МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Київський національний лінгвістичний університет
Кафедра психології і туризму

КУРСОВА РОБОТА

з вікової психології
на тему: «Вікові особливості формування самосвідомості»

Студентки III курсу групи Пс 01-20
факультету туризму,бізнесу і психології
напряму підготовки «Психологія»
спеціальності «Психологія»
Зелінської Катерини Віталіївни

Науковий керівник: к. психол. н., доцент
Бабатіна С.І.
кафедра психології і туризму

Національна шкала _____
Кількість балів: _____ Оцінка ЄКТС _____

Члени комісії:

_____ _____
(підпис) (прізвище та ініціали)

_____ _____
(підпис) (прізвище та ініціали)

_____ _____
(підпис) (прізвище та ініціал

КИЇВ-2023

ЗМІСТ

ВСТУП.....3
РОЗДІЛ 1. СВІДОМІСТЬ І САМОСВІДОМІСТЬ В ОНТОГЕНЕТИЧНОМУ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ
1.1.Свідомість як вищий рівень розвитку психіки.....5
1.2.Самосвідомість та Я-концепція у структурі особистості.....6
1.3.Особливості розвитку самосвідомості в онтогенезі.....10
РОЗДІЛ 2. ДОСЛІДЖЕННЯ САМОУСВІДОМЛЕННЯ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ
2.1. Саморегуляція як ланка самосвідомості в юнацькому віці.....13
2.2. Аналіз результатів дослідження.....15
ВИСНОВКИ.....19
ЛІТЕРАТУРА.....20
ДОДАТКИ.....21
РЕЗЮМЕ.....31

ВСТУП

Актуальність дослідження. Проблематика питання вікових особливостей формування самосвідомості є актуальною в нашому суспільстві вже дуже довгий час. Основною складовою щодо становлення та формування здорової особистості залежить саме від реалізації та формування самосвідомості у підлітковий період життя.

Основою для формування проблематики питання вікових особливостей формування самосвідомості є розвиток самосвідомості, оскільки він є ключовою ланкою психічного розвитку людини. У дослідженні та вивченні цієї теми, брали участь багато дослідників та психологів, такі як З.Фрейд, К.Юнг, Е.Еріксон, Р.Бернс та інші. У ході дослідження та вивчення матеріалу, достатньо точно описується, що цей процес починається з самого народження і продовжується протягом життя. Його темп і спрямованість змінюється відповідно до вікових особливостей. Також ця тема стала достатньо актуальною в останні роки через великий інтерес суспільства та його стрімкий розвиток і новітніми технологіями. У сучасному світі, де люди стикаються зі зростаючою кількістю інформації та стрімкими змінами у соціальному та технологічному середовищі, розвиток самосвідомості є особливо важливим за для допомоги людині розуміти свої потреби, цінності та здібності, а також пристосовуватися до змін.

Об’єкт дослідження: самосвідомість юнацького віку

Предмет дослідження: структура самосвідомості підліткового віку

Мета дослідження: дослідження розвитку та формування самосвідомості юнацького віку в процесі дослідження своєї особистості

Гіпотеза: полягає в тому, що в процесі дорослішання, на основні формування самосвідомості та уявлення про самого себе “Я-концепція”, у юнацькому віці починає розвиватися такий компонент самосвідомості як саморегуляція. Процесам розвитку саморегуляції сприяють як зовнішні так і внутрішні чинники, взаємодія юнаків з дорослими та однолітками.

Для досягнення поставленої мети необхідним є виконання наступних завдань:

1. Здійснення теоретичного аналізу формування свідомості, самосвідомості та Я-концепції;
2. Визначення основних положень щодо формування самосвідомості та Я-концепції;
3. Визначення основних положення щодо формування саморегуляції юнацького віку, як окремої складової самосвідомості;
4. Діагностичне дослідження стилів саморегуляції поведінки в юнацькому віці
5. Обробка результатів емпіричного дослідження та складання висновку.

Зацікавленість цією темою є достатньо очікуваною подією, через велику кількість неосвідчених дорослих, та викладачів, які в процесі дорослішання не дають змогу юнакам розвиватися та формувати їх самосвідомість та саморегуляцію з тією швидкістю, яка є прийнятою для кожного окремо. Тобто для розуміння та усвідомлення юнаками власних сильних та слабких сторін. Це є основною проблематикою у вивченні питання самосвідомості та саморегуляції Поставлені завдання зумовили вибір методів дослідження: теоретичний аналіз наукових та літературних джерел, синтез, систематизація та поріняння теоретично - наукового матеріалу, узагальнення, спостереження та опитування.

Вибірка емпіричного дослідження становила 20 осіб (підлітки) віком від 15-18 років.

Курсова робота складається зі вступу, двох розділів, висновку, списку використаних джерел. Основний зміст роботи викладений на сторінках друкованого тексту. Робота містить 4 таблиці

РОЗДІЛ 1. СВІДОМІСТЬ І САМОСВІДОМІСТЬ В ОНТОГЕНЕТИЧНОМУ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

1.1.Свідомість як вищий рівень розвитку психіки.

У психології, поняття свідомості є достатньо широко та всебічно дослідженим. Свідомість розглядається як система, що має подвійну природу та три рівні відображення. Рівні відображення характеризуються тим, що у першому- відображається неорганічна природа (результат механічних, хімічних та фізичних процесів); у другому — відображається органічна природа (подразливість, чутливість та психіка); у третьому — відбувається діяльне відображення навколишнього світу суб'єктами, що мають свідомоість (соціальне відображення). Вважається, що з одного боку свідомість за своєю природою є результатом розвитку неструктурованих матерій (від елементарних до складних), а з іншого, що свідомість є результатом саме історичного процесу становлення й розвитку людини та суспільства. Тобто вона є активним відображенням дійсності та суб'єктивним образом об'єктивного світу.

Дослідженням цього питання займались такі вчені та філософи як Рене Декарт, Олексій Леонтьєв, Макс Вертгеймер, Карл Юнг, Вільгельм Вундт та інші, займалися дослідженням питання свідомості. Але однією з перших спроб трактування поняття свідомості належало французькому філософу Рене Декарту (1596-1650). Спираючись на його теорію, поняття свідомості являє собою ментальну субстанцію поєднуючись з тілом через мозок. [6] В.Вунд продовжив вивчати свідомість і на основі теорії Р.Декарта поділив свідомість на два великих класи: свідомість(мимовільну) та свідомість(керуючу). Він казав: *"... будь-яке психічне утворення складається з множини елементарних процесів, що зазвичай не розпочинаються та не закінчуються водночас, тобто зв'язок, що поєднує ці елементи у єдине ціле, завжди виходить за його межі, так що різні та водночас послідовні утворення у свою чергу поєднуються одне з одним, хоча і менш тісно. Ці поєднання психічних утворень ми називаємо свідомістю"* [1, с. 137]

Дослідження та вивчення поняття психіки та психічних процесів є основними

етапами у вивченні цього поняття. У процесі еволюції, розвиток психіки сформував певну базу, що стала основою психічної життєдіяльності людини і не тільки.

