МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГИКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему: ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА КРИЗУ ІДЕНТИЧНОСТІ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Виконала: студент ІІ курсу, групи гр. 8.0533-з-2
спеціальності: 053 Психологія
освітньої програми: Психологія
Костенко Світлана Сергіївна
Науковий керівник: Малина О.Г., к.психол.н., доцент кафедри психології
Рецензент: Залановська Л.І., к. психол. н., доцент кафедри психології

Запоріжжя

2024

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології
Кафедра психології
Рівень вищої освіти бакалаврський
Спеціальність 053 Психологія
Освітня програма Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри _____

к.психол.н., доцент. Н.О. Губа

«____»_____2024 р.

З А В Д А Н Н Я

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ

_____Костенко Світлані Сергіївні_____

Тема роботи Вплив соціальних мереж на кризу ідентичності в підлітковому віці

керівник роботи Малина О.Г., к.психол.н., доцент кафедри психології

затверджені наказом ЗНУ від «24» 09 2024 року № 1446-с

2. Строк подання студентом роботи _____

3. Вихідні дані до роботи аналіз психолого-педагогічної літератури.

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки: визначити зміст терміну «ідентичність» та проаналізувати еволюцію терміну «ідентичність» в науковій літературі; розглянути особливості підліткового віку; дослідити соціальні мережі та їх типи; дослідити вплив соціальних мереж на кризу ідентичності в підлітковому віці; виявити напрями подолання кризи ідентичності у підлітковому віці

5. Перелік графічного матеріалу: 7 таблиць, 4 рисунків.

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання видав	Завдання прийняв
Вступ	Малина О.Г., доцент		
Розділ 1	Малина О.Г., доцент		
Розділ 2	Малина О.Г., доцент		
Розділ 3	Малина О.Г., доцент		
Висновки	Малина О.Г., доцент		

7. Дата видачі завдання _____

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1.	Збір та систематизація матеріалу	Січень 2024 р.	Виконано
2.	Робота над вступом	Лютий 2024 р.	Виконано
3.	Робота над першим розділом	Березень-Квітень 2024 р.	Виконано
4.	Робота над другим розділом	Травень-Вересень 2024 р.	Виконано
5.	Написання висновків	Жовтень 2024 р.	Виконано
6.	Передзахист	Листопад 2024 р.	Виконано
7.	Нормоконтроль	Листопад 2024	Виконано

Студент: _____С.С. Костенко

Керівник роботи: _____О.Г. Малина

Нормоконтроль пройдено

Нормоконтролер _____ А.О. Неманежина

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: 74 сторінки, 7 таблиць, 4 рисунка, 44 джерела, 1 додаток.

Об’єкт дослідження: особливості ідентичності у підлітковому віці.

Предмет дослідження: вплив соціальних мереж на кризу ідентичності підлітків.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та практично вивчити вплив соціальних мереж на кризу ідентичності підлітків.

Гіпотеза дослідження: активне використання соціальних мереж впливає на кризу ідентичності в підлітковому віці.

Методи дослідження. У роботі застосовувались теоретичні методи (теоретико-порівняльний аналіз психолого-педагогічної літератури з досліджуваної проблеми) та емпіричні (психологічне тестування: анкета щодо впливу соціальних мереж на особистість підлітка та методика «Хто Я», М. Куна-Т. Макпартленд).

Наукова новизна одержаних результатів полягає у теоретичному аналізі концепту «ідентичність» та особливостей кризи ідентичності в підлітковому віці.

Практичне значення роботи. Матеріали дослідження можуть бути використані в практичній діяльності психолога у процесі роботи з підлітками та корекції особистісного розвитку підлітків.

ІДЕНТИЧНІСТЬ, КРИЗА ІДЕНТИЧНОСТІ, СОЦІАЛЬНІ МЕРЕЖІ, ПІДЛІТКОВИЙ ВІК, ПІДЛІТОК, Я-КОНЦЕПЦІЯ, Я-ОБРАЗ, ПСИХОСОЦІАЛЬНИЙ РОЗВИТОК.

SUMMARY

Kostenko S.S. The influence of social networks on identity crisis in adolescents.

Master's thesis: 74 pages, 4 figures, 7 tables, 44 sources.

The issue of identity crisis phenomena in adolescence is becoming one of the most important topics in the scientific field of «Identity Psychology». This issue is of particular importance in our time, when the mass media are defined as an important information and communication resource and a powerful factor influencing the individual.

As online interactions become increasingly dominant in teenagers' lives, they have a significant impact on the development of teenagers' personalities.

Identity, in the broadest sense, is a multifaceted structure that encompasses a diverse range of personal qualities, shaped by the broad interaction of biological, psychological, social and cultural determinants. In the context of our work, attention is focused on the psychological content of the concept of «identity» of a person, in particular, of adolescence, which competes with such concepts as «self-concept», «self-image», «self-awareness».

The purpose of the study: to identify the content and directions of the influence of social networks on the identity crisis of adolescents.

The research tasks:

1. To analyze the current state of development of the researched problem.

2. To analyze the definition and evolution of the term «identity».

3. To determine the features of the identity crisis in adolescence.

4. Define virtual identity as a phenomenon of the digital world.

5. Experimentally check the content on the directions of influence of social networks on the formation of the identity of teenagers.

Object of study. Identity crisis in adolescence.

Subject of study. The influence of social networks on the formation of the identity of teenagers.

The part 1 «The concept of identity and its crisis in adolescent age» represents definition and evolution of the term «identity». The chapter presents the psychological features of adolescence and features of the identity crisis in adolescence are also presented.

The part 2 «The influence of social networks on the formation of identity and overcoming problems of confusion among adolescents» dedicated to social networks as a phenomenon of modern society. It is presented virtual identity as a phenomenon of the digital world. Information is provided on ways to overcome the identity crisis in adolescence.

The part 3 «Empirical study of identity indicators in adolescent age» dedicated to research on the impact of social networks on identity crisis in adolescence. It is provided of the sample and research methods. An analysis of the research results is presented.

Practical meaning of work. Research materials can be used in the practical work of a psychologist in the process of working with adolescents and correcting the personal development of adolescents.

IDENTITY, IDENTITY CRISIS, SOCIAL NETWORKS, ADOLESCENT AGE, ADOLESCENT, SELF-CONCEPT, SELF-IMAGE, PSYCHOSOCIAL DEVELOPMENT.

ЗМІСТ

ВСТУП……. 8
РОЗДІЛ 1. ПОНЯТТЯ ІДЕНТИЧНОСТІ ТА ЇЇ КРИЗА У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ……. 11
1.1. Визначення та еволюція терміну «ідентичність»……... 11
1.2. Психологічні особливості підліткового віку……... 19
1.3. Ідентичність у підлітковому віці та її криза……. 26
РОЗДІЛ 2. ВПЛИВ СОЦИАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ФОРМУВАННЯ ІДЕНТИЧНОСТІ ПІДЛІТКІВ…… 34
2.1. Віртуальна ідентичність як феномен цифрового світу……. 34
2.2. Соціальні мережі як феномен сучасного суспільства…… 38
2.3. Напрями подолання кризи ідентичності у підлітковому віці……. 43
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПОКАЗНИКІВ ІДЕНТИЧНОСТІ У ПІДЛІТКОВОМ ВІЦІ …… 49
3.1. Загальний опис дослідження……. 49
3.2. Аналіз результатів дослідження…… 59
ВИСНОВКИ…… 68
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ…….. 70
ДОДАТКИ…… 75

ВСТУП

Проблематика кризових явищ ідентичності у підлітковому віці стає однією з найважливіших тем наукового напряму «Психологія ідентичності», ключові праці якого у середині 20 століття заклали основи для системного вивчення феномену ідентичності, починаючи з праці Еріка Еріксона «Дитинство і суспільство» [39]. Особливого значення це питання набуває в наш час, коли засоби масової комунікації визначаються як важливий інформаційно-комунікаційний ресурс і потужний чинник впливу на особистість.

Традиційні ЗМІ поступово витісняються новими електронними, що спричиняє зміни у способах отримання інформації та її якості, впливає на ставлення до подій і процесів, що відбуваються в суспільстві. Нові медіа мають певний формат подачі інформації, що, з одного боку, сприяє альтернативності та швидкості її надходження, з іншого – створює низку проблем у її сприйнятті та аналізі.

Оскільки онлайн-взаємодії стають все більш домінуючими в житті підлітків, вони мають значний вплив на розвиток особистості підлітків.

Натепер дослідники визначають безліч типів ідентичності, включаючи особистісну, рольову, особисту, професійну, сексуальну, свідому, несвідому, гендерну та соціальну ідентичність А. Ватерман, Дж.Марсіа, М. Кулі, Дж. Мід, О. Ічанська, О. Краєва, О. Сторожук, Х. Турецька.

Ідентичність, у найширшому розумінні, являє собою багатогранну структуру, що охоплює різноманітний діапазон особистих якостей, сформованих широкою взаємодією біологічних, психологічних, соціальних і культурних детермінант. У контексті нашої роботи увага зосереджується до психологічного змісту концепту «ідентичність» особи, зокрема, підліткового віку, що конкурує з такими поняттями, як «Я-концепція», образ «Я», самосвідомість.

Численні теоретичні та емпіричні дослідження ідентичності минулого століття навіть не передбачали глобального розповсюдження соціальних мереж. За останні десять років кількість користувачів соціальних мереж перевищила 5 мільярдів користувачів. У середньому кожна людина проводить у соціальних сітях більш 2,5 годин. Лідерами у світовому рейтингу на цю мить залишаються Facebook, Youtube і Whatsapp. У десятку найліпших також ввійшли Instagram, WeChat, Tiktok, Facebook Messenger, Telegram, Snapchat та Douyin. За даними дослідженнь 71,3% українців читають новини в Telegram, 66,2% – дивляться їх в YouTube (66,2%) та 55% – у Facebook. Також 50% опитаних споживають новини у Viber, 29,5% – в Instagram, 25,1% – у TikTok, 8,3% – у Twitter.

За даними українських досліджень, майже кожен четвертий підліток віком 10–17 років повідомив, що за останній рік регулярно розумів, що не міг думати ні про що, крім моменту, коли буде можливість знову користуватися соціальними мережами. Найбільше таких було серед хлопчиків 10 років (35,2%) і студентів ЗПТО (28,5%).

Використання соціальних мереж вважається одним з улюблених занять підлітків. За останнє десятиліття соціальні мережі стали одним із найважливіших майданчиків для спілкування, комунікації та соціалізації, а також для формування ідентичності та самовираження. Підлітковий вік – це фаза, під час якої люди відіграють важливу роль у процесі формування особистісної та соціальної ідентичності. У літературі висловлюється припущення, що соціальні мережі стали платформами для молодих людей для конструювання та самовираження, і це може мати як позитивні, так і негативні наслідки. Соціальні медіа пропонують підліткам кілька можливостей дослідити свою ідентичність, і часто є першою діяльністю, за допомогою якої підлітки можуть рефлексувати власну ідентичність у процесі користуванні соціальними мережами.

Таким чином мета дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні та практичному вивченні впливу соціальних мереж на кризу ідентичності підлітків.

Гіпотеза дослідження: залежність від соціальних мереж впливає на кризу ідентичності в підлітковому віці.

Об’єктом дослідження є криза ідентичності у підлітковому віці.

Предметом дослідження постає вплив соціальних мереж на кризу ідентичності підлітків.

Відповідно до сформульованої мети визначено такі завдання дослідження:

1. Проаналізувати сучасний стан розробленості досліджуваної проблеми.
2. Проаналізувати визначення та еволюцію терміну «ідентичність».
3. Визначити особливості кризи ідентичності у підлітковому віці.
4. Визначити віртуальну ідентичність як феномен цифрового світу.
5. Експериментально перевірити зміст на напрями впливу соціальних мереж на формування ідентичності підлітків.

Методи дослідження: анкета щодо впливу соціальних мереж на особистість підлітка та методика «Хто Я», авторами якої є М. Кун та Т. Макпартленд у модифікації Т. Румянцевої.

Наукова новизна одержаних результатів полягає у теоретичному аналізі концепта «ідентичність» та особливостей кризи ідентичності в підлітковому віці.

Практичне значення роботи. Матеріали дослідження можуть бути використані в практичній діяльності психолога у процесі роботи з підлітками та корекції особистісного розвитку підлітків.

РОЗДІЛ 1.
ПОНЯТТЯ ІДЕНТИЧНОСТІ ТА ЇЇ КРИЗА У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

1.1. Визначення та еволюція концепта «ідентичність»

Як відомо, термін «ідентичність» походить від латинського слова «idem», що означає «той самий». У цьому первинному значенні його використовували мислителі античності і середньовіччя, які з'ясовували, що відрізняє річ від інших. Ідентичність означала, що речі залишаються колишніми, зберігають свою сутність, свою специфіку у всіх змінах і трансформаціях. В українських наукових працях під терміном «ідентичність», як правило, розуміється «тотожність».

Поступово термін «ідентичність» став використовуватися для характеристики існування речей, неживих предметів, але для позначення єдиного людського існування, існування людини, його «Я», набуваючи значення «самовизначення» або «особистісної ідентичності». Вважається, що раніше за інших проблеми «особистісної ідентичності» почали осмислювати в XVII столітті англійський педагог і філософ Дж. Локк. В його праці «Про людське розуміння» є глава «Про ідентичність і різноманітність», в якій він аналізує і переосмислює існуючі концепції ідентичності. Англійський мислитель значно розширив попередні уявлення про цього терміну, розрізняючи тотожність предметів, яка полягає в їх повній тотожності один з одним (наприклад, два примірники однієї і тієї ж книги ідентичні), і ідентичність людини, яка полягає в його здатності приписувати собі свої попередні стани. Дж. Локк вважав, що ключем до існування особистості є безперервність свідомості і наявність пам'яті. Він спростував існуюче в той час твердження про те, що особистість людині може бути дана душею, тому що душа безсмертна, і якби вона була прийнята за критерій, то це відкрило б

можливість руху душ. Не душа, а свідомість забезпечує особистість людини. Саму особистість Дж. Локк визначає як «розумну мислячу істоту, що володіє розумом і рефлексією і може розглядати себе як самого себе, як одну і ту ж мислячу істоту, в різний час і в різних місцях, завдяки тій свідомості, яка невіддільна від мислення, завдяки якій кожен є «самим собою», те, що він називає собою, і в даному випадку це не береться до уваги, чи продовжується одне і те ж его в одних і тих же або різних субстанціях» [20, 387]. Дж. Локк показує, що з плином часу людина змінюється, але зміна фізичного вигляду людини, його «матеріальної субстанції» не призводить до втрати тотожності. Цю тезу він пояснює на прикладі дорослішання, а потім старіння людини: юнак і старий чоловік вважаються єдиною особистістю. Ця єдність забезпечується здатністю людини пам'ятати свої вчинки в минулому і усвідомлювати, що це були його вчинки. Таким чином, особистість людини, на думку Дж. Локка, відрізняється від тотожності неживих предметів, це обумовлено наявністю у людини свідомості і пам'яті і не виключає мінливості.

Для позначення невловимого, що створює основу особистості і забезпечує її єдність, в XIX і на початку XX століття дослідники використовували поняття «self», в українських перекладах – «самість». Відомі соціологи Г. Зіммель, Дж. Мід і К. Кулі показали, що «самість» формується у людини тільки в контексті соціальної взаємодії. Наприклад, німецький вчений Г. Зіммель вважав, що людина набуває «самості» в ході самоприписування певним соціальним групам, які розглядаються як «свої», і самопротиставлення іншим спільнотам, що сприймаються як «чужі» [11]. В результаті цих процесів індивід, з одного боку, усвідомлює свою приналежність до певного соціального середовища, спільності з ним, з іншого боку, виділяється з цього середовища, розуміючи свою особливість, «самість».

