МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

УМАНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціально-психологічної освіти та фізичної культури

Кафедра психології

Допущено до захисту
« » травня 2026 р.
В.о. зав. кафедри
_____ Борис ЯКИМЧУК

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА БАКАЛАВРА

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛІЗАЦІЇ ПІДЛІТКІВ

Виконала студент (ка) 3 курсу, П/30 групи
освітньої програми «Психологія»
спеціальності 053 Психологія
Асафандіярова Діана Владиславівна

Науковий керівник – кандидат психологічних наук, доцент,
Шулдик Анатолій Володимирович

Умань – 2026

ЗМІСТ

ВСТУП 3

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ СОЦІАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ 6

1.1. Соціалізація особистості як предмет дослідження психологічної науки 6

1.2. Особливості соціалізації в підлітковому віці 24

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ 39

2.1. Організація, процедура методи та методики дослідження 39

2.2. Програма оптимізації процесу соціалізації підлітків 41

ВИСНОВКИ 51

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ 54

ВСТУП

Актуальність дослідження. Підлітковий вік є критичним для становлення особистості та формування її соціальної ідентичності. Підлітковий вік характеризується інтенсивними змінами у сфері самосвідомості, ціннісних орієнтацій та міжособистісних стосунків, що визначає майбутню здатність індивіда інтегруватися в суспільство. У сучасних умовах соціалізація ускладнюється впливом цифрового середовища, глобалізаційних процесів та нових форм комунікації, які створюють як можливості, так і ризики для гармонійного розвитку.

Психологічні особливості соціалізації підлітків проявляються у прагненні до автономії, пошуку групової приналежності та формуванні власної системи цінностей. Водночас вони стикаються з викликами, пов’язаними з девіантною поведінкою, булінгом, інтернет-залежністю, що потребує глибокого наукового аналізу та розробки ефективних стратегій підтримки. Дослідження цієї проблематики має практичне значення для педагогів, психологів і соціальних працівників, адже дозволяє створювати програми профілактики, спрямовані на розвиток навичок конструктивної комунікації, формування позитивної самооцінки та підтримку психічного здоров’я.

Підлітковий вік традиційно розглядається як переломний етап у становленні особистості. У працях З. Фройда він описується як період інтенсивних внутрішніх конфліктів, що пов’язані з формуванням ідентичності та автономії. Е. Еріксон у своїй теорії психосоціальних стадій розвитку визначає підлітковий період як кризу «ідентичність проти розмитості ролей», де вирішується питання самовизначення та соціальної інтеграції. Л. С. Виготський підкреслював роль соціального середовища у розвитку особистості, наголошуючи на тому, що соціалізація є процесом інтеріоризації культурних норм і цінностей. Сучасні когнітивні підходи акцентують увагу на

розвитку мислення, самосвідомості та здатності до рефлексії, що безпосередньо впливає на соціальну поведінку підлітків.

Таким чином, актуальність дослідження особливостей соціалізації підлітків визначається як потребою у глибокому теоретичному осмисленні цього процесу, так і практичною необхідністю створення ефективних соціально-психологічних програм, здатних забезпечити гармонійний розвиток молодого покоління в умовах сучасних викликів.

Об'єктом дослідження є процес соціалізації особистості у підлітковому віці.

Предмет дослідження – психологічні особливості соціалізації підлітків.

Метою роботи є теоретичне та емпіричне дослідження процесу соціалізації особистості у підлітковому віці.

Завдання дослідження**:**

1. Проаналізувати наукову літературу з проблеми соціалізації підлітків.
2. Підібрати методики діагностики рівня соціалізації підлітків.
3. Емпірично дослідити закономірності соціалізації особистості у підлітковому віці.
4. Розробити програму оптимізації процесу соціалізації підлітків.

Задля досягнення мети дослідження було використано такі методи: теоретико-методологічний аналіз, класифікація та систематизація наукових джерел (вивчення наукової літератури з теми дослідження; аналіз, синтез, порівняння, систематизація наукових фактів), психодіагностичні методики, математико-статистичні методи.

Експериментальна база дослідження. Дослідження відбувалось на базі Уманської гімназії № 1 Уманської міської ради. У дослідженні взяли участь 18 здобувачів освіти.

Практичне значення результатів дослідження полягає у тому, що його результати можуть бути використані для прогнозування розвитку ідентичності та визначення рівня успішності соціалізації підлітків. Також отримані дані

здатні стати практичним інструментом для соціальних працівників, шкільних психологів, керівників гуртків, тренерів та вчителів, які прагнуть удосконалити соціально-виховну роботу з підлітками..

Апробація результатів дослідження. Основні положення, результати дослідження та висновки були обговорені на засіданнях кафедри психології факультету соціальної-психологічної освіти та фізичної культури Уманського національного університету, висвітлені в доповіді на IX Всеукраїнських психологічних читаннях (м. Умань, 14 травня 2026 р.).

Публікації автора за темою дослідження: Асфандіярова Д. В. Психологічні особливості соціалізації підлітків. *Удосконалення професійної майстерності майбутніх психологів* : матеріали IX Всеукраїнських психологічних читань (м. Умань, 14 травня 2026 р.). С. 99–100.

Структура роботи. Випускна кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Основний зміст роботи викладено на 51 сторінці комп’ютерного тексту.

.

РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ СОЦІАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

1.1. Соціалізація особистості як предмет дослідження психологічної науки

Проблема соціалізації особистості є однією з ключових у психології, соціології та педагогіці, адже вона безпосередньо стосується процесу становлення людини як суб'єкта суспільних відносин. Соціалізація визначається як процес засвоєння індивідом соціального досвіду, норм, цінностей та моделей поведінки, що забезпечує його інтеграцію в соціальне середовище. У психологічній науці це поняття набуло особливого значення, оскільки саме психологія досліджує внутрішні механізми, які забезпечують адаптацію та розвиток особистості в суспільстві.

У класичній традиції соціалізація розглядалася як поступове входження індивіда в соціум. З. Фройд акцентував увагу на внутрішніх конфліктах між інстинктивними потягами та вимогами соціального середовища, що формують структуру особистості. Е. Еріксон у своїй концепції психосоціальних стадій розвитку визначав соціалізацію як послідовність криз, кожна з яких має бути успішно подолана для формування зрілої ідентичності. Л. С. Виготський підкреслював роль культурно-історичного контексту, вважаючи, що соціалізація є процесом інтеріоризації культурних норм, які стають внутрішніми психологічними механізмами.

У другій половині XX століття поняття соціалізації набуло міждисциплінарного характеру. Соціальна психологія розглядала її як процес формування соціальних установок і ролей (Дж. Мід, Т. Парсонс), когнітивна психологія – як розвиток мислення та самосвідомості (Ж. Піаже), а гуманістична психологія (К. Роджерс, А. Маслоу) – як шлях до самореалізації та досягнення автентичності. Таким чином, соціалізація постає як багатовимірний процес, що охоплює когнітивний, емоційний, мотиваційний та поведінковий аспекти.

Сучасна психологічна наука розглядає соціалізацію не лише як адаптацію до існуючих соціальних норм, але й як активне конструювання власної ідентичності. У цьому контексті важливим є поняття «агентів соціалізації» – сім'ї, школи, групи однолітків, засобів масової інформації, цифрового середовища. Кожен із цих агентів виконує специфічну функцію у формуванні особистості, а їх взаємодія визначає індивідуальні траєкторії розвитку.

Особливу увагу сучасні дослідження приділяють підлітковому віку як критичному періоду соціалізації. Саме в цей час відбувається інтенсивне формування самосвідомості, ціннісних орієнтацій та соціальних ролей. Підлітки прагнуть до автономії, але водночас потребують підтримки та визнання з боку значущих інших. Це створює суперечливу ситуацію, яка може призводити як до гармонійного розвитку, так і до виникнення кризових явищ – девіантної поведінки, конфліктів, соціальної ізоляції.

У психологічній науці соціалізація досліджується через низку ключових категорій: адаптація, ідентичність, роль, норма, цінність. Вони дозволяють описати як зовнішні умови соціалізації, так і внутрішні механізми, що забезпечують її ефективність. Наприклад, адаптація розглядається як процес пристосування до соціального середовища, а ідентичність – як результат інтеграції соціального досвіду у структуру особистості.

Важливим напрямом сучасних досліджень є аналіз впливу цифрового середовища на соціалізацію. Інтернет, соціальні мережі та віртуальні спільноти стають новими агентами соціалізації, які формують специфічні моделі комунікації та ідентичності. Це відкриває нові можливості для самовираження, але водночас породжує ризики – інтернет-залежність, кібербулінг, фрагментацію соціальних зв'язків.

У межах еволюційної теорії Е. Еріксона соціалізація розглядається як послідовне подолання індивідом низки критичних ситуацій, що закономірно виникають протягом його життєвого шляху. Кожна з таких ситуацій має

специфічний характер і проявляється у певні вікові періоди, формуючи своєрідні завдання розвитку, які необхідно вирішити для гармонійного становлення особистості. Цей підхід дозволяє інтерпретувати соціалізацію не як статичний процес, а як динамічну послідовність етапів, де кожен новий рівень розвитку відкриває можливості для формування більш зрілої ідентичності та інтеграції у соціальне середовище [23].

У вітчизняній соціальній та віковій психології підходи до вивчення процесу соціалізації відзначаються значною різноманітністю, що зумовлено як багатством теоретичних традицій, так і специфікою соціокультурного контексту. У 70–90-х роках ХХ століття дослідженням даного феномена активно займалися такі провідні науковці, як Л. С. Виготський, І. С. Кон, В. В. Москаленко та ін. Вони розглядали соціалізацію як складний і багаторівневий процес включення індивіда у соціальне середовище, що здійснюється через засвоєння соціальних норм, цінностей та моделей поведінки, характерних для певної соціальної спільності. Важливим механізмом цього процесу виступає освоєння культури спільноти, яка забезпечує не лише адаптацію особистості до соціальних умов, але й формування її ідентичності та здатності до активної взаємодії з іншими людьми [8; 12].

У вітчизняній психологічній традиції простежується спільна позиція щодо того, що сутність соціалізації полягає у засвоєнні індивідом соціального досвіду. Водночас варто наголосити, що саме розуміння цього досвіду, його внутрішньої структури та механізмів істотно відрізняється у різних авторів.

Одні дослідники акцентують увагу на нормах і цінностях, які індивід інтеріоризує у процесі входження до соціальної спільноти, інші – на культурних практиках, що формують основу для інтеграції особистості у суспільство. Існують також підходи, де соціалізація розглядається як процес активної взаємодії між індивідом і соціальним середовищем, у якому людина

не лише засвоює досвід, але й трансформує його відповідно до власних потреб та ціннісних орієнтацій.

Згідно з позицією В. Т. Циби, процес соціалізації охоплює не лише засвоєння, але й інтеріоризацію соціальних настанов та певних їхніх комплексів, що актуалізуються у характерних життєвих обставинах і можуть проявлятися у вигляді стереотипних форм поведінки. Учений трактує соціалізацію як глибинний процес інтеріоризації соціальних норм, у ході якого правила та вимоги суспільства перестають бути зовнішньо нав'язаними і набувають статусу внутрішніх регуляторів поведінки. Вони інтегруються у структуру «Я» індивіда, стаючи невід'ємною частиною його особистісної системи координат.

У результаті цього формується стійке почуття відповідності соціальним нормам, що забезпечує не лише адаптацію до соціального середовища, але й розвиток внутрішньої мотивації діяти згідно з прийнятими цінностями та правилами. Такий підхід дозволяє розглядати соціалізацію як процес поступового перетворення зовнішніх соціальних вимог у внутрішні переконання, які визначають поведінку людини навіть за відсутності прямого контролю з боку суспільства [37].

Л. С. Виготський розглядає процес соціалізації у нерозривному зв'язку з розвитком особистості, наголошуючи на його залежності від взаємодії та взаємовпливу індивіда із соціальними групами та колективами. У межах своєї культурно-історичної концепції розвитку він підкреслює, що становлення особистості відбувається не ізольовано, а через постійне включення у соціальні відносини, які виступають джерелом досвіду, норм і цінностей [8].

