

## ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВІВ САМОІДЕНТИЧНОСТІ У ЮНАЦЬКОМУ ВІСІ

Єрмакова Наталія Олександрівна,

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри психології

Сумського державного педагогічного університету імені А.С.Макаренка

ORCID ID: 0000-0001-6163-8313

У статті розглядаються складові, чинники, показники вимірювання та рівні самоідентичності як психологічного феномену, що полягає в усвідомленні себе як унікальної особи зі стійкими характеристиками. Даний психологічний феномен спрямовує життєві шляхи та рішення, дає змогу людям усвідомлювати відмінності між собою і тими чи іншими соціальними групами, пояснює поведінкові особливості, включно з негативними формами соціальної поведінки щодо представників інших культур і національних груп. Подаються результати проведеного теоретико-емпіричного аналізу проблеми.

Методами діагностики були стандартизовані методики: «Визначення психологічного та соціального віку особистості» С. Степанова, опитувальник «Задоволеність життям» Н. Мельникової, тест сенсожиттєвих орієнтацій (Дж. Крамбо, Л. Махолік, адаптація Д. Леонтьєва), опитувальник сенсожиттєвої кризи К. Карпінського.

У ході проведеного емпіричного дослідження що лише деякі серед досліджених дівчат і юнаків сприймають і ставляться до свого віку відповідно до його хронологічних показників. Більшість дівчат відчують себе молодшими, а більшість юнаків – старшими. Рівень задоволеності життям вище у дівчат, показник знаходиться в межах середнього рівня у більшості осіб обох статей. Серед дівчат вище середні показники за шкалою «життєва включеність». Дані значення показують, що вони відчують насиченість та повноту життя, у них висока активність і бажання щось робити, вони відчують задоволення та радість від життя. У юнаків даний показник децю знижений.

Виявлені під час дослідження тенденції вказують на важливість проведення своєчасної корекційної роботи зі студентами з метою оптимізації їх самоідентичності. Розробка ефективних психокорекційних стратегій є перспективним напрямком роботи у даному напрямку.

**Ключові слова:** самоідентичність, задоволеність життям, «життєва включеність», розчарованість у житті, сенсожиттєві орієнтації, юнацького віку.

### *Yermakova Nataliia. Features of self-identity manifestations in youth age*

The article examines the components, factors, measurement indicators and levels of self-identity as a psychological phenomenon, which consists in the awareness of oneself as a unique person with stable characteristics. This psychological phenomenon directs life paths and decisions, allows people to realize the differences between themselves and certain social groups, explains behavioral features, including negative forms of social behavior towards representatives of other cultures and national groups. The results of the theoretical and empirical analysis of the problem are presented.

Diagnostic methods were standardized techniques: "Determining the psychological and social age of an individual" by S. Stepanova, "Satisfaction with Life" questionnaire N. Melnikova, test of life orientations (J. Crambo, L. Maholik, adaptation of D. Leontiev), questionnaire of life crisis by K. Karpinsky

In the course of the empirical study, it was found that only some of the female students and male students studied perceive and relate to their age in accordance with its chronological indicators. Most of the girls feel younger and most of the male students feel older. The level of life satisfaction is higher in girls, the indicator is within the average level for most people of both sexes. Among female students, the average indicators on the "life involvement" scale are higher. These values show that they feel the saturation and fullness of life, they have high activity and desire to do something, they feel satisfaction and joy from life. In male students, this indicator is somewhat lower.

The trends identified during the study indicate the importance of conducting timely corrective work with students in order to optimize their self-identity. The development of effective psychocorrectional strategies is a promising direction of work in this direction.

**Key words:** self-identity, life satisfaction, "life involvement", disappointment in life, life-meaning orientations, youth age.

**Вступ.** Самоідентичність є одним з ключових концептів у психології, який включає процес формування і розвитку особистісної індивідуальності, усвідомлення себе як унікальної особи зі стійкими характеристиками. Війна суттєво впливає на психологічний стан молоді та сприйняття себе у світі, створює нові виклики, які можуть призводити до криз самоідентичності, зміни цінностей та пріоритетів молодих людей. Розуміння цих процесів допоможе виявити актуальні потреби студентів, забезпечити їм психологічну підтримку та розробити ефективні програми здатності адаптуватися до змін і підтримувати власну унікальність і самоцін-

ність. Саме тому дослідження проблематики самоідентичності молоді є особливо актуальним.

