

UOT 159.9

Zabita Mustafa qızı İsayeva
Sumqayıt Dövlət Universitetinin
Pedaqogika və psixologiya kafedrasının baş müəllimi
<https://orcid.org/0000-0002-5107-2798>
E-mail: zabite66@box.az
[https://doi.org/10.69682/arti.2026.93\(5\).190-195](https://doi.org/10.69682/arti.2026.93(5).190-195)

YENİYETMƏLİK YAŞ DÖVRÜNDƏ ÖZÜNÜDƏRKETMƏNİN PSIXOLOJİ XÜSUSİYYƏTLƏRİ

Zabita Mustafa Isayeva
senior lecturer of the department of Pedagogy
and psychologist at Sumgayit State University

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF SELF-AWARENESS IN ADOLESCENCE

Забита Мустафа гызы Исаева
старший преподаватель кафедры Педагогика и психологии
Сумгаитского Государственного Университета

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ САМОСОЗНАНИЯ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Xülasə. Məqalədə yeniyetməlik dövründə şəxsiyyətin formalaşması və özünüdərkətmə prosesinin psixoloji xüsusiyyətləri araşdırılır. Qeyd olunur ki, yeniyetməlik insan həyatının ən mürəkkəb və həssas mərhələlərindən biridir. Bu dövrdə fərd öz “mən”ini dərk etməyə, cəmiyyətdəki yerini müəyyənləşdirməyə və müstəqil şəxsiyyət kimi formalaşmağa çalışır. Özünüdərkətmə yeniyetmənin daxili aləminin, qabiliyyətlərinin, maraq və məqsədlərinin qiymətləndirilməsi prosesi kimi xarakterizə olunur. Valideynlərin və müəllimlərin yeniyetmələrə anlayışla yanaşması, onların fərdi xüsusiyyətlərini nəzərə alması və psixoloji dəstək göstərməsi vacib hesab olunur.

Açar sözlər: yeniyetməlik yaş dövrü, özünüdərkətmə, özünüqiymətləndirmə, özünəmənasibət, müstəqillik

Abstract. The article examines the psychological characteristics of the process of personality formation and self-awareness during adolescence. It is noted that adolescence is one of the most complex and sensitive stages of human life. During this period, an individual tries to understand his “I”, determine his place in society and form an independent personality. Self-awareness is characterized as the process of assessing the inner world, abilities, interests and goals of a teenager. It is considered important for parents and teachers to approach teenagers with understanding, take into account their individual characteristics and provide psychological support.

Keywords: adolescence, self-awareness, self-esteem, self-attitude, independence

Аннотация. В статье рассматриваются психологические особенности процесса формирования личности и самосознания в подростковом возрасте. Отмечается, что подростковый возраст один из самых сложных и чувствительных этапов человеческой жизни. В этот период индивид стремится понять своё «Я», определить своё место в обществе и сформировать независимую личность. Самосознание характеризуется как процесс оценки внутреннего мира, способностей, интересов и целей подростка. Считается важным, чтобы родители и учителя подходили к подросткам с пониманием, учитывали их индивидуальные особенности и оказывали психологическую поддержку.

Ключевые слова: подростковый возраст, самосознание, самооценка, отношение к себе, самостоятельность



Giriş. Yeniyetməlik dövrü insan həyatının ən mürəkkəb və mühüm inkişaf mərhələlərindən biridir. Bu dövr adətən 11–18 yaşları əhatə edir və uşaqlıqdan yetkinliyə keçid mərhələsi hesab olunur. Yeniyetməlik dövründə insanın fiziki, emosional, sosial və psixoloji inkişafında mühüm dəyişikliklər baş verir. Bu dəyişikliklərin mərkəzində isə özünüdərkətmə prosesi dayanır. Özünüdərkətmə insanın özünü bir şəxsiyyət kimi tanıması, öz xüsusiyyətlərini, qabiliyyətlərini, maraqlarını, hisslərini və cəmiyyətdəki yerini dərk etməsidir. Yeniyetməlik dövründə bu proses daha da güclənir, şəxsiyyətin formalaşmasının əsas istiqamətlərindən birinə çevrilir.