Американський філософ і соціолог Дж. Мід обґрунтував, що формування «самості» відбувається в ході формування у людини образу «узагальненого іншого» [24]. «Самість» – це свого роду здатність бачити себе очима інших людей. У структурі «самості» Дж. Мід виділив два компоненти, які зазвичай даються без перекладу: «Me» (англ. me – «мені») і «I» (англ. I – «Я)». Me – це сукупність норм, цінностей, установок, якими керується людина, і які формуються у нього в процесі соціальних взаємодій і є результатом соціальних очікувань. Це свідомі, але некритично засвоєні правила поведінки в тій чи іншій спільноті, це те, як індивіди бачать себе очима інших, соціальну сторону «I». «I» – це специфічна, індивідуальна реакція людини на установки спільноти, це прояв імпульсивності, спонтанності особистості, емоційно забарвлена реакція на соціальне середовище. «I» відображає індивідуальність і неповторність людини. Своєю чергою, «Self» постає як єдність «Me» і «I», які є двома половинами одного цілого, що може бути виражено формулою *Self = Me + I*. Це і є «Самість», по Дж. Міду включає в себе як соціокультурні, так і індивідуальні компоненти, що знаходяться в нерозривній єдності [24].

Розвиваючи ідею «Я», американський соціолог і соціальний психолог Ч. Кулі в своїх роботах запропонував поняття так званого «задзеркалля», яке зазвичай називають «теорією дзеркального Я». Він намагався показати нерозривний зв’язок суспільства і особистості, показавши, що суспільство формує особистості, а індивіди, в свою чергу, конструюють суспільство. В основі теорії «дзеркальної самості» лежать три базові припущення: по-перше, в процесі взаємодії люди здатні уявити, як їх сприймають інші люди, по-друге, люди можуть передбачати реакції оточуючих, і по-третє, уявлення людини про себе залежить від того, як він бачить образ інших людей про нього. «Самість» людини, його сприйняття себе є своєрідним дзеркальним відображенням реакцій оточуючих на нього. К. Кулі пише: «Соціальна самість» такого роду можна назвати відбитим, або дзеркальною самістю» ... Ми бачимо в дзеркалі своє обличчя, фігуру і одяг, нам це цікаво, так як всі

вони наші, задоволені ми ними чи ні, відповідно до того, якими ми хотіли б їх бачити, точно так само в нашій уяві ми сприймаємо в свідомості іншого певну думку про свою зовнішність, манери, наміри, вчинки, характер, друзів і т. д., «І» впливає на нас найрізноманітнішим чином» [28, 100]. Основою «соціальної самості», за К. Кулі, є вроджена конкуренція з іншими. Саме в умовах конкурентної взаємодії з іншими людина розуміє, чим він відрізняється від інших, виявляє свої особливості і свої конкурентні переваги.

Хоча ці автори не використовували саме поняття «ідентичність», висунуті ними ідеї були використані в XX столітті дослідниками, які вивчають його сутність. Сам термін «ідентичність» почав входити в соціологію в 1960-х роках завдяки працям американських вчених Е. Гоффмана і П. Бергера. Саме Е. Гоффман у своїй книзі «Стигма: нотатки про управління зіпсованою ідентичністю», опублікованій у 1963 році в Нью-Йорку, почав використовувати поняття «ідентичність» замість поняття «самість» [27]. У тому ж році П. Бергер у своїй книзі писав про тотожність у тексті рольової теорії у своїй книзі «Запрошення до соціології: гуманістична перспектива».

Паралельно з соціологами терміни «ідентичність» і «ідентифікація» починають використовуватися психологами і психіатрами. Так писав про «перцептивну ідентичність» австрійський психіатр Зигмунд Фрейд, основоположник психічного аналізу. Він визначав ідентифікацію, з одного боку, як неусвідомлений зв’язок між дитиною і його батьками, з іншого боку, як «важливий механізм взаємодії індивіда і соціальної групи» [33, 214]. Німецький психіатр К. Ясперс у захисті дисертації 1913 р «Загальна психопатологія» називав ідентичність однією з чотирьох формальних ознак свідомості «Я». Ідентичність, на його думку, це усвідомлення того, що я залишаюся тим, ким був завжди, і всі події, які відбуваються в моєму житті, відбуваються зі мною і ні з ким іншим. Свідченням порушення ідентичності, на думку К. Ясперса, є твердження шизофреніків про те, що те, що відбувалося з ними до настання кризового епізоду, насправді було не з ними,

а з кимось іншим [36, 71]. У психіатрії також встановлено особливий діагноз: «криза ідентичності», який свідчить про втрату психічно великими уявленнями людей про себе і про події свого життя.

Найбільш чітко ця позиція була визначена Е. Еріксоном, який визначив ідентичність як «усвідомлення того, що синтез его забезпечується тотожністю людини з самим собою і безперервністю, і що стиль ідентичності збігається з тотожністю і безперервністю значення, яке здається значущим для інших в безпосередньому оточенні» [39]. Автор розкриває психосоціальну сутність, виділяючи чотири аспекти: свідоме відчуття індивідуальної ідентичності, неусвідомлену боротьбу за спадкоємність особистісного характеру, критерій синтезу его та підтримання внутрішньої солідарності з ідеалами та ідентичністю групи

Термін «ідентичність» набув нових смислів у роботі Е. Еріксона «Ідентичність: юність та криза», де сам автор у передмові до неї, зізнався: «Перечитуючи те, що я написав про ідентичність, я багато разів ставив собі одне й те саме запитання і поспішаю сказати, що в цій книзі я не даю остаточного визначення цьому поняттю. Чим більше ви пишете на цю тему, тим ширше і всеосяжніше здається зміст цього терміну» [39].

Е. Еріксон розкриває психосоціальну сутність ідентичності, виділяючи чотири аспекти: свідоме почуття індивідуальної ідентичності, неусвідомлену боротьбу за спадкоємність особистісного характеру, критерій синтезу его і підтримання внутрішньої солідарності з ідеалами і ідентичністю групи.

У своєму дослідженні Е. Еріксон показав, що особистість починає формуватися у дитини з перших днів життя під впливом його взаємодії з оточуючими. Поступово у індивіда формується уявлення про безперервність і стійкість його «Я» в мінливих ситуаціях. Розвиток особистості триває протягом усього життя людини, у міру розширення кола значущих осіб. Перший етап пов’язаний з відокремленням дитини від кола у фізичних і соціокультурних відносинах. Потім виділяють дві фази дитинства, що характеризуються набуттям досвіду індивідуальних успіхів і невдач у

взаєминах з оточуючими. Далі йдуть етапи підліткового і юнацького віку, на яких формується «Я-ідентичність» і відбувається усвідомлення своєї відмінності від інших. За ними слідують три стадії дорослішання – рання, що характеризується соціокультурним самовизначенням, середня, з властивим їй самостійним соціокультурним статусом, і пізня, що має на увазі в залежності від вирішення «кризи середнього віку» або подальший розвиток, або поступове згасання процесу особистісної самореалізації. При переході від однієї стадії життєвого циклу до іншої людина відчуває деяку невизначеність, переживає кризу, яку необхідно подолати, перейшовши до наступного стабільного стану. Цей процес не є патологічним, навпаки, він свідчить про формування зрілої особистості [39].

Узагальнюючи можна сказати, що Е. Еріксон розумів ідентичність як процес організації життєвого досвіду в індивідуальне «Я», що, звичайно ж, передбачало його динаміку протягом усього життя людини. Основною функцією цієї структури особистості є адаптація в широкому сенсі цього слова. Іншими словами, ідентичність в концепції Е. Еріксона зводиться до пристосування особистості до умов соціального функціонування, а тому повністю збігається з поняттям соціальної ідентифікації. Цінність концепції Е. Еріксона, перш за все, полягає в тому, що вона стимулювала емпіричний розвиток даної проблеми.

З початку 1980-х років термін «ідентичність» активно використовується в роботах, присвячених проблемам расових, національних та етнічних відмінностей. Вчені звертаються до вивчення національно-культурної самобутності, яка передбачає наявність у нації або народності самоідентичності, що дозволяє їм визначити своє місце в світі. Національна ідентичність формується як усвідомлення схожості світогляду, цінностей, традицій і способу життя певної спільноти, що передбачає чітке розмежування між «ми» і «вони». Використання терміну «ідентичність» в дослідженнях політологів призвело до його ще більшої поширеності і вживання в багатьох, часом химерних комбінаціях. Такому розмаїттю

тлумачень при невизначеності змісту сприяє багатозначність самого терміну [16; 28; 29; 40].

У сучасному науковому дискурсі спроби розкрити зміст терміну ідентичність показали їх різнобічність. Власне ідентичність має іншу природу, вона визначається родовим, архетипним, несвідомим індивіда. Американський психолог Дж. Мід [24] вважав, що людина не має ідентичності від народження; Вона виникає в результаті його соціального досвіду, взаємодії з іншими людьми. У цьому процесі він надавав виняткового значення символічному спілкуванню, як вербальному, так і невербальному. Родовий і соціальний аспекти особистості, що позначаються ним як «Я» і «Я», розглядаються як фази розвитку особистості. Коли людина досягає свідомої ідентичності. «Я» і «Я» утворюють єдину ідентичність.

Інший психолог канадсько-українського походження Альберт Бандура у своїй соціально-когнітивної теорії підкреслював роль когнітивних процесів та самоефективності у формуванні ідентичності. Люди формують власну ідентичність через спостереження за іншими та через саморефлексію. Його концепція формуванні ідентичності включає також категорію самоефективність, тобто віру у свої здатності досягати цілей, що поставлені. А. Бандура підкреслював, що результатом чинником формування ідентичності є взаємодія особистісних, поведінкових та соціальних факторів [2].

Французький психоаналітик Жак Лакан, який значно вплинув на розвиток теорії ідентичності, яка базується на таких ключових концепціях: по-перше, ідентичність формується через взаємодію з іншими, зокрема через відображення себе в інших. По-друге, Ж. Лакан поділяє людський досвід на три сфери: «Реальне» – це те, що не може бути висловлене словами; «Символічне» – це світ мови та соціальних структур; «Уявне» – це сфера образів і фантазій. Ідентичність формується в межах цих трьох сфер. Ж. Лакан вважає, що ідентичність є процесом. Підсумовуючі, Ж. Лакан вважає, що ідентичність не є статичною, а постійно змінюється в залежності

від соціального контексту та особистого досвіду. Людина може відчувати розрив між своїм внутрішнім «Я» і зовнішніми очікуваннями, що може призводити до конфліктів у самосприйнятті. [37].

Теорія ідентичності Джеймса Марсія витікає з робот Е. Еріксона [42]. Його модель ідентичності включає чотири основні статуси, які відображають різні етапи розвитку особистості під час підліткового віку. На першому етапі (Дослідження) індивід активно шукає та досліджує різні можливості для формування власної ідентичності. Він може пробувати різні ролі, цінності та ідеї. На другому етапі (Ідентифікація) особа приймає певні цінності або ідентичності, які вона вважає важливими. На третьому етапі (Ідентичність, що сформувалася**)** індивід відчуває впевненість у своєму виборі і обраних цінностей. Людина, яка не має чіткої ідентичності і не займається активним дослідженням, може відчувати невизначеність щодо своїх цілей і цінностей (Розгубленість).

Крім психологічної історії її становлення, поняття ідентичності використовується в ряді соціально-філософських концепцій, які знайшли своє вираження, наприклад, в роботах Е. Фромма [34]. Він визначає ідентичність як результат індивідуалізації людини, яка, за Е. Фроммом, є наслідком його ізоляції від сил природи та інших людей, що вперше стає можливим лише на певному етапі людської історії, а саме в епоху Нового часу. По, як зазначає Е. Фромм, при цьому «однією з провідних потреб людини, що становлять саму суть людського буття, є потреба в зв’язку з навколишнім світом, потреба в уникненні самотності, яка досягається через самоідентифікацію з будь-якими ідеями, цінностями, соціальними стандартами», тобто через соціальну ідентифікацію.

Підсумовуючі та враховуючі цілі та завдання даної роботи, акцентуватимемо увагу на двох напрямків дослідження ідентичності. По-перше, це особистісна ідентичність, яка розглядається у сукупності фізичних, інтелектуальних та моральних рис і, по друге, – соціальна ідентичність, яка є сумою окремих ідентифікацій і визначає приналежність індивіда до різних

соціальних категорій: раси, національності, статі тощо [15].

З цих позицій українська дослідниця О. Краєва пропонує власне визначення, ідентичності. По-перше, ідентичність, як однаковість, схожість, одностайність суб’єкта в часі та просторі, що забезпечує весь спектр уявлень про власне «Я», постійність, тотожність собі при соціальних й особистісних змінах, пов'язаних із оточуючим середовищем, власними поглядами, установками, переконаннями, можливостями. По-друге, як самовизначення особи на основі соціокультурних норм, цінностей, носіями котрих є інші люди, соціальні групи. Ідентичність тут як підсумок соціалізації особи, визначення свого призначення, місця в системі соціальних відносин. По-третє, ідентичність, як критерій психічного здоров'я, пошук та відкриття життєвого сенсу власної індивідуальності, втілення самості і, нарешті, умова самоактуалізації та ідеал саморозвитку [15].

У той же час британський філософ Дерек Парфіт показав, що особистісна ідентичність не є такою важливою, як це стверджується в більшості наукових статей. Уявлення про себе як єдине, незмінне «Я» можливо постає ілюзією. Найважливіше те, що ми відчуваємо, які у нас цінності і як ми ставимося до інших людей [31, 17].

1.2. Психологічні особливості підліткового віку

Підлітковий і юнацький вік в сучасній міжнародній традиції розглядаються в єдності і часто цей етап позначається одним терміном – підлітковий вік. Однак зазвичай виділяють дві стадії: ранній підлітковий вік (до 14 років) і старший підлітковий вік (до 19 років) (або підлітковий і юнацький) [39].

Підлітковий вік – один із найскладніших періодів у онтогенезі людини. У цей період відбувається докорінна перебудова раніше сформованих психологічних структур, з'являються новоутворення періоду, в яких закладаються основи свідомої поведінки, намічається загальний напрямок у

формуванні моральних уявлень і соціальних установок 5; 7; 12; 41].

Підлітковий вік – це період, що характеризується початком активної роботи над собою, це період становлення моральної свідомості, ідеалів, період розвитку самосвідомості особистості. У підлітковому віці відбувається подальший розвиток психічних пізнавальних процесів і формування особистості. В результаті інтереси дитини змінюються, стаючи більш диференційованими і стабільними. Розвиток пізнавальних процесів і особливо інтелекту в підлітковому віці має дві сторони – кількісну (підліток вирішує інтелектуальні завдання набагато легше, швидше і ефективніше, ніж молодший школяр) і якісну (зрушення в структурі розумових процесів: важливо не те, які завдання вирішує людина, а як він це робить). Тому найбільш істотні зміни в структурі психічних пізнавальних процесів у осіб, які досягли підліткового віку, спостерігаються в інтелектуальній сфері [9, 98].

У цей період формуються навички логічного мислення, а потім і теоретичного, розвивається логічна пам’ять. Творчі здібності підлітка активно розвиваються, формується індивідуальний стиль діяльності, який знаходить своє вираження в стилі мислення.

Підлітковий вік характеризується різкою зміною настроїв і переживань, підвищеною збудливістю, імпульсивністю, надзвичайно великим спектром полярних почуттів. У цьому віці у дітей з’являється «підліткова криза», для якої характерно перепади настрою підлітків – іноді від нестримних веселощів до зневіри і назад, а також ряд інших полярних якостей, що діють по черзі. Більш того, слід зазначити, що видих, значущих причин для різкої зміни настрою в підлітковому віці може і не бути [35, 251].

Загальне зростання особистості підлітка, розширення кола його інтересів, розвиток самосвідомості, новий досвід спілкування з однолітками – все це призводить до інтенсивного зростання соціально цінних мотивів і переживань підлітка, таких як співчуття до чужого горя, здатність до безкорисливої самопожертви і т.д.

Значні зміни відбуваються в мотиваційній структурі процесу

спілкування: відносини з батьками і вчителями втрачають свою актуальність, відносини з однолітками набувають першорядного значення, яскраво проявляється потреба в приналежності до групи, з'являється тенденція до пошуку близьких дружніх відносин, заснованих на глибокій емоційній прихильності і спільних інтересах.

Значні трансформації відбуваються в характері мотивації навчальної та пізнавальної діяльності підлітків. У середніх класах провідними мотивами є прагнення завоювати певне становище в класі, домогтися визнання з боку однолітків. У старших класах навчання починає визначатися мотивами, спрямованими на реалізацію майбутнього, реалізацію своїх життєвих перспектив і професійних намірів. Однією з найважливіших особливостей цього періоду є підвищений інтерес до статевого розвитку і до статевої сфери. Яскраво виражені гендерні особливості мотивів статевої активності підлітків.

