



федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Кемеровский государственный медицинский университет»  
Министерства здравоохранения Российской Федерации

## Развитие самосознания в ранней юности

Никитина Софья Александровна 2436  
группа

# Введение

Самосознание - это процесс познания человеком самого себя, своих качеств, особенностей и места в мире.

Ранняя юность (15-17 лет) - период активного формирования личности и самопознания.

Актуальность темы:

- ❖ Быстрое развитие личности.
- ❖ Формирование взгляда на мир.
- ❖ Понимание своей неповторимости.





Ранняя юность — это период, когда человек начинает активно осознавать себя как личность, формировать собственное мировоззрение и искать своё место в мире. Этот этап жизни наполнен поиском ответов на вопросы: «Кто я?», «Чего я хочу?», «Как я отношусь к окружающему миру?».



Самосознание в ранней юности развивается через несколько ключевых аспектов. Во-первых, это самооценка. Молодые люди начинают оценивать свои способности, внешность, достижения и сравнивать себя с другими. Это может вызывать как чувство уверенности, так и неуверенности, что влияет на их поведение и выбор.

Во-вторых, важную роль играет социальное окружение. Друзья, семья, учителя — все они формируют представление о себе. В этот период подростки часто ищут поддержку и одобрение, что помогает им укрепить свою идентичность. Однако конфликты с окружающими могут вызывать сомнения в себе.

В-третьих, интересы и увлечения становятся важным фактором развития самосознания. Через хобби, учёбу или творчество молодые люди находят свои сильные стороны и начинают строить планы на будущее. Это помогает им осознать свои цели и приоритеты.

# Функции развития самосознания

- ❖ Формирование целостного образа “я”
- ❖ Развитие рефлексии
- ❖ Появление критического мышления
- ❖ Стремление к самоопределению
- ❖ Поиск идентичности

# Факторы развития самосознания

## Внешние факторы:

- ❖ Социальная среда
- ❖ Общение со сверстниками
- ❖ Влияние значимых взрослых
- ❖ Культурные нормы

## Внутренние факторы:

- ❖ Самоанализ
- ❖ Рефлексия
- ❖ Самооценка
- ❖ Стремление к саморазвитию

# Механизмы развития самосознания

- ❖ Принятие точки зрения другого человека на себя.
- ❖ Принятие социальных норм и распорядка путем прямого или косвенного внушения со стороны окружающих или родителей.
- ❖ Усвоение оценок и стандартов, который является уровнем требований.
- ❖ Система родительского контроля. Система взаимоотношений с родителями.
- ❖ Семейная принадлежность или степень участия ребенка в семейных отношениях.
- ❖ Идентификация или сравнение себя с другим человеком.

# Как развивать самопознание



Методы развития:

- ❖ Дневник самонаблюдения
- ❖ Практики самоанализа
- ❖ Групповые дискуссии

Рекомендации:

- ❖ Поддержка самооценки
- ❖ Развитие критического мышления
- ❖ Формирование адекватных ожиданий

# Заключение

В заключение можно сказать, что на этапе раннего подросткового возраста развивается новый уровень самосознания, характеризующийся относительно стабильным представлением о себе. Появляется личностное новообразование, которое в психологических исследованиях характеризуется как самоопределение.

Этот этап сложен, но важен. Он закладывает основу для дальнейшего жизненного пути, помогая человеку стать уверенным, самостоятельным и ответственным.

**Спасибо за внимание**

# Список литературы

1. Психология. Шпаргалка. Учебное пособие Ирина Макогон – URL:

<https://www.livelib.ru/book/57231/readpart-psiologiya-shpargalka-uchebnoe-posobie-irina-makogon/~7>

(дата обращения: 26.04.25г)

2. Автор статьи - Николай Николаевич Васильев – [URL:https://www.b17.ru/article/1050/](https://www.b17.ru/article/1050/) (дата обращения: 26.04.25г)

3. В.Д. Шадриков «Психологическая характеристика нормального человека, или Познай самого себя» - URL: <https://www.studentlibrary.ru/ru/book/ISBN9785987043727.html?SSr=07E9041B3424B> (дата обращения: 26.04.25г)

4. Волков Б.С., Волкова Н.В., Орлова Е.А.

Психология педагогического общения – URL:

<https://www.studentlibrary.ru/ru/book/ISBN9785829125967.html?SSr=07E9041B3424B> (дата обращения:

26.04.25г)