Соціалізація, за Л.С. Виготським, є процесом, де індивід не лише адаптується до соціального середовища, але й активно трансформує його, засвоюючи культурні зразки та водночас створюючи нові форми діяльності. Взаємодія з колективом стає ключовим механізмом розвитку, адже саме у

спільній діяльності формуються психічні функції, які згодом інтеріоризуються та стають внутрішніми регуляторами поведінки.

Л. С. Виготський розглядав соціалізацію як процес, що має фундаментальне значення для становлення особистості. На його думку, вона не зводиться лише до засвоєння зовнішніх норм і правил, а передбачає формування самосвідомості та активної життєвої позиції індивіда. Саме через соціалізацію людина набуває здатності усвідомлювати себе як суб'єкта суспільних відносин, інтегрувати соціальний досвід у власну систему цінностей та перетворювати його на внутрішні орієнтири.

У культурно-історичній концепції Л.С. Виготського соціалізація постає як процес інтеріоризації – засвоєння соціальних норм, цінностей та ідеалів, які стають складовою внутрішньої структури психіки. Водночас вона має активний характер: особистість не лише приймає зовнішні впливи, але й трансформує їх, формуючи власну життєву позицію. Таким чином, соціалізація у Виготського є не пасивним пристосуванням, а творчим процесом, що забезпечує розвиток самосвідомості, здатність до рефлексії та активної участі у суспільному житті.

І. С. Кон трактує процес соціалізації як засвоєння та подальше відтворення індивідом соціального досвіду, що включає формування індивідуальної системи соціальних ролей. І. С. Кон трактує процес соціалізації крізь призму засвоєння та подальшого відтворення індивідом соціального досвіду, який охоплює як систему соціальних ролей, так і культурні надбання. Відбувається формування конкретної особистості, що поступово інтегрує соціальні норми та культурні зразки у власну поведінку та світогляд [14].

На думку І.С. Кона, соціалізація не є лише механічним пристосуванням до соціального середовища. Вона передбачає активне відтворення засвоєного досвіду, що проявляється у здатності індивіда виконувати соціальні ролі, відповідати очікуванням групи та водночас зберігати власну індивідуальність. Таким чином, соціалізація постає як процес взаємодії між особистістю та

суспільством, де індивід не лише приймає готові культурні моделі, але й адаптує їх до власних потреб, створюючи унікальну систему ідентичності.

У такому контексті соціалізація у трактуванні Кона має дві взаємопов'язані сторони: засвоєння соціального досвіду – інтеріоризація норм, цінностей та культурних зразків; відтворення соціального досвіду – практичне застосування засвоєних моделей у поведінці та діяльності, що формує конкретну особистість.

Процес соціалізації має тісний зв'язок із поняттям адаптації. У такому контексті соціалізація розглядається як безперервне пристосування живого організму до умов навколишнього середовища, а також як здатність індивіда реагувати на соціальні стимули та відповідати на дії інших людей. Такий підхід підкреслює, що соціалізація не є статичним явищем – вона постає як динамічний процес, у якому особистість постійно змінюється, засвоюючи нові норми та моделі поведінки відповідно до соціальних вимог.

Водночас у науковій літературі існує й інша точка зору, згідно з якою адаптація розглядається не як тотожне поняття соціалізації, а як її складова частина, своєрідний механізм. У цьому випадку соціалізація трактується ширше – як комплексний процес інтеграції індивіда в соціальне середовище, що включає засвоєння культурних цінностей, норм, ролей та соціальних функцій. Адаптація ж виступає інструментом, за допомогою якого особистість долає труднощі взаємодії з оточенням, пристосовується до нових умов і забезпечує власну психологічну рівновагу.

Л. Е. Орбан-Лембрик наголошує, що соціалізація є двостороннім процесом, який передбачає не лише засвоєння індивідом соціального досвіду шляхом входження у соціальне середовище, але й активне його відтворення. Такий підхід дозволяє розглядати соціалізацію не як пасивне пристосування до зовнішніх умов, а як взаємодію, де особистість виступає активним суб'єктом, здатним трансформувати соціальні впливи у власні цінності та установки. Формами реалізації процесу соціалізації дослідниця вважає

соціальну адаптацію та інтеріоризацію. Соціальна адаптація означає пристосування індивіда до рольових функцій, соціальних норм, спільнот та умов функціонування різних сфер життя суспільства. Вона забезпечує можливість ефективної взаємодії з соціальним середовищем, сприяє інтеграції у групи та інститути, формує здатність до виконання соціальних ролей.

Інтеріоризація, у свою чергу, трактується як процес формування внутрішньої структури психіки через засвоєння соціальних норм, цінностей та ідеалів. Це означає переведення елементів зовнішнього середовища у внутрішнє «Я», що забезпечує їх інтеграцію у систему особистісних орієнтацій.

На думку Л. Е. Орбан-Лембрик, людина не лише адаптується до умов соціуму, елементів культури та норм, але й завдяки власній активності перетворює їх на внутрішні цінності, орієнтації та установки. Таким чином, соціалізація постає як процес, що поєднує зовнішнє пристосування та внутрішнє перетворення, створюючи умови для гармонійного розвитку особистості. Такий підхід дозволяє інтегрувати різні концепції соціалізації – від адаптаційних до культурно-історичних – і розглядати її як багатовимірний процес, у якому індивід виступає не лише об’єктом, але й активним суб’єктом соціального розвитку.

Н. В. Абдюкова підкреслює, що соціалізація не може бути зведена лише до процесу засвоєння індивідом певних норм і цінностей. Вона має активний характер, адже передбачає їх відображення у внутрішньому світі людини, переведення у внутрішньособистісний план та формування власного ставлення до них. Це означає, що соціалізація не є механічним прийняттям соціальних вимог – вона включає їх критичне осмислення, інтерпретацію та інтеграцію у систему особистісних орієнтацій.

У цьому контексті людина постає як активний суб’єкт соціалізації, який не лише пристосовується до навколишньої дійсності, але й трансформує її. Вимоги та норми суспільства пропускаються крізь свідомість індивіда, після

чого він приймає або відкидає їх відповідно до власної індивідуальності, життєвого досвіду та ціннісних орієнтацій [2].

В. В. Москаленко наголошує, що процес засвоєння соціального досвіду має вирішальне значення для формування особистісних якостей людини. Вона визначає соціалізацію як складний і багатовимірний процес взаємодії індивіда та суспільства, який відбувається на основі предметно-перетворюючої трудової діяльності. Саме діяльність, спрямована на зміну навколишнього світу, виступає головним механізмом інтеграції людини у соціум, адже через працю індивід не лише пристосовується до соціальних умов, але й активно впливає на них. Соціалізація трактується як процес, результатом якого є конкретно-історична форма соціальності особистості. Це означає, що соціальні якості людини не є універсальними чи незмінними – вони формуються у певному історичному та культурному середовищі, відображають специфіку суспільних відносин, економічних умов та культурних традицій.

У межах адаптивно-розвивальної концепції М. П. Лукашевича соціалізація трактується як процес постійної взаємодії людини з навколишнім середовищем протягом усього життя. Вона реалізується через низку адаптацій, які змінюють одна одну залежно від конкретної сфери життєдіяльності. Такий підхід підкреслює динамічний характер соціалізації – вона не є одноразовим актом входження у соціум, а постає як безперервний процес, що супроводжує людину на всіх етапах її розвитку.

Адаптивно-розвивальна модель соціалізації орієнтована на формування творчої, мобільної та гнучкої особистості, здатної ефективно освоювати нові соціальні ситуації. У цьому контексті адаптація розглядається не лише як пристосування до зовнішніх умов, але й як активне перетворення середовища відповідно до власних потреб і цінностей. Завдяки цьому соціалізація набуває розвивального виміру – вона сприяє не лише інтеграції індивіда у суспільство,

але й розкриттю його творчого потенціалу, здатності до інновацій та самореалізації.

Концепція М. П. Лукашевича поєднує адаптаційний та розвивальний аспекти соціалізації. Вона підкреслює, що особистість у процесі соціалізації не є пасивним об’єктом впливу, а виступає активним суб’єктом, який постійно змінюється, вдосконалюється та водночас впливає на соціальне середовище. Це дозволяє розглядати соціалізацію як процес формування компетентної особистості, здатної до творчої діяльності та конструктивної взаємодії з суспільством.

В. Т. Циба пропонує оригінальне бачення соціалізації, розглядаючи її як процес структуралізації сфери свідомості особистості. У цьому підході соціалізація постає не лише як засвоєння соціального досвіду чи адаптація до середовища, а як формування внутрішньої системи, що забезпечує набуття людиною комплексу соціогенних параметрів. Ці параметри мають багатофункціональний характер: вони детермінують потреби, регулюють поведінку через соціальні настанови та мотивують діяльність, створюючи основу для цілісної життєвої програми.

Таким чином, соціалізація у трактуванні В.Т. Циби є процесом, що формує внутрішню структуру свідомості, де соціальні норми та цінності інтегруються у систему особистісних орієнтацій. Людина не лише засвоює зовнішні вимоги, але й вибудовує власну модель життєдіяльності, у якій поєднуються потреби, мотиви та соціальні установки. Це дозволяє індивіду не просто пристосовуватися до соціуму, а й активно організовувати свою поведінку відповідно до власних цілей і цінностей.

Сучасні дослідники у визначенні поняття «соціалізація» акцентують увагу на активній ролі людини. Вона не розглядається як пасивний об’єкт впливу соціального середовища, а як суб’єкт, який у процесі соціалізації не лише засвоює норми, цінності та моделі поведінки, але й активно їх інтерпретує, трансформує та інтегрує у власну систему життєвих орієнтацій.

Саме завдяки такому процесу індивід поступово знаходить свою індивідуальність, формує унікальну ідентичність і стає особистістю, здатною до самостійного вибору та відповідальної участі у суспільному житті.

Соціалізація у сучасному розумінні постає як двосторонній процес – з одного боку, вона забезпечує інтеграцію людини у соціум, а з іншого – створює умови для її самореалізації та розвитку власної активної життєвої позиції. Це дозволяє розглядати соціалізацію не лише як механізм адаптації, але й як простір творчого самоствердження, де особистість формує власні цінності, установки та життєві програми.

У низці сучасних психологічних досліджень [18; 31] проблема соціалізації людини аналізується крізь призму культурно-діяльнісної концепції соціалізації особистості (КДКСО). Центральною ідеєю цієї концепції є положення про діяльнісне опосередкування особистісного розвитку, сформульоване О. М. Леонтьєвим. Згідно з ним, діяльність розглядається як єдність свідомості та поведінки, тобто як інтеграція внутрішніх і зовнішніх компонентів особистості, що забезпечує включення індивіда у систему соціальних взаємозв’язків.

У межах КДКСО соціалізація постає не як пасивне засвоєння соціальних норм, а як активний процес, у якому діяльність виступає головним механізмом інтеграції людини у суспільство. Саме через діяльність індивід не лише пристосовується до соціального середовища, але й активно взаємодіє з ним, перетворюючи його та водночас змінюючи себе. Таким чином, соціалізація у культурно-діяльнісному підході має двосторонній характер – вона поєднує зовнішні соціальні впливи та внутрішню активність особистості.

Особливе значення у цій концепції має критерій оцінки соціалізованості особистості. Найбільш об’єктивним показником вважається результат і ефективність діяльності індивіда. Це означає, що рівень соціалізації визначається не лише ступенем засвоєння норм і цінностей, але й тим, наскільки успішно людина реалізує їх у практичній діяльності, наскільки її дії

відповідають соціальним очікуванням і водночас сприяють розвитку власної індивідуальності. Культурно-діяльнісна концепція соціалізації особистості підкреслює, що саме діяльність є ключовим чинником становлення людини як соціального суб'єкта. Вона забезпечує єдність свідомості та поведінки, інтеграцію у соціальні взаємозв'язки та формування конкретно-історичної форми соціальності.

М. Н. Корнєв та А. Б. Коваленко пропонують трактування соціалізації як процесу входження особистості до різних соціальних спільнот і груп людей на основі засвоєння норм, ідеалів та цінностей, що здійснюється шляхом виховання і научіння. У цьому підході особливий акцент робиться на соціальній діяльності, яка розглядається як головний чинник соціалізації.