**Матеріали та методи.** Метою даної статті є аналіз основних теоретичних підходів щодо дослідження особливостей самоідентичності у респондентів юнацького віку та викладення результатів емпіричного вивчення його проявів.

Концепція ідентичності є досить поширеною темою. Її аналізують філософи, соціологи, культурологи, філологи та інші фахівці. Психологами також вивчалися різні аспекти проблеми ідентичності, самоідентичності і процесу ідентифікації. Серед них розглядаються

такі питання, як структура ідентичності (дослідження Е. Еріксона, Г. Брейквела, Г. Маркуса, Л. Тищенко та ін.), соціальні та особистісні виміри ідентичності та самоідентичності (роботи Г. Зімеля, Дж. Міда, Ч. Кулі), рівні та етапи розвитку ідентичності (дослідження Е. Еріксона, Р. Ділтса, Г. Бейтсона, Дж. Марсія та ін.), роль ідентичності та самоідентичності у формуванні особистості (роботи О. Карпової, Т. Яблонської, І. Середницької, Т. Потапчук), особливості прояву самоідентичності у юнацькому віці (дослідження Е. Еріксона, Дж. Марсія, Л. Перетятко, М. Тесленко та ін.).

Американський вчений У. Джеймс був першим, хто розпочав вивчення ідентичності у психології. Він розглядав ідентичність як сукупність уявлень про себе, що формуються в результаті взаємодії з навколишнім середовищем. У. Джеймс вважав, що ідентичність постійно змінюється під впливом різних життєвих подій і досвідів людини. Його дослідження сприяли подальшому розвитку психології ідентичності і внесли вагомий внесок у розуміння цього поняття [6].

Дж. Мід вперше підкреслив, що ідентифікація є важливим механізмом соціалізації особистості, оскільки вона передбачає прийняття соціальних ролей та формування соціальних настанов [7]. Е. Еріксон описує ідентичність особистості як центральний аспект життєвого циклу людини, який найбільш активно розвивається у юнацькому віці і має значний вплив на подальшу функціональність дорослої особистості.

Самоідентичність особистості – один з ключових концептів у психології, складовими якого є формування і розвиток індивідуальності, включаючи усвідомлення себе як унікальної особи зі стійкими характеристиками. Уявлення людини про себе формується на стику, з одного боку, суто внутрішньої, індивідуально-психологічної роботи, а з іншого боку, – неминуче залежить від становища індивіда у світі та різних зовнішніх, насамперед, соціальних, чинників, а також від інших людей. Цей конструкт спрямовує життєві шляхи та рішення, дає змогу людям проводити відмінності між собою і тими чи іншими соціальними групами, пояснює масу поведінкових особливостей, включно з негативними формами соціальної поведінки щодо представників інших культур і національних груп. Засновник гуманістичної психології А. Маслоу [1] вважав потребу в самоідентичності третьою базовою потребою людини – після задоволення фізичних потреб та потреби в соціальній захищеності.

На думку Е. Фромма, чий погляд значною мірою визначили розвиток психоаналізу та пов'язаних із ним дослідницьких стратегій у другій половині XX ст., потреба окреслити межі свого «Я» пов'язана із самою природою людини. Люди постійно шукають своє місце у світі, намагаються зрозуміти не лише зовнішній світ, а й внутрішній, прагнуть до самопізнання, саморозвитку та самовдосконалення. Емоційне самоототожнення, згідно ідей вченого, є ключовим елементом формування індивідуальності та особистості людини. Воно дозволяє розвивати власний внутрішній світ, встановлювати глибокі зв'язки з іншими людьми, розкривати свої таланти

та потенціал. Людина, яка відчуває себе цілісною та збалансованою, може стати кращим професіоналом і досягти більшого у особистому житті. Емоційне самоототожнення допомагає побудувати стійку основу для особистісного росту та розвитку, забезпечуючи глибоке внутрішнє задоволення та радість від життя [2].