Ще однією особливістю мотиваційної сфери підлітків є виникнення потреб і мотивів, що викликають різні поведінкові відхилення: наркоманію, алкоголізм, куріння, злочинну поведінку.

Слід зазначити, що в процесі бурхливого зростання і фізіологічної перебудови організму у підлітків може виникати почуття занепокоєння, підвищена збудливість, занижена самооцінка. Як загальні риси виділяють мінливість настроїв, емоційну нестабільність, несподівані переходи від веселощів до зневіри і песимізму. Прискіпливе ставлення до родичів поєднується з гострим невдоволенням собою.

Центральним психологічним становленням в підлітковому віці є формування у підлітка своєрідного почуття дорослості, як суб'єктивного переживання ставлення до себе як до дорослої людини. Це почуття проявляється в бажанні для всіх – і дорослих, і однолітків – ставитися до нього не як до дитини, а як до дорослої людини. У підлітка з'являється потреба бути самостійним, значущим у світі дорослих, потреба усвідомлювати себе як особистість, відмінну від інших людей. Звідси

прагнення до самоствердження, самореалізації, самовизначення. З'являються власні смаки, погляди, оцінки, своя лінія поведінки. Підліток починає вимагати рівності у відносинах зі старшими і йде на конфлікти, відстоюючи свою «дорослу» позицію [14, 47].

У психології підлітка з'являється нова риса – більш високий рівень самосвідомості, потреба в реалізації себе як особистості. Л. С. Виготський вважає, що формування самосвідомості є головним результатом підліткового віку. У цьому віці підліток починає усвідомлювати свою особливість і унікальність, в його свідомості відбувається поступова переорієнтація із зовнішніх оцінок (переважно батьківських) на внутрішні. Таким чином, поступово у підлітка формується власна «Я-концепція», що сприяє подальшому, усвідомленому або неусвідомленому, побудові поведінки молодої людини.

У сучасній психології «Я-концепція» розглядається як одна з складових особистості, як ставлення особистості до себе. Поняття «Я-концепція» виражає єдність і цілісність особистості з її суб'єктивною внутрішньою стороною, тобто тим, що індивід знає про себе, як він бачить, відчуває і уявляє себе.

«Я-концепція» – це сукупність установок по відношенню до себе. У більшості визначень установки наголошується на трьох основних його елементах, трьох психологічних компонентах:

1. Самооцінка (когнітивна складова) – це уявлення індивіда про себе.

2. Самооцінка (оціночний компонент) – це афективна оцінка даного уявлення, яка може мати різну інтенсивність, так як специфічні риси «Я-образу» можуть викликати більш-менш сильні емоції, пов'язані з їх прийняттям або засудженням.

3. Потенційна поведінкова реакція (поведінкова складова), тобто ті конкретні дії, які можуть бути викликані самооцінкою і самооцінкою.

Р. Бернс зазначає, що образ «Я» і самооцінка піддаються лише

умовному концептуальному розрізненню, оскільки в психологічному плані вони нерозривно взаємопов'язані. Образ та оцінка свого «Я» привертають індивіда до певної поведінки; тому глобальну Я-концепцію можна розглядати, як сукупність установок індивіда, вкладених у самого себе.

1. Справжнє «Я» – це установки, пов’язані з тим, як індивід сприймає свої реальні здібності, ролі, свій фактичний статус, тобто зі своїми уявленнями про те, ким він є насправді.

2. Дзеркальне (соціальне) «Я» – установки, пов’язані з уявленнями індивіда про те, як його бачать інші.

3. Ідеальне «Я» – установки, пов’язані з уявленнями індивіда про те, ким він хотів би стати [4, 17].

В. Столін зазначає, що аналіз кінцевих продуктів самосвідомості, які виражаються в структурі уявлень про себе, «Я-образу» або «Я-концепції», здійснюється або як пошук типів і класифікацій образів «Я», або як пошук «розмірів» (тобто параметрів змісту) цього образу.

Найбільш відомим розрізненням образів «Я» є розмежування між «реальним Я» і «ідеальним Я», яке, так чи інакше, присутнє в роботах У. Джеймса, С. Фрейда, К. Левіна, К. Роджерса і багатьох інших, а також розмежування «матеріального Я» і «соціального Я», запропоноване У. Джеймсом.

Більш детальна класифікація образів була запропонована М. Розенбергом: «реальне Я», «динамічне Я», «ймовірне Я», «ідеалізоване Я». Образи «Я», які створює в своїй уяві підліток, різноманітні – вони відображають все багатство його життя [43].

Фізичне «Я», тобто уявлення про власну зовнішню привабливість, уявлення про свій розум, здібності в різних сферах, силу характеру, комунікабельність, доброту та інші якості, в сукупності утворюють великий пласт Я-концепції – так зване реальне «Я».

Пізнання себе і своїх різних якостей призводить до формування

пізнавального компонента Я-концепції. З ним пов’язані ще два – оціночний і поведінковий. Підлітку важливо не тільки знати, який він насправді, але і наскільки значущі його індивідуальні особливості. Оцінка своїх якостей залежить від системи цінностей, яка склалася в основному під впливом сім'ї і однолітків. Тому різні підлітки по-різному відчувають брак краси, блискучого інтелекту або фізичної сили. Крім того, певний стиль поведінки повинен відповідати уявленням про себе. Дівчина, яка вважає себе чарівною, поводиться зовсім інакше, ніж її однолітка, який вважає себе некрасивою, але дуже розумною. Підліток – це ще не цілісна зріла особистість. Його індивідуальні риси особливо дисонансні, поєднання різних образів «Я» негармонійне.

Нестійкість і рухливість всього психічного життя на початку і середині підліткового віку призводить до мінливості уявлень про себе. Іноді випадкова фраза, комплімент або глузування призводять до помітного зсуву в самосвідомості. Коли образ «Я» досить стабілізувався, а оцінка значущої особи або вчинок самого підлітка йому суперечить, часто спрацьовують механізми психологічного захисту

Образи «Я» ніяк не пов’язані один з одним, а реальні з різним ступенем реалістичності. Таким чином, формується ідеальне уявлення про ідеальне «Я». Уявлення про себе динамічні і нестійкі. Ці уявлення тільки формуються, тому підлітки чутливі до слів і т.д. Можна сказати, що те, що закладено в «Я-концепції», підліток намагається розвиватися (особливо якщо це не відповідає «реальному-Я»). І часто це вдається (хоча і не в повній мірі). При високому рівні амбіцій і недостатньому усвідомленні своїх можливостей, «ідеальне Я» може занадто відрізнятися від реального. Тоді пережитий підлітком розрив між ідеальним образом і його реальним становищем призводить до невпевненості в собі, яка зовні може виражатися в образливості, впертості, агресивності. З усвідомленням «Я» – справжнього, з’являється можливість виправити свої «недоліки», вдосконалити себе, тобто зробити реальні кроки самоосвіти. Підлітки не тільки мріють про те, якими

вони будуть найближчим часом, а й прагнуть розвинути в собі бажані якості. Наприкінці підліткового віку, на кордоні з ранньою юністю, уявлення про себе стабілізуються та утворюють цілісну систему – «Я-концепцію».

Підліток починає вдивлятися в себе, як би відкриваючи для себе своє «Я», прагне пізнати сильні і слабкі сторони своєї особистості. У нього є інтерес до себе, до своїх якостей, потреба порівнювати себе з іншими людьми, потреба в самоповазі. Ідеї, на основі яких підлітки формують критерії самооцінки, набуваються в процесі спеціальної діяльності – самопізнання. Основною формою самопізнання підлітків є порівняння себе з іншими людьми: дорослими та однолітками.

Відкриття «Я», розвиток рефлексії (відображення себе в своєму «образі-Я»), усвідомлення власної індивідуальності та її властивостей, виникнення життєвого плану, ставлення до свідомих сфер життя спрямовують «Я» до практичного включення в різні види життєдіяльності. Цей процес супроводжується різними проявами, як негативними, так і позитивними. Підлітковий період характеризується непосидючістю, тривожністю, дратівливістю, диспропорцією фізичного і психічного розвитку, агресивністю, нерішучістю, суперечливими почуттями, зниженням працездатності. Позитивні прояви виражаються в тому, що у підлітка з’являються нові цінності, потреби, почуття близькості з іншими людьми, з природою, нове розуміння мистецтва. Найважливішими процесами підліткового віку є розширення життєвого світу особистості, його кола спілкування, приналежність до групи і збільшення числа людей, на яких він орієнтується. Для старшого підліткового віку характерні внутрішні протиріччя, невизначеність рівня амбіцій, підвищена сором’язливість і в той же час агресивність, схильність до прийняття крайніх позицій і точок зору. Чим різкіше відмінності між світом дитинства і світом дорослого життя, тим важливіше межі, що розділяють їх, тим виразніше проявляються напруженість і конфліктність.

Підсумовуючи можна стверджувати, що у підлітковому віці у молодих

людей активно формується самосвідомість, виробляється своя самостійна система стандартів самооцінки і самоставлення.

У цьому віці підліток починає усвідомлювати свою особливість і унікальність, в його свідомості відбувається поступова переорієнтація із зовнішніх оцінок на внутрішні. Таким чином, поступово у підлітка формується власна Я-концепція, що сприяє подальшому, усвідомленому або неусвідомленому, побудові поведінки молодої людини.

Підлітковий вік, незважаючи на свою складність і протиріччя, відрізняється безліччю позитивних факторів. У підлітків підвищується самостійність, взаємини з однолітками і дорослими стають більш різноманітними і значущими, а сфера діяльності значно розширюється. Головне, що цей період відрізняється виходом молоді на якісно нову соціальну позицію, в якій формується свідоме ставлення до себе як до члена суспільства.

1.3. Ідентичність у підлітковому віці та її криза

Однією з ключових проблем розвитку в підлітковому та юнацькому віці є розвиток цілісного почуття себе та ідентичності [39]. Особиста ідентичність відноситься до відчуття людиною того, ким вона є насправді, включаючи суб'єктивне почуття самоідентичності та безперервності в контекстах і часі. поставити під сумнів і дослідити свою ідентичність, тобто ким вони є і хочуть бути, ролі, які вони хочуть займати в дорослому віці, і своє місце в суспільстві [43]. Підлітки усвідомлюють свою відмінність та унікальність від інших, узгодженість та схожість у різних сферах, а також безперервність у часі та ситуаціях [41]. Намагаючись з'ясувати, хто вони є і ким хочуть бути у своєму житті, підлітки переглядають ідентифікації, які вони сформували в дитинстві, розглядають різні можливості ідентичності (наприклад, який вид діяльності відповідає моїм інтересам і здібностям, які відносини я хочу мати) і формують нові зобов'язання щодо ідентифікації.

Стосовно психології підлітка, поняття «ідентичність» включає в себе характерні риси віку: відкриття, знаходження та підкреслювання власного «Я», самооформлення, самозображення, самооцінка, самоспостереження, які були виявлені й описані дослідниками в першій половині XX ст. Концепція ідентичності, зокрема в рамках дослідження кризи ідентичності у підлітковому віці збігається з концепцією «Я-образ» або «Я-концепції». Це поняття охоплює цілісність особистого існування та відчуття індивідуальності, об'єднуючи різноманітний набір цінностей, здібностей і стилів поведінки. Концепти «ідентичність» та «Я-концепція» у психології мають тісний взаємозв'язок, але розрізняються за своїм змістом та значенням. Ідентичність – це більш широке поняття, яке охоплює цілісне сприйняття себе в контексті соціальних, культурних та особистісних факторів. Вона включає розуміння свого місця в суспільстві, приналежність до різних груп та усвідомлення своїх ролей у житті. Особистість формується на основі взаємодії з оточуючими і може змінюватися в залежності від життєвих обставин і досвіду. Я-концепція, в свою чергу, є більш вузьким поняттям, яке фокусується на тому, як індивід сприймає і усвідомлює себе. Це система уявлень про себе, яка включає в себе самооцінку, самосприйняття і уявлення про свої якості і здібності. Я-концепція може бути більш стійкою, але вона також схильна до змін в результаті нового досвіду і взаємодій [38].

Таким чином, можна сказати, що Я-концепція є невід'ємною частиною ідентичності. Вона формує основу для розуміння себе і свого місця в світі, в той час як ідентичність охоплює більш широкий спектр соціальних і культурних аспектів, які впливають на самовідчуття індивіда.

У сфері підліткової психології поняття «ідентичності» охоплює характерні для віку характеристики, такі як процеси відкриття, дослідження та самоствердження. Це включає в себе елементи самодизайну, самообразу, самооцінки та самоспостереження – явища, які були ідентифіковані та розроблені дослідниками на початку та в середині 20 століття.

Криза ідентичності підліткового віку виявляється складним феноменом,

що виражається в поступовій сумарній зміні психологічних чинників, пов'язаних із зміною вищезазначених ідентифікаційних процесів, що поступово призводять до непогодженості у системі ідентичності, а саме значимих суперечностей між «Я-реальним» та «Я-ідеальним» тощо. При невдалому перебігу відбувається загострення показників кризи ідентичності підлітка, що виявляється у дисбалансі часової перспективи, конфлікті конструктивної рефлексії із деструктивною. Все це може призводити до глибокої кризи «самості» індивіда, кризи його «Я-концепції», до набуття ним псевдоідентичності або ж до опанування негативної форми.

Ідентифікація у контексті формування ідентичності є складним процесом, що включає в себе усвідомлення та прийняття певних характеристик, цінностей і ролей, які формують особистість індивіда. З. Фройд розумів термін ідентифікація як важливий психологічний процес, який відіграє ключову роль у формуванні особистості індивіда [33, 214]. В його теорії ідентифікація розглядається як механізм, за допомогою якого людина засвоює риси, цінності та поведінку інших людей, особливо значущих фігур, таких як батьки або авторитетні особи. Цей процес дозволяє індивідам інтегрувати елементи зовнішнього світу в свою внутрішню структуру, що сприяє створенню стійкого образу самих себе. Ідентифікація може бути як позитивною, так і негативною, в залежності від того, з якими моделями поведінки і цінностями асоціює себе людина. Ідентифікація – це наслідок потреби спілкування на всіх рівнях (свідомому і несвідомому), безпосереднє переживання суб'єктом тотожності з об'єктом. В основі механізму ідентифікації, також як і ідентичності, лежать три основні компоненти: емоційний, когнітивний та поведінковий.

Один із способів, за допомогою якого підлітки намагаються створити спадкоємність і самоідентичність, полягає в інтеграції свого минулого, сьогодення та майбутнього «Я» в особистий наратив свого життя. Створюючи почуття ідентичності у вигляді автобіографічних історій, підлітки усвідомлюють, що вони є однією і тією ж людиною в часі і в різних

контекстах. Важливо зазначити, що ці життєві історії засновані на реальному життєвому досвіді, але також є дуже суб'єктивними, оскільки підлітки формують їх відповідно до власного розуміння того, що було важливим для того, ким вони стали, а також можуть змінюватися, оскільки те, що підлітки вважають важливим для своєї особистості, може змінюватися з часом. Індивідуальні життєві історії розрізняються за певними характеристиками, які розглядаються як показники ідентичності, такими як рівень автобіографічного мислення, складність, домінуючі теми та структура.

Моделі ідентичності подвійного циклу зосереджені на розвитку динамічних процесів дослідження, ідентичності та зобов'язання, які відбуваються у двох взаємопов'язаних циклах. У циклі формування ідентичності підлітки розглядають альтернативні варіанти ідентичності і формують зобов'язання по формуванню ідентичності. Цикл збереження ідентичності виконує функцію підтримки та подальшого зміцнення обраних зобов'язань у динаміці між зобов'язаннями щодо ідентичності та поглибленим вивченням поточних зобов'язань [37].

Особистісна ідентичність пов'язана з тотожністю і безперервністю уявлень про те, ким є людина в різних сферах або аспектах життя. Основними сферами особистості в підлітковому віці є освітня та професійна сфери, які включають такі питання, як те, якою освітою або професією людина хоче займатися, і сфера відносин, яка включає такі питання, як те, яку дружбу або близькі стосунки людина хоче мати. Іншими важливими ідентичностями є гендерна ідентичність, етнічна ідентичність, релігійна ідентичність та ідентичність (психічних) захворювань. Незважаючи на те, що глобальна особистісна ідентичність відображає інтеграцію самооцінки людини в цих сферах, люди не обов'язково відчувають однаковий рівень самоподібності та спадкоємності у всіх сферах, особливо в підлітковому віці, коли ідентичність все ще перебуває на стадії розвитку. У той же час досвід в різних сферах буде переплітатися і взаємно впливати один на одного. Ця відмінність між глобальною та об'єктно-специфічною ідентичністю також очевидна в

наративах, які конструюють індивіди. Люди можуть інтерпретувати наративи про різні сфери життя і їхні наративи можуть змінюватися залежно від сфери життя.