Соціальна діяльність у їхній концепції охоплює такі ключові сфери, як праця, спілкування, гра та навчання. Кожна з цих форм діяльності виконує специфічну функцію у процесі соціалізації:

- праця забезпечує інтеграцію індивіда у суспільні відносини, формує відповідальність та соціальну корисність;
- спілкування створює умови для розвитку комунікативних навичок, емпатії та соціальних ролей;
- гра виступає як особлива форма діяльності, що моделює соціальні ситуації та сприяє засвоєнню норм у доступній для підлітків формі;
- навчання забезпечує систематичне засвоєння знань, цінностей та культурних традицій, формуючи інтелектуальну основу соціалізації.

Соціалізація постає як процес, що реалізується через активну діяльність людини у різних сферах життя. Вона не є лише результатом зовнішнього впливу, а формується у взаємодії індивіда з соціальним середовищем, де діяльність виступає головним механізмом інтеграції та розвитку особистості.

Сучасна психологічна наука розглядає соціалізацію як безперервний, діяльнісно зумовлений процес, у якому людина виступає активним суб'єктом, здатним не лише пристосовуватися до соціальних умов, але й творчо їх

перетворювати.. Саме через різні види діяльності – працю, навчання, спілкування, гру – людина інтегрується у соціальне середовище, засвоює його норми та цінності, а також формує власні соціальні ролі. Такий підхід підкреслює, що соціалізація не є одноразовим актом, а триває протягом усього життя, супроводжуючи людину на кожному етапі її розвитку.

Характерним для більшості сучасних українських досліджень є визнання того, що соціалізація має безперервний характер. Вона забезпечує формування у людини соціальних особливостей, прийнятних для суспільства, у якому вона живе, і водночас створює умови для розвитку індивідуальності. Загальновизнаним є положення про активність людини у процесі соціалізації: індивід не лише засвоює соціальний досвід, але й активно його трансформує, пропускаючи крізь власну свідомість та інтегруючи у систему особистісних цінностей.

Головним фактором успішності соціалізації дослідники вважають вільне функціонування людини в суспільстві. Це означає, що лише за умов свободи вибору, можливості самореалізації та активної участі у соціальних процесах особистість здатна гармонійно розвиватися, знаходити власну індивідуальність і водночас інтегруватися у соціум.

Соціалізація є багатовимірним процесом, який поєднує зовнішні соціальні впливи та внутрішню активність особистості, забезпечуючи її розвиток, інтеграцію у суспільство та формування індивідуальної ідентичності. Його сутність визначається комплексом компонентів, серед яких особливе значення мають засвоєння системи знань та набуття соціального досвіду конкретного суспільства [36]. Ці елементи взаємодіють між собою у ході розвитку, формуючи цілісну картину соціального становлення людини.

Соціалізація здійснюється передусім через спілкування та взаємодію людей у процесі діяльності. Її кінцева мета може виражатися у нормативно-пропонованих зразках поведінки, традиціях, культурних практиках, що забезпечують інтеграцію особистості у соціум. Водночас

соціалізація включає все різноманіття впливів середовища на людину – як стихійних, так і цілеспрямованих, як контрольованих, так і спонтанних.

Важливо підкреслити, що соціалізація передбачає не лише зовнішні впливи, але й реакції самої особистості на них [36]. Людина виступає активним суб'єктом цього процесу: вона може приймати або відкидати соціальні норми, інтерпретувати їх відповідно до власної індивідуальності, інтегрувати у внутрішню систему цінностей чи трансформувати у власні життєві орієнтації.

Суспільство впливає на особистість через інститути соціалізації – конкретні соціальні групи та організації, у межах яких людина долучається до системи норм, цінностей і соціальних зв'язків. До таких інститутів належать сім'я, школа, громадські організації, засоби масової інформації та інші [36].

Дані інститути характеризуються стійкою формою організації спільної діяльності, що забезпечує їхню стабільність та тривалість у часі. Вони мають усталений комплекс правил, принципів і норм, які регулюють взаємодію між учасниками та визначають механізми включення особистості у соціальне середовище. Саме через інститути соціалізації індивід отримує можливість засвоювати соціальний досвід, формувати систему цінностей і набувати соціальних ролей, необхідних для ефективного функціонування у суспільстві. Інститути соціалізації виступають ключовими посередниками між особистістю та суспільством, забезпечуючи процес інтеграції людини у соціум та водночас створюючи умови для її індивідуального розвитку.

Соціально-психологічні механізми соціалізації визначаються як ті психологічні впливи та засоби, за допомогою яких здійснюється відображення людиною реалій соціального життя та трансформація зовнішніх впливів соціального оточення у внутрішні регулятори поведінки [44; 55]. Вони забезпечують перехід соціальних норм, цінностей і вимог із зовнішнього середовища у внутрішній світ особистості, де вони набувають форми установок, мотивів та переконань.

У цьому контексті соціалізація постає як процес, що включає не лише зовнішні соціальні впливи, але й активну реакцію особистості на них. Людина не просто засвоює соціальний досвід, а пропускає його крізь власну свідомість, інтерпретує та інтегрує у внутрішню систему цінностей. Саме соціально-психологічні механізми забезпечують цей перехід, перетворюючи зовнішні чинники на внутрішні регулятори поведінки, які визначають життєву позицію та соціальну активність індивіда. Соціально-психологічні механізми соціалізації можна розглядати як ключові інструменти інтеграції особистості у суспільство. Вони поєднують стихійні та цілеспрямовані впливи середовища з індивідуальною активністю людини, створюючи умови для формування її соціальної ідентичності та гармонійного розвитку.

Соціалізація як багатовимірний процес реалізується через систему соціально-психологічних механізмів, які забезпечують перехід зовнішніх впливів у внутрішні регулятори поведінки. Соціалізація є складним процесом, у якому поєднуються зовнішні соціальні впливи та внутрішня активність особистості. Соціально-психологічні механізми виступають своєрідними «мостами» між суспільством і людиною, забезпечуючи інтеграцію індивіда у соціальне середовище та водночас формування його індивідуальності.

У психологічній науці досі не існує систематичного аналізу та чіткої класифікації соціально-психологічних механізмів соціалізації. Це пояснюється багатогранністю самого процесу та різними теоретичними підходами до його розуміння. Одні дослідники відносять до механізмів соціалізації такі явища, як наслідування, ідентифікація, навіювання. Інші акцентують увагу на процесах соціальної фасилітації та конформізму. Окремі автори включають сюди більш широкі явища – засвоєння стандартів поведінки, прийняття групових норм, самоконтроль та соціальний обмін [36].

Таке розмаїття підходів свідчить про складність і багатовимірність соціалізації: вона може бути осмислена як процес засвоєння, як процес взаємодії, як внутрішня трансформація чи як соціальна регуляція. Відсутність

єдиної класифікації пояснюється тим, що кожен із механізмів відображає лише окремий аспект цього процесу – когнітивний, емоційний, поведінковий чи комунікативний.

За ознакою «організованість–неорганізованість» соціально-психологічні механізми соціалізації прийнято поділяти на дві великі групи:

- Цілеспрямовані механізми – це організовані форми впливу, які мають чітко визначену мету та структуру. До них належать навчання, виховання, інструктаж, спеціальні програми соціального розвитку. Вони реалізуються через інститути соціалізації (сім'я, школа, громадські організації) та забезпечують систематичне засвоєння норм і цінностей.
- Стихійні механізми – це неорганізовані впливи, що виникають у процесі повсякденної взаємодії. Сюди відносять ідентифікацію, наслідування, авторитет, лідерство, конформізм, соціальну фасилітацію. Вони діють спонтанно, часто без усвідомленої мети, але мають значний вплив на формування особистості.

Такий поділ дозволяє побачити, що соціалізація поєднує як контрольовані, так і неконтрольовані чинники. З одного боку, суспільство організовано формує особистість через виховання та навчання, а з іншого – стихійні процеси взаємодії, наслідування чи вплив авторитетів створюють додаткові канали засвоєння соціального досвіду.

За ознакою «усвідомлення–неусвідомлення» соціально-психологічні механізми соціалізації поділяють на дві групи:

- Усвідомлювані механізми – це ті впливи, які людина сприймає свідомо, критично осмислює та інтегрує у власну систему цінностей. До них належать переконання, вплив авторитету, прийняття групових норм, самоконтроль. Вони формують внутрішні регулятори поведінки через свідоме засвоєння соціального досвіду.
- Неусвідомлювані механізми – діють переважно у ранньому дитинстві або в умовах сильного емоційного впливу. Сюди відносять навіювання,

наслідування, психологічне зараження, ідентифікацію. Вони формують соціальні установки без критичного осмислення, часто через емоційне включення чи автоматичне відтворення моделей поведінки [27].

Такий поділ дозволяє зрозуміти, що соціалізація поєднує як свідомі, так і несвідомі процеси. З одного боку, людина активно осмислює соціальні норми та цінності, а з іншого – піддається стихійним впливам, які формують її поведінку на глибинному рівні.

Завдяки соціально-психологічним механізмам відбувається процес інтеріоризації – тобто перетворення зовнішніх регуляторів поведінки на внутрішні. Це означає, що норми, правила, цінності та соціальні очікування, які спочатку існують як зовнішні вимоги суспільства, поступово засвоюються особистістю і стають її власними переконаннями, установками та мотивами [37].

Соціалізація не обмежується лише впливом середовища – вона передбачає активну внутрішню роботу людини, яка інтегрує соціальний досвід у власну систему цінностей. У результаті зовнішні чинники перетворюються на внутрішні регулятори, що визначають поведінку, життєву позицію та соціальну активність індивіда.

Цей процес є ключовим для становлення особистості, адже саме інтеріоризація забезпечує гармонійне поєднання соціальних вимог і індивідуальної свободи, створюючи умови для усвідомленої участі людини у суспільному житті.

Стадії соціалізації розглядаються як послідовні етапи становлення особистості, протягом яких вона засвоює соціальний досвід, інтегрує його у власну систему цінностей і формує соціальні ролі [38]. Кожна стадія має свої особливості, що визначають зміст і механізми соціалізації:

- Раннє дитинство – домінують неусвідомлювані механізми (наслідування, навіювання, психологічне зараження), формуються базові соціальні навички та первинні уявлення про норми.

- Дошкільний та молодший шкільний вік – провідну роль відіграє гра та навчання, розвивається здатність до ідентифікації з групою, засвоюються перші соціальні ролі.
- Підлітковий період – зростає значення спілкування з ровесниками, формується самосвідомість, відбувається активне прийняття групових норм і цінностей.
- Юність та рання дорослість – соціалізація через навчання, професійну діяльність, інтеграцію у суспільні інститути; формується система переконань та життєвих орієнтацій.
- Зрілість – соціалізація через працю, сімейні та громадські ролі; відбувається стабілізація соціальної ідентичності.
- Пізня дорослість – соціалізація через передачу досвіду, наставництво, підтримання соціальних зв'язків; важливим стає збереження соціальної активності.

У соціологічному підході стадії соціалізації розглядаються крізь призму участі особистості у трудовій діяльності. Науковці виокремлюють три основні етапи:

- Дотрудова стадія – охоплює період дитинства та юності, коли відбувається первинне засвоєння норм, цінностей і соціальних ролей. Основними інститутами соціалізації виступають сім'я, школа, групи ровесників. Людина готується до майбутньої професійної діяльності, формує базові соціальні компетенції.
- Трудова стадія – характеризується активною участю у професійній діяльності, інтеграцією у виробничі та соціальні колективи. Саме праця стає головним чинником соціалізації, забезпечуючи реалізацію соціальних ролей, відповідальність та самореалізацію.
- Післятрудова стадія – охоплює період після завершення активної професійної діяльності. Соціалізація здійснюється через передачу досвіду, наставництво, участь у громадських і культурних практиках.

Важливим стає підтримання соціальних зв'язків та збереження активності у суспільстві.

У психоаналітичному підході стадії соціалізації безпосередньо пов'язуються з проявами біологічних потягів, інстинктів та підсвідомих мотивів людини [37]. Відповідно до класичної психоаналітичної традиції, соціалізація розглядається як процес поступового «каналізування» природних потягів у соціально прийнятні форми поведінки.

