



Исследование формирования самооценки младших подростков

Аннотация. Статья посвящена изучению проблемы формирования самооценки младших подростков в период адаптации при переходе в среднее звено. Личностные изменения младшего подросткового возраста накладываются на значительные социальные перемены, связанные с переходом из начальной школы в среднее звено, что неизбежно создает условия для различных трансформаций самооценки. Исследование состояния самооценки личности младших подростков может способствовать разработке адекватной системы психолого-педагогического сопровождения учащихся в этот период.

Ключевые слова: младший подростковый возраст, самооценка, психолого-педагогическая диагностика.

Раздел: (02) комплексное изучение человека; психология; социальные проблемы медицины и экологии человека.

Актуальность темы связана с необходимостью осуществления психолого-педагогического сопровождения младших подростков в адаптационный период при переходе из начальной школы в среднее звено, поскольку социальные перемены накладываются на время начала психофизиологических изменений в развитии школьников. Самооценка в подростковом возрасте активно формируется именно в социально-психологическом аспекте, и старт обучения в среднем звене может надолго задать траекторию развития исследуемого феномена. У подростков с низкой самооценкой появляется возможность для изменений, чему может способствовать психолого-педагогическая коррекция.

Проблема формирования самооценки является одной из центральных в отечественных и зарубежных психологических исследованиях. Это объясняется тем, что самооценка находится в одном ряду с такими ключевыми психологическими характеристиками, как самосознание, уверенность, успешность, устойчивость личности. Адекватная самооценка выступает как одно из обязательных условий высокого уровня перечисленных качеств личности, связанных, в свою очередь, с самореализацией человека [1].

Анализ литературных источников позволил выявить, с одной стороны, большое разнообразие взглядов на проблему, а с другой стороны, отсутствие единства в понимании сущностных особенностей и природы этого явления.

В целом под самооценкой понимают важнейшее личностное образование, участвующее в регуляции человеком своего поведения и деятельности, как автономную характеристику личности, ее центральный компонент, формирующийся при активном участии самой личности и отражающий качественное своеобразие ее внутреннего мира [2].

Известно, что самооценка складывается из оценок качеств, поведения, свойств личности ребенка со стороны его значимого окружения в ходе его воспитания и социализации [3; 4].

В подростковый период активно формируется самосознание, вырабатывается собственная независимая система эталонов самооценивания и самоотношения, все более развиваются способности проникновения в свой внутренний мир. Подросток начинает



осознавать свою особенность и неповторимость, в его сознании происходит постепенная переориентация с внешних оценок (преимущественно родительских) на внутренние. Таким образом, постепенно у подростка формируется Я-концепция, которая способствует дальнейшему, осознанному или неосознанному, построению своего поведения [5].

Вместе с тем исследователи отмечают значительную неустойчивость самооценки в младшем подростковом возрасте, указывая на ее ситуативность, неустойчивость, подверженность внешним воздействиям.

С. Л. Рубинштейн, характеризуя процесс развития **самосознания у подростков**, проводит его через ряд состояний – от наивного неведения в отношении себя к все более определенной и иногда резко колеблющейся самооценке [6].

В качестве факторов, имеющих большое значение для формирования самооценки у подростков, отечественные и зарубежные исследователи называют общение со сверстниками, характер общения и взаимодействия с родителями, их поддержку, меру участия и руководства, а также удовлетворенность совместной деятельностью.

В качестве значимых условий формирования самооценки подростка выступают также деятельность школьника (чаще всего учебная), неудачи и достижения в ней, внешние оценки и включенность подростка в систему межличностных отношений [7].

Кроме того, в различных теоретических и эмпирических исследованиях установлено влияние на самооценку подростков семейных, социальных, медицинских, психолого-педагогических факторов, таких как нормативные и ненормативные семейные кризисы (Н. И. Олифинович), социально-экономический статус семьи, положение ребенка в семье по старшинству (А. Я. Варга), физические недостатки ребенка, стрессовые ситуации в его жизни (Д. В. Колесов и др.) [8; 9; 10].

Отдельному рассмотрению подлежат работы о половой идентификации в подростковом возрасте, которая начинает определять жизненные планы, выбор профессии и семейное положение в будущем.

Многочисленные исследования показывают, что в процессе подросткового самоутверждения гендерные различия начинают играть все большую роль (Т. Н. Березина) [11]. При этом отмечается, что самооценка у девочек формируется и достигает устойчивости раньше, чем у мальчиков.

Переход детей из начальной школы в среднее звено сопровождается не менее важным психологическим изменением – сменой ведущей деятельности с учебной на интимно-личностное общение (хотя это и не ярко выражено у младших подростков), что закономерно влечет за собой снижение успеваемости и снижение уровня самооценки, поскольку по инерции дети продолжают оценивать себя, соизмеряя в большей степени с учебными успехами. Одновременно нарастает динамика и вовлеченность в межличностное общение, когда в фокус внимания попадает уже не учеба, а группа сверстников, а их влияние на самооценку подростков растет (И. Ю. Кулагина) [12].

На базе гимназии № 63 г. Челябинска Г. Р. Минх (научное руководство автора) было проведено исследование уровня самооценки младших подростков с целью выявления ее уровневых показателей и их учета при дальнейшей разработке и апробации программы психолого-педагогической коррекции в условиях образовательного учреждения. В первичном диагностическом исследовании на констатирующей стадии принимали участие дети 5-го класса в количестве 28 человек в возрасте 10–11 лет – 18 девочек и 10 мальчиков.