G.H. Əlixanovanın fikrincə, bu yaş dövründə valideynlərindən neqativ asılı olan yeniyetmə artıq öz istəklərini deyil, onun üçün əhəmiyyətli sayılan şəxslərin əks-istəklərini əlində əsas tutaraq müxtəlif hərəkətlər nümayiş etdirir. Bu dövrdə yeniyetmənin ən əsas məqsədini valideyn himayəsindən qaçmaq meyli və fikri təşkil edir. Məqsəd yeniyetmə şəxsiyyətinin emansipasiya (asılılıqdan azad olunma) reaksiyası ilə əlaqədar onun fərdiləşdirilməsi yolu ilə əldə edilir [1, s.236].

Tədqiqatçı alim N.T. Rzayeva qeyd etdiyi kimi, özünənəzarət şüurlu və məqsədə yönəldilmiş diqqətin köməyi ilə həyata keçir. Özünüdərkətmə özünü tərbiyə etmək deməkdir. Hər bir insanın özünü tərbiyə etməsi üçün ilkin addım onun özünə müraciət etməsidir. Özünüdərkətmə insanın özünə müraciət edib öz hərəkət və davranışlarına nəzarət etməsi, onları təhlil etməsi və özünə hesabat verməsidir [2, s.222].

Yeniyetməlik dövründə özünüdərkətmənin əsas xüsusiyyətlərinə aiddir:

1. “Mən” obrazının formalaşması. Yeniyetmələr özlərini başqaları ilə müqayisə etməyə başlayırlar. Onlar “Mən kiməm?”, “Cəmiyyətdə yerim nədir?”, “Gələcəkdə necə insan olmaq istəyirəm?” kimi suallar üzərində düşünürlər. Bu mərhələdə onların daxili dünyası zənginləşir və şəxsi fikirləri formalaşır.

2. Müstəqilliyə canatma. Yeniyetmələr valideynlərdən və böyüklərdən daha çox müstəqil olmaq istəyirlər. Onlar öz qərarlarını verməyə, seçimlərini sərbəst etməyə çalışırlar. Bu xüsusiyyət bəzən ailə daxilində fikir ayrılıqlarına və konfliktlərə səbəb ola bilər.

3. Özünəqiymətin dəyişkənliyi. Bu dövrdə yeniyetmələrin özünə münasibəti tez-tez dəyişir. Bəzən özlərini çox güclü və bacarıqlı hesab edir, bəzən isə özlərinə inamsız yanaşırlar. Özünəqiymətin formalaşmasına ailə münasibətləri, müəllimlərin yanaşması və həmyaşıdların rəyi böyük təsir göstərir.

4. Emosional həssaslıq. Yeniyetmələr emosional baxımdan daha həssas olurlar. Tənqidə qarşı kəskin reaksiya verir, uğursuzluqları ağır qəbul edirlər. Onların emosional vəziyyəti tez-tez dəyişə bilər. Bu səbəbdən də psixoloji dəstək və anlayış bu dövrdə xüsusi əhəmiyyət daşıyır.

5. Həmyaşıdlarla münasibətlərin güclənməsi. Yeniyetmə üçün dostluq münasibətləri çox vacib olur. O, özünü dostlarının arasında təsdiq etməyə çalışır. Həmyaşıdların fikri və davranışı yeniyetmənin özünüqiymətləndirməsinə və davranışına ciddi təsir edir.

6. Gələcək həyat haqqında düşüncələrin yaranması. Bu dövrdə yeniyetmələr peşə seçimi, həyat məqsədləri və gələcək planları barədə düşünməyə başlayırlar. Onların maraqları və idealları formalaşır, həyatda öz yerlərini müəyyən etməyə çalışırlar.