Особистісна ідентичність також тісно переплітається з соціальною ідентичністю, яка має справу з тими аспектами Я-концепції індивідів, які походять від соціальних груп, до яких вони належать. Індивіди намагаються підтримувати баланс між своєю соціальною ідентичністю приналежності до певних груп у порівнянні з аутгрупами та особистою ідентичністю, яка зберігає елементи ідентичності порівняно з іншими членами групи. Ті аспекти соціальної ідентичності, які відображають соціальні переконання або ставлення індивіда до цієї сфери, можна розглядати як частину особистої ідентичності [25, 25]. Наприклад, у той час як соціальна гендерна ідентичність людини відображає ступінь, до якої вона сприймає себе як приналежність до хлопчиків або дівчат, її особиста гендерна ідентичність відображає ступінь, до якої вона сприймає себе як унікальну в межах певної загальної групи. Особиста та соціальна ідентичність, ймовірно, підсилюють одна одну та інтегруються в Я-концепцію [38].

Незважаючи на те, що підлітки все більше усвідомлюють, хто вони є і ким хочуть стати, ідентичність продовжує розвиватися в юнацькому віці. Сучасне західне суспільство характеризується тривалим навчанням і відстроченим переходом до дорослих ролей, таких як робота, стабільні партнерства та сімейне життя. Таким чином, у зрілому віці може пройти багато часу, перш ніж люди досягнуть зрілої ідентичності в цих різних сферах ідентичності та зможуть створити зв'язний і відносно стабільний наратив про себе. Процес формування цілісного почуття ідентичності може бути дуже напруженим. Наприклад, постійна невизначеність ідентичності в підлітковому та молодому віці була пов'язана з розвитком ряду проблем психосоціальної адаптації. Тому розуміння того, як і чому деякі люди розвивають цілісну ідентичність, тоді як інші залишаються вкрай невпевненими в тому, хто вони є і ким хочуть стати, є життєво важливим для

підтримки здорового розвитку.

Одним з перших, хто торкнувся проблеми кризи ідентичності, був Е. Еріксон. Він підійшов до розгляду цієї проблеми у термінах власної теорії психосоціального розвитку, зокрема у поняттях в термінах синтезу і плутанини ідентичності. Ця концепція є частиною його п’ятої стадії психосоціального розвитку, відомої як «Плутанина ідентичності проти ролі», яка зазвичай виникає в підлітковому віці [39].

Синтез ідентичності (Identity Synthesis) відноситься до успішної інтеграції різних аспектів власної особистості в узгоджене та послідовне відчуття ідентичності. У підлітковому віці люди вивчають різні ролі, переконання та цінності, щоб зрозуміти, ким вони є. Досягнення синтезу ідентичності означає, що підліток чітко усвідомив себе, має послідовну особистість і розуміє своє місце в суспільстві. Це включає прийняття своїх сильних і слабких сторін, встановлення реалістичних цілей і чітке бачення свого майбутнього.

Плутанина ідентичності (Identity Confusion): це стосується нездатності досягти чіткого відчуття ідентичності. Плутанина особистості виникає, коли підліток не в змозі сформувати чітке і послідовне уявлення про себе. Підлітковий вік характеризується значними фізичними, емоційними та когнітивними змінами. Ці зміни можуть бути приголомшливими та дезорієнтуючими, сприяючи плутанині в ідентичності. Підлітки стикаються з множинними очікуваннями від суспільства, культури, сім’ї та однолітків. Ці очікування можуть бути суперечливими або нечіткими, викликаючи невизначеність щодо своєї ролі та ідентичності. Без чітких прикладів для наслідування або наставників підлітки можуть мати труднощі з формуванням цілісного уявлення про себе. Травматичні події, такі як насильство, втрата або значні зміни в житті, можуть порушити процес формування ідентичності та призвести до плутанини ідентичності. Ускладнення формування особистісної ідентичності може бути зумовлено внутрішніми конфліктами і протиріччями між різними сторонами особистості. У підлітків можуть виникати

суперечливі почуття і думки, що ускладнює процес самовизначення.

Крім того, плутанину ідентичності часто-густо викликає відсутність підтримки з боку сім'ї, друзів або інших значущих дорослих. Підлітки потребують підтримки та керівництва, щоб успішно справлятися з викликами цього етапу розвитку. Швидкі соціальні та культурні зміни також можуть створити додаткові виклики для підлітків, які намагаються зрозуміти своє місце у світі. Процесу формування ідентичності перешкоджає такі психологічні та емоційні проблеми, як тривога, депресія або низька самооцінка, що призводить до плутанини ідентичності.

Е. Еріксон наголосив на важливості вирішення кризи ідентичності для здорового психосоціального розвитку. Успішне формування особистості дозволяє підліткам переходити до наступних етапів розвитку з сильним почуттям самоідентифікації та впевненості в собі. В іншому випадку плутанина ідентичностей може призвести до труднощів у формуванні близьких відносин і прийнятті зобов’язань у майбутньому [39].

Теорія психосоціального розвитку Еріка Еріксона описує вісім стадій, якими проходить людина протягом свого життя. Кожна стадія є кризою, яку необхідно вирішити для успішного переходу на наступний етап. Змішування ідентичностей може виникати на різних стадіях, але особливо актуально воно на стадії «Ідентичність проти рольової дифузії», що відбувається у підлітковому віці.

Для подолання проблем, пов’язаних із плутаниною ідентичностей наукове середовище пропонує наступні стратегії:

Самопізнання та саморефлексія. Треба заохочувати підлітків до самоаналізу та роздумів над своїми цінностями, переконаннями та цілями. Рекомендації щодо ведення щоденника або участь у групах підтримки можуть допомогти в цьому процесі.

Підтримка з боку сім’ї та суспільства. Батьки та близькі люди повинні

бути готові підтримати підлітків у їхньому пошуку ідентичності. Сприяння створенню безпечного та сприятливого середовища, де підліток може вільно висловлювати свої думки та почуття.

Освіта та інформованість. Освітні програми, які допомагають підліткам зрозуміти різні аспекти ідентичності, включаючи культурні, гендерні та професійні. Доступ до інформації та ресурсів, які можуть допомогти сформувати особистість.

Рольові моделі та наставництво. Наявність позитивних прикладів для наслідування, які можуть служити прикладом для наслідування. Менторські програми, де підлітки можуть отримати підтримку та поради від більш досвідчених людей.

Соціально-культурні групи. Участь у групах та спільнотах, які підтримують та зміцнюють ідентичність. Залучення до культурної та громадської діяльності, яка допомагає підліткам краще зрозуміти себе та своє місце в суспільстві.

Професійна допомога. Консультації психологів або психотерапевтів, які можуть допомогти вирішити кризи ідентичності. Групова терапія або сімейна терапія може бути корисною для вирішення більш складних питань.

Розвиток навичок прийняття. Заохочення підлітків до прийняття самостійних рішень та розвиток навичок критичного мислення. Підтримка їх у прийнятті рішень, які відповідають їхнім цінностям і переконанням.

Позитивне мислення та самооцінка. Розвиток позитивного мислення та самооцінки, щоб підлітки могли справлятися з невдачами та викликами. Заохочення до визнання своїх досягнень і успіхів.

РОЗДІЛ 2.
ВПЛИВ СОЦИАЛЬНІХ МЕРЕЖ НА ФОРМУВАННЯ ІДЕНТИЧНОСТІ ПІДЛІТКІВ

2.1. Віртуальна ідентичність як феномен цифрового світу

Як було показано у першому розділі особистісна ідентичність – це динамічна система уявлень людини про себе, які формуються в процесі самовизначення індивіда і його детермінації значущими для нього оточуючими. З цими ідеями пов'язані переживання індивіда. Ідентичність можна трактувати як психологічне ядро особистості, оскільки вона (особистість) включає в себе центральні особистісні компоненти: самосвідомість, ціннісно-смислову і регулятивну сфери.

Формування ідентичності відбувається в певному соціокультурному середовищі, тому її трансформації мають вирішальний вплив на процес ідентифікації. Слід зазначити, що традиційна культура з її усталеною системою цінностей, груповою орієнтацією, чітким поділом на «ми» і «вони» взагалі не знала проблеми ідентифікації. Ідентичність в такому суспільстві встановлювалася або визначалася сім'єю, соціальною спільністю, нормативною системою. Перехід в суспільство Нового часу поставив індивіда в ситуацію вибору, розширив горизонти ціннісно-смислового світу культури, показав різноманіття «інших», по відношенню до яких людина повинна визначитися. Саме в цей час ідентичність з даної особистості перетворилася в проблему, а її головними характеристиками стали процесуальність і незавершеність. Ключовою характеристикою сучасної епохи стає індивідуалізація, яка полягає у звільненні людини від приписаної, успадкованої та вродженої зумовленості її соціальної ролі, у зв'язку з чим ідентичність перетворюється з «даного» на «завдання», а на акторів покладається відповідальність як за вирішення цього завдання, так і за

наслідки: «Потреба стати тим, ким ти є, є особливістю життя в умовах сучасності» [17, 68].

Формування мережевої культури, яке спостерігається в даний час, дає індивіду ще менше стійких орієнтирів, що, звичайно ж, позначається на формуванні особистісної ідентичності. Сам процес її становлення в сучасних умовах «стає грою вільного вибору, театральним представленням свого Я». На думку З. Баумана, в сучасному суспільстві ідентичність як і раніше залишається проблемою, але змінюється її сутність: «Якщо проблема ідентичності в сучасну епоху полягала в тому, як побудувати ідентичність і зберегти її цілісність і стабільність, то проблема постмодерну полягає насамперед у тому, як уникнути фіксації та зберегти свободу вибору. Культура сучасного суспільства, побудована за мережевим принципом, являє собою карту з безліччю входів і виходів, чітко фіксованих «місць» в ній стає все менше, а тому її ключова властивість – «плинність», постійна мінливість, що поєднує свободу і нестабільність, відсутність точок опори. У цих умовах ідентичність стає плинною, а мінливість є її ключовою властивістю, але це не означає, що вона втрачає свою сутність [19, 78]. Ідентичність, як і раніше, базується на пам’яті та тілесності, які є її стовпами. Мінливість і «плинність» притаманні рольовому комплексу, відповідальному за процеси адаптації особистості до мінливих умов існування. Подібно до того, як рідина, залита в різноманітні судини, не втрачає своїх атрибутів і властивих їй властивостей, а пристосовується до нового середовища, так і особистісна ідентичність сучасної людини, зберігаючи стрижень, набуває особливу пластичність і динамічність, що дозволяють йому адаптуватися до «плинної сучасності» [32, 96].

Для характеристики особистісної ідентичності в мережевих структурах використовуються такі поняття, як «мережева ідентичність», «віртуальна ідентичність», «мобільна ідентичність», «електронна ідентичність» і т.д. [16, 12]. На початковому етапі вивчення Інтернету вчені, акцентуючи увагу на таких властивостях міжнародної комп'ютерної мережі, як анонімність,

множинність, гіпертекстуальність, вказували на те, що у віртуальному просторі людина створює альтернативні уявлення про себе, які є масками і не мають майже нічого спільного з реальним «Я» користувача. В якості базових властивостей таких «віртуальних особистостей» або «віртуальних ідентичностей» дослідники назвали безтілесність, редукцію особистості до текстів як її семіотичні прояви, анонімність, свободу або розширені ідентифікаційні можливості, множинність, тобто здатність створювати кілька віртуальних особистостей. Іншими словами, індивід розглядався як окреме від власне людини утворення, зв'язане з ним по моделі «творець – творіння».

Сучасне інтернет-середовище, що стало невід'ємною складовою сучасної культури, розвиває нові форми вікового розвитку. Зміна суспільних відносин змінює вікові завдання становлення особистості, трансформується ідеальний образ наступних вікових етапів. Фазова динаміка нормативної кризи залишається колишньою, але трансформується форма, в якій розгортається криза. Спілкування з однолітками, в тому числі і з протилежною статтю, розвиток рефлексії, самосвідомості і моралі, самовизначення особистості переломлюються через призму інтернет-середовища, яка висуває вимоги, відмінні від тих, що існують в реальному суспільстві.

Ідентичність у віртуальному просторі формується в різних ситуаціях з множинних мережевих ідентичностей, які свідомо використовуються індивідом, який є користувачем мережі Інтернет. Феномен альтернативних ідентичностей в реальному житті розглядається як патологічний стан, що вивчається в рамках психіатрії. У віртуальному світі поява альтернативних ідентичностей сприймається як норма, яка не має нічого спільного з психологічними захворюваннями [21, 106].

Віртуальна ідентичність, звичайно ж, пов'язана з самопрезентацією і самовизначенням особистості. Сучасні інтернет-технології відкривають можливості для яскравого прояву індивідуальності особистості і варіативності самопрезентації. Однак інтернет-середовище таїть в собі

небезпеку зміни ідентичності, нівелювання індивідуальності особистості, формування нереалістичного образу «Я» [37].

Формування віртуальної ідентичності відбувається або через перенесення елементів ідентичності з реального світу у віртуальний і створення ідентичності в мережі Інтернет на його основі, або через активну позицію суб'єкта діяльності в інтернет-просторі [30, 112].

Віртуальні ідентичності можуть варіюватися від анонімних профілів до більш автентичних представлень особистості, що впливають на соціальну взаємодію та самосприйняття. Основні типи віртуальних ідентичностей включають [21, 106]:

Анонімні ідентичності. Користувачі можуть створювати профілі, які не пов'язані з їх реальними іменами або особистими даними. Це дозволяє їм вільно висловлювати свої думки, але може також призводити до негативних наслідків, таких як тролінг або агресія в мережі.

Автентичні ідентичності. Багато людей обирають представляти себе вірно, використовуючи свої справжні імена та фотографії. Це може сприяти формуванню довіри в онлайн-взаємодії, але також може обмежувати свободу самовираження.

Гібридні ідентичності. Деякі користувачі поєднують елементи анонімності та автентичності, створюючи профілі, які частково відображають їх реальне життя, але з певними змінами або акцентами.

Вплив віртуальних ідентичностей на особистість та соціальні відносини є значним. Вони можуть змінювати спосіб, яким люди сприймають себе та інших, а також впливати на їхні соціальні зв’язки та комунікацію в реальному житті. Вивчення цих ідентичностей допомагає зрозуміти, як технології формують сучасну культуру та соціальні динаміки.

До віртуальної особистості висуваються специфічні вимоги: вона не узгоджується ні з «ідеальним», ні з «реальним» Я; воно відображає бажання випробувати щось раніше непробоване. Створення «віртуальної особистості» не завжди обумовлено компенсаторним бажанням подолати об’єктивні чи

суб'єктивні труднощі у спілкуванні та взаємодії в реальному світі. Частіше старші підлітки та юнаки конструюють «віртуальну особистість» з метою дослідження нового досвіду, що можна віднести до вікового прагнення до самовираження, реалізованого через прийняття різноманітних ролей [3; 22].

За даними української дослідниці А. Гудімової молоді люди використовують соцмережі для експериментування або пошуку підтримки за різними аспектами своєї ідентичності. Соцмережі можуть також використовуватися як платформа для заяви про свою на етичну чи культурну ідентичність. Різноманітність послуг, що надають різні соцмережі, у тому числі месенджери, дозволяють підліткам та юнакам досліджувати та формувати свою ідентичність, обираючи, якою інформацією, аспектами себе поділитися, зокрема з якою аудиторією. Перегляд соцмереж може як допомогти зрозуміти, що юнак не є самотнім у своїх переживаннях та проблемах, так і спровокувати відчуття непотрібності, зацькованості внаслідок кібербулінгу та ізольованості [9, 99].