Самоідентичність – процес усвідомлення власної унікальності, власної ідентичності та континууму себе в часі. Самоідентичність відображає здатність та бажання кожної людини відчувати стабільність свого «Я» в різних ситуаціях та обставинах життя. Формування самоідентичності пов'язане з внутрішнім пошуком та власне саморозвитком особистості, визначенням власних цінностей, переконань та цілей, а також з розумінням свого призначення. Людина постійно змінюється, взаємодіє з оточуючими, тому цей процес може бути доволі складним і тривалим. Як зазначає Л. Тищенко [4], самоідентичність є важливою частиною психічного здоров'я та самопізнання, оскільки дозволяє особистості відчувати себе цілісними та справді щасливими, здійснювати вибір з відчуттям власної цілісності та відповідальності за свої дії.

Конструювання самоідентичності залежить не лише від зусиль людини. На її формування впливають також інтерсуб'єктивні взаємодії. Ідентичність індивіда проходить постійно процес трансформації, оскільки процес ідентифікації ніколи не припиняється, і основною причиною нестабільності, плінності ідентичності виявляється саме відсутність автономії внутрішнього світу індивіда від мінливого зовнішнього соціального світу [2]. Даний аспект проблеми активно вивчали представники символічного інтеракціонізму, який і зараз залишається одним із ключових напрямів дослідження самоідентичності. Представники цього напрямку розкривали двоїстість людської природи. З одного боку, людина належить до різних соціокультурних груп (за статтю, за конфесіями тощо), з іншого – її унікальний досвід та свідомість відрізняють її від інших представників цих груп. Таким чином, людина соціалізується в суспільстві, одночасно відчуючи обмеження, накладені на неї, і в результаті формує уявлення про саму себе.

Отже, самоідентичність – це усвідомлення та прийняття себе людиною, власних характеристик, цінностей і вірувань, яке формується під впливом взаємодії з оточуючим світом. Це поняття включає в себе різноманітні аспекти особистості, такі як статеві, етнічні, соціальні, професійні і визначається як внутрішніми переконаннями, так і соціальними процесами і взаємодією з оточуючим соціумом.

Становлення ідентичності, виходячи з ідей Е. Еріксона [5], відбувається через низку криз – періодів конфлікту між елементами ідентичності, що вже склалися, та способами «вписування» в оточуючий світ. Криза самоідентичності виявляється у проблемах інтимності, близькості, невизначеності часових перспектив, плутанині ролей, вибору негативної самоідентичності.

Дж. Марсія, виходячи з ідей Е. Еріксона про становлення ідентичності, розробив модель розвитку ідентичності, яка розглядається як одна з найважливі-

ших теорій особистісного та соціального розвитку. Ця модель пропонує відповідь на питання, як із часом змінюється наше уявлення про себе та нашу самоідентичність [7]. За теорією Дж. Марсія, самоідентичність формується та розвивається впродовж життя людини через взаємодію з іншими людьми та саморозкриття. Цей процес включає стадії, які можуть бути відображені на стадіях розвитку та психологічних вікових групах.

Дж. Марсія висунув припущення, що становлення самоідентичності актуалізується у ситуації вибору та виявляється під час вибору звичного патерну вирішення проблем. Вчений уводить поняття статусів ідентичності, які залежать не тільки від глибини переживання кризи ідентичності, а і від особисто значущих цілей. Мораторій є кризою ідентичності з потребою самодослідження: підліток ставить питання своєї самоідентичності та шукає способи вираження себе в соціумі. У юнацькому віці молода людина пробує різні ролі, щоб виявити, ким вона насправді є. Ця стадія може перейти у передчасну ідентичність, при якій цінності від значущих інших некритично наслідуються і привласнюються. Дифузна ідентичність властива молоді, у якій відсутнє відчуття самототожності і немає чітких цілей, що супроводжується відчуженням, апатією, песимізмом. І лише якщо пошук себе завершився успішно і особистості притаманні значущі цілі та цінності, у неї сформоване відчуття стабільності та оптимізму, можна говорити про сформованість статусу досягнутої ідентичності. Це, як правило, відбувається у старшому дорослому віці, коли людина досягає стабільності та впевненості в своїй самоідентичності та знаходить способи забезпечення цілісності свого «я» [7]. Модель розвитку само ідентичності Дж. Марсія є важливим інструментом для розуміння та аналізу особистісних змін та зростання. Вона показує, що самоідентичність не є статичним поняттям, а є процесом постійного еволюційного розвитку. Важливо виокремлювати стадії цього процесу та розуміти його вплив на нашу поведінку та відносини з іншими людьми.