Fərdi mühakimə və davranışda müstəqilliyin təməli, şüurun inkişafının ən yüksək səviyyəsi, zehni fəaliyyətin inkişafının əsası - bütün bunlar özünüdərkdir. Sadə dillə desək, özünüdərk insanın özünə qarşı öz imici və münasibəti kimi müəyyən edilməlidir. Birlikdə bu imiclər və münasibətlər dəyişiklik və özünüdərkə milləşdirmə üçün qarşısıalınmaz və şüurlu bir istək yaradır. Həyatın mənasını, insanın öz fəaliyyətindəki mənanı tapmağa çalışması özünüdərkə ən yüksək, lakin yeganə əhəmiyyətli forması deyildir. Yeniyetmənin özünüdərkində əsas inkişaf məqsədi:

- keçmiş uşaqlıqdan istifadə edərək özünü gələcəyə proyeksiya edərək zamanla öz “mən”inin özünüdərk etmək;

- özünü başqalarının fikirlərindən, valideynlərin özünüdərk imicindən fərqli olaraq dərk etmək;

- fərdi və onun bütövlüyünü məşğulluq seçimi, cins və ideoloji münasibətlər kimi aspektlərdə müəyyən edən dəyərlər sistemidir [3, s.75].

İ.İ. Çesnokovaya görə, özünüdərk zehni bir prosesdən başqa bir şey deyil, onun

mürəkkəbliyi və funksiyası işdə özünün müxtəlif obrazlarını, ətraf mühitlə qarşılıqlı əlaqələrini, davranışını və münasibətlərini qavramaqdan ibarətdir. Bu obrazlar, təbəqə-təbəqə birləşərək, ətrafdakı yeddi obrazdan fərqli olaraq özünün vahid əksini təşkil edir və tədricən öz "Mən"inin təsvirinə çevrilir. Özünüdərk seanslarının mürəkkəbliyi, sayı və dərinliyi mənin şüura nə qədər adekvat, tam və dərin görünəcəyini birbaşa müəyyən edir [4].

V.S. Merlin özünüdərk mürəkkəb psixoloji struktur kimi müəyyən edir, buraya onun əsas komponentləri kimi insanın öz kimliyinin dərk edilməsi, aktiv, məhsuldar prinsip kimi öz "mən"inin dərk edilməsi, insanın zehni keyfiyyətlərinin və səpmələrinin dərk edilməsi və müəyyən edilmiş sosial-mənəvi özünüqiymətləndirmə sistemi daxildir. Yuxarıda qeyd olunan elementlər arasında funksional və genetik əlaqəyə baxmayaraq onlar eyni vaxtda formalaşmır.

V.V.Stolin əsərlərində özünüdərk etməyin ən ardıcıl, çoxsəviyyəli modelini müəyyən etmişdir. O bildirir ki, özünüdərk üfqi və şaquli müstəviləri fərqləndirən çoxölçülü bir strukturdan başqa bir şey deyildir. Özünüdərk şaquli müstəvisi üç səviyyədən ibarət olan bir strukturu birləşdirir ki, bunların hər biri insan fəaliyyətinin üç növünün spesifikliyini əks etdirir. Buraya aiddir: bədən fəaliyyəti (orqanizm); sosial fəaliyyət (sosial fərd); şəxsi fəaliyyət. Hər bir spesifik fəaliyyət: bədən özünüdərk (orqanizm), şəxsi və fərdi özünüdərk səviyyəsinə uyğundur. Mənbələri eyni olsa da struktur, proseslər (mexanizmlər) və məqsəd (funksiyalar) baxımından fərqliliklərə malikdirlər [5, s.147].

A. Maslou, R. Cattell, K. Rogers, Q. Olport, R. Merrey, G. Merfi və humanist psixologiyanın digər nümayəndələri özünüdərk tədqiqatına əhəmiyyətli töhfələr vermişlər. Bu yanaşma baxımından şəxsi inkişafın, yaradıcılığın və özünüdərk etməyin əsas hərəkətverici qüvvəsi ətraf mühitin, cəmiyyətin və digər halların müdaxilə etməməsi şərtlə insan mahiyyətinin özüdür. Bu tip nəzəriyyələrdə diqqətin böyük hissəsi insanın daxili təcrübəsinin strukturunu və inkişafını orijinal formada, düşüncə və özünüdərk yolu ilə insana təqdim edildiyi kimi təsvir etməyə həsr olunmuşdur.

