**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**

**ЗАХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

**СОЦІАЛЬНО - ГУМАНІТАРНИЙ ФАКУЛЬТЕТ**

***Кафедра психології та соціальної роботи***

**Міждисциплінарна курсова робота**

**на тему:**

**«ПСИХОЛОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ СВІДОМОСТІ»**

Студент групи ПС – 41

**Корчинський О.**

Галузь знань – 05 “Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність – 053 “Психологія”

Керівник: **к. психол. н., ст. викл. Притула О. А.**

Кількість балів \_\_ Оцінка: ECTS \_\_

Члени комісії:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(підпис) (прізвище та ініціали)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(підпис) (прізвище та ініціали)

**Тернопіль – 2023**

**ЗМІСТ**

**ВСТУП ……………………………………………………………………..3**

**РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ ПСИХОЛОГІЧНИХ МЕХАНІЗМІВ СВІДОМОСТІ………………………………………………5**

1.1. Визначення свідомості в психології ………………………………5

1.2. Основні психологічні теорії свідомості …………………………..8

1.3. Структура свідомості ………………………………………………12

**РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРЕМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ МЕХАНІЗМІВ СВІДОМОСТІ ……………………16**

2.1. Формування свідомості у ранньому дитинстві ……………………16

2.2. Зміни свідомості під час підліткового періоду ……………………19

2.3. Технологічні інновації у вивченні психічних процесів підлітків…21

**ВИСНОВОК ……………………………………………………………25**

**СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ……………………………27**

**ВСТУП**

**Актуальність теми.** Свідомість, як загадковий та величний аспект людської існування, завжди викликає захоплення та цікавість. Її непередбачуваність та внутрішня складність зробили її предметом глибокого вивчення та досліджень у різних наукових дисциплінах, зокрема в психології. Вивчення психологічних механізмів свідомості дозволяє нам розкрити та зрозуміти внутрішні процеси, які визначають наше сприйняття, мислення та поведінку.

У психологічній літературі рефлексія розглядається як процес пізнання суб'єктом своїх внутрішніх психічних станів і процесів (Б. Ананьєв, Л. Божович, І. Кон, Л. Виготський, К. Абульханова-Славська, В. Столін та ін.); виступає в процесах кооперації і спілкування у формі усвідомлення діючим суб'єктом того, як він сприймається і оцінюється іншими індивідами або спільностями (В. Рубцов, Н. Якушина, Г. Щедровицький, Г. Андрєєва та ін.); тлумачиться як здатність людини усвідомлювати власну поведінку і діяльність, формувати мислення, яке само себе обрало об'єктом свого пізнання (В. Давидов, А. Зак, Я. Пономарьов, І. Семенов, С. Степанов та ін.). Рефлексія дозволяє людині критично ставитися до себе та своєї діяльності, робить її суб'єктом власної активності.

**Мета дослідження курсової роботи -** глибоке вивчення та розуміння психологічних механізмів, що лежать в основі свідомості.

**Завдання до курсової роботи:**

Охарактеризувати визначення свідомості в психології ;

Охарактеризувати основні психологічні теорії свідомості ;

Охарактеризувати структура свідомості ;

Дослідити формування свідомості у ранньому дитинстві;

Охарактеризувати зміни свідомості під час підліткового періоду ;

Дослідити технологічні інновації у вивченні психічних процесів підлітків.

**Об’єкт дослідження -** психологічні механізми свідомості.

**Предмет дослідження –** внутрішні процеси та взаємозв'язки, що визначають сприйняття, мислення та поведінку людини в контексті психологічних механізмів.

**Структура роботи.** Міждисциплінарна курсова робота складається з вступу, двох розділів, висновків та списку використаних джерел. Загальний обсяг роботи становить 27 сторінок.

**РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ ПСИХОЛОГІЧНИХ МЕХАНІЗМІВ СВІДОМОСТІ**

* 1. **Визначення свідомості в психології**

Свідомість не слід ототожнювати з усією психікою, а розглядати як особливий психічний процес або їх сукупність. Воно виникло в ході суспільно-історичного розвитку, в основі якого лежить праця як специфічна форма людської діяльності і є формою цілеспрямованого психічного відображення.

Свідомість виступає як функція психіки людини, яка полягає в адекватному, узагальненому, цілеспрямованому активному відображенні в символічній формі та творчому перетворенні зовнішнього світу. Він взаємодіє з враженнями і попереднім досвідом, визначає особистість по відношенню до навколишнього середовища і дозволяє суб'єкту об'єктів будувати цілі, передбачати наслідки дій, контролювати і керувати поведінкою, а також володіти здатністю адаптуватися до матеріальних і духовний світ [2, 89].

Тому свідомість виступає не тільки як образ дійсності, а й як особлива форма психічної діяльності, спрямована на відображення і творче перетворення дійсності.

Необхідним елементом свідомості є знання, бо без нього свідомість не може існувати. Усвідомлення об'єкта означає включення його в систему власних знань та віднесення до певного класу явищ. Свідомість виступає як знання про зовнішній і внутрішній світ, а також про саму себе. Проте свідомість не зводиться лише до знань і не тотожна знанням. Вона проявляється не лише у загальному знанні навколишньої дійсності, але й у специфічному, теоретичному та практичному ставленні до неї. Тому, ще однією важливою складовою свідомості є переживання того, що для людини є значущим в навколишній дійсності.