2.2. Соціальні мережі як феномен сучасного суспільства

У 1995 році Ренді Конрад створив Classmates.com, першу соціальну мережу в сучасному розумінні, що дозволяє користувачам створювати облікові записи на основі їх особистої інформації та спілкуватися один з одним. Концепція виявилася настільки затребуваною, що викликала появу кількох десятків подібних сервісів. Цей рік можна вважати початком розвитку соціальних мереж в Інтернеті. Пік розквіту соціальних мереж припав на 2003-2004 роки, коли були запущені Facebook, MySpace і LinkedIn. Цей формат соціальних мереж одним із перших запропонував користувачам створити безкоштовний особистий міні-сайт із контентом, створеним самим користувачем. З моменту свого виникнення соціальні мережі розвивалися в основному кількісно, прагнучи охопити якомога більше одержувачів інформації. Сьогодні соціальні мережі стали звичним явищем, але вони

продовжують перебувати на хвилі величезної популярності, а це, в свою чергу, неминуче призводить до їх стрімкого зростання [6, 26]. Загальна кількість соціальних мереж збільшилася у порівнянні з 2020 роком у два рази і натепер оцінюється у діапазоні 350 – 400.

Найбільш розповсюджені соціальні мережі серед підлітків надані у таблиці 2.1.

Таблиця 2.1.

Значимість соціальних мереж серед підлітків

N	Назва мережі	Популярність
1.	Instagram	Дуже висока серед підлітків завдяки візуальному контенту та можливостям ділитися історіями та відеоконтентом до 40 сек.
2.	TikTok	Дуже висока особливо серед молоді, завдяки вірусним челенджам та трендам.
3.	Snapchat	Висока, особливо серед підлітків, які цінують конфіденційність та тимчасовий характер контенту.
4.	YouTube	Дуже висока, підлітки часто використовують YouTube для розваг, навчання і стеження за улюбленими блогерами
5.	Twitter / X	Помірна, використовується для отримання новин, обміну думками та стеження за знаменитостями.
6.	Facebook	Помірна серед підлітків, хоча вона залишається однією з найпопулярніших соціальних мереж у світі.
7.	WhatsApp	Дуже висока, використовується щоденного спілкування з друзями і родиною.
8.	Discord	Висока серед підлітків, які грають у відеогри і беруть участь в онлайн-суспільствах.

Соціальні мережі виконують багато важливих функцій для підлітків, надаючи їм можливості для самореалізації та саморозвитку. Серед таких функцій найважливішими є такі:

Комунікаційна. Віртуальні соціальні мережі як феномен інформаційного суспільства утворюють унікальний комунікативний простір, що задовольняє фундаментальну потребу людини в спілкуванні, для чого вони і створені. Однією з характерних рис соціальної мережі є соціальність, коли відносини між людьми будуються легко і невимушено, на відміну від сучасного соціокультурного простору з його відсутністю довірчих і розслаблених відносин і нестабільністю політичних і економічних відносин між соціальними суб'єктами. Популярність соціальних мереж пояснюється ще й умінням бути вільним в процесі спілкування, коли потреба зв'язатися з кимось здійснюється миттєво, за принципом «тут і зараз». Але у соціальних мереж, як і у будь-якого іншого явища, є зворотна сторона, головний з яких полягає в зниженні комунікативної активності в реальному житті, коли контакти в мережі замінюють живе спілкування.

Інформаційні. Вже досить тривалий час ведуться дискусії щодо правомірності розгляду різних соціальних мереж як нових медіа. Але незаперечним є той факт, що в сучасному інформаційному суспільстві люди мають можливість поширювати і споживати цікаву для них інформацію через альтернативні, незалежні джерела інформації, якими є соціальні мережі, вільні, на відміну від традиційних засобів масової інформації, від впливу груп, класів, партій і держави, яка їх контролює. Інформація, отримана через мережу, доступна незалежно від місця розташування користувача, регулярно оновлюється, не має обмежень за обсягом, є візуальною, супроводжується великим обсягом графічної інформації (фото, відео). У соціальних мережах статус пасивних одержувачів інформації змінюється на активних комунікаторів і навпаки. Однак мережі можуть стати джерелами неточної інформації, частково тому, що вони висловлюють думки людей, які не згодні з провідними ЗМІ. Соціальні мережі розглядаються як нові медіа, що надають

людям можливість розповсюджувати та споживати інформацію через альтернативні, незалежні джерела. Інформація в соціальних мережах доступна незалежно від розташування користувача, регулярно оновлюється, не має обмежень за обсягом та супроводжується великою кількістю графічної інформації (фото, відео). У соціальних мережах статус пасивних отримувачів інформації змінюється на активних комунікаторів та навпаки. Соціальні мережі можуть стати джерелами неточної інформації, оскільки вони висловлюють думки людей, які не згодні з провідними ЗМІ.

Ідентифікаційна. Сучасні соціальні мережі пропонують користувачам вказувати практично всю інформацію про себе: ім’я, дату народження, фото, сімейний стан, освіту, інформацію про роботу, інтереси, особисті думки тощо, що полегшує пошук профілів за заданими критеріями. Соціальні мережі є величезною базою даних з широкою різноманітністю інформації про сотні мільйонів людей по всьому світу. У відкритих мережах багато особистих даних користувачів доступні всім, тому безпека та конфіденційність інформації залишаються критично важливими питаннями для користувачів соціальних мереж по всьому світу. Згідно з даними GlobalWebIndex, на початку 2020 року 64% інтернет-користувачів стурбовані тим, як компанії використовують їх дані (порівняно з 63% на початку 2019 року) (соціальні мережі).

Соціалізуюча можливість як феномен інформаційного суспільства полягає в організації соціальних відносин, встановленні та зміцненні соціальних контактів між людьми, сприяє соціалізації користувача та задоволенню його професійних, ділових, комерційних, дружніх потреб. Користувачі соціальних мереж встановлюють контакти для організації та ведення бізнесу, обмінюються новинами, інформацією (фото, відео, аудіоматеріалами), беруть участь у активних обговореннях на теми, які їх цікавлять, висловлюють свої думки, знаходять однодумців, створюють групи за інтересами, залишають коментарі до різних подій, обмінюються повідомленнями. Соціальні мережі відіграють величезну роль для людей з

обмеженими можливостями, стаючи новим засобом допомоги у веденні насиченого життя. Соціальні групи виникають всередині соціальної мережі, враховуючи спільні інтереси та добровільно, а не за формальною необхідністю та офіційними обов'язками. У процесі спілкування всередині групи розробляються правила поведінки для членів спільноти, виникають традиції, розвиваються моральні та етичні стандарти, які лежать в основі етикету. Проте є і негативні аспекти соціалізуючого потенціалу соціальних мереж. Дослідження показують, що соціальні мережі не лише заміщають традиційні форми, в яких відбувалася соціалізація індивіда протягом століть (спілкування, гра, навчання тощо), але й обмежують ці види діяльності в реальному житті. Людина віддає перевагу задовольняти потреби соціальних відносин, такі як кохання, дружба, за допомогою віртуальних мереж, що призводить до розриву з реальністю. Виникає невідповідність мережевих норм і цінностей з цінностями певного суспільства, а це, у свою чергу, може призвести до конфлікту між індивідом і суспільством, в якому він живе.

Самовираження. Можливість самовираження на соціальні мережі є ще однією причиною їх продовження популярність. Соціальні мережі – зручне місце для представити себе, незалежно від соціального статусу, фінансового стану ситуація, вік. Життя в суспільстві єдиного виробництва і споживання, будь то товари масового виробництва, комунікації, подорожі, навчання, людина має бажання вирватися з одноманітності повсякденного життя, яке породжує потребу в самовираженні, в прагненні до бути почутим.

Розважальна. Впродовж останніх років різні аналітики відзначають, що на ігри припадає найбільша частка завантажень (кожне п'яте) і 70% витрат на мобільні додатки в усьому світі. 90% користувачів Інтернету віком від 16 до 64 років зараз переглядають онлайн-відео щомісяця. У соціальній мережі користувач може подивитися будь-який вподобаний фільм або серіал, знайти музику на свій смак, вибрати гру за інтересами.

Соцмережі – невіддільна частина життя молоді, оскільки вони представляють величезний простір для соціалізації, сприяють розвитку

особистості та самовираженню підлітків. Створення профілю та підтримання його активності допомагає дітям розвинути свою креативність, представити свої захоплення та досягнення.

Дослідження, проведене Statista, показало, що 95% підлітків у віці від 13 до 17 років (тобто, практично всі) мають акаунти в соціальних мережах.

В них вони спілкуються з друзями, родичами та однолітками, знаходять нових знайомих зі спільними інтересами. Деякі платформи (наприклад, YouTube) пропонують широкий вибір освітнього контенту, який допомагає підліткам поглибити свої знання в потрібній їм сфері. Ще для школярів є спеціалізовані освітні соцмережі (Edmodo та Schoology), що допомагають вчителям та учням спілкуватися та працювати над навчальними завданнями.

2.3. Напрями подолання кризи ідентичності у підлітковому віці

Криза ідентичності у підлітковому віці є нормативним явищем, але не обов'язковою для кожного підлітка. Ця криза є природним етапом розвитку, через який проходять багато підлітків, але ступінь його виразності і здатність до подолання можуть значно змінюватись в залежності від індивідуальних, соціальних і культурних факторів. Розуміння цієї варіативності дозволяє розробити ефективніші стратегії підтримки та інтервенції, спрямовані на допомогу підліткам у процесі формування ідентичності, зокрема, під час подолання кризи ідентичності.

Успішне подолання кризи ідентичності у підлітковому віці має довгострокові наслідки для психологічного благополуччя та особистісного зростання. У зв'язку з цим вивчення шляхів подолання кризи особистості в підлітковому віці має високу актуальність, що обумовлено декількома ключовими факторами.

По-перше, підлітковий вік характеризується значними змінами в когнітивній та емоційній сферах. Підлітки починають усвідомлювати себе унікальними особистостями, прагнуть до самостійності і незалежності. У цей

період формуються базові цінності, переконання і життєві цілі, які впливають на подальше життя. Вивчення шляхів подолання кризи ідентичності дозволяє виявити ефективні стратегії та методи, що сприяють успішному формуванню ідентичності та запобіганню негативним наслідкам, таким як занижена самооцінка, депресія та асоціальна поведінка.

По-друге, сучасне суспільство висуває високі вимоги до підлітків, що підвищує стрес і невизначеність, пов'язані з формуванням особистості. Глобалізація, технологічні зміни та соціальні трансформації створюють нові виклики та можливості, які підлітки повинні враховувати у процесі самовизначення. Вивчення шляхів подолання кризи ідентичності дозволяє розробити адаптивні стратегії, які допомагають підліткам справлятися з цими викликами та успішно інтегруватися в сучасне суспільство.

Соціальні мережі можуть відігрівати величезну роль у подоланні кризи ідентичності у підлітковому віці. Творче використання соціальних мереж не тільки розширює кругозір, надаючи доступ до різноманітної інформації, що може сприяти розвитку більш широкого та толерантного світогляду, але по суті є своєрідним «розширенням» людини. Соціальні мережі можуть служити платформою для побудови та підтримки соціальних зв’язків, а також для отримання емоційної підтримки. Це має особливе значення у випадках, коли підліток підтримує зв’язок із рідними та друзями, які знаходяться на великій відстані. Це особливо важливо для підлітків, які можуть відчувати себе ізольованими або не мати достатньої підтримки в реальному житті, зокрема, під час дистанційного навчання або військових дій. Підлітки мають особливо гостру потребу у визнанні з боку інших, насамперед, з боку однолітків. Така потреба задовольняється можливістю розміщення в соціальних мережах власних думок, фото- та відео-контентом, участю у дискусіях. Все це дозволяє підліткам формувати та демонструвати свою особистість у цифровому просторі [18].

Тепер розглянемо більше детально позитивний вплив соціальних мереж на подолання кризи ідентичності підлітків. Як було показано вище, криза особистісної ідентичності підлітків виявляється в питання про себе та в експериментуванні. Переглядаючи множину соціальних мереж, підліток відчуває які цінності, інтереси та цілі у житті для нього є близькими, які він поділяє чи не поділяє. Соціальні мережі надають можливості спробувати різні ролі, моделі поведінки та образи, щоб знайти те, що їм підходить.

Відомо, що криза ідентичності підлітків виявляється, зокрема, у конфліктах з авторитетами. Використання соціальних мереж є важливим інструментом утвердити свою незалежність. Крім того, підлітки прагнуть ігнорувати або порушувати встановлені правила та норми, тому використання соціальних мереж дозволяють перевіряти власні кордони та утвердити власну автономію. Зокрема, якщо підліток порушує правила спілкування у чаті, він може бути «забаненим». Таким чином підлітки мають можливості формувати власне ставлення, свій шлях та свої можливості у спілкування з іншими.

Одними з симптомів проявлення кризи ідентичності є настрій і тривожність. Підлітки можуть відчувати різкі перепади настрою, від ейфорії до депресії. Саме це може ускладнити процес формування особистості. Ці коливання можуть бути викликані гормональними змінами, стресом, а також соціальними факторами. Емоційна нестабільність може негативно вплинути на самооцінку підлітка, роблячи його більш вразливим до критики та невпевненим у собі. Настрій підлітка може істотно впливати на його соціальну взаємодію. Поганий настрій може призвести до конфліктів з друзями та родиною, що, у свою чергу, може посилити почуття ізоляції та нерозуміння. Позитивний настрій може сприяти більш конструктивним і підтримуючим відносинам, що важливо для формування ідентичності [1, 120].

Для подолання кризи ідентичності підлітка можливо застосовувати певні стратегії. По-перше, це підтримка з боку батьків, друзів та інших близьких може бути дуже важливою. Підлітків потрібно слухати і розуміти.

По-друге, це власна інтелектуальна робота підлітка. Якщо підліток рефлексує негаразди у власній поведінці, він може, користуючись ресурсами Інтернет, шукати відповідну інформацію з метою управління власним настроєм. Нарешті, натепер підліток має можливість звертатися до сервісів штучного інтелекту із тими чи іншими запитаннями стосовно власного настрою. Крім того, підлітки можуть обговорювати свої відчуття з соціальних мережах, користуючись «лічкою».

Щодо тривожності або депресії , то вони можуть бути викликані думками про майбутнє і своє місце в світі. В українських умовах ці симптоми з'вязані з постійними обстрілами, наближенням до лінії фронту, ризиками можливої евакуації. Досить тривалий стан тривожності може істотно вплинути на формування особистості в підлітковому віці.

По-перше, постійна тривожність може призвести до зниження самооцінки підлітка. Він може почати сумніватися у своїх здібностях і переваг, що ускладнює формування позитивного самосприйняття. По-друге, тривожність може викликати негативне сприйняття себе і навколишнього світу, що ускладнює процес самопізнання і саморозвитку. По-третє, підлітки, що відчувають тривожність, можуть уникати соціальних взаємодій, що може призвести до ізоляції та обмежити можливості для розвитку соціальних навичок. Тривожність також може посилити конфлікти із друзями та родиною, що може вплинути на соціальну підтримку. Тривала тривожність може зумовити ризик розвитку депресії, інших психологічних проблем, що може привести до емоційної нестабільності, що суттєво перешкоджати процесу самопізнання і формування ідентичності [23, 88].

Враховуючи те, що таки чинники як тривалі поганий настрій, депресія та тривожність може значно вплинути на формування ідентичності у підлітковому віці, експерти пропонують такі стратегії їх подолання у напряму покращення психологічного стану. В такий період вкрай необхідна підтримка з боку родини та близьких людей. Дуже важливою складовою подолання цих симптомів є фізична активність у вигляді регулярних фізичних та дихальних

вправ і медитації. Нарешті, у випадку серйозних проблем з тривожністю може бути корисним звернення до психотерапевта.

Особливого значення для формування ідентичності у підлітковому віці набувають сприйняття кібербулінгу. Взаємовідносини підлітка з однолітками є найбільш значущою частиною підліткового віку. Прагнення дитини завоювати задовільний статус в групі супроводжується абсолютним прийняттям правил, законів і загальноприйнятих норм поведінки цієї групи, що особливо небезпечно при входженні в асоціальне суспільство. У цьому віці підліток прагне до самовираження, що може стати причиною численних міжособистісних конфліктів. Відсутність взаємин з однокласниками тягне за собою хворобливі переживання і розцінюється як особиста драма. У цей віковий період вплив будь-якого виду насильства накладає свій відбиток на людину. Оволодівши певним типом поведінки, наприклад, поведінкою «жертви», підліток може слідувати йому все життя. При цьому ситуація негативно позначається не тільки на «жертві», але і на «переслідувачах», так як в подальшому це призводить до злочинної і девіантної поведінки. Одним із видів конфліктної поведінки, який потребує постійної профілактики, є кібербулінг [26, 34]. Кібербулінг – одна з форм переслідування, цькування, залякування, насильства над підлітками та дітей молодшого віку за допомогою інформаційно-комунікаційних технологій, а саме Інтернету та різного роду гаджетів. Натепер існує багато типів кібербулінгу, які використовуються в соціальних мережах. Найбільш розповсюджені типи кібербулінгу надано в таблиці 2.2.