Yeniyetməlik yaş dövründə uşağın bədənini yetkinləşərk transformasiyaya uğrayır. Fizioloji və psixoloji inkişafdakı fərqlərə baxmayaraq bu dövrün sərhədləri dəqiq müəyyən edilə bilməz. Müxtəlif uşaqlar yetkinlik dövrünə müxtəlif vaxtlarda, bəziləri daha tez, digərləri isə daha gec qədəm qoyurlar. Yetkinlik böhranı on bir yaşında və ya on üç yaşında baş verə bilər. Böhranın başlanğıcından bu dəyişikliklərin sonuna qədər bu dövr həm uşaq, həm də valideynlər üçün çətin olur. Bu baxımdan yeniyetməlik dövrünə bəzən uzunmüddətli böhran da deyilir.

Uşaq inkişaf edən bədəndə baş verən fizioloji dəyişikliklərə daim uyğunlaşmalıdır. Hətta cinsi hormonlar yeniyetmələrdə daha yetkin yaşlılarına nisbətən daha çox istehsal olunur. İnsanın görünüşünə artan maraq sürətli böyümənin və bədənə yenidən qurulmasının nəticəsidir. Bu dövrdə fiziki özünüdərk aktiv şəkildə dəyişir və yenilənir. Bu və ümumi özünüdərk yetkinlik dövrünün tempindən təsirlənir. Məsələn, gec yetkinləşən yeniyetmələr erkən yetkinləşənlərə nisbətən özlərini daha az inamlı və təhlükəsiz hiss edirlər.

Fərdin fiziki, zehni və sosial inkişafı ilə yanaşı, yeniyetməlik yaş dövründə özünüdərk inkişafı ilə ortaya çıxan mənfəi şəxsiyyət xüsusiyyətləri və narahatlıq, özünəinamsızlıq kimi psixoloji çətinliklər də inkişaf edir. Yeniyetmələr özlərini anlamağa və daxili dünyalarını bütün fərdi bütövlüyü və unikalılığı ilə kəşf etməyə çalışırlar. "Mən kiməm?"- bu yaşın əsas sualıdır. Yeniyetməlik yaş dövründə uşaqlar rəylərə son dərəcə həssas olurlar. Onlar artıq özlərini kiçik bir uşaq kimi qəbul edə bilmir, digər tərəfdən yetkin olmağın yollarına kifayət qədər yiyələnə bilməmişlər. Yeniyetmənin özünüdərkətinin özünəməxsus ikili xarakter daşıyır. Digər tərəfdən, uşaq həmişə özünü kənardan qiymətləndirməyə çalışır.

Özünüqiymətləndirmə həm xarici mühitin qiymətləndirilməsi, həm də daxili özünüdərk tərəfindən eyni vaxtda təzyiqə məruz qalmağa başlayır. Özünüqiymətləndirmə birbaşa fərdin sosial adaptasiyası və uyğunlaşmaması prosesi ilə bağlıdır. Özünüqiymətləndirmə bu mərhələdə tam formalaşa bilmədiyindən onun böyüklərdən asılılığı və müstəqilliyi qalır. L.İ. Bojoviç yeniyetmənin mövqeyini müəyyən edərək qeyd edirdi ki, yeniyetmə gələcəyə indiki zaman

baxımından baxır, böyük məktəbli isə indiki zamana gələcək mövqeyindən baxır [4,s.205].

Peşə seçərkən özünüqiymətləndirmə və onun iştirakı ilə formalaşan iddia səviyyəsi bir növ göstərici rolunu oynayır. Ən realist iddia səviyyəsi görülən hərəkətlərin düzgünlüyünə inam, özünü təsdiqləmək, məsuliyyət, uğursuzluqların öz gücü ilə aradan qaldırmaq istəyi, eləcə də həyat məqsədləri və planların aydın başa düşülməsi ilə birləşdirilir. Ən qeyri-real iddia səviyyəsi məyusluq, başqalarından tələbkarlıq, onları günahlandırmaq, daimi narahatlıq, öz hərəkətlərinə, qabiliyyətlərinə inamsızlıqla müşayiət olunur.