Якщо мета пізнавальної діяльності свідомості - це максимально точне уявлення про об'єкт, то через відображення світу у вигляді переживань людина оцінює його, виражає своє ставлення до обставин, до власної діяльності, до інших людей, до того, що задовольняє чи не задовольняє її потреби, інтереси, уявлення і поняття.

Свідомість не є вродженою, вона формується в суспільстві. Коли дитина народжується, вона ще не може суб'єктивно відокремити себе від зовнішнього світу. Свідомість поступово формується завдяки усвідомленню дитиною суспільних знань в процесі життєдіяльності.

Отже, свідомість - це результат суспільно-історичного розвитку людства, а її якісна зміна в психіці відбувається завдяки праці як специфічній людській діяльності [1].

Окрім очевидних форм відображення дійсності, усвідомлення яких знаходиться на поверхні свідомості, існують явища, які майже непомітно перебувають за “порогом” свідомості, не досягають необхідної інтенсивності, або напруженості, щоб привернути увагу.

Терміни “несвідоме” і “підсвідоме” часто вживаються як в наукових і художніх текстах, так і у повсякденному житті. Стверджують, що деякі дії можуть бути вчинені несвідомо, або ж проти волі, здавалося б [7].

Різноманіття явищ людської психіки дуже обширне, і не всі з них обмежуються межами свідомості. Психічна діяльність може перебувати поза фокусом свідомості, не досягати рівня свідомості (бути в стані досвідомого чи переддосвідомого) або опускатися нижче порога свідомості (підсвідоме). Загальна маса психічних явищ, які не піддаються контролю свідомості, належить до несвідомого [7].

Область чіткої свідомості в психічній діяльності є обмеженою. Поза нею розташована смуга простої свідомості, яка далі переходить в мінімальну свідомість, а за нею вже йде неусвідомлене. Останнє може виявлятися в різних формах: відчуття, сприймання, уявлення, мислення, сновидіння, афективні стани тощо.

До несвідомих явищ відносять і наслідування, і творче натхнення, що супроводжується раптовим "осяянням” новою ідеєю, яка народжується немовби від якогось поштовху зсередини, і випадки миттєвого вирішення задач, які тривалий час не піддавалися свідомим зусиллям, і мимовільне згадування того, що здавалося назавжди забутим, та ін.

Несвідоме не є чимось містичним, його не варто уявляти як ірраціональну, «темну» силу, що затаїлася в глибинах психіки людини. Це цілком нормальна сторона психіки, особливий рівень психічної діяльності. Несвідомі процеси і явища реалізують специфічну функцію людської психіки, сутність якої полягає в адекватному відображенні людиною дійсності й ефективному регулюванні її стосунків з цією дійсністю, що відбуваються за порогом свідомості [3, 56].

На відміну від свідомості несвідоме не передбачає попередньої уявної побудови дій, проектування їхніх результатів і постановки мети. Кінцевим результатом несвідомого відображення та пізнання є пристосування до дійсності, засноване на неосмисленому врахуванні інформації про властивості та відношення предметів зовнішнього світу.

Несвідомі процеси виконують певну охоронну функцію: позбавляють психіку від постійного напруження свідомості там, де в цьому немає потреби. Розум людини ніс би, мабуть, непомірно великий тягар, якби був змушений контролювати кожний психічний акт, кожний рух і дію. Людина не могла б ані результативно думати, ані розумно діяти, якби всі елементи її життєдіяльності одночасно погребували усвідомлення.

Несвідоме як психічне явище характеризується не лише негативно - в розумінні чогось неусвідомленого (прихованого у даний момент, але здатного за певних умив виявитись у свідомості або приреченого назавжди залишатися невиявленим).

Воно має позитивну особливість: це специфічне відображення, що має свою структуру, елементи якої пов'язані як між собою, так і з свідомістю та дією, впливаючи на них і відчуваючи їхній вплив на собі.

Діяльність людини у звичайних умовах е свідомою. Разом із тим окремі Н елементи здійснюються несвідомо або напівсвідомо, автоматизовано В житті людини формуються складні звички, вміння і навички, в яких свідомість одночасно і присутня, і відсутня. Будь-яка автоматизована дія мас неусвідомлений характер, хоча, зрозуміло, не кожна неусвідомлена дія є автоматизованою [12].

Свідома діяльність людини можлива лише за умови автоматичного здійснення максимальної кількості її елементів. Так, для того, щоб майстерно виконати музичний твір, треба мати хорошу навичку гри на музичному інструменті. А повністю зосередити свою увагу па змісті усного виступу може лите той, у кого сформований певний автоматизм самого процесу виголошення промови [11].

* 1. **Основні психологічні теорії свідомості**

Існує ряд теорій, пов'язаних з механізмами свідомості і спрямованих на формулювання необхідних і достатніх умов для виникнення цього явища. Ці теорії можна розділити на структурні, які підкреслюють роль окремих структур або нейронних мереж мозку, і функціональні, які визначають свідомість через конкретні когнітивні операції, такі як мислення, уява, запам’ятовування та бажання.

Ці підходи не виключають один одного, оскільки конкретні операції, пов’язані зі свідомістю, реалізуються за участю спеціальних нейронних мереж у конкретних структурах мозку.

