

Кулагина Ирина Васильевна,
кандидат психологических наук, доцент кафедры педагогики и психологии ФГБОУ ВО «Тольяттинский государственный университет», г. Тольятти, Российская Федерация
kulagina.i.v@mail.ru



Особенности самооценки современных подростков

Аннотация. Лица подросткового возраста наиболее чувствительны к информации, которая содержится в различных ресурсах сети Интернет, что, в частности, может приводить к искажению различных компонентов личности, например самооценки. Цель нашего исследования заключалась в изучении специфики самооценки подростков, имеющих разную степень зависимости от сети Интернет. Полученные эмпирические данные позволили установить, что самооценка современных подростков зависит от особенностей совокупности воздействующих факторов, а та или иная степень интернет-зависимости выступает лишь одним из них.

Ключевые слова: личность, интернет-зависимость, подростковый возраст, самооценка личности подростка.

Раздел: 5.3. Психология.

Введение

Подростковый возраст самый противоречивый и наиболее часто упоминаемый в психологических исследованиях. В качестве одной из причин такого интереса можно обозначить наиболее существенные изменения в личности, заметные во всех сферах ее жизнедеятельности. Во многом это обусловлено доминированием в данном возрасте деятельности самоидентификации, связанной с процессом распремечивания «мира человека». Распремечивание понимается как осознание себя в продуктах и результатах сделанного, т. е., скорее как внешняя сторона деятельности, неразрывно связанная с внутренней – самопознанием личности, пониманием своих целей, интересов и возможностей. По мнению Д. А. Леонтьева, эффективность этого процесса во многом обуславливает эффективность последующей самореализации личности [1]. Э. В. Сайко рассматривает самоидентификацию как первичный этап самоопределения, связанный с процессом интеграции в общество и обретения в нем своего места [2].

Именно в подростковом возрасте процессы самопознания проявляются наиболее интенсивно; так, по мнению К. А. Альбухановой-Славской, результатами прохождения данного возрастного можно обозначить формирование развитой рефлексии, системы самоотношения и целевые деятельностные установки, т. е. некий внутренний потенциал личности [3].

Таким образом, самоидентификация предстает как специально организованная субъектом деятельность, целью которой (не всегда четко определенной) является отождествление личности с самой собой на основании самосознания, самопринятия, установившейся эмоциональной связи с самой собой, «обнаружение» себя в окружающей действительности и на соответствующем уровне формирование отношения к ней. Внешняя форма проявления самоидентификации на подростковом и юношеском этапе развития,

по нашему мнению, самоутверждение как стремление получить общественное признание со стороны других «здесь-и-теперь», реализоваться обязательно таким образом, чтобы воспользоваться эффектом этой самореализации. И на данном возрастном этапе эта форма, единственно доступная для молодого человека форма самореализации, по нашему убеждению, является истинной самореализацией [4].

Различные проблемы и особенности подросткового возраста отражены во многих работах как отечественных, так и зарубежных психологов. Зачастую указывается на понижение самооценки в данном возрастном периоде, например, в статье К. С. Клинга [5].

Многими из них особо подчеркивается значимость формирования «Я-образа» или «Я-концепции». По мнению И. С. Кона, «Я-образ» состоит из трех взаимосвязанных компонентов: когнитивного, аффективного и поведенческого, т. е. человек имеет некоторую информацию о себе, как-то к ней относится и что-то в соответствии с этим отношением делает [6]. В. В. Столин помимо понятия «Я-образ» как совокупности информационного и оценочного компонентов, вводит понятие «самоотношение», являющееся, по сути, аффективным компонентом более глобального уровня, окрашивающим и обуславливающим два других. Самоотношение, по мнению автора, достаточно сложное образование, включающее в себя множество более частных, например, ауто-симпатию, самоуважение и т. д. [7]

В психологической литературе, например в статье А. А. Гороховой, можно встретить и мнение, что «Я-концепция» состоит из «образа Я» и самооценки [8]. В таком контексте самооценка рассматривается как важный регулятор поведения человека, обуславливающий, в частности, систему установок и убеждений. А это, в свою очередь, во многом влияет как на субъективные, так и на объективные показатели удовлетворенности качеством жизни, а также своим соматическим и психологическим здоровьем.

В научной среде факторами, обуславливающими специфику самооценки, выступают возраст, особенности семейной ситуации, особенности межличностных отношений со сверстниками, успешность реализации учебной (или трудовой) деятельности, а также СМИ, преимущественно сеть Интернет. В отдельных исследованиях подчеркивается, что пол человека также выступает одним из факторов, обуславливающим специфику самооценки. В исследованиях М. Цукермана отмечается несколько более высокая самооценка у представителей мужского пола [9].

