



**Научная статья**

DOI: 10.17748/2686-9969-2021-4-3-103-108

УДК 159.99

**ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ОБРАЗА «Я» В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ**

**Полина Геннадьевна Бондарева**

Кубанский государственный университет

г. Краснодар, Россия

<https://orcid.org/0000-0002-9548-2350>

[polinabondareva2000@mail.ru](mailto:polinabondareva2000@mail.ru)

**Аннотация:** статья посвящена изучению вопроса развития детей подросткового возраста, новообразований и хронологических рамок данного периода. Кроме того, в статье дана краткая характеристика каждого из периодов подросткового возраста с учетом того, как формируются на них представление подростка о самом себе. Показано значение стремления к самосознанию и самопознанию у подростка. Рассмотрены особенности формирования «Я-концепции», ее элементы, подробно описан такой элемент, как образ «Я». Дана характеристика данному понятию, показаны все его элементы. Кратко описаны пути формирования образа «Я» подростка, даны представления о взаимосвязи образа «Я» с «Я-идеальным» и «Я-реальным». Показан переход от изменчивого образа «Я», подверженного влиянию значимых взрослых и сверстников, к достаточно устойчивой «Я-концепции».

**Ключевые слова:** подростковый возраст, подросток, самосознание, образ «Я», «Я-концепция».

**Для цитирования:** Бондарева П.Г. Особенности формирования образа «Я» в подростковом возрасте. Педагогика: история, перспективы. 2021. Том. 4. № 3. с. 103-108. DOI: 10.17748/2686-9969-2021-4-3-103-108

**Original article**

**FEATURES OF THE FORMATION OF THE IMAGE OF "I" IN ADOLESCENCE**

**Polina G. Bondareva**

Kuban State University

Krasnodar, Russia

<https://orcid.org/0000-0002-9548-2350>

[polinabondareva2000@mail.ru](mailto:polinabondareva2000@mail.ru)

**Abstract:** This article is devoted to the study of the development of adolescent children, neoplasms and the chronological framework of this period. In addition, the article provides a brief description of each of the periods of adolescence, taking into account how the adolescent's self-image is formed on them. The importance of the desire for self-awareness and self-knowledge in a teenager is shown. The features of the formation of the "I-concept", its elements are considered, such an element as the image of the "I" is described in detail. The characteristic of this concept is given, all its elements are shown. The ways of forming the image of the "I" of a teenager are briefly described, ideas are given about the relationship of the image of the "I" with the "I-ideal" and "I-real". In addition, the transition from a changeable image of the "I", influenced by significant adults and peers, to a fairly stable "I-concept" is shown.

**Keywords:** adolescence, teenager, self-awareness, the image of "I", "I-concept"

**For citation:** Bondareva P.G. Features of the formation of the image of "I" in adolescence. *Pedagogy: history, prospects*. 2021. Vol. 4. no. 3. PP. 103-108. (In Russ.)  
DOI: 10.17748/2686-9969-2021-4-3-103-108

Проблема формирования образа «Я» в подростковом возрасте является областью исследования многих психологических научных школ. Так Райс Ф. [1] говорит о том, что устойчивая «Я-концепция», элементом которой является образ «Я» является центральным новообразованием подросткового возраста. Именно поэтому данному вопросу посвящено очень большое количество исследований в психологии, психиатрии, а также в биохимии, физиологии, философии и социологии.

*Объект исследования* – феномен возникновения образа «Я».

*Предмет* – особенности формирования образа «Я» у подростков.

*Цель исследования* – выявить и описать причины и характер возникновения относительно устойчивого образа «Я» в подростковом возрасте.

*Методы исследования* – теоретический анализ литературы, гипотетико-дедуктивный метод.

*Подростковый возраст* – особый этап перехода ребенка к взрослой жизни. Он имеет ряд специфических только для него особенностей и свои хронологические рамки. Так, Д.Б. Эльконин выделяет подростковый возраст в период с 12 до 17 лет. При этом эпоха подросткового возраста у него подразделяется на два этапа. Первый этап приходится на возраст 12-14 лет и называется младший подростковый возраст, ведущей деятельностью здесь является интимно-личностное общение. Второй этап попадает на хронологический этап с 15 до 17 лет. Это период ранней юности, когда на первый план выходит учебно-профессиональная деятельность [1].

Каждый из этих этапов имеет свои особенности, однако их объединяет то, что весь подростковый возраст – это период перехода к взрослой жизни, личностного самоопределения, идентичности и формирования целостного образа «Я». Л.И. Божович говорит о том, что в течение подросткового возраста изменяется отношение ребенка и к окружающему миру, и к самому себе, кроме того, активно

развиваются процессы самосознания и самоопределения. Новообразование в подростковом возрасте – чувство взрослости [1]. Само по себе чувство взрослости – ничто иное, как особая форма субъективного представления о себе как о человеке, который причисляется к миру взрослых.