Таблиця 2.2.

Типи кібербулінгу

Типи кібербулінгу	Зміст кібербулінгу
Образи та приниження	Надсилання образливих повідомлень, коментарів або зображень через соціальні мережі.
Погрози	Погрози вбивством, шантаж або інші форми залякування через соціальні мережі.

Продовження таблиці 2.2.

Тролінг	Навмисне розпалювання конфліктів або провокування інших користувачів з метою викликати негативні емоції
Доксинг	Розголошення особистої інформації про особу без її згоди, що може призвести до подальших переслідувань або погроз.
Фальшиві профілі	Створення фальшивих облікових записів у соціальних мережах із наміром образити або принизити жертву.
Виключення	Навмисне видалення користувача з онлайн-груп або чатів з метою його ізоляції.
Флімінг	Запис і поширення відео або фотографій, які можуть бути принизливими або компрометуючими для жертви.
Кібермобінг	Організовані атаки групи людей на одну людину в Інтернеті.

Кібербулінг може мати значний вплив на різні компоненти особистої ідентичності підлітка, особливо під час кризи ідентичності. По-перше, постійні образи та приниження можуть призвести до того, що підліток почне сумніватися у своїх здібностях та цінності. По-друге, підлітки, які зазнають знущань, можуть відчувати себе ізольованими та відкинутими своїми однолітками, що може ускладнити формування здорових соціальних зв’язків. По-третє, кібер**б**улінг може спричинити тривогу, депресію та інші психічні розлади, які можуть ускладнити процес самопізнання собистості. профілактики кібербулінгу добре відомі. Якщо кібербулінг відбувається в соціальній мережі (наприклад, Facebook, Telegram, Twitter, Youtube тощо), потерпілий має можливість звернутися зі скаргою до адміністратора сторінки або групи, що створена у відповідній соціальній мережі, з метою видалення інформації про нього. У випадку відмови адміністратора виконати відповідні дії, потерпілий може звернутися безпосередньо до служби підтримки соціальної мережі (наприклад, у соціальній мережі Facebook міститься вкладка «Довідка та підтримка») або натиснути кнопку «Поскаржитися» [26, 37].

РОЗДІЛ 3.
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПОКАЗНИКІВ ІДЕНТИЧНОСТІ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

3.1. Загальний опис дослідження

Емпіричні дослідження ідентичності підлітків з кожним роком набуває актуальності. Експериментальне вивчення особистості у підлітків вимагає застосування різноманітних методів для отримання повної і багатогранної картини. Поєднання кількісних та якісних методів дозволяє дослідникам отримати більш глибоке розуміння складних процесів формування ідентичності та факторів, що на них впливають. До цих методів відносяться опитування та анкетування, зокрема структурні опитування, а саме використання стандартизованих анкет та анкет для збору даних про самооцінку, рівень ідентичності, соціальну взаємодію та інші аспекти життя підлітків [16; 24; 39]. Для оцінки різних аспектів ідентичності використовуються спеціалізовані шкали, таких як шкала ідентичності Е. Еріксона, шкала ідентичності У. Джеймса, шкала соціальної ідентичності Г. Таджфела і Дж. Тернера, гендерної ідентичності Д. Деннісона, багатомірної ідентичності Дж. Брунера, шкала етнічної ідентичності Дж. Мартіна і Г. Ханта та інші.

Дуже плідним для дослідження ідентичності підлітків може бути метод інтерв'ю, який дозволяє дослідникам отримати глибоке та детальне розуміння особистого досвіду та думок підлітків. Це особливо важливо для вивчення складних та індивідуальних процесів, таких як формування особистості. Крім того, інтерв'ю дозволяє досліднику адаптувати запитання на основі відповідей респондента, що допомагає краще зрозуміти контекст і нюанси його досвіду

Серед експериментальних методів використовуються контрольовані експерименти та лонгітюдні дослідження шляхом збору даних протягом тривалого періоду часу для вивчення змін в ідентичності підлітків протягом їх розвитку. Іноді використовуються метод спостереження та анкетування в різних соціальних контекстах для виявлення закономірностей, пов’язаних з ідентичністю.

В останні роки починають застосовуватися перспективні психофізіологічні методи такі як вимірювання частоти серцевих скорочень, електрошкірної активності або функціональна магнітно-резонансна томографія (МРТ) для вивчення фізіологічних реакцій, пов'язаних з ідентичністю. Крім того перспективним є проведення тестів, які оцінюють когнітивні здібності і процеси, зв’язані з формуванням ідентичності.

На підставі огляду переваг та недоліків методів, що розглянуті, нами зроблено висновок, що найбільш ефективним методом визначення впливу соціальних мереж на кризу ідентичності підлітків може бути метод (тест) М. Куна-Т. Макпартленда з урахуванням певних особливостей аудиторії та умов проведення тесту. Особливої уваги заслуговує те, що цей тест надає можливість адаптувати його для розв’язання багатьох проблем у психологічних дослідженнях. Внаслідок цього розглянемо класичну версію тесту М. Куна-Т. Макпартленда та особливості його застосування для учнів, які навчаються у дистанційному режимі, з метою дослідження впливу соціальних мереж на кризу ідентичності.

Порядок проведення тестування. Тест являє собою просту процедуру роботи з екзаменованим, якому пропонується відповісти на питання «Хто я?» 20 разів в письмовій формі.

Інструкція: Нижче на сторінці ви бачите 20 пронумерованих порожніх лінійок. Напишіть, будь ласка, на кожному з них відповідь на просте запитання «Хто я?», наприклад *«Я боюся бути відкинутим, якщо моя справжня особистість здається комусь незвичайною або непривабливою».* Відповідайте так, ніби ви відповідаєте собі, а не комусь іншому. Розташуйте

відповіді в тому порядку, в якому вони приходять вам на думку. Не турбуйтеся про їхню логіку чи важливість. Пишіть швидко, адже ваш час обмежений».

Заповнення пустих місць, тобто продовження 20 речень с іменника «Я…..» має відбуватися протягом 12 хвилин.

Обробка результатів. Обробка відповідей у класичному варіанті здійснюється методом контент-аналізу. Всі відповіді на тести відносяться до однієї з двох категорій: об'єктивне або суб'єктивне згадування. Об'єктивні згадки – це ті характеристики, які пов'язані з віднесенням себе до умовних груп або класів, межі і умови приналежності до яких відомі кожному. Вказівки самого респондента, або для цього необхідно співвіднести його з іншими людьми, – це суб'єктивні згадки. Прикладами першої категорії є такі самоописи, як «студент», «дівчина», «чоловік», «християнин», «уродженець міста», «дочка», «старша дитина», «студент реклами», тобто висловлювання, пов'язані з об'єктивно визначеними статусами і класами. Прикладами суб'єктивних категорій є такі, як «щасливий», «втомлений», «дуже хороший учень», «занадто товста», «хороша дружина», «цікава».

В аналізі всі об'єктивні твердження належать до однієї групи, тоді як всі «невідповіді» (тобто порожні рядки списку) і суб'єктивні твердження потрапляють в іншу групу.

Індивідуальна «оцінка локусу» – це кількість об'єктивних характеристик, зазначених даним респондентом при роботі з тестом «двадцять тверджень».

Початкові положення тлумачення. Основою для створення тесту є припущення про те, що поведінка людини організовано і спрямовується ставленням індивіда до самого себе.

Автори тесту виходять з того, що питання «Хто я?» – це питання, яке логічно пов'язане з тим, з чим ототожнює себе індивід, тобто з соціальним статусом і тими рисами, які, на його думку, з ним пов'язані. Прохання повідомити такі характеристики таким чином, як «як би він відповідав тільки

перед собою», спрямоване на розкриття його загального ставлення до себе, а не на окремих специфічних установок, які можуть бути штучно пов'язані з досліджуваної ситуацією або виникнути під впливом експериментатора. Вимога тесту дати двадцять тверджень, пов'язаних з ідеєю власної ідентичності, випливає з визнання дослідниками складної і багатогранної природи індивідуальних статусів, а також з їх інтересу до питання про те, чи пов'язаний порядок відповідей зі статусом особистості в суспільстві, і до проблеми вивчення діапазону ставлень індивіда до себе».

Дослідники вважають, що наведені формулювання операційно визначають «особисте Я» учасників дослідження, як своєрідну інтеріоризацію індивідуальної позиції в соціальній системі, а порядок відповідей є відображенням моделі «Я-концепції». Такий теоретичний підхід передбачає, що відмінності в ідентифікації «особистісного Я» еквівалентні відмінностям в тому, як індивіди в суспільстві пов'язують свою долю з рядом можливих референтних груп.

Подальший контент-аналіз відбувається через поділ відповідей за наступними категоріями «Я» та подальшим підрахунком кількостей відповідей у кожній з груп:

1. Соціальне «Я» включає в себе 7 показників:

- пряме позначення статі (хлопчик, дівчинка; жінка);
- освітньо-професійна рольова посада (учень, студент, що навчається в інституті);
- сімейна приналежність, що виявляється через позначення сімейної ролі (дочка, син, брат, дружина і т. д.) Або через вказівку на спорідненість (я люблю своїх родичів, у мене багато родичів);
- етнічно-регіональна ідентичність включає в себе етнічну ідентичність, громадянство (українське) і, місцеву ідентичність (із Черкас, Запоріжжя, Львів і т.д.);
- світоглядна ідентичність: конфесійна, політична приналежність (християнин, мусульманин, віруючий);

- групова приналежність: сприйняття себе як члена групи людей (колекціонера, члена суспільства).

2. Комунікативне «Я» включає в себе 2 показники:

- дружба або коло друзів, сприйняття себе як члена групи друзів (друже, у мене багато друзів);

- комунікація або предмет спілкування, особливості та оцінка взаємодії з людьми (я ходжу в гості, мені подобається спілкуватися з людьми; я вмію слухати людей);

3. Матеріальне «Я» включає в себе характеристики, пов’язані з усвідомленням своїх матеріальних можливостей, сприйняттям себе в ролі власника певних речей, наприклад: у мене є будинок.

4. Фізичне «Я» включає наступні аспекти: суб'єктивний опис своїх фізичних даних, зовнішності (сильна, приємна, приваблива); фактичний опис їх фізичних характеристик, включаючи опис зовнішності, хворобливих проявів і локалізації (блондин, зріст, вага, вік, проживання в гуртожитку); Пристрасті в їжі, шкідливі звички.

5. Активне «Я» оцінюється за 2 показниками:

- заняття, діяльність, інтереси, хобі (мені подобається вирішувати проблеми); досвід (був у Болгарії);

- самооцінка здатності діяти, самооцінка навичок, умінь, знань, компетентності, досягнень (добре плаваю, розумний; працездатний, знаю англійську мову).

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

- професійна перспектива: бажання, наміри, мрії, пов’язані з освітньо-професійною сферою (майбутній водій, буду хорошим учителем);

- сімейна перспектива: бажання, наміри, мрії, пов’язані з сімейним станом (у мене будуть діти, майбутня мама і т.д.);

- групова перспектива: бажання, наміри, мрії, пов’язані з членством у групі (планую вступити в партію, хочу стати спортсменом);

- комунікативна перспектива: бажання, наміри, сни, пов’язані з друзями, спілкуванням.

- матеріальні перспективи: бажання, наміри, мрії, пов’язані з матеріальною сферою (отримаю спадщину, зароблю гроші на квартиру);

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

- перспектива діяльності: бажання, наміри, мрії, пов’язані з інтересами, захопленнями, конкретною діяльністю (буду читати докладніше) і досягненням певних результатів (буду досконало вивчати мову);

- особистісна перспектива: бажання, наміри, мрії, пов’язані з особистісними характеристиками: особистісними якостями, поведінкою і т. д. (Хочеться бути більш бадьорим, спокійним);

- Оцінка прагнень (бажаю багато, людина-початківець)

7. Рефлексивне «Я» включає в себе 2 показники:

- особистісна ідентичність: особистісні якості, риси характеру, опис індивідуального стилю поведінки (добрий, щирий, товариський, наполегливий, іноді шкідливий, іноді нетерплячий і т. д.). Особистісні характеристики (прізвисько, гороскоп, ім’я і т. д.); емоційне ставлення до себе (я супер, «крутий»);

- глобальне, екзистенційне «Я»: висловлювання, які є глобальними і недостатньо розкривають відмінності між однією людиною та іншою (Homo sapiens, моя сутність).

8. Два незалежних показника:

- проблемна ідентичність (я ніщо, я не знаю, хто я, не можу відповісти на це питання);

- ситуативний стан: стан, що переживається в даний момент (голодний, нервовий, втомлений, закоханий, засмучений).

Після цього етапу дослідження методика припускає кількісний етап обробки. Кожна окрема характеристика оцінюється за чотиризначною системою:

- знак «плюс» «+» ставиться, коли в цілому вам особисто дана характеристика подобається;
- знак «мінус» «-» ставиться, коли в цілому вам особисто дана характеристика не подобається;
- знак «плюс мінус одночасно» «±» ставиться, коли дана характеристика вам і подобається, і не подобається одночасно;
- знак «питання» «?» ставиться, коли ви не знаєте на даний момент часу, як ви точно до неї ставитеся, у вас немає поки певної оцінки розглянутого відповіді.

Кількісний етап дозволяє діагностувати самооцінку ідентичності. Самооцінка є емоційно-оцінною складовою «Я-концепції». Самооцінка відбиває ставлення себе загалом чи окремих сторонам своєї особистості та діяльності.

Самооцінка відбиває ступінь розвитку в людини почуття самоповаги, відчуття власної цінності та позитивного ставлення до всього того, що входить у сферу його «Я».

Самооцінка ідентичності визначається результаті співвідношення кількості оцінок «+» і «-», які вийшли під час оцінювання кожної своєї відповіді випробуваним (клієнтом) на етапі кількісної обробки.

Самооцінка може бути адекватною та неадекватною. Самооцінка вважається адекватною, якщо співвідношення позитивно оцінюваних якостей до негативно оцінюваних («+» до «-») становить 65-80% на 35-20%.

Неадекватна самооцінка свідчить про нереалістичну оцінку людиною самого себе, зниження критичності стосовно своїх дій, слів, при цьому часто думка про себе в людини розходиться з думкою про неї оточуючих.

Самооцінка вважається неадекватно завищеною, якщо кількість позитивно оцінюваних якостей щодо негативно оцінюваних («+» до «-») становить 85-100%, тобто людина зазначає, що у неї або немає недоліків, або їх кількість досягає 15% (від загального числа «+» і «-»). Нижче представлено схему видів самооцінки.



Рис. 3.1. Види самооцінки

Люди з підвищеною самооцінкою, з одного боку, гіпертрофовано оцінюють свої переваги: переоцінюють і приписують їх, з іншого боку, недооцінюють і виключають недоліки. Вони ставлять собі вищі цілі, ніж, яких реально досягти, вони високий рівень домагань, який відповідає їхнім реальним можливостям. Людина із завищеною самооцінкою характеризується також нездатністю приймати відповідальність за свої невдачі, відрізняється зарозумілим ставленням до людей, конфліктністю, постійною незадоволеністю своїми досягненнями, егоцентризмом. Неадекватна самооцінка своїх можливостей та завищений рівень домагань зумовлюють надмірну самовпевненість.

Самооцінка вважається неадекватно заниженою, якщо кількість негативно оцінюваних якостей по відношенню до позитивно оцінюваних («-» до «+») становить 50-100%, тобто людина зазначає, що у неї або немає переваг, або їхня кількість досягає 50% (від загального числа «+» і «-»). Люди із заниженою самооцінкою зазвичай ставлять собі нижчі мети, ніж, яких

можуть досягти, перебільшуючи значення невдач. Адже низька самооцінка передбачає неприйняття себе, самозаперечення, негативне ставлення до своєї особистості, які зумовлені недооцінкою своїх успіхів та переваг. При заниженій самооцінці людина характеризується іншою крайністю, протилежною до самовпевненості, надмірною невпевненістю у собі. Невпевненість, часто об'єктивно не обґрунтована, є стійкою якістю особистості і веде до формування в людини таких рис, як смиренність, пасивність, комплекс неповноцінності.