Özünü təsdiqləmək istəyən, kifayət qədər özünəinamlı, uğur qazanmaq əzmində olan və söylərini və nailiyyətlərinin dəyərini ayıqlıqla qiymətləndirən fərdlərin arzuları orta səviyyədə olur. Təvazökar məqsədlər, uğursuzluq və məsuliyyət qorxusu, aydın planların və həyat məqsədlərinin olmaması, zəif strukturlaşdırılmış zaman perspektivi və qayğı göstərilmək istəyi aşağı iddia səviyyəsi olan fərdləri xarakterizə edir.

Özünüqiymətləndirmə dərəcəsi birbaşa məqsəd qoyuluşunun uyğunluğuna, onlara çatmağın çətinlik dərəcəsinin seçilməsinə və məqsədyönlü fəaliyyət planının hazırlanmasına təsir göstərir. Daha adekvat özünüqiymətləndirməyə malik yeniyetmələr məqsədlərinə uyğun fəaliyyət strategiyaları hazırlayırlar. Uğursuzluqlar əzmkarlığı təşviq edir, uğur isə motivasiyaedici. Belə şəxslər adətən akademik və peşəkar fəaliyyətlərində uğurlu və sabit olurlar. Özünüqiymətləndirməsi aşağı olan yeniyetmələr isə özlərinə şübhə və sosial passivlikləri ilə xarakterizə olunurlar. Belə uşaqlar öz potensiallarını tam şəkildə reallaşdırma bilmirlər. Şişirdilmiş özünüqiymətləndirmə yeniyetmələri hər cür uğursuzluqdan qaçmağa çalışan fərdlər kimi xarakterizə edir, buna görə də, onlar uğuru və ya dəyəri şübhə altında olan məqsədlərindən imtina edirlər.

Özünüqiymətləndirməsi aşağı olan həmyaşıdları kimi, onlar da çox vaxt öz potensiallarını tam şəkildə dərk edə bilməsələr də, adətən akademik və peşəkar fəaliyyətlərində uğur qazanırlar. Özünüqiymətləndirmə valideynlər, həmyaşıdlar və müəllimlərlə münasibətlər vasitəsilə formalaşır. Yeniyetmələr yalnız özlərini və hisslərini deyil, həm də həmyaşıdla-

rını, müəllimlərini və ətrafdakı cəmiyyətin digər üzvlərini anlamağa çalışırlar. Başqalarının düşüncələrinə qarşı xüsusi həssaslıq öz şəxsiyyətlərinə artan diqqətlə birlikdə spesifik eqosentrizmə gətirib çıxarır. Bu, başqalarının da onların davranışları ilə maraqlandıkları kimi maraqlanmalı olduğuna inanmaq meyindən ibarətdir. Buna görə də, yeniyetmələr tez-tez öz maraqları ilə başqalarının maraqları arasındakı sərhədi qarışdırırlar. Yeniyetmələrin ətraflarının onların hər hərəkətini daim izlədiyini və mühakimə etdiyini qavramasını ifadə edir. Belə bir auditoriya bəzilərinin inkişafına kömək etsə də, digərləri üçün sosial ünsiyyətə maneə rolunu oynayır və utancaqlığı artırır.

Şəxsi kimliklərindən əmin olmayan yeniyetmələr hər kəsin gözü qarşısında özlərini izdihamın içində hiss edir və bunu kəskin və ağrılı şəkildə yaşayırlar. Hələ kim olduqlarını müəyyən etməmiş bir yeniyetmə son dərəcə həssasdır, tənqidi çox fərdi və sərt qəbul edir, başqalarının fikirlərinə həddindən artıq əhəmiyyət verirlər. Eqosentrizmin təzahürlərindən biri bir çox yeniyetmə tərəfindən şəxsi mif yaratmasıdır. Bu termin, yeniyetmələrin öz unikallığını və müstəsnalığını tanımasına səbəb olan dəyişiklikləri, toxunulmazlıq və cəzasızlıq hissi ilə birləşdirilərək nəticədə xüsusilə riskli və düşünülməmiş hərəkətlərə və davranışlara səbəb olan dəyişiklikləri ifadə edir. Adətən, 15-16 yaşa qədər belə eqosentrizm reallığın daha adekvat başa düşülməsinə yol açır. Yeniyetmələr sosial uyğunluq fərdin düşüncə və sosial fəaliyyətindəki digər amilləri əvəz etdikdə ənənəvi inkişaf səviyyəsinə çatır.