На даному етапі, вчені виділяють чотири основні рівні розвитку психіки: сенсорний, перцептивний,інтелектуальний та свідомість. Саме свідомість є вищою формою психіки, що притаманна тільки людині.

Свідомість — це вищий рівень психічного відображення об'єктивної реальності. Її структура є складною і включає в себе дві основні сфері: пізнавальну та мотиваційно-вольову та емоційну сферу. До пізнавальної сфери ми можемо віднести мислення, знання та пам'ять.

Мислення — психічний пізнавальний процес, що спрямований на встановлення зв'язків між явищами, предметами та їх властивостями.

Знання — це ідеальне відображення дійсності в свідомості людини.

Пам'ять — психічний пізнавальний процес, що спрямований на збереження, утримання та відновлення інформації.

Що до мотиваційно-вольової сфери, то сюди ми можемо віднести мотиви та потреби людини. Саме вони надають людині змогу концентрувати свою свідомість на певних об'єктах.

Емоційна сфера, має такі компоненти: емоції, почуття, самопочуття.

Емоції — відображення певного об'єкту у формі психічного переживання смислу явищ чи ситуацій.

Почуття — вищий рівень емоційного переживання, що має предметно-ціннісний характер.

Самопочуття — загальний показник нашого тілесного та духовного стану на певному етапі життя.

Говорячи про основні функції свідомості, потрібно зазначити, що всього їх

чотири:

- пізнавальна — отримання знань у вигляді предметних характеристик дійсності;
- Інформаційна — забезпечує інформацією про процеси дійсності та стани;
- Організаційно-вольова — зосереджує духовні та фізичні сили у напрям досягнення мети;
- контрольно-регуляторна — здійснює свідоме спостереження за діями людини;

1.2. Самосвідомість та Я-концепція у структурі особистості

В процесі розгляду структури людської психіки, окрім свідомості розрізняють також самосвідомість та Я-концепцію особистості.

У сучасній психології не має чіткого визначення поняття особистості. Проте її пов'язують з поняттям людини, індивіда та індивідуальності. Швейцарським психоаналітиком К.Юнгом було створено структуру особистості у сфері аналітичної психології, що визначала три основні частини:

- Его (свідоме) — містить свідомий розум(думки, почуття та спогади), виступає як центр особистості , що обумовлює її орієнтацію та адаптацію в просторі, і формується прижиттєво.
- Особисте несвідоме — верхній шар психіки, який формується з індивідуального досвіду людини, хоч і є несвідомим, але не вроджений. Цей шар містить забуті спогали, витіснені бажання, що були забуті або ж придушені через втрату свого свідомого характеру.
- Колективне несвідоме — є найбільшою психічною системою, що повністю відокремлена від особистого несвідомого в житті людини. Містяться всі "архетипи".

Основним змістом аналітичної психології було показати протилежність методу та суттєву його відмінність від методу З.Фрейда. Відмінність полягала у тому,

що К.Юнг вважав , що особистість наділена різними якостями і механізмами формування особистого та колективного, у той час як З.Фрейд говорив про те, що у особистому та колективному є протиставлення.

Так як свідоме (его) виступає центром особистості і формується прижиттєво, можна сказати, що саме на цьому етапі формується і самосвідомість особистості. Коли людина починає пізнавати світ, вона виступає не тільки як об'єкт відображення(той хто пізнає), але і як об'єкт відображення(того, кого пізнають).

Самосвідомість — це здатність людської психіки до усвідомлення себе, власних якостей та ознак. Якщо ж говорити простими словами, то це здатність людини усвідомлювати своє "Я". Як ми вже говорили, вона не є вродженою, а формується поступово протягом життя і є достатньо складним процесом. В процесі розвитку самосвідомості людина проходить три етапи:

- *Самосвідчуття* — присутнє у дітей першого року життя. Відбувається зародження самосвідомості і виявляється у спроможності малюка фіксувати відчуття, що надходять з власного організму та виражають потреби.
- *Самосприймання* — присутнє з раннього віку(приблизно трьох років), через спроможність дитини впізнавати себе у дзеркалі. Тобто впізнавати власний фізичний образ та називати себе "Я".
- *Саморозуміння* — присутнє ще в дошкільному дитинстві (близько чотирьох років). Характеризується наданням собі певних характеристик. У цей період діти вже можуть визначити свою стать, позначати себе як хорошу чи погану дитину в залежності від власних дій.

Структура самосвідомості є достатньо простою. Вона відзначається різноманітними формами вияву, що пов'язані з з усіма аспектами її психічної діяльності:

- Вольові — самодисципліна,самоконтроль, саморегуляція тощо;
- Емоційні — самозадоволення, самоповага, самосхвалення тощо;
- Пізнавальні — самокритичність, самооцінка, самоаналіз тощо;

Також виділяють два етапи розвитку самосвідомості: пасивний та активний етап.

Пасивний етап розвитку - це початковий етап. Самосвідомість починає поступово розвиватись в процесі розвитку особистості. Тобто це етап наслідування.

Активний етап- це другий етап. Він починається саме у підлітковому віці і це саме той момент, коли самосвідомість розвивається в процесі розвитку особистості і починає багато в чому його визначати.

В процесі подальшого дорослішання людина продовжує вивчати себе. В основі нашої самосвідомості лежить таке поняття як Я- концепція. Її можна назвати однією з важливих концепцій у дослідженні особистості. Достатньо багато є варіацій щодо трактування поняття "Я-концепції", тож давайте розглянемо низку психологів, що доклали зусиль до трактування цього поняття:

Першим хотілось би розглянути трактування Е.Еріксона, який можна сказати продовжив працю З.Фрейда за його роботами, щодо розвитку "Я-концепції". Роботи З.Фрейда були пов'язані з пов'язання розвитку особистості з соціокультурними контекстом. Е. Еріксон розглядав проблематику "Я-концепції" через призму его-ідентичності, тобто продукт що є частиною певної культури, який виник на біологічній основі. Характер визначається певними культурними особливостями і джерелом его-ідентичності було визначено як "культурно значуще досягнення ".

Р.Бернс розглядав "Я-концепцію" як сукупність певних якостей спрямованих на себе. Ним було виділено три основні складові "Я-концепції": уявлення індивіда про самого себе, афективна оцінка уявлення та конкретної дії. Також дуже важливим є те, що всі ці складові можуть проявлятись з різних ракурсів:

Реальне "Я" — установки, що пов'язані з тим, як індивід сприймає себе, який він є насправді;

Дзеркальне "Я" (соціальне) — установки, що пов'язані з ідентифікацією індивіда з бачення його іншими людьми;

Ідеальне "Я" - установки, що пов'язані з баченням індивіда себе з точки зору ідеальності, яким би він хотів бути.