Однією з таких теорій є «теорія світлої плями» І.П. Павлов. Його гіпотеза про зв'язок свідомості з певною ділянкою кори головного мозку була першою в історії.

Вчений уявляв свідомість як зону підвищеної збудливості, що рухається по корі, що представляє собою «світлу пляму свідомості» на тлі іншої кори. Сучасні методи, такі як ПЕТ томографія, дійсно підтверджують уявлення про зону локальної активації у вигляді світлої плями [5, 34].

Сучасним аналогом ідей І.П. Павлов. Згідно з цією теорією, потік збудження спрямовується таламусом до кори великих півкуль головного мозку так, що в будь-який момент часу в стані збудження знаходиться тільки один центр таламуса. При цьому в корі створюється зона підвищеної збудливості тривалістю близько 100 мс, що забезпечує формування центру уваги.

Теорія "повторного входу" збудження Дж. Еделмена. У цій теорії був запропонований інший нейрофізіологічний механізм виникнення свідомості. "Повторний вхід збудження" означає, що збудження, яке виникло в групі нейронів первинної зони кори, повертається в ту саму нейронну групу після додаткової обробки інформації в інших нервових центрах чи надходження нової інформації з зовнішнього середовища, а також з довгострокової пам'яті [12].

Це дає можливість зіставляти відомості, що малися раніш, зі змінами, що відбулися протягом одного циклу обробки інформації. Об'єднання двох потоків інформації (первинного і вторинного) складає один цикл активності свідомості. Проходження одного циклу збудження здійснюється за 100-150 мс. Повторювані цикли створюють нейрофізіологічну "канву" свідомості [11].  
   Теорія "інформаційного синтезу" О.М. Іваницького. У цій теорії ідеї Дж. Еделмена дістали подальший розвиток. Головна роль у ній приділяється поняттю інформаційного синтезу - об'єднання інформації про фізичні і семантичні особливості стимулу. Інформація про фізичні властивості стимулу надходить по сенсорно-специфічних шляхах, а інформація про значущість стимулу видобувається з пам'яті.

Синтез цих двох видів інформації (поточної і з пам'яті) забезпечує виникнення відчуття. Цей процес здійснюється з періодом квантування приблизно у 100-180 мс. Впізнання стимулу відбувається за участю лобних областей мозку, приблизно через 300 мс від моменту пред'явлення. Послідовне надходження інформації від рецепторів призводить до повторного руху збудження по зазначеному кільцю, забезпечуючи постійне зіставлення сигналів, що надходять із зовнішнього і внутрішнього середовища [13].

Теорія свідомості Дж. Еклза базується на особливій функції дендритів пірамідних клітин кори. Ці дендрити, які знаходяться у нижніх шарах кори на рівні IV шару, об'єднуються в дендритний пучок, що доходить до І шару. Еклз гіпотетично пов'язує цей дендритний пучок із суб'єктивним феноменом, який він називає "психоном". Дендрон, який складається з групи 70-100 сусідніх великих і середніх пірамідних клітин, є основною одиницею свідомості. Кожен дендрон відповідає за окремий психон як одиницю локального відчуття. Таким чином, свідомість є результатом психонів, які генеруються відповідними дендронами.

Теорія свідомості Еклза сводиться до встановлення зв'язків між психонами та окремими дендронами. При цьому визнається наявність нематеріального начала, яке може впливати на дендрити через викид кванту медіатора. Активний вплив психічного феномену на поведінкові акти у формі "свободи волі" реалізується через керування ймовірністю вивільнення квантів медіатора.

Голографічна теорія К. Прибрама зосереджена на розподілі інформації в нейронній системі. Вона стверджує, що інформація про вхідні сигнали розподілена аналогічно фізичній голограмі, що створює стійкі візерунки синаптичних мікроструктур.

Ця голографічна розподіленість дозволяє реєстрацію інформації, що є стійкою до руйнування, і забезпечує можливість відновлення інформації з будь-якої малої частини голограми.

Голограма може зберігати безліч різних візерунків - зображень, забезпечуючи велику ємність для зберігання інформації. У голографічній теорії, інформація про зовнішній простір записується через систему рівнобіжних каналів на пірамідні клітини гіпокампу, що репрезентують різні аспекти зовнішнього світу. Зчитування інформації з усіх каналів покращує точність і повноту картини зовнішнього світу.

**1.3. Структура свідомості**

Свідомість представляє собою вкрай складну структуру, про яку фахівці мають різні точки зору. Це пояснюється високою складністю самого явища, а саме свідомості, яка взагалі є трудно доступною для наукового вивчення. Багато аспектів та властивостей свідомості залишаються невідомими, існує багато дискусій та навіть протилежних точок зору стосовно механізмів, властивостей, функцій та структури свідомості.

Розрізняють кілька рівнів свідомості та їх складові:

1. Чуттєво-афективний рівень:
   * Відчуття: відображення окремих властивостей предметів та явищ об'єктивного світу, що безпосередньо впливають на органи чуттів.
   * Сприйняття: це образ предмета в цілому, який не розкладається на окремі властивості та сторони.
   * Уявлення: конкретні образи предметів чи явищ, що в певний момент не викликають відчуттів, але раніше впливали на органи чуттів.
   * Афективні реакції: сильні мимовільні відгуки людини на зовнішні подразники, такі як гнів, лють, жах, відчай, раптова велика радість.