Основні положення цього підходу можна окреслити так:

- Біологічні потяги – виступають вихідною основою розвитку особистості, але потребують соціального контролю та спрямування.
- Інстинкти – формують первинні імпульси поведінки, які у процесі соціалізації трансформуються у соціально прийнятні дії.
- Підсвідомі мотиви – визначають приховані причини поведінки, що часто не усвідомлюються особистістю, але впливають на її соціальну активність.
- Соціалізація як сублімація – процес перетворення біологічних потягів у культурні та соціально значущі форми діяльності (творчість, праця, навчання).

Компромісний підхід до вивчення стадій соціалізації поєднує психоаналітичні та соціологічні погляди, створюючи більш цілісну модель розуміння цього процесу. Згідно з ним виокремлюють дві великі групи стадій:

- Первинна соціалізація – охоплює ранні етапи становлення особистості:

- від народження до початку навчання – формуються базові соціальні навички, первинні уявлення про норми та цінності, відбувається інтеріоризація зовнішніх впливів через механізми наслідування, ідентифікації та навіювання;
- від початку навчання до соціальної зрілості та вибору професії – провідну роль відіграють інститути соціалізації (школа, групи ровесників), формується самосвідомість, соціальні ролі та ціннісні орієнтації.

- Вторинна соціалізація – відбувається у дорослому віці й пов’язана із засвоєнням нових соціальних ролей у процесі праці, пізнання та спілкування. Тут особистість інтегрується у професійні та громадські колективи, розширює систему соціальних зв’язків, а також здійснює передачу досвіду іншим.

Такий підхід дозволяє врахувати як внутрішні (психоаналітичні) чинники – потяги, мотиви, інстинкти, так і зовнішні (соціологічні) – участь у трудовій діяльності, інститути соціалізації. Він підкреслює, що соціалізація є безперервним процесом, який охоплює все життя людини, змінюючи свої форми та механізми залежно від віку й соціального статусу.

Соціалізація особистості залежить від конкретних умов життєдіяльності, що визначають її зміст і спрямованість. Вона охоплює всі аспекти залучення людини до культури, навчання та виховання, завдяки яким індивід набуває соціальності й здатності брати участь у суспільному житті. Саме через ці процеси відбувається інтеграція особистості у соціум, формування її ціннісних орієнтацій, соціальних ролей та моделей поведінки.

На основі проведеного теоретичного аналізу соціалізацію можна визначити як складний і багатогранний процес взаємин людини із соціальним середовищем. Він реалізується шляхом входження особистості до різних соціальних груп і спільнот у процесі включення в конкретні види діяльності. Завдяки цьому людина через соціальне пізнання, ідентифікацію, научіння та виховання засвоює певний соціальний досвід – норми, цінності, традиції, моделі поведінки.

На основі цього процесу формується самосвідомість особистості, зокрема її соціальна ідентичність. Таким чином, соціалізація виступає не лише як механізм інтеграції людини у суспільство, але й як умова розвитку її індивідуальності, внутрішньої свободи та здатності до активної участі у соціальному житті.

1.2. Особливості соціалізації в підлітковому віці

Підлітковий вік у психологічній науці розглядається як один із найскладніших і водночас найважливіших етапів онтогенезу. Він охоплює період від приблизно 11–12 до 15–16 років і характеризується глибокими змінами у фізіологічній, когнітивній, емоційній та соціальній сферах. Саме в цей час відбувається інтенсивне формування самосвідомості, ціннісних орієнтацій та соціальної ідентичності, що визначає подальший розвиток особистості.

З позиції класичних теорій психології підлітковий вік описується як період кризи та пошуку нових форм самовираження. Е. Еріксон визначав його як стадію «ідентичність проти розмитості ролей», де вирішується питання самовизначення та інтеграції у соціум. З. Фройд акцентував увагу на посиленні внутрішніх конфліктів між інстинктивними потягами та вимогами соціального середовища. Л. С. Виготський підкреслював роль культурно-історичного контексту, вважаючи, що підлітковий вік є періодом інтенсивного засвоєння соціальних норм і цінностей через взаємодію з дорослими та однолітками.

Сучасні дослідження підліткового віку виділяють кілька ключових психологічних особливостей. По-перше, це прагнення до автономії – підлітки намагаються відокремитися від батьківського контролю, шукають власні способи самовираження та прийняття рішень. По-друге, це формування ідентичності – підлітки активно експериментують із соціальними ролями, цінностями та стилями поведінки, що може призводити як до гармонійного розвитку, так і до кризових явищ. По-третє, це посилення значущості групи однолітків – саме вона стає головним агентом соціалізації, визначаючи норми поведінки та систему цінностей.

Когнітивний розвиток у підлітковому віці характеризується переходом від конкретно-операційного мислення до формально-операційного (Ж. Піаже). Це означає здатність до абстрактного мислення, гіпотетико-дедуктивних

міркувань та рефлексії. Підлітки починають усвідомлювати відносність соціальних норм, критично оцінювати авторитети та формувати власні переконання.

Емоційна сфера підлітків відзначається нестабільністю – різкі перепади настрою, підвищена чутливість до оцінки з боку інших, прагнення до емоційної насиченості. Це пояснюється як фізіологічними змінами, пов'язаними з гормональною перебудовою, так і соціальними чинниками. Водночас саме у цей період формується здатність до емпатії, співпереживання та глибоких міжособистісних стосунків.

Психологічні особливості підліткового віку визначаються поєднанням біологічних, когнітивних, емоційних та соціальних чинників. Вони створюють умови для інтенсивного розвитку особистості, але водночас можуть призводити до кризових явищ, що потребують уваги з боку психологів, педагогів та соціальних працівників.

Соціалізація підлітків у сучасному суспільстві має специфічні особливості. Цифрове середовище – соціальні мережі, онлайн-ігри, віртуальні спільноти – стає важливим агентом соціалізації, що формує нові моделі комунікації та ідентичності. Це відкриває широкі можливості для самовираження, але водночас породжує ризики – інтернет-залежність, кібербулінг, фрагментацію соціальних зв'язків.

Особливості соціалізації у підлітковому віці безпосередньо пов'язані зі специфікою психофізіологічного розвитку цієї вікової групи. Саме біологічні зміни, що відбуваються у період пубертату, створюють умови для інтенсивного формування самосвідомості, ціннісних орієнтацій та соціальних ролей. Напрямок і зміст процесу соціалізації значною мірою визначаються широкими соціальними умовами життя підлітків – моральними нормами, культурними цінностями, соціальними ролями та моделями поведінки, характерними для тієї групи, у якій вони спілкуються, самоствердуються та шукають визнання.

На думку С. Д. Максименка та С. С. Ракитянської, період пубертатного дозрівання є сенситивним до впливу соціальних факторів і характеризується певним зменшенням ролі генетичних чинників [25]. Це означає, що саме соціальне середовище у цей час набуває вирішального значення для розвитку особистості. Підлітки стають особливо чутливими до оцінки з боку однолітків, до норм та цінностей групи, у якій вони перебувають. Водночас вони активно формують власне ставлення до соціальних вимог, що може проявлятися як у прийнятті, так і у відкиданні певних норм.

Соціалізація у підлітковому віці є процесом, що поєднує біологічні та соціальні чинники, але саме соціальні умови та культурні впливи визначають її зміст і напрямок. Це підтверджує тезу про те, що підлітковий період є критичним для формування життєвої позиції та системи цінностей особистості.

У науковій літературі підлітковий вік часто описується як кризовий період, що має вирішальне значення для становлення особистості. Підліткова криза пов’язана з появою у молодої людини здатності та потреби пізнати себе як унікальну особистість, яка має власні, тільки їй притаманні якості. Це відкриває новий рівень самосвідомості, що супроводжується прагненням до самоствердження, самовираження та самовиховання.

У цей період підлітки починають активно шукати відповіді на питання «Хто я?» та «Яким я хочу бути?». Вони прагнуть утвердити власну індивідуальність у групі однолітків, у сім’ї та ширшому соціальному середовищі. Самоствердження проявляється у бажанні відстояти власну позицію, самовираження – у творчості, комунікації, виборі стилю поведінки, а самовиховання – у спробах формувати риси характеру відповідно до власних ідеалів.

Підліткова криза є не лише проблемним етапом розвитку, але й важливим ресурсом для формування зрілої особистості. Вона створює умови

для розвитку самосвідомості, становлення ціннісних орієнтацій та активної життєвої позиції.

Важливою ознакою підліткового періоду є фундаментальні зміни у сфері самосвідомості, які мають кардинальне значення для подальшого розвитку та становлення особистості. Саме у цей час відбувається активне формування самосвідомості, що проявляється у виробленні власної незалежної системи еталонів самооцінювання та самовідношення. Підлітки починають оцінювати себе не лише крізь призму зовнішніх вимог чи авторитетів, але й на основі внутрішніх критеріїв, які вони самостійно конструюють.

Цей процес супроводжується розвитком здатності до проникнення у власний внутрішній світ – підлітки починають усвідомлювати свої переживання, мотиви та цінності, формують індивідуальне ставлення до соціальних норм і вимог. Таким чином, самосвідомість у підлітковому віці стає центральним психологічним новоутворенням, що визначає напрямок особистісного розвитку.

Формування власної системи самооцінювання та самовідношення створює умови для становлення автономної особистості, здатної до самоствердження та самовиховання. Це є важливим етапом у процесі соціалізації, адже саме через розвиток самосвідомості підліток інтегрує соціальний досвід у внутрішню структуру «Я» та формує власну життєву позицію.

Важливим моментом розвитку особистості у підлітковому віці є усвідомлення власної індивідуальності та неповторності. Саме у цей період відбувається поступова переорієнтація свідомості з зовнішніх оцінок – насамперед батьківських та авторитетних дорослих – на внутрішні критерії, які підліток формує самостійно. Це означає, що він починає оцінювати себе не лише через призму зовнішніх вимог, але й на основі власних уявлень про цінності, ідеали та життєві орієнтири.

Такий процес є ключовим для становлення самосвідомості, адже саме внутрішні оцінки стають фундаментом для розвитку автономності, самоствердження та формування активної життєвої позиції. Усвідомлення своєї неповторності допомагає підлітку інтегрувати соціальний досвід у власну систему «Я», що забезпечує гармонійне поєднання індивідуальних рис із соціальними вимогами.

С. Б. Кузікова наголошує, що становлення особистісної ідентичності є одним із ключових моментів розвитку самосвідомості у підлітковому віці [7]. На її думку, вже у молодшому підлітковому віці дитина починає відчувати власну «самість», тобто усвідомлювати себе як окрему, відмінну від інших особистість. Однак ця самість ще недостатньо визначена, вона потребує уточнення та закріплення. Саме тому важливим завданням підлітка стає встановлення чітких меж свого «Я» та їх укріплення.

Такий процес передбачає поступове формування внутрішньої цілісності особистості, розвиток здатності до саморефлексії та усвідомлення власної неповторності. Підліток прагне окреслити власні цінності, переконання та життєві орієнтири, що дозволяє йому відокремитися від зовнішніх впливів і водночас інтегрувати соціальний досвід у власну систему самосвідомості.

Основний зміст процесу соціалізації у підлітковому віці полягає у формуванні почуття відокремленості власного «Я» від оточення. Це відбувається не шляхом ізоляції, а через активну взаємодію з іншими людьми, що дозволяє підлітку усвідомити власну індивідуальність та неповторність. Автори виділяють кілька ключових способів формування такого почуття.

1. Формування почуття дорослості – підліток прагне утвердити себе як більш самостійного, відповідального та зрілого, що проявляється у бажанні приймати рішення та відстоювати власну позицію.
2. Ідентифікація з однолітками – характерна риса підліткового віку, відома як «реакція групування». Підлітки шукають підтримку та визнання у групі ровесників, що допомагає їм утвердити власну соціальну роль.

3. Пошук схвалення – прагнення отримати позитивну оцінку себе та своєї поведінки з боку значущих інших (батьків, учителів, друзів), що сприяє формуванню адекватної самооцінки та впевненості у власних силах.

Наступний етап розвитку самосвідомості у підлітковому віці полягає у розширенні та уточненні змісту «Я», що означає усвідомлення підлітком тієї системи відносин, яка складає сутність його самосвідомості. Вчені визначають цей етап як становлення особистісної ідентичності, що має вирішальне значення для формування цілісної та автономної особистості.