Сложившиеся в младшем школьном возрасте относительно устойчивые качества личности в подростковом возрасте влияют на поведение ребенка, из-за чего у него возникает потребность познать эти качества, а значит, и самого себя. Развитие самосознания – как одного из центральных направлений деятельности подростка доказано многими исследованиями. Самопознание является исключительной особенностью личности, осознающей себя частью общества, но не отождествляющей себя с другими людьми. Продуктом процесса самопознания является целостный «Образ-Я» [2].

Изучение особенностей формирования «Образа-Я» в подростковом возрасте приобретает особую значимость в связи с тем, что меняются ценности и установки, меняются условия жизни современного подростка, что в значительной степени определяет изменения в личности и поведении подростка [3].

Самосознание – это результат постоянного развития. В период подросткового возраста ребенок активно начинает себя сравнивать со сверстниками, детьми и взрослыми и приходит к выводу, что он уже взрослый, а значит, все должны признать его значимость и самостоятельность. Подросток идентифицирует себя и постепенно формирует целостный «Образ-Я», являющийся элементом «Я-концепции».

«Я-концепция» – это относительно устойчивая, в большей или меньшей степени осознанная и переживаемая как неповторимая система представлений индивида о самом себе, на основе которой он строит свое взаимодействие с другими людьми и относится к себе [2].

«Я-концепция» состоит из нескольких структурных элементов:

- Я-реальное
- Я-идеальное
- Я-зеркальное

При этом в концепцию представлений о самом себе входят:

- «Образ-Я», то есть когнитивная составляющая;
- самооценка, то есть оценочная составляющая;
- конкретные действия, которые могут быть вызваны «Образом-Я» и самооценкой.

В подростковом возрасте ребенок начинает осознавать свою индивидуальность и неповторимость, а в его сознании происходит переориентация с преимущественно внешних оценок на внутренние. В образе «Я» подростка выстраивается его отношение к самому себе и отношение другим к нему. При этом подросток может относиться к себе так же, как к другому, а может уважать или презирать, любить или ненавидеть себя. Таким образом, образ «Я» выступает как особо прочная установка по отношению к самому себе.

Образ «Я» связан с субъективным переживанием подростка наличия собственного «Я» и выражается в понимании человеком своей тождественности самому себе и в настоящем, и в прошлом, и в будущем. У ребёнка в подростковом возрасте существенно увеличивается объем и глубина восприятия не только себя, но и другого человека. Одновременно на первый план развития психики выходит

самосознание и рефлексия своего «Я». Образ «Я» подростка обычно включает в себя три компонента. Компоненты «Образа-Я» напрямую не связаны между собой, но вместе складываются в идеальное представление о самом себе – образ «идеального-Я».

*Первый компонент – когнитивный.* Это представление о себе, своей внешности и способностях. При этом подросток может выдвигать на первый план как внешность, так и достижения или профессиональное мастерство в положительном ключе, то есть радоваться или выносить урок. Но нередок случай, когда подросток на первый план в формировании образа «Я» выдвигает поражения и неудачи.

*Второй компонент – эмоциональный.* Это эмоциональная оценка себя и своих действий. Сюда относится уровень самокритичности, любви к себе или же наоборот, самоуничижения.

*Третий компонент – поведенческий,* то есть поведение или воля. В соответствии с этим компонентом оценивается стремление быть принятым, положительно оценённым значимой личностью, повысить свой социальный статус. При этом, в положительном ключе подросток стремится показать себя настоящим, а вот в негативном – остаться незаметным или быть первым даже там, где это не так, это попытки скрыть свои недостатки и быть идеальным.

Представления подростка о себе только формируются, они динамичны и нестабильны, поэтому подростки чувствительны к словам, действиям. Подросток находится на фазе формирования личности [4]. Отдельные черты личности преобладают, другие уходят далеко на задний план, а сочетание различных образов «Я» порой негармонично. Нередко у подростков наблюдается дисбаланс между внешними проявлениями образа «Я» и внутренним желанием показаться хорошим. Порой случайно брошенная фраза приводит к существенному сдвигу в самосознании подростка и заметно изменяет его образ «Я» [5]. Степень адекватности и соответствия «Я-образа» тесно связана с самооценкой личности. Самооценка – компонент самосознания, который включает знания подростка о себе, оценку своих физических и умственных характеристик, нравственности и поступков.