Абстрактно-логічне мислення:

Поняття: це відображення в мисленні загальних та суттєвих ознак предметів і явищ об'єктивної дійсності, а також їх внутрішніх зв'язків і законів.

Судження: це форма думки, в якій висловлюється наявність чи відсутність у предметів певних ознак і зв'язків.

Умовивід: це форма мислення, яка виводить нові судження з існуючих, додаючи нові знання про предмети та явища.

Логічні операції: різні види логічних маніпуляцій та операцій, що використовуються в процесі мислення.

Самосвідомість і рефлексія [1]:

Самосвідомість: це вміння виділяти себе, ставитися до себе та оцінювати свої можливості, що є необхідною складовою будь-якої свідомості.

Рефлексія: це форма свідомості, коли явища свідомості стають предметом аналітичної діяльності суб'єкта, що дозволяє глибше розуміти та вивчати їх.

У деяких літературних джерелах можна зустріти думку, згідно з якою до структури свідомості належать також несвідоме (сукупність психічних явищ, що не входять до сфери розуму) та підсвідоме (психічні явища, що супроводжують перехід певної діяльності з рівня свідомості на рівень автоматизму).

На нашу думку, таке твердження не має переконливого підґрунтя. Адже сама назва "несвідоме", "підсвідоме" свідчить, що це не свідомість. Доцільно їх розглядати як такі, що знаходяться поряд зі свідомістю.

**РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРЕМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ МЕГАНІЗМІВ СВІДОМОСТІ**

**2.1. Формування свідомості у ранньому дитинстві**

У самому початковому етапі дитинства розвиток самосвідомості пов'язаний із відчуттям відокремлення себе від власних дій та усвідомленням особистих бажань. Змінюється сприйняття дитиною навколишнього світу, і ця трансформація пов'язана з формуванням способів використання предметів, що виникають у процесі соціалізації (згідно з теорією Д. Ельконіна).

Малюк вже не лише взаємодіє з предметами, але й використовує їх у відповідності до їх призначення та функцій. Засвоєння цих функцій призводить до відокремлення дії від конкретного предмета. Дитина вчиться застосовувати одну і ту ж дію до різних об'єктів, наприклад, годує ляльку не лише своєю ложкою, але і чужою, розпочинає годувати не тільки свою ляльку, але й інші іграшки, такі як мишка чи кішка [13].

Цей етап ускладнює взаємовідносини між дорослим і дитиною. Дорослий продовжує дбайливо ставитися до малюка, але тепер вже спільно з ним взаємодіє та оцінює його дії з предметами. У цьому процесі виникає нове сприйняття дорослого як зразка для наслідування, і дитина починає порівнювати свої досягнення з результатами дорослого [14].

Однією з важливих стадій психічного розвитку тривалої дитини, зокрема 3-річної, є усвідомлення себе та свого "Я". Цей момент є ключовим у їхньому житті, оскільки саме на цьому етапі відбувається народження особистості. Напрямок та характер її майбутнього розвитку залежать від змісту та спрямованості виховання [14].

Під час взаємодії з оточуючими людьми та внаслідок різних видів діяльності дитина починає уточнювати свої фізичні та психічні стани, виділяти їх від загального контексту. Цей процес поступово формує уявлення про себе, і розвивається свідомість, що включає елементи самосвідомості.

Американські психологи Льюїс і Брукс-Ганн в ході своїх досліджень використання дзеркал виявили цікаві аспекти розвитку самосвідомості у дітей. До восьми місяців діти відчувають потяг до свого відображення в дзеркалі, але не можуть визнати його своїм.

Від восьми до 16 місяців вони вже можуть відрізняти своє відображення від інших людей у дзеркалі, що свідчить про перше усвідомлення зв'язку між зовнішнім образом і поняттям «Я». Однак деякі діти цього віку можуть намагатися знайти інші «версії» себе, повзаючи навколо дзеркала.

У дослідах, коли експериментатор робив мітку на носі дитини, виявилося, що до дворічного віку діти вказували в дзеркалі на свій ніс, а не на свій. Тривалий процес удосконалення самосвідомості триває до тих пір, поки діти приблизно в півтора року не починають розуміти, що бачать своє відображення. На цьому етапі, якщо експериментатор поставить мітку на носі, дитина вже буде вказувати на свій ніс у дзеркалі.

Наступний етап у розвитку самосвідомості настає, коли дитина починає називати себе, спочатку використовуючи своє ім'я, а потім переходячи до третьої особи. Приблизно до трьох років з’являється займенник «Я», формується первинна самооцінка.

Однак на цьому етапі самооцінка залишається переважно емоційним утворенням, не містить раціональних компонентів. Діти, як правило, оцінюють себе позитивно і в цілому: «Я молодець». Однак ця самооцінка базується на їх потребі в емоційній безпеці та прийнятті, і тому часто завищена [17].

Розвиток самосвідомості у ранньому віці тісно пов'язаний із відокремленням дитини від своїх дій та усвідомленням своїх бажань. Цей процес стає складнішим з ростом активності дитини, яка починає розглядати свої вчинки як матеріальне відображення свого "Я".