Першим психологом, який почав вивчати та розробляти проблематику "Я-

концепції" став У.Джеймс. Ним було виділено дві основні сторони одного цілого, які завжди працюють узгоджено: Я (self) первинне утворення, що поєднує в собі Я-усвідомлююче (I) та Я-об'єкт (Me). Я-усвідомлююче виокремлює чистий досвід, а от Я-об'єкт виокремлює зміст нашого досвіду. Я-об'єкт охоплює значну частину всього, що індивід може назвати своїм. Аби підкріпити це, У.Джеймс виділив чотири складові: моральне Я; соціальне Я; фізичне Я.

"Я-концепція" — є динамічною системою уявлення, які людина має про себе. У склад концепції можна включити багато показників, таких як усвідомлення своєї особистості та фізичних та інтелектуальних характеристик, оцінку себе та особисте сприйняття того, які фактори впливають на формування особистості. У складі "Я-концепції" можна виділити три основні структурні елементи:

- Когнітивний - описує уявлення людини про себе;
- Емоційно-оцінний — відображає загальне ставлення до самого себе або відношення до певних аспектів своєї особистості, діяльності та поведінки ;
- Поведінковий — відображає прояви перших двох елементів у поведінці.

Основним принципом розвитку особистості з використанням "Я-концепції" є зіткнення двох видів"Я" : "ідеальне Я" та "реальне Я". Якщо ж у індивіда виникає конфлікт між цими двома факторами, то це може призводити до внутрішнього конфлікту та негативних емоцій, які суперечать функціям "Я-концепції". Дуже важливою функцією є забезпечення внутрішнього стану спокою, стійкості поведінки та внутрішнім погодженням особистості, так як без цього узгодження між "ідеальним Я" та "реальним Я "не можлива. Всі наші знання, весь наш життєвий досвід є підґрунтям для забезпечення формування "Я-концепції". З плином часу вона сама набуває активності і починає впливати на наш життєвий досвід та дії.

Центральним компонентом "Я-концепції" є самооцінка. Самооцінка- це оцінка індивіда своїх якостей, рівня успішності власної діяльності, оцінка своєї особистості іншими людьми виходячи з системи цінностей людини. Вона є суб'єктивним утворенням людської психіки і в той же час вона відображає норми

та оцінки, що панують у суспільстві та взаємовідносинах між особами. Процес її формування залежить від оцінок навколишнього середовища та людей, які оточують індивіда. Розглядаючи питання людської самооцінки, її прийнято характеризувати за рівнями усвідомлення: за рівнями: низька, середня та висока; за співвіднесення з реальними успіхами: адекватна та неадекватна(завищена або занижена в залежності від ситуації); за особливостями будови: конфліктна та безконфліктна.

Високу самооцінку психологи вважають найбільш підходящою для розвитку особистості, що має співвідношення з адекватними частковими самооцінками різних рівнів. Вона має здатність змінюватися під впливом набутого досвіду, критики, оцінки інших людей або ж набутої нової інформації. Якщо ж людина зі стійкою самооцінкою почне взаємодіяти з людиною, яка має ригідну самооцінку, то у індивіда почне формуватися так званий афект неадекватності.

Феномен афекту неадекватності спричинений неусвідомленням індивіда власної поразки. Це стійкий негативний стан, що виникає через неуспіх у певній діяльності і має прояв лише у тому випадку, якщо індивід хоче зберегти свою завищену самооцінку. Якщо порівняти дорослих та дітей у стані афекту неадекватності, то можна сказати, що діти починають ображатися, поводити себе агресивно. Вони стають недовірливим, підозрілими. Якщо ж дитина знаходиться у такому стані достатньо довго, це може призвести до формування певних рис характеру. У дорослому ж віці цей феномен є захисною реакцією, що забезпечує індивіду вихід з конфлікту ціною порушення адекватного ставлення до дійсності на певний проміжок часу. Але при цьому, у індивіда зберігається завищена самооцінка і не з'являється розуміння, що першочергово він має ставити під сумнів свої здібності і що причиною поразки є він сам.

Третім заключним компонентом образу "Я" є самоповага. Формула започаткована У.Джемсом, визначає самоповагу як співвідношення успіху та домагання. З метою збереження власної самоповаги, індивід може використовувати два способи: зниження рівню домагання або ж пасивний психологічний захист "Я-образу". Аби захистити "Я-образ" наш організм

застосовує так звану регулятивну систему. Тобто захисні механізми нашого організму вступають у дію тільки тоді, коли досягнення поставленої мети є неможливим. Вважається, що основними механізмами психологічного захисту є заперечення, витіснення, проекція, ідентифікація, проекція, раціоналізація, заміщення, включення та ізоляція.

Заперечення - механізм, що працює на витіснення інформації, що спричиняє тривожність і може призвести до конфлікту.

Витіснення - механізм який є найуніверсальнішим. Цим способом користується значна кількість людей. Він направлений на уникнення внутрішнього конфлікту завдяки вилученню зі свідомості несприятливого мотиву чи інформації.

Проекція - механізм, що є несвідомим проявом приписувань власних бажань, дій, почуттів або ж прагнень іншій людині.

Ідентифікація - є протилежним за значення проекції. Механізм несвідомого перенесення на себе почуттів, бажань, дій та переживань іншої особи.

Раціоналізація - механізм що забезпечує псевдо пояснення наших бажань, вчинків, насправді зумовлене причинами, визнання яких загрожувало б втратити самоповагу.

Включення- це механізм захисту, що є близьким до раціоналізації. Тобто йде переоцінка значущості чинника, що травмує.

Заміщення- механізм, що дає змогу людині переносити дії, спрямованої на недоступний об’єкт, на дії з доступним об’єктом.

Ізоляція- механізм, що відокремлює у свідомості людин чинники які її травмують. У психологічній літературі цей механізм пов’язаний з розділенням

особистості на два окремих “Я”. Перше, тобто справжнє “Я” не виконує дії до яких ставиться зі страхом,а двійник “Я” утілює все, що не властиве справжньому.

1.3.Особливості розвитку самосвідомості в онтогенезі

Процес розвитку та становлення людиною є достатньо довгим та складним. Термін, що описує психічний розвиток людини від самого запліднення

яйцеклітини і до останніх днів — онтогенез.