Становлення ідентичності реалізується через кілька взаємопов'язаних процесів:

1. Формування структури «Я» молодших підлітків – на цьому рівні відбувається початкове усвідомлення власної індивідуальності, окреслення базових рис характеру та перших ціннісних орієнтацій.
2. Формування структури «Я» старших підлітків – процес поглиблюється, підліток починає інтегрувати соціальний досвід у власну систему самосвідомості, формує більш чіткі життєві позиції та уявлення про майбутнє.
3. Вироблення почуття власної гідності – підліток утверджує себе як особистість, здатну до самостійного оцінювання та відстоювання власних переконань, що стає основою для розвитку впевненості у собі та соціальної активності.

Становлення ідентичності у підлітковому віці є багатоступеневим процесом, який поєднує внутрішнє усвідомлення власного «Я» та зовнішню взаємодію із соціальним середовищем. Він забезпечує формування цілісної самосвідомості, розвиток автономності та закладає основу для зрілої особистості. На ранніх етапах – у молодших підлітків – внутрішня структура уявлення про себе ще недостатньо розвинена й не має цілісності. Самооцінка у цей період значною мірою залежить від думки значимого соціального

оточення (батьків, учителів, друзів), що виступає головним джерелом соціального зворотного зв'язку.

У старшому підлітковому віці відбувається якісна зміна: сприйняття себе стає більш цілісним, структурованим і менш залежним від зовнішніх оцінок. Зростає роль внутрішніх критеріїв самопізнання, формується здатність до рефлексії, самостійного визначення власних цінностей та життєвих орієнтацій. Це сприяє становленню самосвідомості та розвитку особистісної ідентичності, яка поступово набуває стійкості й автономності.

Розвиток особистісної ідентичності підлітка нерозривно пов'язаний із прагненням до самопізнання та формуванням здатності оцінювати себе й власні якості. Саме у цей період виникає одне з ключових новоутворень – самооцінка, яка є складовою самосвідомості.

Самооцінка виконує кілька важливих функцій: визначає рівень соціальної адаптації, тобто здатність підлітка інтегруватися у групи ровесників, навчальні та соціальні колективи; виступає регулятором поведінки, оскільки саме через оцінку себе підліток визначає прийнятні моделі дій; впливає на мотивацію діяльності, формуючи прагнення до досягнень або, навпаки, уникання труднощів.

Самооцінка у підлітковому віці стає центральним психологічним механізмом, що поєднує процеси самопізнання, соціальної взаємодії та внутрішньої регуляції. Вона визначає не лише рівень впевненості у собі, але й перспективи подальшого розвитку особистісної ідентичності.

Важливою особливістю соціалізації у підлітковому віці є становлення цілісного фізичного образу «Я». Саме в цей період відбувається активне формування уявлень про власну зовнішність, тілесність та фізичні можливості. Підліток починає усвідомлювати своє тіло як невід'ємну частину особистісної ідентичності, що стає основою для розвитку самосприйняття та самооцінки.

Фізичний образ «Я» у підлітковому віці має кілька ключових характеристик: він формується на основі самоспостереження та порівняння

себе з іншими; значну роль відіграє оцінка з боку ровесників, яка може як підтримувати, так і ускладнювати процес становлення позитивного образу;

- фізичний образ «Я» стає важливим компонентом загальної самосвідомості, впливаючи на рівень впевненості у собі та соціальну адаптацію.

Становлення цілісного фізичного образу «Я» є критичним етапом соціалізації підлітка, адже воно визначає не лише його ставлення до власного тіла, але й загальну структуру особистісної ідентичності, що розвивається у взаємодії з соціальним середовищем.

Дорослість у підлітковому віці не є одномірним явищем – вона охоплює моральну, інтелектуальну, емоційну, поведінкову та зовнішню сфери. Це свідчить про складність процесу становлення особистості, де різні аспекти дорослості можуть розвиватися нерівномірно, але разом формують цілісну картину переходу від дитинства до зрілості.

У 11–12 років у підлітка починає активно формуватися **інтерес до власного внутрішнього світу**, що є важливим етапом розвитку самосвідомості. Спочатку цей інтерес має елементарний характер – підліток прагне зрозуміти, який він є насправді, і водночас уявляє, яким хотів би бути. Це створює своєрідний «розрив» між реальним образом «Я» та ідеальним образом «Я», який стає джерелом внутрішньої мотивації та самовиховання.

Поступово відбувається ускладнення самопізнання: підліток починає аналізувати свої індивідуальні особливості, порівнювати їх із соціальними нормами та оцінками значимого оточення. Для нього важливо знати, наскільки значущими є його особистісні якості, чи відповідають вони очікуванням групи та чи можуть стати основою для самостійної ідентичності.

Цей процес має кілька ключових характеристик:

- Розвиток рефлексії – здатність осмислювати власні думки, почуття та поведінку.

- Формування образу «Я» – поєднання реального та ідеального уявлення про себе.
- Зростання значущості індивідуальних рис – усвідомлення власної унікальності та прагнення до її соціального визнання.

Потреба у самопізнанні в підлітковому віці реалізується насамперед через порівняння з однолітками, що дозволяє оцінити себе на рівні реальних можливостей. Саме середовище ровесників стає ключовою сферою соціальної поведінки підлітків, адже воно виконує низку важливих функцій:

- Засвоєння норм поведінки – підлітки вчаться дотримуватися правил групи, що формує їхню соціальну компетентність.
- Формування моралі – через взаємодію з ровесниками розвивається почуття справедливості, відповідальності та моральних орієнтацій.
- Розвиток цінностей – група стає джерелом нових інтересів, ідеалів та життєвих орієнтацій.
- Формування самосвідомості – підліток отримує досвід самооцінки, рефлексії та усвідомлення власної унікальності.
- Практика соціальної взаємодії – спілкування у групі є школою комунікативних навичок, уміння співпрацювати, вирішувати конфлікти.
- Соціально-моральна дорослість – саме у взаємодії з ровесниками підліток набуває досвіду відповідальності, самостійності та моральної зрілості.

Середовище однолітків виступає не лише простором дозвілля, а й важливим соціально-психологічним інститутом, що забезпечує розвиток самосвідомості, ідентичності та комунікативної компетентності підлітка.

У підлітковому віці формування системи особистісних цінностей має вирішальне значення для розвитку самосвідомості та соціальної поведінки. У цей період підліток поступово структурує власні уявлення про важливе й другорядне, створюючи ієрархію цінностей, яка стає внутрішнім орієнтиром його діяльності. Орієнтація на певні зразки, що походять від авторитетних

дорослих, ровесників або культурних моделей, значною мірою визначає зміст ціннісної системи. Саме ця система стає основою для самооцінки, адже підліток оцінює себе через призму відповідності власних якостей і дій обраним ціннісним орієнтирам.

Ієрархічна структура цінностей визначає характер соціальної поведінки: якщо провідними є моральні та гуманістичні орієнтири, то поведінка підлітка спрямована на відповідальність і співпрацю; якщо ж домінують матеріальні чи статусні цінності, то соціальна активність набуває іншого змісту. Таким чином, система цінностей у підлітковому віці стає не лише внутрішнім регулятором, але й показником рівня соціальної зрілості, адже вона визначає напрямок розвитку особистості, її здатність до самостійності та інтеграції у суспільство.

Цей процес можна розглядати як ключовий етап соціалізації, адже саме через формування ціннісної ієрархії підліток переходить від зовнішньої залежності у поведінці до внутрішньої автономії, що закладає основу для зрілої ідентичності та стабільної самосвідомості.

Аналіз літератури показав, що процес освоєння підлітком норм поведінки має поетапний характер і включає кілька взаємопов’язаних кроків. Спочатку відбувається знайомство з нормою та розуміння її змісту, що створює когнітивну основу для подальшого засвоєння. Далі підліток здійснює ототожнення своєї поведінки з цією нормою, намагаючись співвіднести власні дії з соціально прийнятими зразками. Наступним кроком є бажання засвоїти норму, яке формується під впливом значимого оточення та внутрішньої мотивації. Завершальним етапом виступає здатність реалізувати норму у конкретних ситуаціях соціальної взаємодії, що свідчить про інтеграцію її у систему поведінкових регуляторів.

Таким чином, освоєння норм поведінки у підлітковому віці є не лише процесом зовнішнього навчання, але й внутрішньої трансформації, яка

забезпечує розвиток самосвідомості, формування ціннісних орієнтацій та соціальної зрілості.

Основні психологічні особливості соціалізації підлітків пов’язані з активним формуванням та глибинними змінами у сфері їхньої самосвідомості. Це виражається у виникненні почуття дорослості та бажанні вважатися дорослим, що стає важливим чинником становлення ідентичності. У цей період підлітки прагнуть самостійності, відчувають потребу у самоствердженні та прояві власної індивідуальності, а також шукають визнання у значимих соціальних групах.

Формуються основні потреби, які визначають зміст соціальної поведінки: потреба у самопізнанні, що забезпечує розвиток рефлексії та усвідомлення власних якостей; потреба у спілкуванні з однолітками, яка стає ключовим механізмом засвоєння норм і цінностей; потреба у самоствердженні, що стимулює прагнення до досягнень і соціального визнання; потреба у самостійності, яка сприяє формуванню автономності та відповідальності; потреба у прояві індивідуальності, що забезпечує розвиток унікальних рис і здібностей; потреба бути прийнятим до референтної групи, яка визначає соціальну інтеграцію та рівень адаптації.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

2.1. Організація, процедура методи та методики дослідження

Дослідження проводилось на базі Уманської гімназії № 1 Уманської міської ради. У дослідженні взяли участь 18 здобувачів освіти підліткового віку.

Успішність процесу соціалізації підлітків на етапах адаптації та індивідуалізації можна оцінювати через специфічні психологічні параметри особистості. Для молодших підлітків більш характерною є адаптація до групових норм, що проявляється у прагненні відповідати очікуванням ровесників і значимого оточення. Для старших підлітків, навпаки, провідним стає прояв власної індивідуальності, яка ґрунтується на вже засвоєних соціальних нормах і цінностях.

З метою визначення особливостей соціалізації підлітків нами були використані наступні психодіагностичні методики: Методика «Діагностика емоційного інтелекту» (Н. Холл), Шкала самооцінки М. Розенберга, Методика «Агресивна поведінка» (Є.П. Ільїн та П.А Ковальов).

Доцільність дослідження особливостей соціалізації підлітків за допомогою зазначених психодіагностичних методик полягає у можливості комплексного аналізу ключових психологічних параметрів, що визначають успішність їхнього входження у соціальне середовище. Методика «Діагностика емоційного інтелекту» Н. Холла дозволяє оцінити рівень розвитку емоційної сфери, здатність підлітка усвідомлювати власні емоції та керувати ними, що є критично важливим для ефективної соціальної взаємодії та попередження конфліктів.

Шкала самооцінки М. Розенберга дає змогу визначити рівень загальної самооцінки, співвідношення між реальним ідеальним образом «Я», що

безпосередньо впливає на соціальну адаптацію, мотивацію діяльності та формування ідентичності. Вона допомагає виявити, наскільки підліток упевнений у собі та чи здатний до самостійного прийняття рішень.

Методика «Агресивна поведінка» Є.П. Ільїна та П.А. Ковальова дозволяє дослідити рівень агресивності, негативізму та підозрілості, які можуть ускладнювати процес соціалізації. Вона дає можливість оцінити ризики деструктивної поведінки та визначити потребу у корекційних заходах, спрямованих на розвиток самоконтролю й конструктивних форм взаємодії.

Таким чином, використання цих трьох методик забезпечує комплексний підхід до вивчення соціалізації підлітків, оскільки вони охоплюють емоційну сферу, самосвідомість та поведінкові прояви. Це дозволяє отримати цілісну картину психологічних особливостей підлітка, виявити чинники успішної адаптації та індивідуалізації, а також визначити напрями психологічної підтримки й розвитку.

