

*Бикмурзина Яна Сергеевна
студентка 2 курса специалитета, факультет психологии
Башкирский Государственный Педагогический Университет,
Россия, г. Уфа
e-mail: bikmurzina01@mail.ru*

*Научный руководитель: Нуриманова Ф.К.,
кандидат психологических наук, доцент,
доцент кафедры прикладной психологии и девиантологии
Башкирский Государственный Педагогический Университет,
Россия, г. Уфа*

ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ Я – КОНЦЕПЦИИ У ПОДРОСТКОВ

***Аннотация:** Статья содержит в себе понятие «Я – концепция» и описание ее структурных компонентов. В работе рассматриваются особенности формирования представления о себе в подростковом возрасте и представляются рекомендации родителям по формированию адекватной «Я – концепции».*

***Ключевые слова:** я – концепция, самосознание, самоотношение, самооценка, подростковый возраст.*

*Bikmurzina Yana Sergeevna
2nd year student, faculty of psychology
Bashkir State Pedagogical University,
Russia, Ufa*

*Scientific adviser: Nurimanova F.K.,
candidate of psychology sciences, associate professor,
associate professor of the Department of applied psychology and devianology
Bashkir State Pedagogical University,
Russia, Ufa*

FEATURES OF THE FORMATION OF THE SELF-CONCEPT IN ADOLESCENTS

***Abstract:** The article contains a definition of the concept «Self – concept», a description of its structural components. The paper considers the features of forming a self – image in adolescence and provides recommendations to parents on the formation of an adequate «Self – concept».*

***Key words:** self – concept, self – awareness, self – attitude, self – esteem, adolescence.*

В современных условиях в обществе все больше обращают внимание на такие аспекты личности, как самооценка, самопознание, самоактуализация, самоощущение, самоуважение, что является неотъемлемой частью Я – концепции личности. По большей части, внимание приковано к подросткам, потому что данный возраст считается нестабильным и переходным в жизни людей: любое, даже незначительное событие может повлиять на представление подростка о самом себе. Адекватное формирование Я – концепции является не только прочным фундаментом для выстраивания здоровых взаимоотношений с окружающими, но и влияет на многие сферы жизнедеятельности человека. Наоборот неправильная сформированность Я – концепции может стать причиной дезадаптации личности.

В отечественной психологии такой феномен, как «Я – концепция» личности рассматривалась многими психологами (Б.Г. Ананьев, И.С. Кон, Д.А. Леонтьев, А.Г. Маклаков, А.Б. Орлов, С.Л. Рубинштейн, В.В. Столин и др). В их трудах представление человека о самом себе изучалось в рамках проблемы «Я», которая тесно связана с «самосознанием» личности. Из зарубежных психологов изучали и исследовали данный феномен А. Адлер, У. Джемс, К. Роджерс, З. Фрейд, Э. Фромм, Э. Эриксон, К.Г. Юнг и др. Среди них нельзя не упомянуть Р. Бернса. В его работах можно проследить взгляды таких ученых как К. Роджерс, Э. Эриксон. Он определяет понятие Я – концепции как «совокупность всех представлений индивида о себе, сопряженная с их оценкой».

В трудах авторов мало рассмотрены возрастные факторы и особенности «Я – концепции», а также слабо освещены пути и способы её формирования. Именно поэтому данная проблема остается актуальной на сегодняшний день.

Целью данного исследования является анализ и изучение особенностей представления личности подростка о самом себе и составление рекомендаций по формированию адекватной «Я – концепции».

Понятие «Я – концепция» является очень широким и сформулировать общее определение данному феномену является трудной задачей. Тем не менее, в обществе существует общее определение данному понятию. «Я – концепцию»

определяют как относительно устойчивую, более или менее осознанную, переживаемую как неповторимую систему представлений индивида о самом себе, на основе которой он строит взаимодействие с другими людьми и относится к себе.

Английский психолог Роберт Бернс в своей книге «Развитие Я – концепции и воспитание» определяет Я – концепцию как совокупность установок, направленных на самого себя и выделяет несколько её составляющих. И первым ее структурным элементом является когнитивная составляющая. Под ней Р.Бернс понимал совокупность тех характеристик, которыми, как сам человек считает, он обладает. Следующий структурный элемент – оценочная составляющая «Я – концепции». Она представляет собой отношение к тем когнитивным характеристикам, которыми обладает человек. Заключительным структурным элементом Я – концепции, по мнению Р.Бернса, является поведенческая составляющая. Здесь включены объективные действия человека, которые наиболее четко могут охарактеризовать его. Если рассматривать Я – концепцию как совокупность установок, направленных на самих себя, то можно выделить такие модальности, как Реальное Я(представление о том, каков я на самом деле), Идеальное Я(представление о том, каким бы я хотел быть), Зеркальное Я(представление о том, каким меня воспринимают другие) [1,3].

Становление «Я – концепции» происходит в детском и подростковом возрасте. Подростковый период характеризуется кризисом. Многие ученые считают кризис подросткового возраста наиболее острым и длительным по сравнению со всеми предыдущими кризисами. Для каждого кризиса характерно «расхождение между возникшими потребностями и обстоятельствами жизни, ограничивающими возможность их удовлетворения». Л.И. Божович, анализируя кризис подросткового возраста, говорила о том, что он протекает гораздо легче, если в этом возрасте у школьника уже возникают постоянные личностные интересы или какие-либо устойчивые мотивы поведения [2].

Говоря о «Я – концепции» личности нельзя упускать из виду особенности ее формирования в подростковом возрасте. Особенности формирования «Я –

концепции» в подростковом возрасте является то, что именно в этот период приобретает важную роль самосознание, самопознание и самооценка. Подросток начинает изучать себя, свой внутренний мир, свой внешний образ. И на основе того, как видят и относятся к нему другие, а также сравнивая себя с каким-то идеальным образом, у него выстраивается система представления о себе [4].

Таким образом, «Я – концепция» представляет собой динамическую систему представлений о себе и включает в себя несколько составляющих: когнитивную, эмоционально-оценочную и поведенческую. Для формирования позитивной Я – концепции подростков, можно сформулировать следующие рекомендации:

- 1) объяснять особенности и понятия анализа характерологических особенностей своей личности;
- 2) создавать условия для интеграции подростков с процессом самопринятия;
- 3) самопонимания и самосовершенствования, развивать адекватное понимание самого себя;
- 4) развивать адекватную самооценку, создавать устойчиво позитивные психоэмоциональные состояния.

Список литературы:

1. Белогурова Е.В. Словарь психологических терминов [Электронный ресурс] // Режим доступа: URL: <https://www.belogurova.ru/about> (дата обращения: 24.05.2020 г.).
2. Бернс Р. Развитие Я – концепции и воспитание / Пер. с англ. М.: «Прогресс», 1986. С 30-66.
3. Гнездилов Г.В., Кокорева А.Б., Курдюмов А.Б. Возрастная психология и психология развития. М.: Изд-во СГУ, 2013. 228 с.
4. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. М.: Прогресс, 1996. 344 с.