Т. Яблонська визначила дві основні шкали для вимірювання рівня розвитку у людини якостей, пов'язаних з самоідентичністю: «сила – слабкість» самоідентичності; «відкритість – закритість» самоідентичності. Існує чотири крайніх форми розвитку самоідентичності: відкрита сильна самоідентичність, закрита сильна самоідентичність, відкрита слабка (дифузна) самоідентичність та закрита слабка (дифузна) самоідентичність [1].

Для формування самоідентичності вкрай важливим є юнацький вік, оскільки саме під час цього періоду молодь формує власне бачення себе, своїх можливостей і свого місця у світі. Молоді люди перебувають у пошуку себе, намагаються дати відповіді на питання: «Хто і який я?», «Що я хочу від життя?», «Яким я хочу бути?». Це період інтенсивного внутрішнього розвитку. Молодь досліджує світ навколо себе, виробляє власні цінності та переконання. Солідаризуючись із Б. Іваненко [2], важливо, щоб у цей період людина мала можливість вільно виражати свої думки та почуття, зустрі-

чатися з різними викликами та навичками, оскільки саме це допоможе їй зрости як особистість.

На думку Л. Перетятко, М. Тесленко [3], юність – це час, коли вкрай важливими є стійка адекватна самооцінка та сформоване вміння аналізувати свої помилки і навчатися на них, розвинуте вміння приймати важливі рішення і відповідати за свої дії. Зокрема, самоаналіз допомагає молодій особі усвідомити свої внутрішні переконання і впливи, що формують її поведінку та дії, а самооцінка допомагає реально оцінювати власні досягнення та можливості.

Таким чином, аналіз різних наукових підходів дозволяє розглядати самоідентичність у юнацькому віці як процес усвідомлення та пізнання себе, власної унікальності через узгодження внутрішніх орієнтирів, цінностей, настанов. На її формування впливають також інтерсуб'єктивні взаємодії. Ідентичність індивіда проходить постійно процес трансформації, оскільки процес ідентифікації ніколи не припиняється, і основною причиною нестабільності, плінності ідентичності виявляється саме відсутність автономії внутрішнього світу індивіда від мінливого зовнішнього соціального світу. Вказані особливості ми врахували при плануванні та проведенні експериментального дослідження.

**Результати дослідження.** Метою емпіричного дослідження було вивчення особливостей змін самоідентичності, пов'язаних із смисложиттєвими орієнтаціями юнаків та дівчат, що є особливо важливим на даному етапі – під впливом війни в Україні. У емпіричному дослідженні вивчення особливостей самоідентичності брали участь студенти різних спеціальностей СумДПУ імені А.С. Макаренка, перших-четвертих курсів першого (бакалаврського) рівнів вищої освіти, загальною кількістю 80 осіб, з яких 40 – юнаки і 40 – дівчата. Дослідження проводилось впродовж 2023 / 2024 навчального року.

В дослідженні були використані наступні діагностичні методики: «Визначення психологічного та соціального віку особистості» (С. Степанов); опитувальник «Задоволеність життям» (Н. Мельникова); тест сенсожиттєвих орієнтацій (Дж. Крамбо, Л. Махолік, адаптація Д. Леонтьєва); опитувальник сенсожиттєвої кризи (К. Карпінський.)

За методикою «Визначення психологічного та соціального віку особистості» (С. Степанов), спрямованої на вивчення ставлення досліджуваних до власного сьогодення, минулого та майбутнього та виявлення уявлень про перспективи життя юнацтва, нами були отримані наступні результати (див. табл. 1).

Таблиця 1  
**Особливості сприйняття психологічного віку  
респондентами юнацького віку**

N=80

|         | Психологічний вік |      |         |      |           |     |
|---------|-------------------|------|---------|------|-----------|-----|
|         | старше            |      | молодше |      | адекватно |     |
|         | Абс.              | %    | Абс.    | %    | Абс.      | %   |
| Юнаки   | 11                | 27,5 | 28      | 70   | 1         | 2,5 |
| Дівчата | 6                 | 15   | 31      | 77,5 | 3         | 7,5 |

Проаналізуємо отримані результати. Згідно з даними інтерпретації методики, людина, яка відчуває себе старше свого віку, зазвичай не бачить перспектив свого життя, не має цілей, орієнтованих в майбутнє, не буде планів та має знижений фон настрою. Людям, які відчувають себе набагато молодше свого хронологічного віку, притаманний, навпаки, занадто оптимістичний настрій щодо самого себе та перспектив свого майбутнього, що позбавляє її можливості тверезо планувати своє майбутнє і координувати плани життя з урахуванням тайм-менеджменту, потрібного на їх втілення, їм може бути притаманна відкладати власну реалізацію «на завтра», пояснюючи це тим, що «все ще встигну...».