Самооцінка є нестійкою, якщо кількість позитивно оцінюваних якостей щодо негативно оцінюваних («+» до «-») становить 50-55%. Таке співвідношення, як правило, не може тривати довго, є нестійким, дискомфортним.

Використання знаку «плюс-мінус» («±») говорить про здатність людини розглядати те чи інше явище з двох протилежних сторін, говорить про рівень його врівноваженості, про «зваженість» його позиції щодо емоційно значущих явищ.

Умовно можна виділити наступні типи: емоційно-полярний, врівноважений і сумнівний.

До емоційно-полярного типу відносяться ті, хто всі свої ідентифікаційні характеристики оцінюють лише як такі, що подобаються або що не подобається їм, вони зовсім не використовують при оцінюванні знак «плюс-мінус». Для таких підлітків характерний максималізм в оцінках, перепади в емоційному стані, щодо них можна сказати «від любові до ненависті один крок». Це, як правило, емоційно-виразні особистості, у яких відносини з іншими людьми сильно залежать від того, наскільки їм людина подобається чи не подобається.

Якщо кількість знаків «±» досягає 10-20% (від загального числа знаків), то такого підлітка можна віднести до врівноваженого типу. Для них, в порівнянні з представниками емоційно-полярного типу, характерна велика стресостійкість, вони швидше попереджають конфліктні ситуації, уміють

підтримувати конструктивні відносини з різними людьми: і з тими, які їм в цілому подобаються, і з тими, які у них не викликають глибокої симпатії; терпиміше ставляться до недоліків інших людей.

Якщо кількість знаків «±» перевищує 30-40% (від загального числа знаків), то таку людину можна віднести до типу, що сумнівається. Така кількість знаків «±» може бути у підлітка, що переживає кризу ідентичності у своєму житті.

Використання знаку «?» при оцінці ідентифікаційних характеристик говорить про здатність людини переносити ситуацію внутрішньої невизначеності, а отже, побічно свідчить про здатність людини до змін, готовність змін.

Як вже було зауважено, існує багато модифікацій цього тесту в залежності від мети дослідження та умов його проведення. У межах даної роботи тестування методом М. Куната-Т. Макпарленда, що використовується для дослідження впливу соціальних мереж на кризу ідентичності, проводиться стосовно учнів коледжу в умовах дистанційної форми навчання. Внаслідок цього на відміну від класичної версії учням пропонується заповнити 20 тверджень про своє відношення до їх взаємодії із соціальними мережами: а саме, ставлення до них, свої почуття, переживання тощо. Все це слід роз'яснити учням до проведення тесту.

А далі, згідно алгоритму інтерпретації отриманих результатів (кількість і співвідношення значків «+», «-», «?»). На підставі аналізу цих співвідношень можна виявити процент учнів, які на багатьох твердженнях ставили маркери «+», «-», ««±» та «?», що формально вказує на кризу ідентичності підлітків, тому що вони сумніваються в собі або взагалі не встигають вкластися у відведені 12 хвилин. Іншими словами, вони відчувають кризу ідентичності, тому що не здатні відповісти на питання «Хто Я» у відношенні впливу соціальних мереж.

Дослідження впливу соціальних мереж на кризу ідентичності в підлітковому віці проводилось серед підлітків 14-18 років (умовно були поділені на дві групи: 1 група – підлітки 13-14 років та 2 група 16-18 років), які навчаються у школах, коледжах та університетах міста Запоріжжя. Обсяг вибірки склав 56 особи.

Дослідження складалося з наступних етапів:

1. Постановка мети і гіпотези дослідження.

2. Пошук і вибір необхідних методик дослідження.

3. Безпосереднє проведення діагностичного дослідження.

4. Обробка та аналіз отриманих результатів.

Дослідження проводилося в онлайн-стрім режимі, зокрема респондентам було запропоновано заповнити онлайн бланки. Підліткам було пояснена процедура виконання кожного із завдань окремо та був час на перерву між тестуванням.

Основна ідея тесту полягає в тому, щоб зрозуміти, як підліток сприймає себе і свою особистість через 20 тверджень, які починаються «Я...». Заповнення цихпроводилось за допомогою сервису GOOGLE FORMS [https://docs.google.com/forms/d/1WwtpQ6ZE_BEBX2DnjDQ4sHAQSDUP72KUVh7-0cpT6zw/edit].

3.2. Аналіз результатів дослідження

Емпіричні дані, отримані за авторським опитувальником користувачів соціальних мереж свідчать, що в цілому підлітки дуже активно користуються соціальними мережами. На запитання в яких соціальних мережах/мессенджерах у вас є аккаунти і як часто ви ними користуєтесь ми отримали такі результати. Результати представлено у % та надані в таблиці 3.3.

Таблиця 3.3.

Рейтінг використання соціальних мереж серед пілітків

Instagram	70	WhatsApp	15
Viber	10	TikTok	85
Facebook	5	Telegram	90

Відповіді на запитання, щодо часу використання соціальних мережах в цілому представлені на рисунку 3.2.

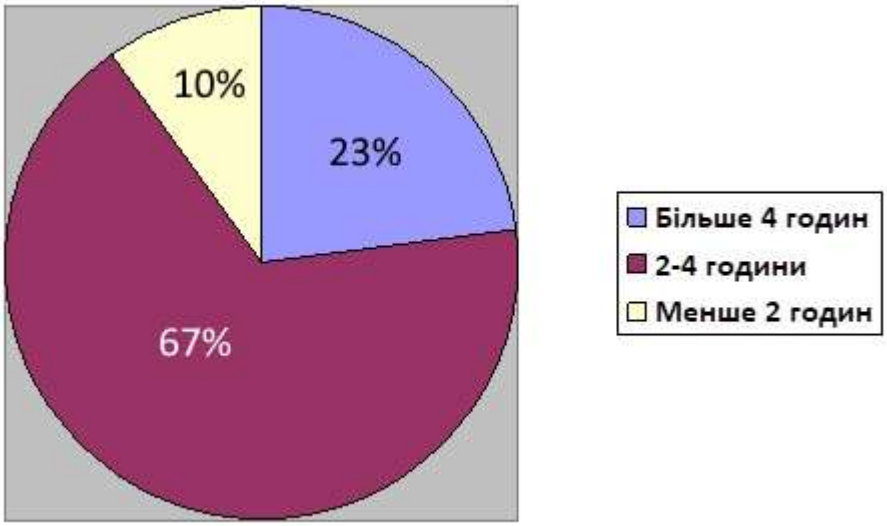


Рис. 3.2. Кількість часу, який підлітки витрачають на соціальні мережі

23 % опитаних підлітків проводять більше 4 години щодня, 67 % приблизно 2-4 години, 10 % менше 2 годин.

На запитання, чи вважаєте ви, що у Вас є залежність від соціальних мереж, 44 % респондентів відповіли, що частково; 20 % підлітків вважають, що в них немає залежності та 36 % підлітків згодні, що в них є залежність від використання соціальних мереж. Результати представлені на рис. 3.3.

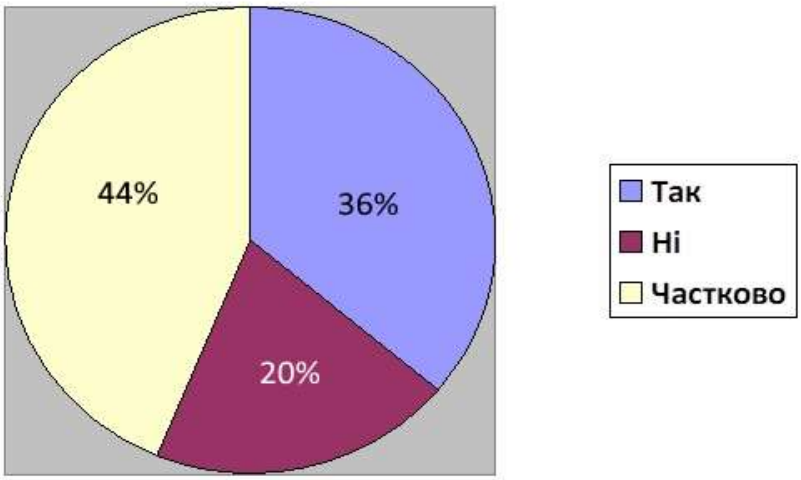


Рис. 3.3. Залежність підлітків від соціальних мереж

На запитання, чому я користуюся соціальними мережами, респонденти відповіли наступним чином:

- вони допомагають підтримувати зв'язок зі знайомими – 73 %;
- вони надають можливість познайомитись з іншими людьми – 38 %;
- вони дають змогу приєднатися до різних груп, що мене цікавлять – 43 %;
- вони допомагають зайняти вільний час – 72 %;
- вони допомагають організувати та зберігати важливу інформацію – 84 %;
- вони допомагають отримати необхідну інформацію – 93 %;

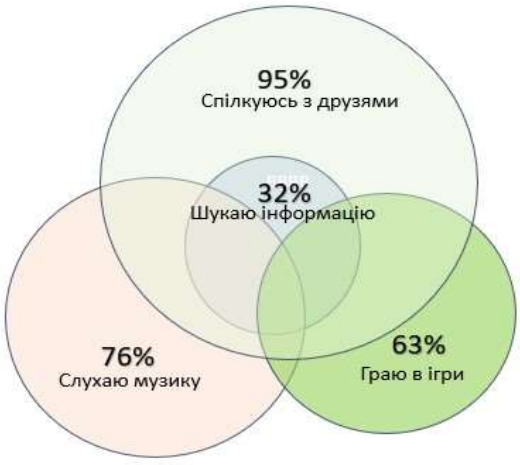


Рис. 3.4. Зміст активності в соціальних мережах

На запитання: «Що ви робите у соціальних мережах?» було отримано наступні результати. Підлітки найбільшою мірою спілкуються з друзями – 95 %; слухають музику 63 % та грають в ігри – 76 %. Інформація представлено на рисунку 3.4.

На запитання «Чи зможете ви без будь-якої причини видалити свій профіль у соціальній мережі або просто стерти всю інформацію на ній і ніколи більше не заходити туди?» тільки 5 % опитуваних відповіли позитивно, 10 % відчували труднощі при відповіді та 85 % відповіли негативно.

На запитання, чи зареєстровані від свого імені, 84% відповіли, що так.

На запитання чи можете Ви виражати свої думки у соціальних мережах вільно 56 % підлітків відповіли позитивно; 5 % негативно та 39 % обрали третю відповідь, тобто зазначили, що це залежить від обставин.

Як уже було зазначено, у методиці М. Куна-Т. Макпартленда «Хто я?» на першому етапі учасники тесту заповняють пусті лінії твердженнями стосовно ставлення учня до соціальних мереж, які починаються з «Я …» або «Мені…». Важливо нагадати, що час заповнення цих ліній обмежений 12 хвилинами. У листі до учасників нагадується, що треба вкластися у 12 хвилин з початку заповнення пустих ліній.

Після заповнення пустих ліній думками стосовно їх ставлення до соціальних мереж учень проставляє своє ставлення до цих думок за допомогою символів «+», «-», «±», «?». Після заповнення таблиці учні відсилають відповіді на вказану електронну адресу.

У таблиці 3.2. наведено один з варіантів тверджень стосовно використання соціальних мереж та їх маркування вказаними символами. Треба також зауважити, що внесені до таблиці відповіді зазнали невеликої стилістичної обробки.

Обробка результатів тесту відбувається таким чином. Отримані дані зводяться у таблицю, в якій для кожного учасника (по горизонталі) ставляться його позначки («+», «-», «±», «?»).

Таблиця 3.4.

Варіанти тверджень учасників дослідження стосовно уявлення себе в контексті соціальних мереж

№	+– ±?	Твердження
1	-	Мені не подобається, коли я бачу, що у моїх друзів більше підписників.
2	+	Я використовую соціальні мережі, щоб підтримувати зв'язок зі своїми друзями, навіть якщо вони живуть далеко.
3	-	Я часто порівнюю своє життя з тим, що бачу в чужих стрічках
4	+	Я відчуваю радість, коли отримую позитивні коментарі під своїми постами.
5	+	Я проводжу багато часу в соціальних мережах перед сном, хоча знаю, що це не корисно для мого відпочинку.
6	-	Я відчуваю себе ізольованим, коли не отримую повідомлень від друзів в месенджерах.
7	±	Я використовую соціальні мережі як джерело натхнення для своїх захоплень і хобі.
8	+	Я люблю ділитися моментами зі свого життя, щоб інші могли насолоджуватися зі мною.
9	±	Я іноді відчуваю занепокоєння, тому що не знаю, як реагувати на негативні коментарі.
10	+	Я ціную соціальні мережі за можливість бути в курсі подій і новин з життя моїх друзів.
11	+	Я часто не знаю, ким насправді хочу бути в житті.
12	+	Я відчуваю себе розгубленим, тому що мої інтереси і захоплення постійно змінюються.
13	+	Я переживаю, коли бачу, що інші підлітки мають чітке уявлення про себе, а я ні.
14	?	Я використовую соціальні мережі, щоб експериментувати з різними аспектами своєї особистості.
15	-	Іноді я відчуваю тиск з боку друзів, щоб вони відповідали їхнім очікуванням щодо того, ким я повинен бути
16	?	Я ловлю себе на тому, що намагаюся наслідувати інших, щоб визначити, яка версія себе підходить саме мені
17	±	Я боюся бути відкинутим, якщо моя справжня особистість здається комусь незвичайною або непривабливою

Продовження таблиці 3.4

18	±	Я вагаюся між різними варіантами самопрезентації, щоб знайти ту, яка мені найкраще підходить
19	–	Я відчуваю, що не можу бути собою в присутності певних людей, що змушує мене втрачати почуття поваги до себе
20	+	Я іноді замислююся, наскільки моя самооцінка залежить від оцінки з боку друзів.

На наступному етапі відбувається підрахунок цих позначок у відсотковому відношенні:

Таблиця. 3.5.

Фрагмент обробки результатів

	1 учасник	2 учасник	3 учасник	4 учасник	5 учасник
+	11	13	9	7	10
-	4	6	7	6	2
±	2	1	4	3	6
?	3	1	0	4	2
Δ1 =(+)+(-)	15	19	16	13	12
%(+/-)	73	68	56	54	83
%(-/+)	27	32	44	46	17
%(±) від 20	10	0	20	15	30
?	3	<3	<3	>3	<3

Далі було визначено кожного підлітка з позицій віднесення його до трьох типів, які мають відношення до стану ідентичності: емоціонально-полярний, врівноважений та сумнівний. Критерії віднесення до цих типів:

Емоційно-полярний тип:

1. Випробовувані чітко розділяють свої характеристики на позитивні і негативні.

2. Вони активно використовують символи «+» і «-», рідко вдаючись до «±».

3. Їх самооцінка часто або завищена, або занижена.

4. Такі люди схильні бути категоричними в своїх судженнях і мають чітко виражену позицію по відношенню до різних сторін своєї особистості.

Збалансований (врівноважений) тип:

1. Випробовувані прагнуть до об’єктивності в самооцінці.
2. Вони використовують всі три символи (+, -, ±) приблизно в однаковій мірі.
3. Їх самоопис більш виважений і реалістичний.
4. Такі люди здатні бачити свої сильні і слабкі сторони, не ідеалізуючи і не знецінюючи себе.

Сумнівний тип:

1. Випробовувані відчувають труднощі з самооцінкою.
2. Вони часто використовують символ «±», щоб висловити сумніви і протиріччя з приводу своїх характеристик.
3. Їх самоопис може бути нестійким і змінюватися в залежності від ситуації.
4. Такі люди схильні до самокритики і невпевненості в собі.

За результатами кількісної обробці були отримані наступні результати. Серед підлітків 13-14 років 60 % підлітків відносяться до сумнівного типу особистості, 30 % до емоційно-полярного та 10 % до врівноваженого. У той же час 40 % підлітків 16-18 років є представниками сумнівного типу особистості, а 30 % та 30 % відносяться до емоційно-полярного та врівноваженого типів відповідно.

Результати представлені в таблицях 3.6. та 3.7.

Таблиця 3.6.

Самооцінка ідентичності серед підлітків 13-14 років, %

Емоційно-полярний тип	30
Врівноважений тип	10
Сумнівний тип	60

Таблиця 3.7.