Психологи стверджують, що самосвідомість формується під час взаємодії з іншими людьми та покращується через особисту особисту практичну діяльність дитини в ролі суб'єкта творчості. Таким чином, розвиток самосвідомості залежить від спілкування та взаємодії з навколишнім середовищем та власних дій дитини. Також можна сказати, що у вчених погляди на становлення самосвідомості розбігаються. Різні моделі структури самосвідомості були запропоновані різними авторами і відрізняються своїм психологічним змістом та кількісним компонентом.

Наприклад А.Г.Спіркін вважає, що самосвідомість- це не лише пізнання себе, а й ставлення до себе [11, с. 114]. А С.Л.Рубінштейн стверджує, що самосвідомість — це не усвідомлення свідомості, а усвідомлення самого себе як істоти, яка усвідомлює світ і змінює його, як суб'єкта, діючої особи в процесі її діяльності — практичної і теоретичної [10, с.322]

Розвиток самосвідомості протягом онтогенезу відбувається послідовно на різних вікових етапах, що супроводжуються різними етапами психічного розвитку людини. Визначаючи основні онтогенетичні стадії у розвитку самосвідомості, психологи використовують кризові точки розвитку особистості: від народження до одного року, від 1 до 3 років, від 3 до 7-ми років, від 7 до 12 років, від 12 до 14 років, від 14 до 18 років. Ці критичні точки мають здібність зсуватися в залежності від індивідуальних особливостей. Тож давайте розглянемо більш детально особливості найбільш суттєві критичні точки для розвитку самосвідомості.

Б.Г.Анаьєв досліджуючи розвиток самосвідомості в онтогенезі виділив три основні критичні точки, стадії у формуванні самосвідомості дітей:

- перша стадія (початкова, від народження і до одного року) являє собою перехід від "уявлень" до предметних дій;
- Друга стадія (від 1 до 3 років) дитина відокремлює себе від своїх дій і самого процесу діяльності як діяча. На цьому етапі дитина починає усвідомлювати себе суб'єктом діяльності;

- третя стадія характеризується (від 3 до 7 років) переходом від усвідомлення своїх дій до усвідомлення власних якостей;

У період з 7 до 12 років процес розвитку самосвідомості розвивається достатньо повільно, без стрибків та криз. Відбувається накопичення психічних процесів перед однією з найкритичніших точок у період становлення самосвідомості — підліткової кризи. Період від 12 до 14 років має назву підлітковий вік і вважається другим критичним періодом після кризи трьох років у психічному розвитку дитини, і вважається дуже суттєвим для генезису самосвідомості. Основною причиною цього кризового періоду є виникнення новоутвореня у самосвідомості підлітка, що зазвичай передують соціальні умови його життя, які наштовхують його на роздуми щодо власного життя, становлення у суспільстві, розвитку та взаємодії з ровесниками. Також період підліткового віку супроводжується різноманітними біологічними процесами(статевим дозріванням, та нейро-гуморальними змінами),психічними змінами (розвиток більш складних форм абстрактно-логічного мислення, диференціація, розширення сфери вольової активності). Ці зміни дуже важливі для розуміння складних аспектів самосвідомості підлітка.

Отже розвиток самосвідомості в онтогенезі має декілька загальних рис, які характеризують розвиток всіх сфер самосвідомості. Серед них можна виділити опосередкований та безперервний процес розвитку, інтегративну тенденцію, поступове розгортання у часі, стадійність, послідовність стадій в засобах реалізації самосвідомості та її змісту. Але всі вони мають специфічні

вираження в онтогенетичних лініях самопізнання, емоційно-ціннісного ставлення до себе та саморегуляції.

РОЗДІЛ 2. ДОСЛІДЖЕННЯ САМОУСВІДОМЛЕННЯ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

2.1. Саморегуляція як ланка самосвідомості в юнацькому віці.

Як ми вже зрозуміли з минулого розділу, найскладнішим етапом у житті кожної особистості є період юності. У хронологічних рамках від ділиться на ранню юність (15-18 років) та юність (18-23 роки).

Ми ж будемо розглядати саме ранню юність так як цей період є більш важливим та значущим для становлення у майбутньому. В процесі розвитку у 15-18 років ключовим новоутворенням є становлення самосвідомості, стабільного образу "Я", відкриття власного внутрішнього світу, відокремлення себе від дорослих та становлення як окремої особистості. В процесі взаємодії у соціумі та набутті нового досвіду у особи починає розвиватися більш об'єктивна оцінка себе, своєї особистості. Також у цей період у юнака виробляється здатність до саморегуляції.

Поняття "саморегуляція" розкрив американський психолог А.Бандура у контексті своєї соціально-когнітивної теорії особистості. Він розглядав саморегуляцію як когнітивну характеристику людини, яка забезпечує здатність оцінювати і коригувати власну поведінку на основі внутрішніх індивідуальних стандартів [12]

Процес саморегуляції полягає у здатності індивіда контролювати власний психоемоційний стан, що досягається шляхом впливу на самого себе за допомогою таких засобів як: слова, уявні образи, управління м'язовим тонусом та диханням. У ході дослідження питання саморегуляції, вченими було виділено певну структурну модель процесу емоційної саморегуляції, у які відображено взаємозв'язок таких компонентів як:

- Мотиваційно — потребовий: визначає чи переважає у особистості бажання досягати успіху, чи уникає невдач.
- Ціннісно — емоційний: включає систему цінностей та домінуючі емоції особистості.
- Когнітивний: розглядає рефлексію та самоаналіз емоцій особистості.
- Регуляторно — поведінковий: пов'язаний з вольовими процесами та системою емоційних реагувань.
- Особистісний: пов'язаний з емоційними характеристиками людини, які

можуть перешкоджати емоційній саморегуляції.

Кожен з компонентів було детально досліджено і визначено, що основними мотивами до емоційної саморегуляції у юнацькому віці можуть виступати різні чинники. До них можна віднести усвідомлені потреби та інтереси людини, установки та ідеали, переконання та світогляд, почуття і думки. Наприклад мотиваційну сферу емоційної саморегуляції було досліджено Б.Зейгарник. Нею було виділено дві форми мотиваційно — потребового компоненту: саморегуляцію як вольову поведінку,що протікає в умовах мотиваційного конфлікту і саморегуляцію, спрямовану на гармонізацію мотиваційної сфери [10] Тож зі слів Б.Зейгарник можна зробити висновок, що мотиваційно — потребовий компонент відповідає за розподіл, баланс у юнаків потреб та мотивів, що забезпечують подальше прийняття рішень (свідомих або несвідомих). Як приклад, що підтверджує це можна розглянути банальну ситуацію для кожного. У процесі вибору майбутньої професії, для кожного юнака настає момент коли він починає стримувати свої потреби у розвагах та спілкуванні з однолітками для досягнення гарного результату у навчанні та професійному розвитку. У цей період юнак буде проживати такі емоції: нудьга, злість, сум, напруга та інтерес під час виконання цікавих, але складних завдань, задоволення від власних результатів та вибору.