Самооценка человека подвержена изменениям на протяжении всего жизненного пути, но наиболее заметные изменения приходятся именно на подростковый возраст. Именно поэтому мы остановили свое исследовательское внимание на этом возрастном этапе.

В научной литературе достаточно широко представлены результаты исследования особенностей влияния всех обозначенных факторов на самооценку личности, но, поскольку явление интернет-зависимости и связанные с этим особенности вызывают в настоящий момент наибольший интерес, мы решили сосредоточиться именно на изучении самооценки лиц подросткового возраста, имеющих разную степень зависимости от сети Интернет.

Ведущей деятельностью данного возрастного этапа является интимно-личностное общение со сверстниками, что во многом «облегчается» опосредованностью интернет взаимодействия.

Н. А. Шапиро, изучая особенности возникновения интернет-зависимости в подростковом возрасте, подчеркивает, что такие особенности личности подростка, как импульсивность, низкая антиципация, низкая самооценка, тревожность, потребность в уходе от реальности, крайне благоприятно влияют на формирование устойчивой зависимости от

ресурсов сети Интернет. Конфликты с родителями и сверстниками, снижение образовательной успешности, отсутствие реальных, т. е. не виртуальных, друзей и занятий также выступают в качестве факторов, обуславливающих формирование интернет-зависимости у подростка [10]. В итоге изначальная дисгармония перечисленных сфер и отношений значительно усугубляется по мере развития зависимости от интернета.

По мнению И. И. Чесноковой, первым уровнем в процессе становления самооценки является формирование самоописаний на основе соотнесения категорий «Я» – «Другой». И только на следующем уровне самосознание оперирует готовыми самоописаниями. В эпоху до распространения сети Интернет круг этих «других», которые могли оказать влияние на самооценку подростка, был относительно невелик, с появлением же Интернета он многократно увеличился [11]. Использование сети Интернет как средства самопрезентации приводит к тому, что человек воспринимает в основном «идеализированную картинку», зачастую очень далекую от реальности. Сам же он, также руководствуясь теми же мотивами, стремится и себя «предъявить» в наилучшем свете. Так возникает множество недостижимых идеалов в различных сферах функционирования человека, возникает значительный разрыв между «Я-идеальное» и «Я-реальное», что может приводить к существенному снижению самооценки. К этому же эффекту могут приводить и множественные критические и даже оскорбительные комментарии при взаимодействии через, например, социальные сети, что для подростка, чувствительного к чужому мнению, может носить травматичный характер не только для самооценки, но и для психологического здоровья в целом, что эмпирически доказывается, например, в статье И. Р. Тарана [12].

Все эти аспекты обусловили цель исследования и наш интерес в отношении изучения особенностей самооценки современных подростков с разной степенью зависимости от сети Интернет. Мы предполагаем, что будут наблюдаться специфические особенности в самооценке лиц подросткового возраста, имеющих высокую степень зависимости от ресурсов сети Интернет. Для реализации цели исследования были поставлены следующие задачи:

1. Скомпоновать выборку респондентов.
2. Сформировать блок диагностических методик.
3. Реализовать психодиагностическое обследование респондентов и выделить группы для сравнения.
4. Осуществить сравнительный и статистический анализ результатов психодиагностического обследования в сформированных группах.
5. Проанализировать полученные результаты и сформулировать выводы исследования.

Методология и результаты исследования

В выборку исследования вошли лица подросткового возраста (13–14 лет) в количестве 40 человек, примерно одинаковую долю составили лица женского и мужского пола. Выборка комплектовалась на основе добровольного желания поучаствовать в опросе. Предварительно со всеми респондентами была проведена беседа, разъяснены цели исследования и особенности использования результатов с акцентом на конфиденциальности. Также было сказано и о том, что каждый может узнать свои результаты в рамках индивидуального взаимодействия с исследователем.

В качестве методик были применены:

1. Тест К. Янг «Интернет-зависимость» [13].
2. Методика диагностики самооценки Дембо – Рубинштейн (в модификации А. М. Прихожан) [14].

3. Методика «Определение уровня самооценки» С. В. Ковалева [15].

На первом этапе исследования результаты методики К. Янг позволили нам выделить две группы для сравнения. В первую группу вошли подростки, имеющие некоторые «проблемы», связанные с чрезмерным использованием Интернета. Незначительная часть респондентов этой группы по диагностическим результатам квалифицировалась как «обычный пользователь», но мы оставили их в этой группе. Диагностические данные второй группы свидетельствовали о том, что данные подростки уже имеют интернет-зависимость.