Yeniyetməliyin ən vacib xüsusiyyətləri arasında mövqeləndirmə mühüm rol oynayır: yeniyetmə artıq özünü uşaq hesab etmir, lakin yetkin fəaliyyət ilə məşğul ola və ya hüquqlarından istifadə edə bilmir. Baxışların yenidən nəzərdən keçirilməsi, münasibətlərin yenidən qurulması və dəyərlərin yenidən qiymətləndirilməsi dövrü başlayır. Gənclər müdafiəsiz və hər hansı bir xarici təsirə qarşı çox həssasdırlar. L.S. Vıqotski bu yaşın ən vacib psixoloji inkişafını yetkinlik kompleksi kimi müəyyən etmişdir. Bu inkişaf yeniyetməni özünü təsdiqə doğru təşviq edir və böyük yetkinlik hissi onları müstəqilliklərini təsdiqləməyə sövq edir. Eyni zamanda, yetkin bir insanın statusuna uyğunlaşmaq iddiası icazə

vermək istəyi ilə kəşifir. Bu iddiaların əsasında həm real, həm də xəyali qüvvələr dayanır.

Davam edən inkişaf səbəbindən yeniyetmələrin adekvatlığı həyat təcrübələrini nəzərə almaq üçün həmişə kifayət deyildir. Bu dövrdə insanlar daxili dünyalarına müdaxilələrə və şəxsi sərhədlərin pozulmasına ağırlı reaksiya verirlər. Yeniyetməlik həm digər yeniyetmələrlə qruplaşma reaksiyası, həm də azadlıq reaksiyası ilə xarakterizə olunurlar. L.S. Vıqotski əsərlərində yeniyetməlik dövründə iki əsas dəyişikliyin baş verdiyini qeyd edir. O, bu dövrü özünü kəşf etmək, şəxsiyyətini, dünyagörüşünü və dünyaya münasibətini formalaşdırmaq dövrü kimi təsvir edir. Obrazlı şəkildə desək, bu mədəniyyətə qərq olmaq dövrüdür.

Beləliklə, yeniyetməlik yaş dövründə özünüdərkətmə şəxsiyyət inkişafının əsas mərhələsidir. Bu dövrdə yeniyetmə özünü tanımağa, həyatdakı yerini müəyyən etməyə və müstəqil şəxsiyyət kimi formalaşmağa çalışır. Ailə, məktəb və cəmiyyət yeniyetməyə düzgün psixoloji dəstək göstərməli, onun fərdi xüsusiyyətlərinə hörmətlə yanaşmalıdır. Sağlam özünüdərkətmə gələcəkdə uğurlu və özünə-inamlı bir insanın formalaşmasının əsasını təşkil edir.

Nəticə. Araşdırma göstərir ki, yeniyetməlik dövrü şəxsiyyətin formalaşmasında və özünüdərkətin inkişafında mühüm mərhələdir. Bu dövrdə yeniyetmələrin özünü dərk etməsi onların emosional vəziyyətinə,

sosial münasibətlərinə və gələcək həyat mövqeyinə birbaşa təsir edir. Valideyn və müəllimlərin yeniyetmələrə anlayışla yanaşması, onların fərdi xüsusiyyətlərini nəzərə alması və psixoloji dəstək göstərməsi müsbət şəxsiyyət inkişafının əsas şərtlərindən biridir.