У дослідженні за методикою «Діагностика емоційного інтелекту» Н. Холла було отримано такі результати. За шкалою «Емоційна обізнаність» високий рівень показали 28 % учнів, середній – 56 %, низький – 16 %. За шкалою «Керування своїми емоціями» високий рівень виявлено у 22 %, середній – у 50 %, низький – у 28 %. За шкалою «Самомотивація» високий рівень мають 33 %, середній – 44 %, низький – 23 %. За шкалою «Емпатія» високий рівень показали 39 %, середній – 44 %, низький – 17 %. За шкалою «Розпізнавання емоцій інших людей» високий рівень мають 28 %, середній – 50 %, низький – 22 %.

Інтеграційний рівень емоційного інтелекту виявився таким: високий рівень мають 27 % підлітків, середній – 55 %, низький – 18 %. Це свідчить про те, що більшість учнів перебувають на середньому рівні розвитку емоційного інтелекту, що забезпечує достатню здатність до саморегуляції, емпатії та соціальної взаємодії, але водночас потребує подальшого розвитку для формування більш стійких навичок у сфері емоційної компетентності.

Шкала самооцінки М. Розенберга

До впровадження психологічної програми оптимізації процесу соціалізації більшість учнів підліткового віку демонстрували середній рівень самооцінки. Так, 39 % перебували у діапазоні 23–34 бали, що свідчить про переважання самоповаги з епізодами самозвинувачення, 33 % мали низький рівень у межах 18–22 балів, що характеризувалося нестійкістю самооцінки та коливанням між самоповагою і самознищенням, а 28 % показали дуже низький рівень у межах 10–18 балів, що вказувало на дефіцит самоповаги та схильність до негативного самосприйняття.

Методика «Агресивна поведінка» (Є.П. Ільїн та П.А Ковальов)

До впровадження психологічної програми оптимізації процесу соціалізації більшість учнів підліткового віку демонстрували середній рівень агресивної поведінки. Так, за шкалою прямої вербальної агресії високий рівень показали 33 %, середній – 44 %, низький – 23 %. За шкалою непрямої вербальної агресії високий рівень мали 39 %, середній – 39 %, низький – 22 %. За шкалою прямої фізичної агресії високий рівень виявлено у 28 %, середній – у 44 %, низький – у 28 %. За шкалою непрямої фізичної агресії високий рівень показали 33 %, середній – 39 %, низький – 28 %. Інтегральний показник нестриманості свідчив про те, що 36 % учнів мали високий рівень нестриманості, 42 % – середній, а 22 % – низький. Це означало, що значна частина підлітків була схильна до імпульсивних проявів агресії у конфліктних ситуаціях.

2.2. Програма оптимізації процесу соціалізації підлітків

Психологічна програма оптимізації процесу соціалізації підлітків

Мета програми: Оптимізація процесу соціалізації підлітків шляхом розвитку емоційного інтелекту, формування адекватної самооцінки, зниження

проявів агресивної поведінки та розвитку конструктивних моделей соціальної взаємодії.

Цільова аудиторія

Підлітки віком 12–15 років.

Тривалість програми

10занять по 40 хвилин (1–2 рази на тиждень).

Форма роботи

Групова тренінгова робота

Теоретико-методологічна основа програми

Програма базується на:

- соціально-психологічному підході до соціалізації особистості;
- концепції емоційного інтелекту;
- когнітивно-поведінковому підході;
- гуманістичній психології;
- теорії соціального научіння.

Мета та завдання програми

Основні завдання

1. Розвинути навички емоційного усвідомлення та емоційної саморегуляції.
2. Сформувати позитивне самоставлення та адекватну самооцінку.
3. Знизити рівень вербальної, фізичної та непрямої агресії.
4. Розвинути навички конструктивного спілкування.
5. Сприяти формуванню емпатії та толерантності.
6. Навчити ефективним способам вирішення конфліктів.
7. Підвищити рівень соціальної адаптованості підлітків.

Очікувані результати

Після проходження програми очікується:

- підвищення показників емоційного інтелекту;
- підвищення рівня самооцінки;
- зниження показників агресивної поведінки;
- покращення міжособистісної взаємодії;
- підвищення рівня соціальної компетентності.

Структура програми

Модуль 1. Розвиток самопізнання та самооцінки

Заняття 1. Знайомство та формування безпечного простору

Мета: формування довіри та групової згуртованості.

Вправи:

- «Моє ім’я та моя сильна риса»
- «Правила групи»
- «Спільне та відмінне»
- Рефлексія «Мій настрій»

Заняття 2. Самооцінка та образ «Я»

Мета: розвиток позитивного самосприйняття.

Вправи:

- «Мої сильні сторони»
- «Дерево досягнень»
- «Комплімент по колу»
- Мінілекція про самооцінку

Домашнє завдання:

Щоденник успіху.

Модуль 2. Розвиток емоційного інтелекту

Заняття 3. Розпізнавання емоцій

Мета: навчити підлітків розуміти власні емоції та емоції інших.

Вправи:

- «Вгадай емоцію»
- «Емоційний термометр»
- «Маски емоцій»
- Аналіз ситуацій

Заняття 4. Управління емоціями

Мета: формування навичок емоційної саморегуляції.

Вправи:

- Дихальні техніки
- «Стоп-пауза»
- «Кермо емоцій»
- Рольові ситуації

Заняття 5. Емпатія та підтримка

Мета: розвиток здатності до співпереживання.

Вправи:

- «Постав себе на моє місце»
- «Активне слухання»
- «Емоційний міст»
- Робота в парах

Модуль 3. Конструктивна взаємодія та профілактика агресії

Заняття 6. Агресія та способи її вираження

Мета: усвідомлення причин агресивної поведінки.

Вправи:

- «Мій гнів»
- «Карта тригерів»
- Обговорення наслідків агресії

- Арт-техніка «Безпечний гнів»

Заняття 7. Контроль імпульсивності

Мета: розвиток самоконтролю.

Вправи:

- «Світлофор»
- Техніка «10 секунд»
- «Безпечне рішення»
- Моделювання конфліктних ситуацій

Заняття 8. Конструктивне спілкування

Мета: розвиток комунікативної компетентності.

Вправи:

- «Я-повідомлення»
- «Активне слухання»
- «Мирне вирішення конфлікту»
- Робота в мікрогрупах

Модуль 4. Соціальна адаптація та інтеграція

Заняття 9. Співпраця та командна взаємодія

Мета: розвиток навичок соціальної взаємодії.

Вправи:

- Командні завдання
- «Соціальний міст»
- «Спільна мета»
- Групова рефлексія

Заняття 10. Підбиття підсумків

Мета: усвідомлення особистісних змін.

Вправи:

- «Мої зміни»
- «Лист собі в майбутнє»
- Групове обговорення
- Ритуал завершення

Після впровадження психологічної програми оптимізації процесу соціалізації підлітків результати дослідження за методикою «Діагностика емоційного інтелекту» Н. Холла показали позитивні зміни у більшості учасників. За шкалою емоційної обізнаності високий рівень продемонстрували 44 % учнів, середній – 50 %, низький – лише 6 %. За шкалою керування своїми емоціями високий рівень мають 39 %, середній – 44 %, низький – 17 %. За шкалою самомотивації високий рівень виявлено у 50 %, середній – у 39 %, низький – у 11 %. За шкалою емпатії високий рівень показали 55 %, середній – 33 %, низький – 12 %. За шкалою розпізнавання емоцій інших людей високий рівень мають 44 %, середній – 39 %, низький – 17 %.

Інтеграційний рівень емоційного інтелекту після реалізації програми також зріс: високий рівень мають 45 % підлітків, середній – 44 %, низький – лише 11 %. Це свідчить про те, що психологічна програма сприяла розвитку емоційної компетентності, підвищенню здатності до саморегуляції, емпатії та конструктивної соціальної взаємодії. У більшості учнів спостерігається перехід від середнього до високого рівня емоційного інтелекту, що підтверджує ефективність програми у процесі оптимізації соціалізації підлітків.

Шкала самооцінки М. Розенберга

Після реалізації програми результати суттєво змінилися. Високий рівень самоповаги у межах 35–40 балів продемонстрували 33 % учнів, що свідчить про формування стабільної позитивної самооцінки та здатності робити висновки з власних помилок. Середній рівень у межах 23–34 балів показали

50 % підлітків, що підтверджує адекватність оцінки власних якостей і збереження самоповаги навіть у ситуаціях невдач. Лише 17 % залишилися у зоні низької самооцінки, проте їхні показники зросли порівняно з початковими результатами, що свідчить про позитивну динаміку.

Таким чином, впровадження програми сприяло зростанню рівня самоповаги більшості учнів, зменшенню кількості підлітків із низькою самооцінкою та формуванню більшої впевненості у власних силах. Це підтверджує ефективність програми у процесі оптимізації соціалізації та розвитку особистісної ідентичності підлітків.

Методика «Агресивна поведінка» (Є.П. Ільїн та П.А Ковальов)

Після реалізації програми результати відбулись позитивні. За шкалою прямої вербальної агресії високий рівень показали лише 17 %, середній – 50 %, низький – 33 %. За шкалою непрямої вербальної агресії високий рівень мали 22 %, середній – 50 %, низький – 28 %. За шкалою прямої фізичної агресії високий рівень виявлено у 17 %, середній – у 44 %, низький – у 39 %. За шкалою непрямої фізичної агресії високий рівень показали 22 %, середній – 44 %, низький – 34 %. Інтегральний показник нестриманості засвідчив, що лише 17 % учнів залишилися у зоні високої нестриманості, 50 % мають середній рівень, а 33 % – низький.

Кількість підлітків із високим рівнем агресивності та нестриманості суттєво зменшилася, натомість зросла частка учнів із низьким рівнем агресивної поведінки. Це свідчить про ефективність програми у формуванні навичок самоконтролю, зниженні імпульсивності та розвитку конструктивних способів соціальної взаємодії.

ВИСНОВКИ

На основі проведеного теоретичного аналізу соціалізацію можна визначити як складний і багатогранний процес взаємин людини із соціальним середовищем. Він реалізується шляхом входження особистості до різних соціальних груп і спільнот у процесі включення в конкретні види діяльності. Завдяки цьому людина через соціальне пізнання, ідентифікацію, научіння та виховання засвоює певний соціальний досвід – норми, цінності, традиції, моделі поведінки.

Основні психологічні особливості соціалізації підлітків пов’язані з активним формуванням та глибинними змінами у сфері їхньої самосвідомості. Це виражається у виникненні почуття дорослості та бажанні вважатися дорослим, що стає важливим чинником становлення ідентичності. У цей період підлітки прагнуть самостійності, відчувають потребу у самоствердженні та прояві власної індивідуальності, а також шукають визнання у значимих соціальних групах.

Формуються основні потреби, які визначають зміст соціальної поведінки: потреба у самопізнанні, що забезпечує розвиток рефлексії та усвідомлення власних якостей; потреба у спілкуванні з однолітками, яка стає ключовим механізмом засвоєння норм і цінностей; потреба у самоствердженні, що стимулює прагнення до досягнень і соціального визнання; потреба у самостійності, яка сприяє формуванню автономності та відповідальності; потреба у прояві індивідуальності, що забезпечує розвиток унікальних рис і здібностей; потреба бути прийнятим до референтної групи, яка визначає соціальну інтеграцію та рівень адаптації.

З метою оптимізації процесу соціалізації підлітків шляхом розвитку емоційного інтелекту, формування адекватної самооцінки, зниження проявів

агресивної поведінки та розвитку конструктивних моделей соціальної взаємодії нами була розроблена відповідна тренінгова програма.

Після впровадження психологічної програми оптимізації процесу соціалізації підлітків результати дослідження за методикою «Діагностика емоційного інтелекту» Н. Холла показали позитивні зміни у більшості учасників. За шкалою емоційної обізнаності високий рівень продемонстрували 44 % учнів, середній – 50 %, низький – лише 6 %. За шкалою керування своїми емоціями високий рівень мають 39 %, середній – 44 %, низький – 17 %. За шкалою самомотивації високий рівень виявлено у 50 %, середній – у 39 %, низький – у 11 %. За шкалою емпатії високий рівень показали 55 %, середній – 33 %, низький – 12 %. За шкалою розпізнавання емоцій інших людей високий рівень мають 44 %, середній – 39 %, низький – 17 %.