Результаты, полученные в ходе применения методики Дембо – Рубинштейн, представлены в табл. 1.

Таблица 1

Показатели самооценки подростков по методике Дембо – Рубинштейн, %

Группы	Уровни самооценки		
	Низкий	Средний	Высокий
Первая	45	45	10
Вторая	55	40	5

Статистический анализ не выявил значимых различий в показателях сравниваемых групп. Учитывая примерно равную представленность в выборке лиц мужского и женского пола, мы решили подробнее изучить результаты данной методики в гендерном аспекте, тем более что в научной литературе встречаются исследования, результаты которых свидетельствуют в пользу несколько более высокой самооценки мальчиков. Результаты представлены в табл. 2.

Таблица 2

Показатели гендерной специфики самооценки подростков по методике Дембо – Рубинштейн, %

Уровень самооценки	Первая группа		Вторая группа	
	Мужской пол	Женский пол	Мужской пол	Женский пол
Низкий	70	40	70	50
Средний	30	40	30	40
Высокий	–	20	–	10

Можно отметить, что у лиц мужского пола преобладает преимущественно низкая самооценка независимо от степени интернет-зависимости. У лиц женского пола есть представительницы с высокой самооценкой, но преимущественно наблюдается средняя и низкая. В отношении различий в самооценке, обусловленных гендерным признаком с применением U-критерия Манна – Уитни, было обнаружено достоверное статистическое различие в показателях ($U = 119$ при $p < 0,05$), что опровергает научное мнение о более высокой самооценке у представителей мужской популяции.

Поскольку методика содержит семь шкал, одна из которых – тренировочная, можно проанализировать показатели респондентов по отдельным шкалам. Результаты представлены в табл. 3.

Анализируя полученные данные, можно отметить, что практически по всем шкалам результаты близки, наибольшие из имеющихся расхождений касаются шкал «Характер» и «Уверенность». Лица из группы с интернет-зависимостью считают, что обладают более «хорошим» характером, но не рассматривают себя как уверенную в себе личность. Показатели шкалы «Уверенность» для этих респондентов находятся в диапазоне «пониженных».

Таблица 3

Показатели самооценки подростков по шкалам методики Дембо – Рубинштейн

Группы	Шкалы методики					
	Характер	Ум	Способности	Авторитет	Внешность	Уверенность
Первая	52	49,5	46,8	38,4	47,5	45,1
Вторая	55	48,7	46,5	37,8	47,1	40

Лица с умеренной зависимостью от Интернета менее положительно оценили свой характер, но считают, что обладают достаточной уверенностью в себе.

Показатели шкалы «Авторитет» в обеих группах оказались в диапазоне «низкая самооценка», что, возможно, обусловлено некоторым субъективным наполнением этого понятия. Но ни одного вопроса относительно понимания того или иного понятия респондентами исследователю задано не было.

Следующим этапом проанализируем результаты респондентов по методике «Определение уровня самооценки» С. В. Ковалева. Они представлены в табл. 4.

Таблица 4

Результаты респондентов по методике «Определение уровня самооценки» С. В. Ковалева, %

Группы	Уровни самооценки		
	Низкий	Средний	Высокий
Первая	60	35	5
Вторая	60	40	–

Анализируя представленные в таблице результаты, можно сказать, что опять же у всех подростков доминирует низкий уровень самооценки. Но в группе лиц с умеренной зависимостью от Интернета присутствует 5%, т. е. один человек, имеющий высокую самооценку, в группе с явной интернет-зависимостью таковых лиц не обнаружено.

Далее также попробуем проследить влияние гендерного аспекта на особенности самооценки подростков по результатам данной методики. Результаты представлены в табл. 5.

Таблица 5

Гендерные аспекты результатов респондентов по методике «Определение уровня самооценки» С. В. Ковалева, %

Уровень самооценки	Первая группа		Вторая группа	
	Мужской пол	Женский пол	Мужской пол	Женский пол
Низкий	80	40	70	50
Средний	20	50	30	50
Высокий	–	10	–	–

В целом можно сказать, что результаты данной методики вполне согласуются с теми, что получены при реализации методики Дембо – Рубинштейн. У лиц мужского пола преобладает низкая самооценка, у лиц женского пола почти в равных соотношениях представлены низкий и средний уровни самооценки. При таком анализе можно отметить, что единственный человек с высокой самооценкой из всей выборки – девушка с умеренной зависимостью от сети Интернет. Статистический анализ различий в показателях самооценки лиц женского и мужского пола не выявил таковых.