Problemə aktuallığı. Müasir dövrdə yeniyetmələrin psixoloji inkişafı və özünüdərkətmə prosesinin öyrənilməsi xüsusi aktuallıq kəsb edir. Yeniyetməlik dövründə özünüdərkətin düzgün formalaşmaması özünəinamın azalmasına, emosional gərginliyə və sosial uyğunlaşma problemlərinə səbəb ola bilər. Yeniyetmələrin psixoloji xüsusiyyətlərinin öyrənilməsi və onlara düzgün pedaqoji-psixoloji dəstəyin göstərilməsi cəmiyyət üçün mühüm əhəmiyyət daşıyır.

Problemə elmi yeniliyi ondan ibarətdir ki, yeniyetməlik yaş dövründə özünüdərkətmənin formalaşmasına təsir edən psixoloji və sosial amillər sistemli şəkildə təhlil edilmişdir. Özünüdərk prosesinin emosional vəziyyət, özünüqiymətləndirmə və sosial münasibətlərlə qarşılıqlı əlaqəsi elmi baxımdan əsaslandırılmışdır.

Problemə praktik əhəmiyyəti. Tədqiqatın nəticələri məktəb psixoloqları, müəllimlər və valideynlər üçün praktik əhəmiyyət daşıyır. Məqalədə verilən elmi yanaşmalar yeniyetmələrin psixoloji problemlərinin vaxtında müəyyən edilməsinə və onların aradan qaldırılmasına kömək edə bilər. Özünüdərkətin inkişaf etdirilməsi üçün tətbiq olunan metod və tövsiyələr yeniyetmələrin sosial uyğunlaşmasının, ünsiyyət bacarıqlarının və emosional sabitliyinin gücləndirilməsində istifadə oluna bilər.

Ədəbiyyat

1. Əlixanova G.H. Valideynlərindən psixoloji asılılığı olan yeniyetmələrə məxsus "Mən-obraz"ın xüsusiyyətləri // –Bakı: Azərbaycan Respublikasının Təhsil İnstitutunun Elmi Əsərləri, –2024. Cild 91, № 2. [https://doi.org/10.69682/azrt.2024.91\(2\)](https://doi.org/10.69682/azrt.2024.91(2)). –234-237
2. Rzayeva N.T. Yeniyetmələrin özünüdərkətməsinin təşkili yolları // –Bakı: Azərbaycan Respublikasının Təhsil İnstitutunun Elmi Əsərləri, –2024. Cild 91, № 2. [https://doi.org/10.69682/azrt.2024.91\(2\)](https://doi.org/10.69682/azrt.2024.91(2)). –221-224
3. Божович, Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л.И. Божович –СПб.: Питер, –2008. –398 с.
4. Чеснокова, И.И. Проблема самосознания в психологии / И.И. Чеснокова. –М.: Прогресс, –2001. –260 с.
5. Столин, В.В. Самосознание личности / В.В. Столин. –М.: МГУ, –2005. –284 с.
6. Овсянникова, Е. А. Самосознание личности подростков, воспитывающихся в родных и приемных семьях / Е. А. Овсянникова. Текст: непосредственный // Вестник Белгородского института развития образования. –2018. № 2 (8). –С. 73-83.
7. Чернова, А. Д. Особенности самосознания подростков / А.Д. Чернова. Текст: непосредственный // Молодой ученый. –2019. № 19 (257). –С. 324-325.

9. Esnaola, I., Sesé, A., Antonio-Agirre, I., & Azpiazu, L. (2020). *The development of multiple self-concept dimensions during adolescence*. Journal of Research on Adolescence, 30(S1), –100–114. <https://DOI.org/10.1111/jora.12451>
10. Crone, E. A., & van Drunen, L. (2024). *Development of self-concept in childhood and adolescence: How neuroscience can inform theory and vice versa*. Human Development, 68(5–6), 255–271. <https://DOI.org/10.1159/000539844>
11. Rankin, J. L., Lane, D. J., Gibbons, F. X., & Gerrard, M. (2004). *Adolescent self-consciousness: Longitudinal age changes and gender differences in two cohorts*. Journal of Research on Adolescence, 14(1), –1–21. <https://DOI.org/10.1111/j.1532-7795.2004.01401001.x>

Redaksiyaya daxil olub: 15.07.2026