Аналізуючи тенденції, виявлені у досліджуваних, відзначимо, що серед юнаків, які більш адекватно оцінюють свій психологічний вік, є 2,5 %. Дівчат з реалістичним сприйняттям себе виявилось 7,5 %.

Більшість респондентів (юнаків – 70%, дівчат – 77,5%) психологічно відчувають себе молодше. Їм властиво бачити перспективи свого майбутнього більш райдужно та насичене, їх майбутнє переповнене планами, які будуть втілюватися ними «коли-небудь, але пізніше», вони занадто оптимістичні по відношенню до своїх можливостей (фізичним, соціально-психологічним). Таке самовідчуття, при всій його позитивності, може мати негативні наслідки у вигляді відкладання справ та цілей на більш пізні втілення, тим самим, не насичуючи сьогоdnішній період продуктивною активністю.

Серед досліджуваних, які відчувають себе старше, майже третина юнаків (27,5 %), які не бачать перспектив свого життя, не будують плани, не мають довгострокових цілей. Серед дівчат таких всього 15%.

Методика «Задоволеність життям» (Н. Мельникова) дозволила виявити особливості ставлення до себе, світу та способів проживання власного життя. Результати за даною методикою представлено у таблиці 2.

Таблиця 2

**Показник задоволеності способами проживання власного життя, ставлення до себе, світу у юнацькому віці**

N=80

|         | Рівень  |    |          |      |         |      |
|---------|---------|----|----------|------|---------|------|
|         | Низький |    | Середній |      | Високий |      |
|         | Абс.    | %  | Абс.     | %    | Абс.    | %    |
| Юнаки   | 4       | 10 | 18       | 45   | 18      | 45   |
| Дівчата | 6       | 15 | 21       | 52,5 | 13      | 32,5 |

Відповідно до інтерпретаційних норм методики, майже половина досліджуваних студентів-юнаків (45%) і третина – студенток-дівчат юнацького віку, що набрали більшу кількість балів, позитивніше ставляться до себе, світу, способів проживання власного життя. Цим студентам притаманний більший оптимізм, у них більше життєвої енергії, вони краще ставляться до себе, приймають свою індивідуальність та способи реалізації. Виходячи з цього можна побачити, що незначна частина досліджуваних, і юнаків (10%), і дівчат (15%),

мають знижений тонус, мало оптимістичні, не відчувають позитивних почуттів щодо ставлення до себе, світу і до перспектив власного життя, тобто, мають особливості, властиві людям більш старшого віку.

Слід зазначити, що дівчатам, порівняно з юнаками, в меншій мірі властиво занадто оптимістично ставитися до себе, власних перспектив. Серед юнаків, в порівнянні з дівчатами, більше тих, хто сповнений життєвих сил, віри в себе, доброзичливих та оптимістично налаштованих на майбутнє.

Аналізуючи отримані показники задоволеності респондентів життям, можна виділити таку тенденцію, як наявність досліджуваного феномена на рівні середніх показників. Тобто, і хлопці, і дівчата суб'єктивно оцінюють своє життя як «нормальне», а на більшість питань тесту схильні відповідати в діапазоні «рідко» та «періодично». Однак, детальний аналіз показників в стандартних одиницях демонструє рівень задоволеності життям з наближенням до нижньої межі середнього рівня, хоча у дівчат суб'єктивна оцінка себе і свого життя трохи вище (4,9), ніж у юнаків (4,65).

Аналіз даних по окремих факторах, що представляють ті чи інші критерії задоволеності, можна виділити найнижчу задоволеність в категоріях «втома від життя» та «неспокій про майбутнє», а у хлопців і в категорії «розчарування в житті».

Фактор «життєва включеність» показує більш високі значення у досліджуваних, причому у дівчат виділена тенденція до більш високих показників задоволеності життям в цьому аспекті. Це свідчить про те, що дівчата відчувають насиченість та повноту життя більшою мірою, у них висока активність та бажання щось робити, вони відчувають задоволення та радість від життя більшою мірою, ніж хлопці. А хлопці ж показують більш низькі показники задоволеності за цим параметром.