Кожен досягнутий результат стає для неї підтвердженням самого себе, а оцінка дорослого виявляється ключовою в цьому контексті. Позитивні оцінки викликають радість та гордість, в той час як негативні можуть викликати прикрість та сором.

Точність оцінок дорослих визначає чіткість уявлення дитини про власні досягнення. Самооцінка, що виступає як емоційний компонент "Я-образу", визначається сімейними відносинами та психологічним кліматом в сім'ї.

У дітей раннього віку самооцінка ще не є диференційованою, і це емоційне та несвідоме ставлення до себе включає в себе емоційне сприйняття себе як результат взаємин і оцінок дорослих, переважно позитивне. Вчені визначають важливу роль емоційного ставлення батьків до дитини у формуванні самооцінки, яке може визначити позитивне ставлення до себе та сприяти формуванню адекватної високої самооцінки на більших етапах життя [1].

В. Г. Каменська зазначає, що властивості самооцінки в ранньому віці залежать не тільки від ставлення матері до своєї дитини, але і від його генотипу, який в ранніх вікових періодах чітко проявляється за допомогою темпераментальні властивостей. Виділяють певні властивості дитини, які проявляються в ранньому віці і впливають на стосунки з оточуючими його дорослими. Насамперед, це тип реакції дитини на нові для нього значимі стимули, який може проявлятися у двох антагоністичних варіантах наближення чи видалення.

Одні діти позитивно сприймають нове - наближаються до нього, інші - насторожено і зі страхом. Друге властивість пов'язана з пластичністю нервово-психічних процесів як здатністю дитини швидко і легко змінювати свою поведінку у відповідь на зміну навколишнього середовища.

Третє і четверте темпераментальні властивості сполучені з інтенсивністю вираження емоцій і знаком настрою, який може мати у немовлят і в ранньому віці негативний або позитивний знак. Діти, схильні замикатися при новій ситуації і насилу пристосовуються до неї, що характеризуються завжди зниженим фоном настрою, вкрай піддаються стресам [2].

Як правило, саме цим дітям дістається менше любові і прихильності з боку батьків та дорослих. У зв'язку з таким ставленням до них їх близьких саме у цих, так званих важких дітей формується негативне самоставлення і негативна самооцінка[2].

Підкріплювана неуспіхом у соціальних відносинах і великим числом емоційних стресів негативна самооцінка рано включає в дію механізм психологічного захисту, що, в свою чергу, не сприяє формуванню свідомості та самосвідомості з активними формами мислення і рефлексії.

Важка дитина починає відставати у психічному та соціальному розвитку, що стає помітним вже до кінця раннього дитинства у зв'язку із затримкою мовного розвитку.

До кінця раннього дитинства дитина усвідомлює свою статеву приналежність. У ранньому віці здійснюються процеси статевої соціалізації та статевої диференціації, які полягають у засвоєнні орієнтацій на цінності своєї статі, в засвоєнні соціальних прагнень, установок, стереотипів статевої поведінки. Психологічно самосвідомість статевої приналежності починає формуватися з другого і закріплюється до третього року життя дитини [5].

Усвідомлення своєї приналежності до певної статі формується у дітей вже до півтора років, що по суті є первинною статевою ідентичністю, представляючи собою найбільш стійкий, центральний елемент самосвідомості. У міру розвитку обсяг і зміст статеворольової ідентичності змінюється. Дворічні діти знають свою стать, вважають себе хлопчиком або дівчинкою, але ще не вміють обгрунтувати цю атрибуцію.

До трьох років дитина усвідомлено розрізняє стать оточуючих його дітей, який часто асоціюється у нього з випадковими зовнішніми ознаками (одяг, зачіска), і допускає принципову оборотність, можливість зміни статі. Приблизно до трьох років гендерна приналежність асоціюється у дитини з певними соматичними і поведінковими властивостями [6].

Статева ідентичність формується на основі соматичних ознак (образу тіла), на поведінкових і характерологічних властивостях, які оцінюються за ступенем їх відповідності або невідповідності нормативному стереотипу мужності чи жіночності.

Ці характеристики багатовимірні і часто неординарні і суперечливі, багато в чому залежать від оцінки дитини оточуючими. Статева диференціація є складним біосоціальним процесом, наслідком біологічних і соціальних детермінант в їх безперервній взаємодії [6].

Важливу роль статевої соціалізації відіграє найближче соціальне оточення дитини: батьки, брати і сестри, вихователі та однолітки. У процесі спілкування і діяльності дитина отримує інформацію про статеві відмінності і статевих ролях і співвідносить її зі своїм власним досвідом.

Начало формы

**2.2. Зміни свідомості під час підліткового періоду**

Підлітковий період – період завершення дитинства, виростання з нього, перехідний від дитинства до дорослості. Зазвичай він співвідноситься з хронологічним віком з 10-11 до 14-15 років. Сформована у навчальній діяльності в середніх класах школи здатність до рефлексії направляється школярем на самого себе.

Порівняння себе з дорослими і з більш молодшими дітьми призводить підлітка до висновку, що він вже не дитина, а скоріше дорослий. Підліток починає відчувати себе дорослим і хоче, щоб і навколишні визнавали його самостійність і значимість [12].

У підлітковому періоді відбуваються значні зміни у свідомості, що включає різні сторони психічної діяльності. Важливо враховувати, що цей період характеризується не тільки фізичними, але й емоційними, соціальними та когнітивними трансформаціями.