Самооцінка ідентичності серед підлітків 16-18 років, %

Емоційно-полярний тип	30
Врівноважений тип	30
Сумнівний тип	40

Отримані результаті надають можливість виявити певні проблеми у більшості учасників тесту стосовно кризи ідентичності. Варто звернути увагу на певну кількість тверджень, які можна вважати як прояв кризи ідентичності. Зокрема, маються на увазі такі твердження як «*Я ловлю себе на тому, що намагаюся наслідувати інших, щоб визначити, яка версія себе підходить саме мені*» або «*Я вагаюся між різними варіантами самопрезентації, щоб знайти ту, яка мені найкраще підходить*». У підрахунку 72% школярів віком 13-14 років саме таким чином відзначили своє занепокоєння стосовно невизначеності, впевненості до себе. Трохи менше цей результат (68%) отриманий у школярів віком 16-18 років.

Отримані результати збігаються з літературними даними, в яких доводиться, що підлітки часто порівнюють себе з іншими користувачами соціальних мереж, створюючи ідеалізований образ себе. Крім того, анонімність у соціальних мережах дозволяє підліткам поводитися вільніше та експериментувати з різними образами. Все це відбувається внаслідок незрілості механізмів саморегулювання. Підлітки ще не до кінця оволоділи механізмами саморегуляції, що може призвести до імпульсивних вчинків і створення нереалістичних образів самих себе.

Взагалі, проблема невпевненості в собі, бажання представити себе у соціальних мережах іншим створює іншу, віртуальну ідентичність. Ця проблема заслуговує на подальше дослідження.

Результати дослідження свідчать про те, що в більш ранньому віці підлітки 13-14 років) відзначається криза особистісної ідентичності: у віці, як показують результати, тільки починається процес усвідомлення власного «Я»,

усвідомлення відповідальності в житті, знаходження свого шляху, визначення своїх цілей, бажань та перспектив у майбутньому тощо. У другої групи (підлітки 16-18 років) даний процес перебуває на пізнішій стадії зрілості, що підтверджують отримані результати дослідження: настає етап дорослішання, людина ототожнює себе з дорослим, з'являється почуття відповідальності за свої вчинки, починаєш замислюватися про те, що буде і що чекає його в житті, визначається мета якої починаєш прагнути. За даними проведеного дослідження можна говорити про диспропорцію у формуванні особистісної ідентичності у підлітків у будь-якому віці, при цьому сильніше ця диспропорція видно у представників другої групи, ніж у першої. Таким чином, можна говорити про те, що процес формування особистісної ідентичності починається, проходить і закінчується у всіх по-різному: на це впливають різні фактори: статева приналежність, сім'я, фізичний та психологічний стан, довкілля тощо. В даному дослідженні було зроблено припущення щодо впливу соціальних мереж на кризу ідентичності.

ВИСНОВКИ

Вивчення ідентичностей є міждисциплінарною галуззю, яка має велике значення для розуміння сучасного суспільства. Розуміння того, як формується і змінюється наша ідентичність, дозволяє нам краще адаптуватися до постійно мінливого світу і будувати більш гармонійні відносини з собою і тими, хто нас оточує.

У першому розділі роботи приведено аналіз визначень терміну «ідентичність» та його еволюція внаслідок ускладнення суспільства, освіти та гуманітарних наук, у центрі уваги яких знаходиться людина. Особлива увага приділялось психологічним дослідженням особливості формування ідентичності у підлітковому віці. Приводиться поняття «криза ідентичності» та умови та особливості її виникнення у підлітковому віці.

У другому розділі увага приділялося аналізу соціальних мереж у контексті взаємодії з ним підлітків. Було розглянуто соціальні мережі як потужний інструмент для створення та підтримки соціальних зв'язків між підлітками, показані їх можливості значного впливу на поведінку молодих людей, на процеси формування їх ідентичності. Зокрема підкреслено можливість створення віртуальної ідентичність як феномен цифрового світу.

Сформовано гіпотезу, що поведінка підлітків, феномен появи другого віртуального «Я», може впливати на кризу ідентичності з урахуванням віку учнів та особливостей певної ізольованості від живого спілкування під час режиму дистанційного навчання. Проведене опитування та моніторинг інших опитувань показав, що українські учні проводять в соціальних мережах від 2 годин цілодобово та більше.

На підставі детального аналізу підходів та методик дослідження впливу соціальних мереж на кризу ідентичності підлітків було обрано широко відому методику М. Куна-Т. Макпартленда, яка має такі переваги як універсальність, можливість порівняльного аналізу та адаптацію до конкретних задач

дослідження. Апробацію тесту в умовах дистанційного опитування було проведено серед підлітків 13-18 років, яких умовно було поділено на дві групи.

У роботі показано порядок організації тестування, яке проводилося за допомогою сервісів GOOGLE. Отримані результати були оброблені згідно методики М. Куна-Т. Макпартленда. Було виявлено кількість учасників тесту, які відносяться до трьох типів: емоційно-полярні, збалансовані (врівноважені) та сумнівні. Кількість підлітків 13-14 років, які продемонстрували сумнівний тип, склала 60%, щодо підлітків віком 16-18 років кількість, віднесених до сумнівного типу склала 40%. З цього можна зробити висновок, що підлітки, які вже закінчують навчання починають долати власну кризу ідентичності.

Разом с цим слід підкреслити, що проведений аналіз та отримані результати не є вичерпаними. Зокрема, вимагає окремого дослідження формування віртуальної ідентичності підлітка, переваги та недоліки цього процесу, шляхів подолання відмінності між реальним «Я» и віртуальним «Я». Варто також особливо зауважити, що процес формування ідентичності у підлітків та виявлення кризових явищ у цьому процесі значною мірою залежить також от багатьох інших факторів, особливо під час великих трансформацій у суспільстві.

СПИСОК ВИКОРИСТАННИХ ДЖЕРЕЛ

1. Астафьева О.Н. Віртуальні спільноти: «мережева» ідентичність та розвиток особистості у мережевих просторах. *Вісник Харківського національного університету. Теорія культури та філософія науки*. 2007. № 776. С. 120-33.

2. Бандура А., Уолтерс Р. Підліткова агресія. URL https://uk.wikipedia.org/wiki/Альберт_Бандура (дата звернення: 13.10.2024).

3. Белінська О. Сучасні дослідження віртуальної комунікації: проблеми, гіпотези, результати. URL: www.psychology.ru/internet (дата звернення: 15.08.2024).

4. Березовська Л.І. Самовиховання та саморегуляція особистості : навч. посіб. Київ : Слово, 2011. 168 с.

5. Блаженко О. М. Психологічні особливості формування самооцінки підлітків. URL : http://umo.edu.ua/images/content/nashi_vydanya/stud_alm anah/v_1/4.pdf (дата звернення: 07.05.2024).

6. Богдан М.С. Психологічні особливості спілкування залежних від соціальних мереж. *Психологія і соціологія: проблеми практичного застосування*. 2017. С. 25-29.

7. Воропаєва В. Г. Проблема кризи ідентичності в умовах глобалізації та інформаційного суспільства. *Гуманітарний вісник Запорізької державної інженерної академії*. 2011. Вип. 46. С. 84-95.

8. Гнасевич Н.Д. Філософські аспекти впливу соціальних мереж на форми комунікації. *Соціокультурні та політичні пріоритети української нації в умовах глобалізації* : щорічник наукових праць. Тернопіль. 2018. С. 100-103.

9. Гудімова А.Х. Специфіка впливу соціальних мереж на пссихологічне благополуччя підлітків. *Психологія особистості*. Випуск 12. Том 2. 2020. С. 98-102.

10. Зварич І. М. , Чуйко Г. В., Чаплак Я. В. Віртуальна ідентифікація сучасної людини. *Psychological journal*. Volume 7. Issue 2 (46). 2021. P. 47-54.

11. *Зіммель Г. Великі міста та духовне життя.* URL : https://magazines.gorky.media/logos/2002/3/bolshie-goroda-i-duhovnaya-zhizn.html.

12. Ічанська О.М. Становлення особистісної ідентичності в ранньому юнацькому віці : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2002. 230 с.

13. Кокарча Ю.А. Соціальні мережі як чинник політичного впливу в умовах розвитку демократичної політичної культури. дис. ... канд. політ. наук (доктора філософії) : 23.00.03. Київ : Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, Київ, 2020. 240 с.

14. Краєва О. А. Проблема кризи ідентичності в період нормативної кризи підліткового віку. *Педагогічний процес: теорія і практика*. 2016. Вип. 1. С. 46–50.

15. Краєва О.А. Подолання кризи ідентичності в підлітковому віці: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2014. 260 с.

16. Краєва О.А. Самість підлітка в контексті подолання кризи його ідентичності. *Вісник НТУ КПІ. Серія Філософія. Психологія. Педагогіка*. 2010. Випуск 1. С. 11-124.

17. Краснякова А.О. Інтернет-середовище як новий комунікативний простір самопрезентацій особистості. *Медіапсихологія і медіаосвіта.* 2016. № 38. С. 67-70.

18. Кунцевич, Н. В. Криза ідентичності у юнацькому віці та фактори її виникнення. URL: https://moluch.ru/archive/367/82523/ (дата звернення: 07.10.2024).

19. Левченко В.В. Особистісна ідентичність у процесі адаптації в ситуації життєвих змін. *Духовність особистості: методологія, теорія і практика*. 2016. Вип. 1. С. 78-86.

20. Локк Дж. Досвід щодо людського розуміння. URL: https://stud.com.ua/42226/filosofiya/lokk_dosvid_lyudske_rozuminnya#google_vignette.

21. Лучинкина *А. І.* Специфіка мотивації інтернет-користувачів. *Перспективи. Науки та Освіти*. 2014. № 6. С. 105-109.

22. Макарова О.П. Особистісна ідентичність: теоретичні аспекти проблеми. *Scientific Journal Virtus.* № 26. 2018. С. 60-64.

23. Мельничук М.М. Статеві відмінності агресивної поведінки дітей підліткового віку. *Молодий вчений*. 2021. № 4(92). С. 87-73.

24. Мид Дж. Г. Генезис Я та соціальний контроль. URL: http://habitus.od.ua/journals/2021/29-2021/18.pdf (дата звернення: 25.09.2024).

25. Нагорняк К. М. Уточнена теорія базових цінностей ш. Шварца: попередні результати адаптації методики pvq-57 в Україні. *Наукові записки НАУКМА*. 2017. Том 196. С.24-31.

26. Найдьонова Л.А. Кібербуллінґ або агресія в інтернеті: способи розпізнання і захист дитини : метод. реком. Київ : Вища школа, 2014. 96 с.

27. Плетка О.Т. Соціально-психологічні особливості сприймання молоддю ґендерних ролей : дис. канд. психол. наук : 19.00.05 / Інститут соціальної та політичної психології НАПН України. Київ, 2021. 310 с.

28. Правдивець Н.О. Теоретична модель феномену ідентичності особистості. *Актуальні проблеми психології*. 2010. Т. 1. Ч. 27. С. 137-145.

29. Рудоміно-Дусятська О.В. Екологічні аспекти дослідження особистісної ідентичності. *Життєве середовище особистості у психологічному вимірі* : матеріали XIV Міжн. наук.-практ. конф. (м. Київ, 18–19 травня 2018 р.). Київ, 2018. С. 100-105.

30. Сєров Ю.О. Соціальні комунікації в мережі Internet. Львів : Львівська політехніка, 2017. 235 с.

31. Сторожук С.В., Гоян І.М. Вплив віртуальної реальності на самоактуалізацію тинейджерів: антропологічний вимір. *Антропологічні виміри філософських досліджень*. 2016. № 9. С. 17-28.

32. Труфанова Е.О. Ідентичність і Я. *Питання філософії*. 2008. № 6. С. 95-105.

33. Фройд З. Психоаналитичні етюди. Київ : Здоров'я. 1991. 608 с.

34. Фромм Е. Втеча від свободи. URL: vtecha-vid-svobody.pdf (books2you.com.ua) (дата звернення: 25.09.2024).

35. Яблонська Т. Теоретико-методологічні основи дослідження розвитку ідентичності дитини в системі сімейних взаємин. *Психологія особистості*. 2015. № 1 (6). С. 250-260.

36. Ясперс К. Психологія світоглядів / пер. з нім. О. Кислюк, Р. Осадчук. Київ : Юніверс, 2009.

37. Cipolletta S., Mocellin D. Online counseling: Psychologists' attitudes towards new ways of interaction. *Psychother.* 2017. № 28. P. 909-924. URL: doi: 10.1080/10503307.2016.1259533. (дата звернення: 26.09.2024).

38. Crocetti, E. Identity formation in adolescence: The dynamic of forming and consolidating identity commitments. Child Development Perspectives, URL: https://doi.org/10.1111/cdep.12226 (дата звернення: 02.09.2024).

39. Erikson, E. H. Childhood and society (2nd ed.). New York: Norton. 1963. URL: https://psycnet.apa.org/record/1951-04438-000 (дата звернення: 11.06.2024).

40. Kim E. Lee J.A., Sung Y., Choi S.M. Predicting selfie-posting behavior on social networking sites: An extension of theory of planned behavior. *Computurs in Human Behavior.* 2016. № 62. P. 116-123. URL: 10.1016/j.chb.2016.03.078 (дата звернення: 21.06.2024).

41. Klimstra T., Lotte van Doeselaar Identity formation in adolescence and young adulthood. URL: file:///C:/Users/jinac/Downloads/ChapterIdentityformationinadolescenceandyoungadulthoodKlimstravanDoeselaar2017.pdf (дата звернення: 03.10.2024).

42. Marcia J. E. Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*. URL: https://doi.org/10.1037/h0023281

43. Rosenberg M. Society and the adolescent self-image. Princeton: Princeton University Press. 1965. URL: https://www.jstor.org/stable/j.ctt183pjjh?turn_away=true

44.Simmel, G. Group expansion and the development of individuality. In: Levine Donald (eds) Georg Simmel: *On Individuality and Social Forms*. Chicago: University of Chicago Press. P. 251–293.

ДОДАТКИ

Додаток А

Анкетування впливу соціальних мереж на особистість підлітка

1. Ваша стать? Чоловік_____ Жінка_____

2.Ваш вік? _____

3.У яких соц.мережах/мессенджерах у Вас є аккаунти і як часто ви ними користуєтесь, використовуючи шкалу від 0 до 5 (де 0 – не користуюсь, а 5 – використовую щоденно):

Instagram	WhatsApp
Viber	TikTok
Facebook	Telegram

4. Скільки часу щодня Ви проводите в усіх зареєстрованих соціальних мережах в цілому?

- Менше 2 годин щодня
- Приблизно 2-4 години щодня
- Більше 4 годин щодня

5. Чи вважаєте Ви, що у Вас є залежність від соціальних мереж?

Так	Частково
Ні	Свій варіант

6. Я використовую соціальні мережі, тому що:

- вони допомагають підтримувати зв’язок зі знайомими
- вони допомагають підтримувати зв’язок із людьми, з якими інакше був би загублений контакт
- вони допомагають зв’язатися з людьми, яких я не бачив деякий час (наприклад, друзі, які знаходяться далеко
- вони допомагають знайомитися з новими людьми
- вони допомагають отримати інформацію про те, що роблять інші люди
- вони допомагають спостерігати за життям інших людей
- вони допомагають отримати необхідну інформацію
- вони допомагають ділитися інформацією, яку побачать (прочитають) інші

люди

- вони допомагають продемонструвати іншим мої думки, почуття та інтереси
- вони допомагають підтримувати зв’язок з однодумцями
- вони дають змогу приєднатися до різних груп, що мене цікавлять
- вони допомагають мені навчатися
- вони допомагають організувати та зберігати важливу для мене інформацію
- вони допомагають створювати події та заходи, або приєднатися до вже створених
- вони допомагають зайняти вільний час
- там можна грати он-лайн-ігри

7. Що Ви робите у соціальних мережах?

Спілкуюсь з друзями	Граю в ігри
Слухаю музику	Находжу цікаву інформацію
Дивлюся фільми	Все вище перераховане

8. Чи зможете ви без будь-якої причини видалити свій профіль у соціальній мережі або просто стерти всю інформацію на ній і ніколи більше не заходити туди?

- Так
- Ні
- Не знаю

9. Ви зареєстровані від свого імені?

Так_____ Ні_____

10. Чи можете Ви виражати свої думки у соціальних мережах вільно?

Так_____ Ні_____

Залежить від обставин _____