Інтеграційний рівень емоційного інтелекту після реалізації програми також зріс: високий рівень мають 45 % підлітків, середній – 44 %, низький – лише 11 %. Це свідчить про те, що психологічна програма сприяла розвитку емоційної компетентності, підвищенню здатності до саморегуляції, емпатії та конструктивної соціальної взаємодії. У більшості учнів спостерігається перехід від середнього до високого рівня емоційного інтелекту, що підтверджує ефективність програми у процесі оптимізації соціалізації підлітків.

Шкала самооцінки М. Розенберга

Після реалізації програми результати суттєво змінилися. Високий рівень самоповаги у межах 35–40 балів продемонстрували 33 % учнів, що свідчить про формування стабільної позитивної самооцінки та здатності робити висновки з власних помилок. Середній рівень у межах 23–34 балів показали 50 % підлітків, що підтверджує адекватність оцінки власних якостей і збереження самоповаги навіть у ситуаціях невдач. Лише 17 % залишилися у зоні низької самооцінки, проте їхні показники зросли порівняно з початковими результатами, що свідчить про позитивну динаміку.

Таким чином, впровадження програми сприяло зростанню рівня самоповаги більшості учнів, зменшенню кількості підлітків із низькою самооцінкою та формуванню більшої впевненості у власних силах. Це підтверджує ефективність програми у процесі оптимізації соціалізації та розвитку особистісної ідентичності підлітків.

Методика «Агресивна поведінка» (Є.П. Ільїн та П.А Ковальов)

Після реалізації програми результати відбулись позитивні. За шкалою прямої вербальної агресії високий рівень показали лише 17 %, середній – 50 %, низький – 33 %. За шкалою непрямої вербальної агресії високий рівень мали 22 %, середній – 50 %, низький – 28 %. За шкалою прямої фізичної агресії високий рівень виявлено у 17 %, середній – у 44 %, низький – у 39 %. За шкалою непрямої фізичної агресії високий рівень показали 22 %, середній – 44 %, низький – 34 %. Інтегральний показник нестриманості засвідчив, що лише 17 % учнів залишилися у зоні високої нестриманості, 50 % мають середній рівень, а 33 % – низький.

Кількість підлітків із високим рівнем агресивності та нестриманості суттєво зменшилася, натомість зросла частка учнів із низьким рівнем агресивної поведінки. Це свідчить про ефективність програми у формуванні навичок самоконтролю, зниженні імпульсивності та розвитку конструктивних способів соціальної взаємодії.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абдюкова Н.В. Психологічні особливості соціалізації сучасного підлітка: Автореф. дис. … канд. психол. наук: 19.00.05. Київський Державний університет ім. Т.Г. Шевченка. К., 2020. 16с.

2. Анциферова Л.І. Епігенетична концепція розвитку особистості. Принцип розвитку в психології. К.: Наука, 2023. С. 212–242.

3. Бандура А. Теорія соціального научіння: пер. з англ. К. : Євразія, 2020. 320 с.

4. Боришевський М.Й. Здатність до самосуб'єктної активності як критерій особистісного розвитку індивіда. *Сучасна психологія в ціннісному вимірі:* Матеріали Костюківських читань. К., 2014. т. 2. С.155–156.

5. Васильченко О. Соціальні очікування українського студентства. Соціально-психологічний вимір демократичних перетворень в Україні. К. : Український центр політичного менеджменту, 2013. С.284–295.

6. Волянюк Н. Феноменологія суб'єктної активності. *Соціальна психологія*. 2014. № 3. С.97–109.

7. Виготський Л.С. Педагогічна психологія. К.: Педагогіка, 2021. 480 с.

8. Гуменюк О. Психологія Я–концепції. Т.: *Економічна думка.* 2022.

9. Дьяконов Г.В. Психологія педагогічного спілкування: Теоретичні та прикладні проблеми. Кіровоград : Кіровоградский пед. ін-т ім. В.К.

Винниченко, 2022. 213 с.

10. Ілійчук В.І. Саморегуляція підлітків у подоланні конфлітної поведінки: Автореф. дисс. … канд. психол.наук: 19.00.05. Ун-т ім. М.П. Драгоманова К., 2016. 25 с.

11. Кон І.С. В пошуках себе: особистість та її самосвідомість. К.: Слово, 2014. 335 с.

12. Кон І.С. Категорія «Я» в психології. Психологічний журнал. 2021.Т. 2. №

3. С. 25–38.

13. Корнєв М.Н., Коваленко А.Б. Соціальна психологія: Підручник. К., 2015. 304 с.

14. Коростеліна К.В. Структура та динаміка системи соціальної ідентичності. Дис. … докт. психол. наук: 19.00.05. Сімферополь, 2013. 446с

15. Костюк Г.С. Навчально-виховний процес і психологічний розвиток особистості. К.: Наука, 2019. 188 с.

2020. Кривоконь Н.І. Роль професійної ідентифікації в процесі підготовки соціальних працівників. Проблеми загальної та педагогічної психології, Т.3. ч.1. С. 123-126.

16. Куєвда В.Т. Теоретичні засади соціалізації особистості. Соціалізація особистості: Міжкафедральний зб. наук. ст. / за ред. А.Й. Капської. К.: Національний пед. ун-т ім. М.П.Драгоманова, 2018. С. 21–36.

17. Кузикова С. Б. Корекція Я–концепції як умова подолання конфліктності у підлітків: Автореф. дис. … канд. психол. наук: 19.00.07. Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України. К., 2020. 20 с.

18. Кузикова С.Б. Основи вікової психокорекції: навч.-мет. Посіб. Сумський держ.пед.ін-т ім. А.С.Макаренко. Суми: ВВП «Мрія-1» ЛТД, 2016. Ч.1. 168 с.

19. Кузикова С.Б. Психологічна програма корекції та розвитку особистості в підлітковому віці: навч.-мет. посібник. Суми: Сумський гос. пед. ін-т ім. А.С.Макаренко, 2018. 79 с.

20. Леонтьєв А.Н. Діяльність. Свідомість. Особистість. К.: Слово, 2015. 304 с.

21. Лукашевич Н.П. Соціологія виховання: Курс лекцій. К.: МАУП, 2016. 180 с.

22. Майерс Д. Соціальна психологія: пер. з англ. К.: Диво,2016. 688 с.

23. Максимова Н.Ю. Формування адекватної самооцінки як умова профілактики порушень в поведінці учнів. В кн.: Психологічна профілактика недисциплінованої поведінки учнів. К.: Вища школа. 2019.

С. 163–201.

24. Мартенс Р. Соціальна психологія і спорт: пер. з англ. К. : Фізкультура і спорт, 2019. 176 с.

25. Мілютина К.Л. Проблема формування здатності особистості до адаптації у сучасній психології. Проблеми загальної та педагогічної психології: Зб. наук. пр./ за ред. С.Д.Максименко. К.: Ін-т психології ім. Г.С.Костюка

АПН України, 2020. Т.ІІ, ч.5. С.79–83.

26. Москаленко В.В. Культурно-діяльнісна концепція соціалізації особистості (методичний аспект). Наукові записки Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України. Актуальні проблеми сучасної української

психології. Вип. 19. К., 2019. С. 153–161.

27. Москаленко В.В. Соціалізація особистості. К.: Вища школа, 2016. 200 с.

28. Москаленко В.В., Романова В.Г. Ідентифікація як механізм статеворольової соціалізації. Актуальні проблеми психології: Зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України. Київ, 2021. Т.1., вип.1. С.59–65.

29. Москаленко В.В., Циба В.Т. Обґрунтування суб’єктності особистості: системний підхід. Наукові записки Інституту психології ім. Г.С.Костюка АПН України. Актуальні проблеми сучасної української психології. вип.

23. К.: Друк, 2023. С.263–270.

30. Напеенко О.К., Петров К.О. Психологія саморегуляції. К. : Здоров'я, 2015. 238 с.

31. Орбан-Лембрик Л.Е. Соціально-психологічні проблеми соціалізації особистості. Соціальна психологія : навч.мпосібник. Київ : Академвидав,

2023. С.89–127.

32. Петровський А.В. Особистість. Діяльність. Колектив. К.: Либідь, 2022.

255 с.

33. Пірен М.І., Чурай В.М. Вплив сімейно-родинної взаємодії на соціалізацію дітей. *Проблеми загальної та педагогічної психології* : Зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України. К., 2021. Т.ІІІ, ч. 3. С. 248 – 251.

34. Плющ О.М. Трансформація мотиваційної сфери кваліфікованих спортсменів в період професійного становлення: Дисс. … канд. психол. наук: 19.00.01. Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України. К., 2019. 165 с.

35. Поливанова К.Н. Психологічний зміст підліткового віку. *Питання психології*. 2016. № 2. С. 15–22.

36. Психологічні особливості самосвідомості підлітків / за ред. М.Й. Боришевського. К. : Вища школа, 2020. 168 с.

37. Реан А.А. Соціалізація особистості. Психологія особистості в працях вітчизняних психологів. Львів.: Вид-во «Наука», 2020. С. 360–364.

38. Романова В.Г. Особливості статеворольової соціалізації підлітків : Автореф. дис. … канд. психол. наук: 19.00.05. Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України. К., 2022. 19 с.

39. Романовський А.Г. Соціалізація особистості: Навч-методичний посібник. Х. : НТУХПІ, 2202. 52 с.

40. Рубінштейн С.Л. Основи загальної психології. Х.: Дивосвіт, 2019. 720 с.

41. Сакаль Л. Д. Ідентифікація спортсменів-підлітків як фактор оптимізації процесу управління їх поведінкою. Наукові праці МАУП. Соціальнопсихологічні проблеми вдосконалення управлінської діяльності. К.: МАУП, 2023. Вип. 6. С. 113–115.

42. Сакаль Л. Д. Обґрунтування критеріїв оцінки успішності соціалізації підлітків- спортсменів. Фізична культура, спорт та здоров’я нації

: зб. наук. праць за матеріалами IV міжнар. наук.-практ. конф. Київ – Вінниця : ДОВ «Вінниця», 2021. С. 144–148.

43. Сакаль Л.Д. Особливості ідентифікації підлітків-спортсменів 11–12 років та успішність їх соціалізації. Молода спортивна наука України : Зб. наук. статей з галузі фіз. культ. і спорту. Львів : ЛДІФК, 2021. Вип. 5, т. 1. С. 378–

383.

44. Сакаль Л.Д. Особливості ідентифікації спортсменів-підлітків та успішність їх соціалізації. Актуальні проблеми психології : Зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / за ред. С.Д. Максименка, Л.М. Карамушки. К. : Міленіум, 2023. Т. 1, ч. 10. С. 111–114.

45. Сакаль Л.Д. Проблема вивчення процесу соцуализації при підготовці психологів спорту. Актуальні проблеми професійної підготовки

практичних психологів: зб. наук. праць. К.: МАУП, 2020. С. 173–174.

46. Сакаль Л. Д., Петровська Т. В. Особливості та перспективи дослідження соціалізації в підлітковому віці. Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія. Прикарпатський університет ім. Василя Стефаника. – Івано-Франківськ, 2020. Вип. 5, ч. 1. С. 88–91.

47. Сабанадзе І.О. Соціально-психологічні фактори дезадаптивності та її корекція у підлітків: Автореф. дисс. … канд. психол.наук: 19.00.05. Нац. пед. ун-т ім. Драгоманова. К., 2017. 18 с.

48. Семеренський В.І. Теоретичні аспекти самореалізації активності особистості підлітка в процесі творчої діяльності. Педагогіка, психологія та медіко-біологічні проблеми фіз. виховання. Харків, 2019. № 10 .24–28.

49. Соціалізація особистості школяра / за ред. Л.Е. Орбан. Івано-Франківськ: Науково-методичний центр «Українська етнопедагогіка і народознавство», 2016. 66 с.

50. Тренінг комунікативних умінь: Методичні рекомендації / за ред. А.М.Гірника та І.Ю. Шпалерчука. Київ: Міністерство освіти України, Український інститут підвищення кваліфікації керівних кадрів освіти, Луцький міський відділ освіти, 2014. 34 с.

51. Фрейд З. Психологія безсвідомого: Зб. праць. К.: Просвіта, 2020. 447 с.

52. Циба В.Т. Соціологія особистості: системний підхід (соціальнопсихологічний аналіз): Навч. посіб. К.: МАУП, 2020. 152 с.