Досліджуючи ціннісно — емоційного компоненту, було визначено, що ключову роль цього процесу відіграє емоційний фактор. Формування діяльності юнака досить суттєво визначає його мотиваційний фактор та характер пов’язаних з нею емоційних переживань, що можуть ускладнювати або ж полегшувати його виконання. Крім того, емоційний стан може також впливати і на визначення критеріїв успіху та вибору способу дії в рамках регуляції.

У когнітивному компоненті емоційної саморегуляції ключову роль відіграє рефлексія. Вона ж поєднує в собі операційно-смисловий та когнітивний рівні, що разом із вольовими процесами формує індивідуальний тип емоційної особистості. Дослідженням розвитку юнацької рефлексії займався Т.Сімакова. Нею було виділено три рівні розвитку юнацької рефлексії:

- Низький. Характеризується наявністю синкретичного образу “Я” та відсутністю рефлексії себе;
- Конфліктний. Полягає в поступовій диференціації уявлення про зовнішнє і внутрішнє “Я”;
- Конструктивний. Полягає в побудові динамічного “Я” на основі особистісної рефлексії як найважливішої умови для самоактуалізації в умовах непрогнозованого майбутнього. [11] Дослідженням було встановлено, що саме низький та конфліктний рівні є домінуючі у юнацькому віці, а також розвиток рефлексії не є можливим без впливу соціуму. Тож поняття рефлексія зазвичай трактують як механізм психіки, що дає змогу критично оцінювати власний досвід, здатність до аналізу ситуацій всебічно, а також аналізувати власні емоції на предмет їх адекватності та поміркованості.

Наступним компонентом є регуляторно — поведінковий компонент, що вважається основним критерієм зрілості. Тобто досягається здатністю поводити себе незалежно від зовнішніх чинників та обставин.

І останній компонент це особистісний компонент, що представлений емоційно-характерологічними характеристиками: емоційна компетентність, емоційна стійкість та зрілість.

Емоційна компетентність — це набір знань, вмінь та навичок, що дають змогу приймати юнакові адекватні рішення у певній ситуації, а також діяти на основі обробки емоційної інформації, що проходить як з зовнішнього, так і

внутрішнього середовища. Вона сприяє поліпшенню адекватних відносин юнака із зовнішнім світом, оточуваними, особистісним розвитком. Поєднуючи у собі три складові психіки: емоційну, регулятивну та інтелектуальну визначає зрілість юнака.

Емоційна стійкість — це комплекс різних емоційних рис, які спрямовані на досягнення конкретної мети. В процесі дослідженнь, було з’ясовано, що у юнаків, які є емоційно нестійкими притаманні такі особливості як: низька активність, низька працездатність; висока збудливість, дистимічність та

виражена особистісна тривожність, що свідчить про дисбаланс в структурних елементах особистості і суттєво впливає на успішність у навчальній діяльності.

Останньою і закличною характеристикою особистісного компонента є емоційна зрілість. Емоційна зрілість у сучасних психологічних працях трактується як набір навичок, що включає в себе вміння розпізнавати свої та емоції інших людей, приймати відповідальність за власні емоції, вміти їх регулювати та проявляти співчуття та розуміння взаємовпливу емоцій і почуттів під час взаємодії з іншими людьми. Досліджуючи емоційну зрілість, було визначено, що саме у юнацькому віці застосовуються техніки емоційної саморегуляції та усвідомлюють їх значення для саморегуляції, але через відсутність досвіду ще не достатньо гнучко та гармонійно ними володіють

Підсумовуючи все вище зазначене у цьому розділі, можна сказати, що ключовим фактором у юнацькому віці є можливість до самовизначення та самореалізації, що не є можливою без усвідомлення емоційної саморегуляції.

2.2. Аналіз результатів дослідження.

Для дослідження саморегуляції як ланки самосвідомості в юнацькому віці, мною була обрана методика “ССП_98. Стильові особливості саморегуляціїі поведінки” В.Моросанової. Ця методика може використовуватися як для одного, певного індивіда так і для групових опитувань.

Ця методика складається з 46 висловлювань, про особливості поведінки (Додаток А). Кожне з висловлювань має чотири можливі відповіді: “Правильно”, “Мабуть, вірно”, “Мабуть, невірно”, “Неправильно”. Випробуваному або випробуваним пропонується вибрати лише один варіант, який більшою мірою підходить йому, його діям у житті.

У даному дослідженні обробка результатів відбувається за допомогою ключів, де “Так” означає позитивні відповіді, а “Ні” — негативні. (Додаток Б). Так як ключами є шкали, всього їх виділено 6:

- Шкала “Планування” — характеризує індивідуальні особливості людини до усвідомленого планування діяльності. *Високі показники* вказують на

сформованість потреби в усвідомленому плануванні діяльності, плани є реалістичними та деталізованими. *Низькі показники* вказують на потребі в плануванні, поставлена мета буває рідко досягнена.

- Шкала “Моделювання” — дозволяє діагностувати індивідуальну розвиненість уявлення про зовнішні та внутрішні значущі умови. *Високий показник* вказує на здатність виділяти значущі умови досягнення цілей як у поточній точці так і в майбутньому. *Низький показник* вказує на слабку сформованість процесів моделювання, що призводить до неадекватної оцінки значимих внутрішніх умов і зовнішніх обставин.
- Шкала “Програмування” — діагностує індивідуальну розвиненість усвідомлюваного програмування людиною своїх дій. *Високі показники* вказують на сформованість у людини потреби продумувати способи своїх дій та поведінки для досягнення цілей. *Низькі показники* вказує на невміння і небажання людини продумувати послідовність своїх дій.
- Шкала “Оцінення результатів” — характеризує індивідуальну розвиненість і адекватність оцінки та результатів своєї діяльності і поведінки. *Високі показники* вказують на розвиненість та адекватність самооцінки досліджуваного, сформованість стійкості його суб’єктивних критеріїв оцінки результатів. *Низькі показники* вказують на не виокремлення власних помилок, особа є некритичною до своїх дій. Суб’єктивні критерії успішності є недостатньо стійкими, що призводить до різкого погіршення якостей результатів, виникнення зовнішніх труднощів.
- Шкала “Гнучкість” — визначає рівень сформованості регуляторної гнучкості, тобто здатності вносити корекції в систему саморегуляції при зміні зовнішніх та внутрішніх умов. *Високі показники* вказують на пластичність усіх регуляторних процесів. Гнучкість забезпечує адекватне реагування на швидкі зміни подій та успішне вирішення поставлених задач. *Низькі показники* вказують на невпевненість, складне пристосування до змін у житті, обставин і способу життя.