В случае, когда у подростка довольно высокий уровень притязаний, но осознание своих возможностей находится на недостаточном уровне, «идеальное-Я» может заметно отличаться от «реального-Я» [6]. Подростком переживается разрыв между идеальным образом «Я» и настоящим положением приводит к неуверенности в себе, что может выражаться в обидчивости, упрямстве и агрессии. Между «Я-реальное» и «Я-идеальное» подростка должен быть оптимальный разрыв, понимаемый подростком как стимул к самосовершенствованию. Однако, если у подростка уже есть ряд негативных установок, низкая самооценка или завышенные требования к себе, то чем больше разрыв, тем глубже он уходит в принятие собственной никчемности или же абсолютной идеальности. Это приводит к конфликтам с окружающими людьми, которые адекватно оценивают подростка. Нередко он уходит в среду, где его примут таким, каким он себя видит, но такая среда лишь усиливает негатив к самому себе. Поэтому очень важно помочь подростку на этом этапе поверить в свои силы и здраво их оценивать. Кроме того, на данном этапе подросток особенно нуждается в активной рефлексии. Чем качественнее подросток анализирует себя, тем более высокий и стабильный у него уровень развития образа «Я». Когда «Образ-Я» достаточно стабилизирован, а

оценка значимой личности или оценка самого подростка ему противоречат, включаются механизмы психологической защиты.

Таким образом, при сбалансированном формировании образа «Я» подросток развивается как гармоничная личность. В противном случае возникают такие проявления недовольства собой, как агрессия на товарищей, а чаще на тех, кто слабее, неприятие своего тела и активные попытки его изменить, страхи. К концу подросткового возраста у ребенка складывается образ «Я». Изначально он изменчив и подвержен внешним влияниям, однако, к юношескому возрасту все компоненты образа «Я» объединяются в единое целое, образуя «Я-концепцию», которую считают центральным новообразованием всего подросткового периода.

### СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. – С.Петербург: Питер, 2000.
2. Агафонов А.Ю. Исследование Я-концепции учащихся подросткового возраста. Средства качественной оценки образовательных систем. – Автореферат диссертации, Казанский госуниверситет, 2000.
3. Петренко А.В. Анализ взаимосвязи акцентуированности личности со склонностью к риску в подростковом и юношеском возрасте / Педагогика: история, перспективы. Том 2. №5. 2019. URL: <https://dp-journal.ru/index.php/pvsz/article/view/73/60>.
4. Игнатович С.С., Сотникова Т.В. К вопросу социализации подростков в семье / Педагогика: история, перспективы. Том 2. №6. 2019. URL: <https://dp-journal.ru/index.php/pvsz/article/view/79/pdf>.
5. Кнутова А.И. Особенности «Образа-Я» в подростковом возрасте // Концепт. 2019. №3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-obraza-ya-v-podrostkovom-vozhaste> (дата обращения: 29.04.2021).
6. Поликаркина М.С. К проблеме специфики проявления агрессивности и становления «Образа я» в подростковом возрасте // Вестник ОГУ. 2011. №2 (121). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-probleme-spetsifiki-proyavleniya-agressivnosti-i-stanovleniya-obraza-ya-v-podrostkovom-vozhaste>

### REFERENCES

1. Rice F. Psychology of adolescence and adolescence –p.Petersburg: Piter, 2000.
2. Agafonov A. Yu. Research of the Self-concept of adolescent students. Means of qualitative assessment of educational systems. - Abstract of the dissertation, Kazan State University, 2000.
3. Petrenko A.V. Analysis of the relationship between the accentuation of the individual and the tendency to risk in adolescence and adolescence. Pedagogy: history, prospects. Pedagogy: history, prospects. Tom 2. No. 5. 2019. URL: <https://dp-journal.ru/index.php/pvsz/article/view/73/60>
4. Ignatovich S. S., Sotnikova T. V. On the issue of socialization of adolescents in the family. Tom 2. No. 6. 2019. URL: <https://dp-journal.ru/index.php/pvsz/article/view/79/pdf>.
5. Knutova A. I. Features of the "Image-I" in adolescence / / Concept. 2019. №3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-obraza-ya-v-podrostkovom-vozhaste>.

6. Polikarkina M. S. On the problem of the specifics of the manifestation of aggressiveness and the formation of the "Image of the Self" in adolescence / / Bulletin of the OSU. 2011. No. 2 (121). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-probleme-spetsifiki-proyavleniya-agressivnosti-i-stanovleniya-obraza-ya-v-podrostkovom-vozzraste>

**Информация об авторе:** Бондарева Полина Геннадьевна, Кафедра педагогики и психологии, Факультет педагогики, психологии и коммуникативистики. Кубанский государственный университет.  
г. Краснодар, Россия  
<https://orcid.org/0000-0002-9548-2350>  
polinabondareva2000@mail.ru

Автор прочитал и одобрил окончательный вариант рукописи

**Information about the author:** Bondareva Polina Gennadievna Department of Pedagogy and Psychology, Faculty of Pedagogy, Psychology and Communication Studies, Kuban State University, Krasnodar, Russia

<https://orcid.org/0000-0002-9548-2350>  
polinabondareva2000@mail.ru

The author has read and approved the final manuscript.

Статья поступила в редакцию / The article was submitted: 11.05.2021  
Одобрена после рецензирования и доработки / Approved after reviewing and revision: 13.06.2021  
Принята к публикации / Accepted for publication: 25.06.2021

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов./ The author declares no conflicts of interests.