Ідентичність та самосвідомість: підлітки активно формують свою ідентичність, яка включає усвідомлення власних цінностей, інтересів, прагнення знайти своє місце у світі. Уявлення про себе змінюються, вони стають більш усвідомленими та розуміють свої унікальні характеристики [13].

Соціальна обізнаність: підлітки активно взаємодіють із соціальним середовищем. Вони починають глибше розуміти соціальні ролі, норми та цінності. Усвідомлюється важливість взаємодії з різними групами і виникає бажання приєднатися до різних соціальних спільнот [13].

Емоційна інтенсивність: Підлітковий вік часто супроводжується інтенсивними емоціями. Змінюється сприйняття власних емоцій і вміння ними керувати. Підлітки можуть досліджувати різні аспекти своєї особистості за допомогою емоційних проявів.

Пізнавальні здібності: Розвиває абстрактне мислення, здатність до логічного та аналітичного мислення. Підлітки починають розглядати більш складні поняття і аналізувати навколишній світ.

Пошук індивідуальності: підлітки активно досліджують світ, включаючи різні сфери життя - від хобі до академічних інтересів. У них починають формуватися власні переконання і ставлення до різних сторін життя.

Ці зміни свідомості в підлітковому віці важливі для формування особистості та її адаптації до різноманітних викликів сучасного світу.

Існує дві точки зору на підліткове мислення: конструктивістська та інформаційно-обробна. Конструктивістська перспектива, заснована на роботі Піаже, використовує кількісний, стадійно-теоретичний підхід. Ця точка зору припускає, що когнітивне покращення підлітків є відносно раптовим і різким. Точка зору обробки інформації випливає з вивчення штучного інтелекту та пояснює когнітивний розвиток з точки зору зростання окремих компонентів загального процесу мислення.

Удосконалення базових здібностей мислення зазвичай відбувається в п’яти сферах підліткового віку:

Увага. Поліпшення спостерігаються у вибірковій увазі (процесі, за допомогою якого людина зосереджується на одному стимулі, відключаючи інший), а також у розділеній увазі (здатність звертати увагу на два або більше стимулів одночасно).

Пам'ять. Поліпшення спостерігаються в робочій пам’яті та довготривалій пам’яті.

Швидкість обробки. Підлітки думають швидше, ніж діти. Швидкість обробки різко покращується між п’ятирічним і середнім підлітковим віком, вирівнюється приблизно у 15 років і, здається, не змінюється між пізнім підлітковим і дорослим віком.

організація. Підлітки краще усвідомлюють власні процеси мислення та можуть використовувати мнемонічні пристрої та інші стратегії, щоб думати та запам’ятовувати інформацію ефективніше.

Метапізнання. Підлітки можуть думати про саме мислення. Це часто передбачає моніторинг власної когнітивної діяльності під час процесу мислення. Метапізнання забезпечує здатність планувати наперед, бачити майбутні наслідки дії та надавати альтернативні пояснення подій.

Формальна операційна думка

На останній стадії Піаже дитина стає здатною міркувати не тільки про матеріальні об’єкти та події, а й про гіпотетичні чи абстрактні. Тому він має назву формальної операційної стадії — періоду, коли індивід може «оперувати» «формами» або уявленнями [13].

Це дозволяє людині мислити та міркувати з ширшої точки зору. Ця стадія когнітивного розвитку, названа Піаже формальним оперативним мисленням, знаменує собою рух від здатності мислити й міркувати на основі конкретних видимих подій до здатності мислити гіпотетично й розважати щодо можливостей «що-якщо» про світ [1].

Людина може вирішувати проблеми за допомогою абстрактних понять і використовувати гіпотетичні та дедуктивні міркування. Підлітки розв’язують задачі методом проб і помилок, з’являється вміння систематично розв’язувати проблему логічно-методично. Однією з основних передумов формального оперативного мислення є здатність думати про можливість, а не лише про реальність.

Мислення підлітків менше прив'язане до конкретних подій, ніж у дітей; вони можуть розглядати можливості поза сферою того, що зараз існує. Одним із проявів підвищеної здатності підлітка міркувати про можливості є вдосконалення навичок дедуктивного мислення (також називається міркуванням зверху вниз), що призводить до розвитку гіпотетичного мислення.

Це дає можливість планувати наперед, бачити майбутні наслідки дії та надавати альтернативні пояснення подій. Це також робить підлітків більш досвідченими дискутантами, оскільки вони можуть міркувати проти припущень друга чи батьків. Підлітки також розвивають більш складне розуміння ймовірності [15].

Ця поява більш систематичного, абстрактного мислення дозволяє підліткам зрозуміти різновиди абстрактної логіки вищого порядку, властиві каламбурам, прислів’ям, метафорам і аналогіям. Їхня здібність дозволяє їм оцінити способи використання мови для передачі кількох повідомлень, таких як сатира, метафора та сарказм. (Діти молодше дев'яти років часто взагалі не можуть зрозуміти сарказм).

Це також дозволяє застосовувати передові міркування та логічні процеси до соціальних та ідеологічних питань, таких як міжособистісні стосунки, політика, філософія, релігія, мораль, дружба, віра, справедливість і чесність [15].