- Шкала “Самостійність” — характеризує розвиненість регуляторної автономності. Високі показники вказують на автономність в організації активності людини, її здатність самостійно планувати діяльність і поведінку, організовувати, контролювати, оцінювати та аналізувати проміжний результат, так і кінцевий результат у досягненні певної мети.

Після обробки даних, за кількістю балів ми можемо визначити рівень саморегуляції. Виділяють три рівні: низький, середній та високий, які регулюються в залежності кількості балів (Додаток Б).

Процедура дослідження саморегуляції у юнацькому віці проходить три етапи: підготовчий етап, етап діагностичної роботи та етап інтерпретації результатів.

На підготовчому етапі, мною було створено опитувальник в електронному форматі та надано всім респондентам інструкцію для проходження тестування. Всього, для опитування мною було обрано 20 респондентів з різних шкіл, різних вікових категорій юнацького віку (15-18).

На етапі діагностики, респонденти проходили тестування за опитувальником. Час був не обмежений. Після надання респондентами відповідей, визначається середнє значення за кожним показником та виокремлюється загальна картина рівня саморегуляції серед юнаків.

В процесі дослідження, було виявлено, що:

- за показником “Планування”, 12 респондентів мають середній рівень саморегуляції, 3 респонденти низький рівень саморегуляції і 3 респонденти мають високий рівень саморегуляції;
- за показником “Моделювання”, 8 респондентів має низький рівень саморегуляції, 3 респонденти мають високий рівень і 9 респондентів мають середній рівень саморегуляції;
- за показником “Програмування”, 6 респондентів мають низький рівень саморегуляції, 11 респондентів мають середній рівень, та лише 2 мають високий рівень саморегуляції;
- за показником “Оцінки результату”, 10 респондентів мають низький рівень, 9 респондентів мають середній та 1 має високий рівень саморегуляції;

- за показником “Гнучкість”, було виділено 3 респонденти з показником низького рівня, 13 респондентів з середнім та 4 з високим рівнем саморегуляції;
- за показником “Самостійність”, було виділено 3 респонденти з низьким рівнем, 10 респондентів з середнім рівнем саморегуляції і 7 респондентів з високою саморегуляцією.
- за показником “Загальний рівень саморегуляції”, було виділено 7 респондентів з низьким рівнем, 11 респондентів з середнім та 2 респонденти з високим рівнем.
Ці данні можна також представлені у вигляді гістограми (додаток Г)

Аналізуючи ці данні, можна зробити висновок, що у більшості переважають середній та низький рівень саморегуляції. Навіть якщо розглядати не кожного респондента окремо, а середнє значення для кожного показника, то можна все одно побачити, що переважає середній рівень саморегуляції. Саме із показників, для юнаків є важливим гнучкість, самостійність та загальний показник розвитку саморегуляці. Це можна побачити у таблиці (Додаток В)

ВИСНОВКИ

У результаті написання курсової роботи, було отримано такі результати:
Питання формування та розвитку самосвідомості є достатньо цікавою та популярною темою сьогодення. Особливо для батьків та підлітків (юнаків).
У процесі дослідження вікових особливостей формування самосвідомості, було визначено, що самосвідомість це достатньо складна структура нашої свідомості, що формується протягом нашого життя. Найбільш важливим віковим періодом у цьому процесі є юнацький вік, який у народі характеризують як перехідний. Дослідженням процесу формування самосвідомості займалися багато вчених, психологів, але основними та відомими роботами з приводу розвитку та

формування самосвідомості виділяють роботи К.Юнга , Р.Бернса, З.Фрейда та інших. Ними було визначено, що самосвідомість — це здатність усвідомлювати самого себе, своє “Я”, свої потреби, цінності, інтереси тощо. Вона є складною структурою, що керується в процесі людського уявлення про себе, а також впливає на подальші структурні розвитки особистості.

Поглиблюючись у дослідження питання вікових особливостей розвитку та формування самосвідомості, психологи визначили, що не менш важливим компонентом є саморегуляція. Поняття самосвідомості та саморегуляції є тісно пов’язані між собою і доповнюють один одного.

Періодом формування саморегуляції є юнацький вік, яки досліджувався багатьма психологами та вченими як Б.Зейгарник, А.Бандура, Т.Сімонова та інші.

Саме на цьому етапі юнаки вчаться контролювати свої емоції, поведінку та власні дії у різних ситуаціях. Це допомагає їм зберігати спокій, не допускати агресії та конфліктів і взагалі керувати власним життям більш ефективно. Розглядаючи глобально це питання,можна сказати, що на цьому етапі вони розвивають та навчаються таким навичкам як: усвідомлення внутрішніх процесів, контролювання власних реакції на зовнішні подразники та події. Дослідженням цих навичок займалася В.І.Морсанова, та створила універсальний опитувальник “Стиль саморегуляції поведінки”, який може допомогти юнакам дізнатися свої сильні та слабкі сторони в процесі розвитку саморегуляції та самосвідомості. В процесі проведення дослідження за опитувальником “ССП_98”, було зроблено висновок, що у сучасності, більшість юнаків серед опитуваних мають низькі та середні показники розвитку саморегуляції. Що вказує нам на проблему та моменти, на які ми маємо звернути уваги при спілкуванні та допомоги юнакам у становленні саморегуляції та самосвідомості. Тож аналізуючи все вище сказане, можна зробити висновок, що ця тема є достатньо цікавою та важливою для становлення та формування здорової особистості. І питання вікових особливостей розвитку, вивчення та дослідження цієї теми буде продовжуватися до поки у нашому суспільстві не стане нормою брати відповідальність за власний розвито.

Список Використаних Джерел

1. Швалб Ю. Свідомість як відношення людини до світу. Київ. 2004. №4

2.Омельченко М.С. Історичний огляд проблеми свідомості у психології. Одеса. Вип.2(44).Вісн. ОНУ ім. І.І. Мечникова.2017. Т. 22. С. 3

3. Атаманчук М.Н. Розвиток самосвідомості на ранніх етапах онтогенезу: зб.наук.праць. Полтава. 2007. С.154

4. Клибанівська Т.М. Теоретичні аспекти дослідження самосвідомості особистості. Вінниця. 2019. Вип.1 (51) С. 37-42

5. Бегеза Л.Є.Психологічні особливості свідомості та самосвідомості особистості. Київ. 2017. Вип.11 (16). С. 256-263

6. Демчук О.А. Я-концепція як продукт розвитку самосвідомості особистості. Молодий вчений. 2016. №12(39). С.240

7. Яворська-Вєтрова Ірина Вікторівна. Самоставлення у структурі самосвідомості особистості: аналіз теоретико — методичних засад. Київ.2017.