Виражена у респондентів і втома від життя. Це означає, що їм властиво відчувати себе втомленими, «виснаженими», апатичними, мало орієнтованими на задоволення бажань та досягнення цілей.

Цікавим фактом за виявленими показниками є те, що при високій активності та життєвої включеності, дівчата більш розчаровані в житті, що свідчить про почуття досади, образи, відчутті несправедливості через розбіжності бажаного з дійсним, незадоволеність діяльністю та реалізацією, відчутті відсутності результатів. Інтерпретуючи дані по цих двох факторів, можна припустити, що незважаючи на розчарування, дівчатам властиво зберігати більш високий рівень життєвої включеності. Хлопцям же властивий лінійний зв'язок показників розчарованості, занепокоєння про майбутнє, втоми зі зниженням рівня життєвої включеності.

Отже, проведений аналіз демонструє задоволеність життям в межах середнього рівня у більшості дівчат (52,5%) і юнаків (45%). Можна припустити, що 10% юнаків і 15% дівчат, у яких виявлено низький рівень задоволеності життям, знаходяться на межі кризи, або в кризі самоідентичності.

*Тест сенсожиттєвих орієнтацій, Дж. Крамбо, Л. Махлик, адаптація Д. Леонтьєва.*

Як свідчать загальні результати кількісного аналізу отриманих даних, високий рівень сенсожиттєвих орієнтацій виявлений у 70% юнаків і 80% дівчат. Низький рівень притаманий лише 5% юнаків. Середній рівень СЖО виявлений у 25% юнаків і 20% дівчат. Отже, серед хлопців та дівчат більшість контролюють своє життя, позиціонують себе в якості сильних особистостей, дають високу оцінку пройденого відрізка свого життя та відчують продуктивність та осмисленість прожитої її частини.

Результати даного тесту також дозволили нам отримати показники значущості окремих аспектів життя для особистості досліджуваних в сукупності з активністю молодих людей в своїй життєдіяльності в цьому значимому для себе напрямку. Методика дозволяє побачити наявність цілей в житті студентів, інтерес до неї та ступінь насиченості життя активністю. Також під час аналізу можна виявити показники задоволеності власною результативністю та уявлення особистості про здатність контролювати свою спрямованість та продуктивну життєдіяльність («Локус контролю – Я», «Локус контролю – життя»).

Виявилось, що середні значення за всіма шкалами вище у дівчат, ніж у хлопців. Це означає, що дівчатам властива більша цілеспрямованість (так як показники не досягають верхніх значень високого рівня). Їм також властива більша відповідальність за реалізацію значущих цілей свого життя. Показники за субшкалою «Процес життя» і у дівчат, і у юнаків відповідають середньому рівню вираженості, але у дівчат вони трохи вищі, ніж у респондентів-юнаків. Всім досліджуваним властива заглибленість в безпосередній процес життя, вони цілком задоволені сьогоденням.

За субшкалою «Результативність в житті» юнаки показали результати, відповідні середньому рівню задоволеності власною самореалізацією (25,5). Дівчата продемонстрували більшу задоволеність своєю продуктивністю та їх результати відповідають високому рівню задоволеності (27,38). І ті й інші оцінюють свою продуктивність на попередніх етапах життя цілком високо. Особливо відрізняються середні значення за субшкалами локусу контролю – «Локус контролю-життя» та «Локус контролю Я», а також за субшкалою «Цілі в житті».

Загалом, незважаючи на однакову тенденцію в сенсожиттєвих орієнтаціях у юнаків і дівчат, все ж можна виокремити певні відмінності. Так, дівчата схильні більшою мірою вважати себе сильними особистостями і контролювати своє життя, їм властива рішучість та свобода при прийнятті та втіленні власних життєвих рішень. Цікавим тут є те, що дівчатам більшою мірою властива орієнтація у своїй життєвій активності на результат, що говорить про раціоналізм та прагматичність, а також про потребу бути ефективним у досягненні поставлених цілей.

*Опитувальник сенсожиттєвої кризи (К. Карпинський).* Результати, отримані за допомогою даного опитувальника, представлені у таблиці 3, дозволяють отримати уявлення про суб'єктивне емоційне ставлення

досліджуваних до життя, до себе, до подій свого життя, а також дані, які свідчать про негативні прояви в житті людини, обумовлених втратою сенсу життя в нинішніх умовах. У сукупності такі дані дозволять судити про наявність кризи осмисленості життя та ступеню її прояву у досліджуваних.