Метапізнання означає «думати про мислення». Це актуально в соціальному пізнанні, оскільки призводить до збільшення самоаналізу, самосвідомості та інтелектуалізації. Підлітки набагато краще розуміють, що люди не повністю контролюють свою розумову діяльність. Здатність до самоаналізу може призвести до форм егоцентризму або зосередженості на собі в підлітковому віці.

Підлітковий егоцентризм — це термін, який Девід Елкінд використовував для опису явища нездатності підлітків розрізнити своє сприйняття того, що про них думають інші, від того, що насправді думають люди насправді.

Теорія підліткового егоцентризму Елкінда ґрунтується на теорії Піаже про стадії когнітивного розвитку, яка стверджує, що формальні операції дозволяють підліткам створювати уявні ситуації та абстрактне мислення [16, 78].

Відповідно, підлітки здатні концептуалізувати власні думки та сприймати думки інших людей. Однак Елкінд зазначив, що підлітки, як правило, зосереджуються здебільшого на власному сприйнятті, особливо на своїй поведінці та зовнішності, через «фізіологічні метаморфози», які вони переживають у цей період.

Це призводить до того, що підлітки вважають, що інші люди так само уважні до їхньої поведінки та зовнішнього вигляду, як і вони самі. За словами Елкінда, підлітковий егоцентризм призводить до двох різних проблем у мисленні: уявної аудиторії та особистої байки. Вони, ймовірно, досягають свого піку у віці п’ятнадцяти років разом із самосвідомістю в цілому.

Уявна аудиторія — це термін, який Елкінд використовував для опису явища, коли підліток передбачає реакцію інших людей на нього в реальних або майбутніх соціальних ситуаціях. Елкінд стверджував, що такий вид очікування можна пояснити стурбованістю підлітка тим, що інші захоплюються ним або критикують його так само, як і вони самі. У результаті створюється аудиторія, оскільки підліток вірить, що вона буде в центрі уваги [18].

Однак частіше за все аудиторія є уявною, оскільки в реальних соціальних ситуаціях люди зазвичай не є єдиним центром уваги громадськості. Елкінд вважав, що побудова уявної аудиторії частково пояснює широке розмаїття типової поведінки та досвіду підлітків; і уявна аудиторія зіграла певну роль у самосвідомості, яка виникає в ранньому підлітковому віці.

Однак, оскільки аудиторія, як правило, є власною конструкцією підлітків, вона причетна до їхнього власного знання про себе. За словами Елкінда, поняття уявної аудиторії допомагає пояснити, чому підлітки зазвичай прагнуть усамітнитися та відчувають небажання розкриватися – це реакція на відчуття, що ти завжди на сцені та постійно перебуваєш під пильною увагою інших.

Елкінд також звернувся до того, що підлітки мають складний набір переконань, що їхні власні почуття унікальні, вони особливі та безсмертні. Особиста байка - це термін, створений Елкіндом для опису цього поняття, яке є доповненням до конструкції уявної аудиторії [18].

Оскільки підліток зазвичай не може відрізнити своє сприйняття від сприйняття інших, він схильний вірити, що вони важливі для такої кількості людей (уявної аудиторії), що вони починають розглядати свої почуття як щось особливе та унікальне. Вони можуть відчувати, що тільки вони відчували сильні та різноманітні емоції, і тому інші ніколи не могли зрозуміти, що вони відчувають. Ця унікальність емоційних переживань зміцнює віру підлітка в непереможність, особливо до смерті.

Ця підліткова віра в особисту унікальність і непереможність стає ілюзією, що вони можуть бути вище деяких правил, дисциплін і законів, які застосовуються до інших людей; навіть такі наслідки, як смерть (так звана казка про непереможність). Ця віра в те, що людина непереможна, усуває будь-який імпульс контролювати свою поведінку [1].

Таким чином, підлітки будуть брати участь у ризикованій поведінці, наприклад, вживати алкоголь за кермом або незахищеним сексом, і відчувати, що вони не зазнають жодних негативних наслідків.

**2.3. Технологічні інновації у вивченні психічних процесів підлітків**

Технологічні інновації відіграють значну роль у вивченні психічних процесів підлітків, враховуючи швидкі та значні зміни в їх взаємодії з технологіями. Ось деякі з технологічних інновацій, використаних у цьому контексті:

Носимі пристрої та датчики:

Моніторинг фізіологічних показників: Носимі пристрої та датчики дозволяють вимірювати фізіологічні параметри, такі як пульс, електрошкірна активність та рівень стресу, що дозволяє отримувати об'єктивні дані про емоційний стан підлітків.

Віртуальна реальність (VR) і доповнена реальність (AR):

Моделювання соціальних сценаріїв: VR і AR можуть створювати віртуальні середовища для вивчення соціальних взаємодій і емоційних реакцій підлітків на різні сценарії.

Мобільні додатки для здоров'я та емоційного стану:

Моніторинг сну та активності: додатки дозволяють підліткам стежити за своїм сном, фізичною активністю та відстежувати вплив цих факторів на їх психічне здоров’я.

Штучний інтелект (ШІ) у психологічних тестах:

Персоналізовані тести та рекомендації: AI може адаптувати психологічні тести до індивідуальних потреб кожного підлітка та надавати персоналізовані рекомендації для підтримки їхнього емоційного благополуччя.