8. Павлюк М.М. Суб'єкт у контексті самостійності особистості. Київ. 2016. Т. 19.

Вип.14. С.109-119

9. Чайка Г.В. Я-концепція як структурно-динамічний аспект поняття “Я” в працях українських і зарубіжних дослідників: збірник. Київ: НАПН, 2017. Т.11. Випуск 14. С. 215-226

10. Періг. І.М., Дроздюк В.Д. Емоційна саморегуляція у підлітковому віці. Тернопіль: ТНТУ, 2017.

11. Омельченко М.С. Історичний огляд проблеми свідомості у психології. Вип. 2(44). Вісн. ОНУ ім. І.І. Мечникова. 2017. Т. 22.

12. Сергієнко Н.П., Сугак О.С., Психологічні особливості саморегуляції особистості. Харків: НУЦЗ, 2017. Вип.21

13. Паламарчук О.М., Короцінська Ю.А. Технології розвитку емоційної саморегуляції в осіб юнацького віку. Науковий вісник. Мукачево. 2020. Т.6 №1. С.175-181

14.Москалова А.С. Саморегуляція як чинник попередження професійних криз особистості:конспект лекцій. Національна Академія Педагогічних Наук України. 2019. С. 29-35

https://lib.iitta.gov.ua/718924/1/%D0%A1%D0%BF%D0%B5%D1%86%D0%BA%D1%83%D1%80%D1%812_%D0%9C%D0%BE%D1%81%D0%BA%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BE%D0%B2%D0%B0_%D0%95%D0%91%20%D0%9D%D0%90%D0%9F%D0%9D%20(1).pdf

15.Паламар С., Савченко Ю., Антипін Є. Саморегуляція особистості як умова формування лідерських якостей майбутнього педагога. Київ: ЗНП 2022

16. https://forms.gle/AacwB5K5XCb94iat5

17.Зінченко С.В. Роль “Я-концепції” в особистісному самовизначенні дорослих : збірник. Київ,Україна. 2015. С.131-135

18. Пушкар В.А. “Я”- образи у структурі “Я”- концепції особистості — співвідношення понять у психології. http://erpub.chnpu.edu.ua/

19. Коломієць Л.І., Шульга Г.Б. Особливості стратегій емоційної саморегуляції осіб юнацького віку. Випуск 18. Т.2. 2020

20. Короцінська Ю.А. До проблеми дослідження емоційної саморегуляції в

юнацькому віці. Вінниця:ВПУ, випуск 48. Т.7.

ДОДАТОК А (Опитувальник стильові особливості саморегуляції)

№	Твердження
1	Свої плани на майбутнє люблю розробляти в найменших деталях
2	Люблю всякі пригоди, можу йти на ризик
3	Намагаюся завжди приходити вчасно, але тим не менш часто запізнююся.
4	Дотримуюся девізу: «Выслушай совет, но сделай по-своему».
5	5 Часто покладаюся на свої здібності орієнтуватися по ходу справи і не прагну заздалегідь уявити послідовність своїх дій.
6	Оточуючі відзначають, що я недостатньо критичний до себе і своїх дій, але сам я це не завжди помічаю.
7	Напередодні контрольних або іспитів у мене зазвичай з'являлося відчуття, що мені не вистачило 1-2 днів для підготовки.
8	Щоб відчувати себе впевнено, необхідно знати, що чекає на тебе завтра.
9	Мені важко себе змусити щось переробляти, навіть якщо якість зробленого мене не влаштовує
10	Не завжди помічаю свої помилки, частіше це роблять оточуючі мене люди.
11	Перехід на нову систему роботи не завдає мені особливих незручностей.

12	Мені важко відмовитися від прийнятого рішення навіть під впливом близьких мені людей
13	Я не відношу себе до людей, життєвим принципом яких є «Сім разів відміряй, один раз відріж».
14	Ненавиджу, коли мене опікують і за мене щось вирішують.
15	Не люблю багато роздумувати про своє майбутнє
16	У новому одязі часто відчуваю себе ніяково.
17	Завжди заздалегідь планую свої витрати, не люблю робити незапланованих покупок.
18	Уникаю ризику, погано справляюся з несподіваними ситуаціями.
19	Моє ставлення до майбутнього часто змінюється: то будую «райдужні» плани, то майбутнє здається мені «похмурим».
20	Завжди намагаюся продумати способи досягнення мети, перш ніж почну діяти
21	Віддаю перевагу зберігати незалежність навіть від близьких мені людей.
22	Мої плани на майбутнє зазвичай реалістичні, і я не люблю їх змінювати.
23	У перші дні відпустки (канікул) при зміні способу життя завжди з'являється почуття дискомфорту.
24	При великому обсязі роботи неминуче страждає якість результатів.
25	Люблю зміни в житті, зміну обстановки і способу життя.
26	Не завжди вчасно помічаю зміни обставин і через це терплю невдачі.
27	Буває, що наполягаю на своєму, навіть коли не впевнений у своїй правоті.
28	Люблю дотримуватися заздалегідь наміченого на день плану.
29	Перш ніж з'ясовувати стосунки, намагаюся уявити собі різні способи подолання конфлікту.
30	У разі невдачі завжди шукаю, що ж було зроблено неправильно.
31	Не люблю посвячувати кого-небудь в свої плани, рідко дотримуюся чужих порад.
32	Вважаю розумним принцип: спочатку треба вплутатися в бій, а потім шукати кошти для перемоги
33	Люблю помріяти про майбутнє, але це скоріше фантазії, ніж реальність. 34 Намагаюся завжди враховувати думку товаришів про себе та свою роботу
34	Намагаюся завжди враховувати думку товаришів про себе та свою роботу.
35	Якщо я зайнятий чимось важливим для себе, то можу працювати в будь-якій обстановці.
36	В очікуванні важливих подій прагну заздалегідь уявити послідовність своїх

	дій при тому чи іншому розвитку ситуації.
37	Перш ніж взятися за справу, мені необхідно зібрати докладну інформацію про умови його виконання і супутніх обставин.
38	Рідко відступаю від розпочатої справи.
39	Часто допускаю недбале ставлення до своїх зобов'язань в разі втоми і поганого самопочуття.
40	Якщо я вважаю, що правий, то мене мало хвилює думка оточуючих про мої дії.
41	Про мене кажуть, що я «розкидаюся», не вмію відокремити головне від другорядного
42	Чи не вмію і не люблю заздалегідь планувати свій бюджет.
43	Якщо в роботі не вдалося домогтися певної якості, яка б мене влаштовувала, прагну переробити, навіть якщо оточуючим це не важливо.
44	Після вирішення конфліктної ситуації часто подумки до неї повертаюся, перевіряю вжиті заходи і результати.
45	Невимушено відчуваю себе в незнайомій компанії, нові люди мені зазвичай цікаві
46	Зазвичай різко реагую на заперечення, намагаюся думати і робити все посвоєму.

