людина вказує соціальні ролі і характеристики-визначення, з якими він себе ідентифікує, тобто він описує значущі для нього соціальні статуси та ті риси, які, на його думку, пов’язані з ним.

     Таким чином, співвідношення соціальних ролей та індивідуальних характеристик говорить про те, наскільки людина усвідомлює і приймає свою унікальність, а також наскільки йому важлива приналежність до тій чи іншій групі людей.

     Відсутність у самоописі індивідуальних характеристик (показників рефлексивної, комунікативної, фізичної, матеріальної, діяльної ідентичностей) при вказівці безлічі соціальних ролей («студент», «перехожий», «виборець», «член сім'ї») може говорити про недостатню впевненість у собі, про наявність у людини побоювань у зв'язку з саморозкриттям, вираженої тенденції до самозахисту.

     Відсутність же соціальних ролей при наявності індивідуальних характеристик може говорити про наявність яскраво вираженої індивідуальності і складнощі у виконанні правил, які виходять від тих чи інших соціальних ролей.

     Також відсутність соціальних ролей в ідентифікаційних характеристик можливо при кризі ідентичності або інфантильності особистості.

     За співвідношенням соціальних ролей та індивідуальних характеристик стоїть питання про співвідношення соціальної та особистісної ідентичності. При цьому під особистісною ідентичністю розуміють набір характеристик, який робить людину подібною самій собі і відмінною від інших, соціальна ідентичність же трактується в термінах групового членства, приналежності до більшої чи меншої групи людей.

    Соціальна ідентичність домінує у випадку, коли у людини спостерігається високий рівень визначеності схеми «ми - вони» і низький рівень визначеності схеми «я - ми». Особистісна ідентичність превалює у людей з високим рівнем визначеності схеми «я - вони» і низьким рівнем визначеності схеми «ми - вони».

    При інтерпретації тесту використовуеться шкала аналізу ідентифікаційних характеристи

    Вона включає в себе 24 показника, які, об'єднуючись, утворюють сім узагальнених показників-компонентів ідентичності:

I. «Соціальне Я» включає 7 показників:

1. пряме позначення статі (юнак, дівчина; жінка);

2. сексуальна роль (коханець, коханка; Дон Жуан, Амазонка);

3. навчально-професійна рольова позиція (студент, навчаюся в інституті, лікар, спеціаліст);

4. сімейна належність, що виявляється через позначення сімейної ролі (дочка, син, брат, дружина тощо) або через вказівка на родинні стосунки (люблю своїх родичів, у мене багато рідних);

5. етнічно-регіональна ідентичність включає в себе етнічну ідентичність, громадянство (росіянин, татарин, громадянин, росіянин та ін) і локальну, місцеву ідентичність (з Ярославля, Костроми, сибірячка тощо);

6. світоглядна ідентичність: конфесійна, політична приналежність (християнин, мусульманин, віруюча);

7. групова приналежність: сприйняття себе членом будь-якої групи людей (колекціонер, член товариства).

II. «Комунікативна Я» включає 2 показника:

1. дружба або коло друзів, сприйняття себе членом групи друзів (один, у мене багато друзів);

2. спілкування або суб'єкт спілкування, особливості та оцінка взаємодії з людьми (ходжу в гості, люблю спілкуватися з людьми; вмію вислухати людей);

III. «Матеріальне Я» має на увазі під собою різні аспекти:

• опис своєї власності (маю квартиру, одяг, велосипед);

• оцінку своєї забезпеченості, ставлення до матеріальних благ (бідний, багатий, заможний, люблю гроші);

• ставлення до зовнішнього середовища (люблю море, не люблю погану погоду).

IV. «Фізичне Я» включає в себе такі аспекти:

• суб'єктивне опис своїх фізичних даних, зовнішності (сильний, приємний, привабливий);

• фактичне опис своїх фізичних даних, включаючи опис зовнішності, хворобливих проявів і місця розташування (блондин, зріст, вага, вік, живу в гуртожитку);

• пристрасті в їжі, шкідливі звички.

V. «Діяльне Я» оцінюється через 2 показника:

1. заняття, діяльність, інтереси, захоплення (люблю розв'язувати задачі); досвід (був у Болгарії);

2. самооцінка здатності до діяльності, самооцінка навиків, умінь, знань, компетенції, досягнень, (добре плаваю, розумний; працездатний, знаю англійську).