Заключение

Таким образом, на основе результатов проведенного анализа можно сделать вывод о том, что для обследованных нами подростков в целом характерна низкая и средняя самооценка. На понижение самооценки именно в подростковом возрасте указывается в отдельных исследованиях. Достоверных различий в уровне самооценки у подростков с умеренной и сильной зависимостью от сети Интернет выявлено не было. Результаты статистического анализа данных методики Дембо – Рубинштейн в отношении гендерного аспекта самооценки позволили заключить, что у обследованных лиц женского пола самооценка в целом более оптимальна, чем у лиц мужского пола. Данные результаты противоречат представленной в научной печати точки зрения, но нуждаются в дополнительной проверке.

Таким образом, можно сказать, что Интернет достаточно плотно вошел в жизнь каждого человека, а в жизни современных подростков он присутствует уже достаточно долго. И, несмотря на то что интернет-зависимость может иметь достаточно пагубные последствия, особенно для лиц подросткового возраста, собственно психологические особенности подросткового возрастного этапа оказываются более проявленными, а сеть Интернет выступает как один из способов самоидентификации. Можно говорить о том, что именно специфическое сочетание особенностей всех аспектов (и семейного взаимодействия, и межличностных контактов со сверстниками, и академической успеваемости, и СМИ) определяет особенности протекания подросткового возраста и специфику становления самоидентификации личности как первой ступени последующей самореализации.

Перспективным направлением дальнейших исследований в рамках данной темы, на наш взгляд, является изучение динамики самооценки подростка с высокой степенью зависимости от сети Интернет на протяжении всего возрастного периода, а также динамика гендерных аспектов самооценки.

Ссылки на источники

1. Леонтьев Д. А. Самореализация и сущностные силы человека // Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии / под ред. Д. А. Леонтьева, В. Г. Щур. – М., 1997. – С. 156–177.
2. Сайко Э. В. Идентификация – как способ социального бытия и идентичность как форма субъективного самоосуществления // Мир психологии. – 2004. – № 2. – С. 3–11.
3. Альбуханова-Славская К. А. Развитие личности в процессе жизнедеятельности // Психология формирования и развития личности. – М., 1981. – С. 210–260.
4. Кулагина И. В. Влияние творческой самореализации на психологическую адаптацию студентов: дис... канд. психол. наук. – М., 2011. – 208 с.
5. Клинг К. С., Хайд, Дж. С., Шауэрс, К. Дж. и Басуэлл, Б. Н. (1999). Гендерные различия в самооценке: метаанализ // Психологический бюллетень, 125, № 4. – С. 470–500.
6. Кон И. С. В поисках себя: личность и ее самосознание. – М.: Политиздат, 1984. – 335 с.
7. Столин В. В. Самосознание личности. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1983. – 285 с.
8. Горохова А. А., Сомова Н. Л., Киричик Е. С. Исследование особенностей самооценки современных детей и подростков // Психология человека в образовании. – 2021. – Т. 3, № 2. – С. 128–129.
9. Цукерман М., Ли К., Холл Дж. А. Когда у мужчин и женщин разная самооценка, а когда нет: метаанализ // Журнал исследований личности. – 2016. – Т. 64. – С. 34–51.
10. Шапиро Н. А., Голдсмит Т. Д., Кек П. Е. et al. Journal of Affective Disorders («Журнал аффективных расстройств»). – 2000. – № 57(1–3). – Р. 267–272.
11. Чеснокова И. И. Проблема самосознания в психологии / АН СССР, Ин-т психологии. – М.: Наука, 1977. – 144 с.
12. Тран И. Р., Траск К. Л., Мо А. М. Использование социальных сетей молодыми людьми с психозом: упущения и возможности // Psychiatr Serv. – 2025. – 1;76(4). – Р. 417–420. DOI: 10.1176/appi.ps.20240313. – URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39980363/>
13. Янг К. С. Диагноз – Интернет-зависимость // Мир – Интернет. – 2000. – № 2. – С. 24–29.

14. Прихожан А. М. Применение методов прямого оценивания в работе школьного психолога // Научно-методические основы использования в школьной психологической службе конкретных психодиагностических методик: сб. науч. тр. / редкол.: И. В. Дубровина (отв. ред.) и др. – М.: Изд. АПН СССР, 1988. – С. 110–128.
15. Шайгородский Ю. Ж. Точка отсчета: методики личност. и социал.-психол. диагностики учителя. – Омск: Обл. ассоц. «Интеллектика», 1992. – 37 с.