Таблиця 3  
**Показники вираженості рівня сенсожиттєвої кризи у досліджуваних**

N=80

|         | Рівень сенсожиттєвої кризи |      |          |      |         |      |
|---------|----------------------------|------|----------|------|---------|------|
|         | Низький                    |      | Середній |      | Високий |      |
|         | Абс.                       | %    | Абс.     | %    | Абс.    | %    |
| Юнаки   | 13                         | 32,5 | 15       | 37,5 | 12      | 30   |
| Дівчата | 11                         | 27,5 | 16       | 40   | 13      | 32,5 |

Проаналізуємо отримані дані про вираженість сенсожиттєвої кризи у досліджуваних. Більшість респондентів – 40% дівчат і 37,5% юнаків – мають середній рівень прояву кризи. Третина юнаків (30%) та дівчат (32,5%) продемонстрували високий рівень прояву сенсожиттєвої кризи, для якої характерна певна втрата життєвих орієнтирів, розгубленість, невизначеність, відсутність мотивації у пошуку свого місця у житті, що, безумовно, пов'язано з повномасштабною війною в Україні. Також дуже втішним є виявлений у ході дослідження факт, що третина респондентів – 32,5% юнаків та 27,5% дівчат – продемонстрували низький рівень напруги під час переживання кризи, певний оптимізм, вміння переборювати труднощі і знаходити мету та сенсожиттєві орієнтації, незважаючи на загальні тенденції втрати сенсу життя, пов'язані з війною, характерні не тільки для молоді, а і для значної частини українців.

В цілому, отримані за методикою К. Карпинського дані свідчать про те, що переживання з приводу втрати сенсу життя притаманна як дівчатам, так і юнакам на однаковому рівні: у представників обох статей переважають показники середнього та високого рівня напруги, що свідчить про притаманні переважній більшості юнацтва переживання втрати сенсу їх життєвої активності, знецінення колишньої значущих цінностей та смислів, зіткнення у внутрішньому плані параметрів значущих цінностей з можливостями їх реалізації в реальному житті. Такі переживання породжують зниження задоволеності собою і життям, призводять до почуття спустошеності, що проявляється в зниженні активності і, як правило, супроводжується негативною оцінкою власної продуктивності та не дозволяє особистості реконструювати своє життя та поведінку з орієнтацією на бажане майбутнє.

Таким чином, були отримані та проаналізовані емпіричні дані, що свідчать про ступінь прояву кризи самоідентичності особистості у досліджуваних, про наявність якої можуть свідчити виявлені нами показники задоволеності життям, ступеня структурованості смисложиттєвих орієнтацій особистості та наявність кризо-

вих переживань втрати смислової орієнтації в актуальний період життєдіяльності випробовуваних.

**Висновки.** Проведений теоретичний аналіз дозволив дослідити самоідентичність особистості як психологічний феномен, який є ключовим у психології. Самоідентичність є процесом усвідомлення себе, визначення власної ідентичності на основі внутрішніх орієнтирів, цінностей, переконань та досвіду. Цей процес передбачає постійний розвиток і зміну особистості з часом, що є типовим для кожної людини. Самоідентичність постійно трансформується через процес ідентифікації, оскільки вона неперервна і залежить від зовнішнього соціального світу.

Наше емпіричне дослідження було спрямоване на вивчення психологічних аспектів самоідентичності у юнацькому віці під впливом воєнного конфлікту, оцінку психологічного віку хлопців та дівчат, рівень задоволеності життям, а також особливостей смислових орієнтацій та наявності смислової кризи. Отримані нами результати показали, що юнаки більш оптимістичні та впевнені у собі порівняно з дівчатами. Також було виявлено розбіжності у сприйнятті власного віку між юнаками та дівчатами.

Виявилося, що респондентки жіночої статі більш схильні до активності, ризику та пошуку нових вражень. Вони частіше відчують потребу в самовираженні та самореалізації, краще володіють навичками самоконтролю. У юнаків бажання підтвердити свою маскуліність є менш вираженим. Також хлопці менше схильні до розгляду свого життя з прагматичного ракурсу, вони менш рішучі як при прийнятті рішень, так і при втіленні їх в життя. Потреба бути ефективними у досягненні поставлених цілей була виявлена у них менше, порівняно з дівчатами.