Соціальні мережі та аналітика:

Вивчення соціальних взаємодій: вивчення психічних процесів підлітків може включати аналіз їх активності та взаємодії в соціальних мережах для отримання уявлень у сфері міжособистісних стосунків.

Добавки для біологічного зворотного зв’язку та медитації:

Розумова зосередженість: програми для біологічного зворотного зв’язку та медитації допомагають підліткам розвивати навички саморегуляції та концентрації.

Ці технології допомагають не тільки в зборі об’єктивних даних, але й надають інструменти для розвитку та підтримки психічного здоров’я підлітків у сучасному цифровому світі.

**ВИСНОВОК**

Психологічні механізми свідомості є складною і важливою стороною психічного розвитку особистості. У процесі свого становлення свідомість охоплює різні рівні і проявляється в різних формах. Він включає когнітивний, емоційний і вольовий компоненти, які взаємодіють між собою, створюючи інтегровану систему свідомість-особистість.

На когнітивному рівні виявляється абстрактно-логічне мислення, яке включає формування понять, суджень, умовиводів і використання різноманітних логічних операцій. Цей рівень є ключовим для розуміння та аналізу навколишнього світу.

Емоційні компоненти свідомості виявляються в почуттях, переживаннях і ставленні до зовнішніх подій. Це допомагає людині оцінювати навколишнє середовище та взаємодіяти з ним, визначаючи його особисті реакції.

Вольовий рівень свідомості включає волю, здатність поставити мету і мобілізувати себе на її досягнення. Це важливий елемент саморегуляції та самоуправління в житті.

Самосвідомість і рефлексія виступають як необхідні компоненти свідомості, що дозволяють людині самовирізнятися, оцінювати свої можливості і аналізувати власні дії.

Підсумовуючи, психологічні механізми свідомості взаємодіють із загальною психічною діяльністю особистості, визначаючи її унікальність та здатність до адаптації до навколишнього світу. Вивчення цих механізмів допомагає нам краще зрозуміти природу свідомості та сприяє розвитку психологічних стратегій для оптимізації особистісного зростання та функціонування.

**СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Особистість у розвитку: психологічна теорія і практика : монографія / за ред. С. Д. Максименка, В. Л. Зливкова, С. Б. Кузікової. – Суми : Вид-во СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2015. – 430 с.
2. Психологія особистості. Навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури, 2012. – 280 с.
3. Психологія свідомості: теорія і практика наукових досліджень : матеріали Міжнародної науково-практичної конференції, 9 грудня 2022 р., м. Київ. – Львів – Торунь : Liha-Pres, 2022. – 152 с.
4. Полунін О. Психологічне дослідження феноме-нолог переживання теперішнього.п сихологія і суспільство. 2007. Ne 4(30). С. 138-143.
5. Полунін О. Переживання людиною плину часу: експериментальне дослідження. К.: Гнозіс 2011. 360 с.
6. Психологічні дослідження: наукові праці студентів соціально-психологічного факультету. Випуск 4. / за ред. О.Л. Музики, Ю.Ю.Дем’янчук. – Житомир, 2012. – 126 с.
7. Розвиток самосвідомості у ранньому дитинстві [Електронний ресурс] - режим доступу: <https://pidru4niki.com/16500208/psihologiya/rozvitok_samosvidomosti_rannomu_ditinstvi#google_vignette>
8. Свідоме та несвідоме у психології[Електронний ресурс] - режим доступу: <https://osvita.ua/vnz/reports/psychology/28926/#google_vignette>
9. Структура свідомості [Електронний ресурс] - режим доступу: https://studies.in.ua/shpora-filosophy/616-25-struktura-svdomost.html
10. Antilogova, L.N. Psychological mechanisms of moral consciousness development of the person : diss. ... d-ra psihol. nauk: 19.00.01 / Larisa Nikolaevna Antilogova ; Novosibirskij gosudarstvennіj pedagogicheskij universitet, 1999. − 434 p.
11. Bachmann T. A sinale metatheoretical frame. work for a number or conscious-vision phe esvchological Science Around the World / Jing Q, (ed). - Sussex : Psychology Press, 2006. Р. 229-242.
12. Block N. Two neural correlates of conscious-ness. Trends in Cognitive Sciences. 2005. N° 9
13. Kriegel U. Phenomenal intentionality past and present: introductory. Phenomenology and the Cognitive Sciences. 2013. No 12(3). P. 437-444.
14. Linn, P. (2016). Risky behaviors: Integrating adolescent egocentrism with the theory of planned behavior. Review of General Psychology, 20 (4), 392-398.
15. Kuhn, D. (2013). Reasoning. In Philip D. Zelazo (Ed.), The Oxford handbook of developmental psychology (Vol. 1, pp. 744-764). New York: NY: Oxford University Press.
16. Klaczynski, P.A. & Felmban, W.S. (2014). Heuristics and biases during adolescence: Developmental reversals and individual differences. In Henry Markovitz (Ed.), The developmental psychology of reasoning and decision making (pp. 84-111). New York, NY: Psychology Press.
17. Crone, E.A., & Dahl, R.E. (2012). Understanding adolescence as a period of social-affective engagement and goal flexibility. Nature Reviews Neuroscience, 13 (9), 636-650
18. TZ.Lamme v. Whv visua attention and awareness are different. Trends in Cognitive Sciences. 2003. No 7. P. 12-18.