ДОДАТОК Б

Ключ до шкал

Регуляторні шкали	Кількість балів	
	Вірно; мабуть, вірно	Не вірно; мабуть, не вірно
Планування	1,8,17,22,28,31,36	15,42
Моделювання	11,37	2,7,19,23,26,33,41
Програмування	12,20,25,29,38,43	5,9,32
Оцінювання результатів	30,44	6,10,13,16,24,34,39
Гнучкість	2,11,25,35,36,45	16,18,43
Самостійність	4,12,14,21,27,31,40,46	34
Загальний рівень саморегуляції	1,2,4,8,11,12,14,17,20,21,22,25 ,27.28,29,30,31,35.36,37,38,40, 43,44,45,46	3,5,6,7,9,10,13,15,16,18,19,23, 24,26,32,33,34,39,41,42

Кількість балів

Регуляторні шкали	Кількість балів		
	Низький	Середній	Високий

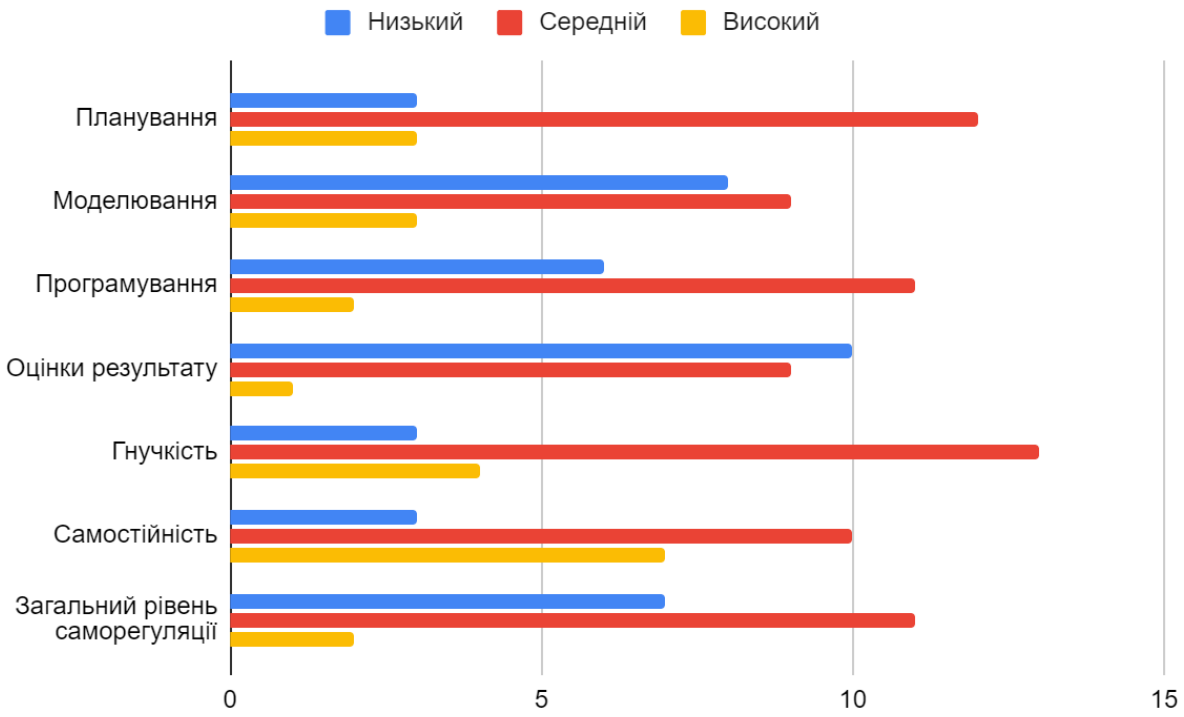
	рівень	рівень	рівень
Планування	<3	4-6	>7
Моделювання	<3	4-6	>7
Програмування	<4	5-7	>8
Оцінювання результатів	<3	4-6	>7
Гнучкість	<4	5-7	>8
Самостійність	<3	4-6	>7
Загальний рівень Саморегуляції	<23	24-32	33

ДОДАТОК В

Ім’я	Планування	Моделювання	Програмування	Оцін.результату	Гнучкість	самостійність	Загальний результат
Маша	2	3	5	2	8	7	24
Аня	6	9	8	7	5	6	36
Маша	4	3	4	4	5	6	16
Настя	8	3	7	2	6	8	27
Міша	5	3	5	3	5	4	24
Саша	6	8	7	5	5	7	33
Богдан	4	4	5	6	7	4	24
Андрій	6	2	3	2	4	6	20
Катя	6	4	8	6	6	7	32
Даня	8	3	5	4	4	5	25
Лера	7	4	6	3	5	6	26
Юра	5	2	1	6	5	5	21
Віталік	5	3	4	5	2	3	18
Ліда	6	5	6	6	7	5	28
Олег	3	4	6	1	8	3	23

Лера	3	5	6	5	6	4	22
Ілля	4	4	6	2	5	7	24
Діана	4	4	4	2	5	7	22
Діма	7	5	3	3	7	3	24
Даша	7	4	5	3	7	7	30
Середнє значення	5,3	4,1	5,2	3,85	5,6	5,5	24,95

ДОДАТОК Г



РЕЗЮМЕ

Вікові особливості формування самосвідомості

Зелінською К.В.

Київський національний лінгвістичний університет

Ключові слова : психіка, психічні процеси, свідомість, самосвідомість, Я-концепція, самооцінка, саморегуляція, онтогенез.

У ході написання роботи, було вивчені різні підходи до розуміння понять свідомість, самосвідомість та вікових особливостей формування самосвідомості. Також, детально було розглянуто процеси становлення самосвідомості саме у дітей юнацького віку, різних вікових категорій та різних учбових закладів. Описані кризові точки у період юнацького віку.

Для дослідження було використано методику “Стильові особливості саморегуляції ” В.Морсанової. У ході дослідження було виявлено проблемні точки розвитку стильових особливостей саморегуляції юнацького віку.

SUMMARY

Age peculiarities of the formation of self-awareness

Zelinska K.V.

Kyiv National Linguistic University

Key words: psyche, mental processes, consciousness, self-awareness, self-concept, self-esteem, self- regulation, ontogenesis.

In the course of writing the paper, various approaches to understanding the concepts of consciousness, self-awareness formation were studied. Also, the processes of formation of self-awareness in adolescents, different age groups and different educational institutions were considered in detail. The crisis points in the period of adolescence are described.

The methodology "Style features of self-regulation" by V. Morsanova was used for the study. In the course of the study, the problematic points of development of the style features of self-regulation of adolescence were identified.