Отже, хоча існують загальні тенденції в проявах самоідентичності у респондентів чоловічої та жіночої статі, все ж можна виокремити певну різницю. Це може бути пов'язано з різними соціальними ролями, очікуваннями суспільства та іншими факторами, які впливають на формування самоідентичності у юнаків та дівчат.

Виявлені тенденції свідчать про необхідність проведення просвітницько-профілактичної та психокорекційної роботи зі студентами юнацького віку оптимізації складових самоідентичності, зменшення проявів кризи, що і буде перспективою наших подальших наукових пошуків.

#### Література:

1. Бубряк Т. Ю. Деякі аспекти дослідження проблеми самоідентичності. Проблеми сучасної психології. 2011. Вип. 12. С. 120-130. URL: <https://journals.uran.ua/index.php/2227-6246/article/view/161131/160308>
2. Іваненко Б. Я-ідентичність особистості: статичні й динамічні аспекти. Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки. 2020. Випуск 7. С. 53-61. URL: <https://doi.org/10.30970/PS.2020.7.8>
3. Перетятко Л. Г., Тесленко М.М. Професійна самоідентичність майбутніх психологів у закладах вищої освіти. Психологія і особистість. 2022. № 2 (22). С. 139-151. URL: <https://doi.org/10.33989/2226-4078.2022.2.265493>
4. Тищенко Л. В. Самоідентичність особистості як загально-психологічна проблема. Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського. Серія: Психологічні науки. 2013. Т. 2. Вип. 10. С. 299-303. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvmdups\\_2013\\_2\\_10\\_59](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvmdups_2013_2_10_59)
5. Erikson E. H. Identity : Youth and Crisis. New York : W. W. Norton & Company, 1968. 336 p.
6. James W. The principles of psychology. N.Y., Cosimo classics, 2007. Vol. 2. 706 p.
7. Marcia J. E. Identity in adolescence. Handbook of adolescent psychology (ed. by J. Adelson). N.Y., John Wiley, 1980. P. 139-143.

#### References:

1. Bubryak T. YU. (2011) Deyaki aspekty doslidzhennya problemy samoidentychnosti. [Some aspects of research into the problem of self-identity]. *Problemy suchasnoyi psykholohiyi*. Vyp. 12. P. 120-130. URL: <https://journals.uran.ua/index.php/2227-6246/article/view/161131/160308> (data zvernennya: 28.03.2025) [in Ukrainian]
2. Ivanenko B. (2020) YA-identitychnist' osobystosti: statychni y dynamichni aspekty. [I-identity of personality: static and dynamic aspects]. *Visnyk L'vivskoho universytetu. Seriya psykholohichni nauky*. Vypusk 7. P. 53-61. URL: <https://doi.org/10.30970/PS.2020.7.8> (data zvernennya: 28.03.2025) [in Ukrainian]
3. Peretyat'ko L. H., Teslenko M. M. (2022) Profesiyna samoidentychnist' maybutnikh psykholohiv u zakladakh vyshchoyi osvity. [Professional self-identity of future psychologists in higher education institutions]. *Psykholohiya i osobystist'*. 2022. № 2 (22). С. 139-151. URL: <https://doi.org/10.33989/2226-4078.2022.2.265493> (data zvernennya: 28.03.2025) [in Ukrainian]
4. Tyshchenko L. V. (2013) Samoidentychnist' osobystosti yak zahal'no-psykholohichna problema. [Self-identity of the individual as a general psychological problem]. *Naukovyy visnyk Mykolayivs'koho derzhavnoho universytetu imeni V. O. Sukhomlyns'koho. Seriya: Psykholohichni nauky*. T. 2. Vyp. 10. P. 299-303. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvmdups\\_2013\\_2\\_10\\_59](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvmdups_2013_2_10_59) (data zvernennya: 28.03.2025) [in Ukrainian]
5. Erikson E. H. (1968) Identity : Youth and Crisis. New York : W. W. Norton & Company, 336 p.
6. James W. (2007) The principles of psychology. N.Y., Cosimo classics, 2007. Vol. 2. 706 p.
7. Marcia J.E. (1980) Identity in adolescence. Handbook of adolescent psychology (ed. by J. Adelson). N.Y., John Wiley, P. 139-143.