VI. «Перспективне Я» включає в себе 9 показників:

1. професійна перспектива: побажання, наміри, мрії, пов'язані з навчально-професійною сферою (майбутній водій, буду хорошим учителем);

2. сімейна перспектива: побажання, наміри, мрії, пов'язані з сімейним статусом (буду мати дітей, майбутня мати тощо);

3. групова перспектива: побажання, наміри, мрії, пов'язані з груповою приналежністю (планую вступити в партію, хочу стати спортсменом);

4. комунікативна перспектива: побажання, наміри, мрії, пов'язані з друзями, спілкуванням.

5. матеріальна перспектива: побажання, наміри, мрії, пов'язані з матеріальною сферою (отримаю спадщину, зароблю на квартиру);

6. фізична перспектива: побажання, наміри, мрії, пов'язані з психофізичними даними (буду піклуватися про своє здоров'я, хочу бути накачаним);

7. діяльнісна перспектива: побажання, наміри, мрії, пов'язані з інтересами, захопленнями, конкретними заняттями (буду читати) і досягненням певних результатів (досконало вивчу мову);

8. персональна перспектива: побажання, наміри, мрії, пов'язані з персональними особливостями: особистісними якостями, поведінкою і т. п. (хочу бути більш веселим, спокійним);

9. оцінка прагнень (багато чого бажаю, прагне людина).

VII. «Рефлексивне Я» включає 2 показника:

1. персональна ідентичність: особистісні якості, особливості характеру, опис індивідуального стилю поведінки (добрий, щирий, комунікабельна, наполеглива, іноді шкідливий, іноді нетерплячий і т. д.), персональні характеристики (прізвисько, гороскоп, ім'я і т. д.); емоційне ставлення до себе (я супер, «кльовий»);

2. глобальне, екзистенціальне «Я»: твердження, які глобальні і які недостатньо виявляють відмінності однієї людини від іншого (людина розумна, моя сутність).

    Два самостійних показника:

1. проблемна ідентичність (я нічого не знаю, хто я, не можу відповісти на це питання);

2. ситуативна стан: переживається стан на даний момент (голодний, нервую, втомився, закоханий, засмучений).

Додаток Е

Результати кореляційного аналізу за показниками міжособистісних стосунків та кризи ідентичності

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | **Показники міжособистісних стосунків** | | | | |  |
|  |  |  | Тенденції поведінки у міжособистісних стосунках | | | |  |  |
|  |  |  | Комунікабельність | Некомунікабельність | Прийняття боротьби | Уникнення боротьби | Потреба у спілкуванні та друзях | Наявність дружніх міжособистісних стосунків |
| **Показники кризи ідентичності** |  | Невміння прийняти нові ролі | 0,41437854 | -0,357456106 | -0,114577654 | 0,096782586 | -0,078215134 | 0,355517676 |
| Несформованість компонентів ідентичності | "Соціальне Я" | 0,42437244 | -0,355610945 | -0,214577444 | 0,099225864 | -0,078256857 | 0,395082151 |
| "Рефлексивне Я" | 0,126706283 | -0,127989226 | -0,191935167 | 0,181692589 | 0,139107225 | 0,36758458 |
|  | Відсутність уявлень про перспективи майбутнього | 0,060066672 | -0,100897532 | -0,431502572 | 0,392626313 | -0,019492963 | -0,162788239 |
|  | Дисбаланс часової системи | -0,059208676 | 0,053162829 | -0,314428812 | 0,254709805 | 0,148341369 | -0,148741167 |
|  | Неадекватна самооцінка | 0,294212656 | -0,315474598 | -0,025441882 | 0,024911985 | 0,123281602 | 0,436501031 |
|  | Невизначеність ціннісних орієнтацій | 0,160951171 | -0,165650807 | -0,020326592 | 0,012846146 | 0,277339708 | 0,009353295 |
| Ціннісні орієнтації | Наявність хороших і вірних друзів | 0,395082151 | -0,406289396 | 0,099050441 | -0,148741167 | 0,568574459 | 0,126269068 |
| Впевненість у собі | 0,309914533 | -0,318594856 | -0,078214012 | 0,052536992 | 0,660254005 | 0,205257135 |
| Свобода як незалежність у вчинках і діях | 0,227076804 | -0,214084297 | -0,099634665 | 0,097686172 | -0,1495807 | 0,203772315 |