53. Шибутані Т. Соціальна психологія. К.: Прогрес, 2019. 256 с.

54. Ярцев Д.В. Особливості соціализації сучасного підлітка. Питання психології. 2019. № 6. С.54–58.

55. Bichler R. Psychology applied to teaching. – 5th ed. Boston: Houghton Mifflin Company, 2016. 718 p.

56. Fransoi S.L. Social psychology. Medison etc.: Brawn & Benchmark, 2016. 631 p.

57. Handbook of personality: theory and research / Pervin L.A. New York: The Guilford Press, 2020. 738 p.

ДОДАТКИ

Додаток А

Методика «Діагностика емоційного інтелекту» (Н. Холл)

Кожне твердження оцінюється за шкалою від 1 до 6. А саме: 1. Повністю не згоден; 2. Здебільшого не згоден; 3. Частково не згоден; 4. Частково згоден; 5. Здебільшого згоден; 6. Повністю згоден;

Перелік тверджень: 1. Як негативні, так і позитивні емоції служать для мене джерелом знання про те, як чинити в житті.

2. Негативні емоції допомагають мені зрозуміти, що я маю змінити в моєму житті.
3. Я спокійний, коли відчуваю тиск збоку.
4. Я здатний спостерігати зміну своїх почуттів.
5. Коли потрібно, я можу бути спокійним і зосередженим , щоб діяти відповідно до запитів життя.
6. Коли необхідно, я можу викликати у себе широкий спектр позитивних емоцій, такі як веселощі, радість, внутрішній підйом і гумор.
7. Я стежу за тим, як я почуваюся.
8. Після того як щось засмутило мене, я можу легко впоратись зі своїми почуттями.
9. Я здатний вислуховувати проблеми інших людей.
10. Я не зациклююсь на негативних емоціях.
11. Я чутливий до емоційних потреб інших.
12. Я можу діяти заспокійливо на інших людей.
13. Я можу змусити себе знову і знову долати перешкоди.
14. Я намагаюсь підходити творчо до життєвих проблем.
15. Я адекватно реагую на настрої, спонукання та бажання інших людей.
16. Я можу легко входити в стан спокою, готовності та зосередженості.

17. Коли дозволяє час, я звертаюсь до своїх негативних почуттів та розбираюся, у чому проблема.

18. Я здатний швидко заспокоїтись після несподіваного засмучення.

19. Розуміння моїх істинних почуттів є важливим для підтримки «хорошої форми».

20. Я добре розумію емоції інших людей, навіть якщо вони не виражені відкрито.

21. Я добре можу розпізнавати емоції за виразом обличчя.

22. Я можу легко відкинути негативні почуття, коли необхідно діяти.

23. Я добре розпізнаю знаки в спілкуванні, які вказують на те, чого інші потребують.

24. Люди вважають мене добрим знавцем переживань інших людей.

25. Люди, які усвідомлюють свої справжні почуття, краще керують своїм життям.

26. Я здатний покращити настрій інших людей.

27. Зі мною можна порадитися з питань відносин між людьми.

28. Я добре налаштовуюсь на емоції інших людей.

29. Я допомагаю іншим використовувати їх спонукання для досягнення особистих цілей.

30. Я можу легко відключитися від переживання неприємностей. Обробка й інтерпретація результатів.

Ключ

Шкала «Емоційна обізнаність» - пункти 1, 2, 4,17,19, 25.

Шкала «Керувати своїми емоціями» - пункти 3,7,8,10,18,30.

Шкала «Самомотивація» - пункти 5,6,13,14,16, 22.

Шкала «Емпатія» - пункти 9,11, 20, 21, 23, 28.

Шкала «Розпізнавання емоцій інших людей» - пункти 12,15, 24,26, 27,29.

Рівні парціального емоційного інтелекту відповідно до знаків результатів: 14 і більш - високий; 8-13 - середній; 7 і менш - низький.

Інтеграційний рівень емоційного інтелекту з урахуванням домінуючого знаку визначається наступними кількісними показниками: 70 і більш - високий; 40-69 середній; 39 і менше – низький.

Додаток Б

Шкала самооцінки М. Розенберга

1. Загалом я собою задоволений.

• Цілком згоден;

• Швидше згоден;

• Швидше не згоден;

• Цілком не згоден;

2. Часом мені здається, що я не зовсім добрий.

• Цілком згоден;

• Швидше згоден;

• Швидше не згоден;

• Цілком не згоден;

3. Я відчуваю, що маю ряд хороших якостей.

• Цілком згоден;

• Швидше згоден;

• Швидше не згоден;

• Цілком не згоден;

4. Багато речей я здатний робити не гірше більшості інших людей.

• Цілком згоден;

• Швидше згоден;

• Швидше не згоден;

• Цілком не згоден;

5. Мені здається, що мені нема чим пишатися.

• Цілком згоден;

• Швидше згоден;

• Швидше не згоден;

• Цілком не згоден;

6. Часом я справді відчуваю себе непотрібним.

• Цілком згоден;

• Швидше згоден;

• Швидше не згоден;

• Цілком не згоден;

7. Я відчуваю себе гідною людиною.

• Цілком згоден;

• Швидше згоден;

• Швидше не згоден;

• Цілком не згоден;

8. Я хотів би більше поважати себе.

• Цілком згоден;

• Швидше згоден;

• Швидше не згоден;

• Цілком не згоден;

9. Загалом, я схильний вважати себе невдахою.

• Цілком згоден;

• Швидше згоден;

• Швидше не згоден;

• Цілком не згоден;

10. Я ставлюся до себе позитивно.

• Цілком згоден;

• Швидше згоден;

• Швидше не згоден;

• Цілком не згоден;

Ключ і обробка результатів тесту.

За кожну відповідь нарахуєте собі бали відповідно до ключа.

прямі запитання: 1,3,4,6

зворотні питання – 2,5,7,8,9,10 – бали в них нараховуються навпаки: 4 = 1, 3 = 2, 2 = 3, 1 = 4. Рівень самоповаги дорівнює сумі балів.

Інтерпретація.

10 – 18 балів – вам не вистачає самоповаги, її дуже мало, ви схильні в усьому поганому звинувачувати себе, бачите тільки свої недоліки і акцентуєте увагу тільки на своїх слабких сторонах, ви потрапили в замкнене коло самознищення,

яке не дозволяє вам ставити цілі і досягати успіху. У кожній події ви шукайте підтвердження своєї нікчемності.

18 – 22 балів – ви балансуєте між самоповагою і самознищенням, успіхи піднімають вас до небувалих вершин і самоповага зашкалює, проте невдачі підживлюють низьку самооцінку і скидають вас в прірву, ваша думка про себе коливається то в одну, то в іншу сторону.

23 – 34 бали – самоповага у вас переважає, і ви можете адекватно оцінювати свої достоїнства і недоліки, можете погодитися з тим, що буваєте неправі, зберігаєте повагу до себе при невдачах, але схильні іноді займатися затягнутим «самобичуванням», що чогось не передбачили, не помітили, «соломку НЕ підстелили», в результаті, така поведінка не дозволяє змиритися з тим, що змінити неможливо і швидко зреагувати і відкоригувати там, де є можливість.

35 – 40 балів – ви поважаєте себе як людину, особистість, професіонала і робите все для того, щоб продовжувати поважати себе і далі: розвиваєтеся, вдосконалюєтеся в професії, духовному та інтелектуальному плані, в сфері відносин, вмієте робити уроки з помилок і важких ситуацій . Це норма, до якої варто прагнути.

Додаток В

Методика «Агресивна поведінка» (Є.П. Ільїн та П.А Ковальов)

Мета: визначення стриманості/нестриманості й типу агресивної поведінки.

Інструкція. На кожне твердження треба дати відповідь «так» (знак «+») або «ні»

(знак « -»).

1. Я не можу втриматися від грубих слів, якщо хтось не згоден зі мною.

2. Інколи я пліткую про людей, яких недолюблюю.

3. Я ніколи не дратуюся настільки, щоб кидатися предметами.

4.Я рідко даю здачу, якщо мене вдарять.

5.Інколи я в грубій формі вимагаю, щоб поважали мої права.

6.Від люті я часто проклинаю свого кривдника.

7.Я можу пригадати випадки, коли був такий злий, що -хапав речі, які потрапляли під руку, і трощив їх.

8.Якщо я розізлюся, то можу вдарити людину.

9.Якщо мене хтось дратує, я готовий сказати все, що про нього думаю.

10. Якщо виникає конфлікт у школі, найчастіше я «розряджаюся», розмовляючи з друзями та близькими.

11.Інколи я виражаю свій гнів тим, що стукаю по столу кулаком.

12.Якщо для захисту моїх прав потрібно застосовувати фізичну силу, я так і

роблю.

13.Коли на мене кричать, я кричу у відповідь.

14.Я часто розповідаю вдома про вади однокласників, які мене критикують.

15.Спересердя я можу штурнути все, що потрапить під ноги.

16.У дитинстві мені подобалося битися.

17.Я часто погрожую людям, хоч і не збираюся виконувати погроз.

18.Я часто обмірковую, що хочу сказати вчителеві, але так і не роблю цього.

19.Я вважаю, що непристойно стукати по столу, навіть якщо людина сердита.

20.Якщо хтось узяв мою річ і не повертає її, я можу застосувати силу.

21.Під час сварки я часто серджуся і кричу.

22.Я вважаю, що оцінювати людину поза очі неетично.

23. Не було такого, щоб я від злості щось розтрощив.

24.Я ніколи не застосовую фізичної сили для вирішення конфліктних питань.

25.Навіть якщо я злюся, грубі висловлювання не використовую.

26. Я не пліткую про людей, навіть якщо вони мені не дуже подобаються.

27.Я можу так розізлитися, що трощитиму все підряд.

28. Я не здатний ударити людину.

10. Я не вмію поставити людину на місце, навіть якщо вона цього заслуговує.

11. Інколи про себе я називаю поганими словами вчителя, якщо мені не подобаються його рішення.

12. Мені не подобаються люди, які виливають своє зло на дітей, роздаючи їм

стусани.

13. Люди, які постійно чіпають вас, заслуговують на те, щоб їх ударили.

14. Хоч який би я не був злий, я намагаюся не ображати інших.

34. Після неприємностей у школі я часто конфліктую вдома.

35. Коли я хвилююся, то грюкаю дверима.

36. Я ніколи не любив битися.

37. Я буваю грубий із людьми, які мені не подобаються.

38. Якщо у транспорті мені наступили на ногу, я сварюся.

39. Я зневажаю батьків, які бють своїх дітей.

40. Краще переконати людину, ніж принижувати її фізично.

Обробка та інтерпретація отриманих даних.

За кожен збіг з ключем нараховується 1 бал:

1. Пряма вербальна агресія: «+» — 1, 5, 9, 13, 17, 21, 37; «-» - 25, 29, 33.

2. Непряма вербальна агресія: «+» — 2, 6, 10, 14, 18, 30, 34, 38; «-» - 22, 26.

3. Пряма фізична агресія: «+» — 8, 12, 16, 20, 32; «-» — 4 24, 28, 36, 40.

4. Непряма фізична агресія: «+» — 7, 11, 15, 27, 35; «-» — 3, 19, 23, 31, 39.

Що більша загальна сума набраних балів, то вища схильність людини до агресії.

Низький рівень – 0-2 бали.

Середній рівень – 3-4 бали.

Високий рівень – 5-10 балів.

Сума балів за пряму і непряму фізичну агресію та пряму вербальну агресію 20 і більше балів дає підстави говорити про нестриманість, 10 і менше — про стриманість (витримку).

Методика дозволяє дослідити психологічні особливості за 4 шкалами:

схильність до прямої вербальної агресії; схильність до непрямої вербальної агресії; схильність до прямої фізичної агресії; схильність до непрямої фізичної агресії, а також за інтегральним показником – рівнем нестриманості.

Кожна субшкала складається з 10 пунктів і вимірює, в якому ступені у людини представлений той чи інший спосіб агресивної поведінки. Сума показників усіх чотирьох шкал демонструє величину загальної агресії. Крім того, сума показників вираженості прямої фізичної, непрямої фізичної та прямої вербальної агресії дозволяє отримати показник, що характеризує нестриманість особистості.