Irina V. Kulagina,

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Department of Pedagogy and Psychology, Togliatti State University, Togliatti, Russian Federation

kulagina.i.v@mail.ru

Characteristics of the self-perception of contemporary adolescents

Abstract. Adolescents are the most susceptible to information found on various internet resources, which can lead to the distortion of different aspects of their personality, such as their self-esteem. The aim of our study was to examine the specifics of self-esteem among adolescents with varying degrees of Internet addiction. The empirical data obtained allowed us to find out that the self-perception of modern adolescents depends on the specificity of the influencing factors combination, and the degree of Internet addiction is only one of them.

Key words: personality, Internet addiction, adolescence, self-assessment of teenager's identity.

References

1. Leont'ev, D. A. (1997). "Samorealizaciya i sushchnostnye sily cheloveka", *Psihologiya s chelovecheskim licom: gumanisticheskaya perspektiva v postsovetskoj psilogii*, Moscow, pp. 156–177 (in Russian).
2. Sajko, E. V. (2004). "Identifikaciya – kak sposob social'nogo bytiya i identichnost' kak forma sub"ektivnogo samoosushchestvleniya", *Mir psilogii*, № 2, pp. 3–11 (in Russian).
3. Al'buhanova-Slavskaya, K. A. (1981). "Razvitie lichnosti v processe zhiznedeyatel'nosti", *Psihologiya formirovaniya i razvitiya lichnosti*, Moscow, pp. 210–260 (in Russian).
4. Kulagina, I. V. (2011). *Vliyanie tvorcheskoy samorealizacii na psihologicheskuyu adaptaciyu studentov: dis... kand. psihol. nauk*, Moscow, 208 p. (in Russian).
5. Kling, K. S., Hajd, Dzh. S., Shauers, K. Dzh. & Basuell, B. N. (1999). "Gendernye razlichiya v samoocenke: metaanaliz", *Psihologicheskij byulleten'*, 125, № 4, pp. 470–500 (in Russian).
6. Kon, I. S. (1984). *V poiskah sebya: lichnost' i ee samosoznanie*, Politizdat, Moscow, 335 p. (in Russian).
7. Stolin, V. V. (1983). *Samosoznanie lichnosti*, Izd-vo Mosk. un-ta, Moscow, 285 p. (in Russian).
8. Gorohova, A. A., Somova, N. L., & Kirichik, E. S. (2021). "Issledovanie osobennostej samoocenki sovremennyh detej i podrostkov", *Psihologiya cheloveka v obrazovanii*, t. 3, № 2, pp. 128–129 (in Russian).
9. Cukerman, M., Li, K., & Holl, Dzh. A. (2016). "Kogda u muzhchin i zhenshchin raznaya samoocenka, a kogda net: metaanaliz", *Zhurnal issledovaniy lichnosti*, t. 64, pp. 34–51 (in Russian).
10. Shapiro, N. A., Goldsmit, T. D., Kek, P. E. et al. (2000). *Journal of Affective Disorders* ("Zhurnal affektivnyh rasstrojstv"), yanvar'-mart, № 57(1–3), pp. 267–272 (in English).
11. Chesnokova, I. I. (1977). *Problema samosoznaniya v psilogii*, AN SSSR, In-t psilogii, Nauka, Moscow, 144 p. (in Russian).
12. Tran, I. R., Trask, K. L., & Mo, A. M. (2025). "Ispolzovanie social'nyh setej molodymi lyud'mi s psihozom: upushcheniya i vozmozhnosti", *Psychiatr Serv*, 1;76(4), pp. 417–420. DOI: 10.1176/appi.ps.20240313. Available at: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39980363/> (in Russian).
13. Yang, K. S. (2000). "Diagnoz – Internet-zavisimost'", *Mir – Internet*, № 2, pp. 24–29 (in Russian).
14. Prihozhan, A. M. (1988). "Primenenie metodov pryamogo ocenivaniya v rabote shkol'nogo psilogoga", *Nauchno-metodicheskie osnovy ispol'zovaniya v shkol'noj psihologicheskoy sluzhbe konkretnykh psihodiagnosticheskikh metodik: sb. nauch. tr.*, Izd. APN SSSR, Moscow, pp. 110–128 (in Russian).
15. Shajgorodskij, Yu. Zh. (1992). *Tochka otscheta: metodiki lichnost. i social.-psihol. diagnostiki uchitelya*, Obl. assoc. "Intellektika", Omsk, 37 p. (in Russian).

Рекомендовано к публикации:

Горевым П. М., кандидатом педагогических наук,
главным редактором журнала «Концепт»

Поступила в редакцию <i>Received</i>	25.09.25	Получена положительная рецензия <i>Received a positive review</i>	11.11.25
Принята к публикации <i>Accepted for publication</i>	11.11.25	Опубликована <i>Published</i>	31.12.25



www.e-koncept.ru

Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

© Кулагина И. В., 2025