В качестве диагностического инструментария были привлечены следующие методики: «Шкала измерения самооценки» Т. Дембо, С. Я. Рубинштейн, тест Ч. Д. Спилбергера в адаптации Ю. Л. Ханина и «Мотивация успеха и боязнь неудач» А. А. Реана.



После проведения диагностики мы получили группу из 9 учеников (32%) с заниженной самооценкой – 6 девочек (67%) и 3 мальчика.

Ведущие мотивы обучения направлены на знания. Заметна легкая конкуренция в учебной деятельности, что способствует повышению успеваемости. Класс дисциплинирован, отмечается влияние авторитета учителя. При проведении тестирования с ними было легко работать, дети общительны и адекватны. Проявляют друг к другу внимание и могут оказывать помощь.

В целом класс характеризуется успеваемостью, посещаемостью и активностью выше среднего. Ученики хорошо идут на контакт, ответственные. Характерной особенностью возраста является активное формирование коллективных групп, в которых они себя чувствуют достаточно уверенно и в какой-то мере защищенными. Но если понаблюдать за каждым учеником отдельно, то можно выделить детей тревожных, неуверенных в себе. Особенно эти признаки проявлялись на уроках и в процессе психодиагностики.

1. Первой проведенной методикой была шкала самооценки Дембо – Рубинштейн. Для проведения исследования детям раздали бланки с заданием, объяснили правила выполнения, в ходе работы учитывались их вопросы.

Данные об особенностях поведения школьника во время выполнения задания предоставляют полезную дополнительную информацию при интерпретации результатов, поэтому важно наблюдать и фиксировать их.

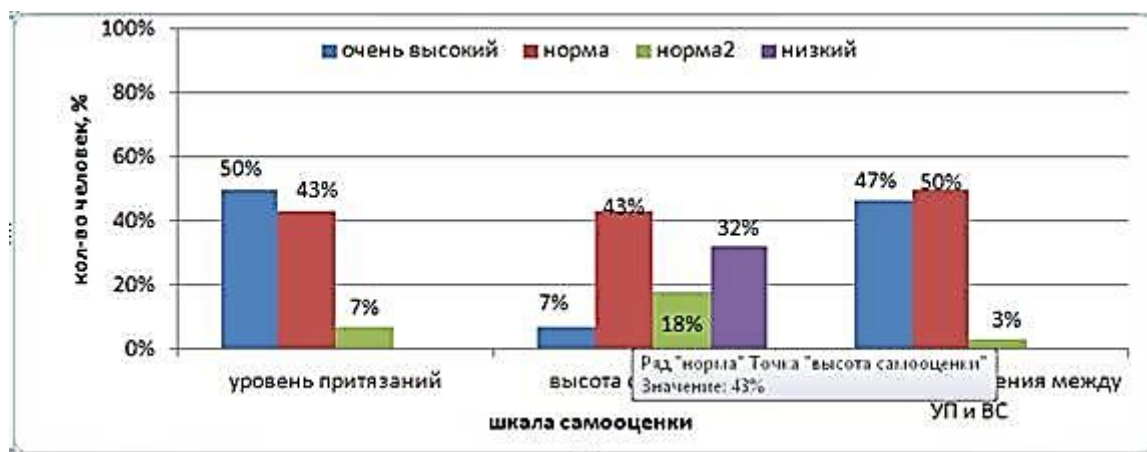


Рис. 1. Показатели шкалы самооценки Дембо – Рубинштейн

После обработки результатов была составлена диаграмма в процентном показателе (рис. 1).

Если посмотреть на гистограмму, то мы видим, что по уровню притязаний (УП) 50% подростков – 14 человек – имеют очень высокий уровень притязаний (98–100 баллов). Это говорит о нереалистическом, некритическом отношении детей к собственным возможностям; 43% подростков – 12 человек – имеют высокий уровень притязаний (83–97 баллов), подтверждающий оптимальное представление о своих возможностях, что является важным фактором личностного развития; 7% подростков (68–82 балла) – 2 человека – имеют средний уровень притязаний, то есть реально оценивают свои возможности.

По высоте самооценки (ВС) 7% подростков (86–100 баллов) – 2 человека – имеют очень высокую самооценку. Завышенная самооценка может подтверждать личностную незрелость, неумение правильно оценить результаты своей деятельно-



сти, сравнивать себя с другими; такая самооценка может показывать на существенные искажения в формировании личности – «закрытости для опыта», нечувствительности к своим ошибкам, неудачам, замечаниям и оценкам окружающих; 43% подростков (73–85 баллов) – 12 человек – имеют высокую самооценку, 18% подростков (61–72 балла) – 5 человек – имеют среднюю самооценку. Это адекватная самооценка, дети реально оценивают свои способности и возможности; 32% подростков – 9 человек – с заниженной самооценкой ниже 61 балла. Эти ученики составляют «группу риска». За низкой самооценкой могут скрываться два совершенно разных психологических явления: подлинная неуверенность в себе и «защитная», когда декларирование (самому себе) собственного неумения, отсутствия способности и т. п. позволяет не прилагать никаких усилий.

Степень расхождения между УП и ВС: 46,5% подростков – 13 человек – имеют сильную степень расхождения. Обычно все люди испытывают потребность мечтать. Мечта, для того чтобы сбыться, должна превратиться в цель. В данном случае эта цель может быть нереалистичной. У 50% подростков – 14 человек – умеренная степень расхождения. Эта категория детей оценивает свои возможности реально и вполне возможно, что их цели достижимы. 3,5% подростка – 1 человек – слабая степень расхождения. И только один подросток (Саша М.), возможно осознанно, ставит перед собой цели близкие и скорее всего осуществимые.

Данные шкалы символизируют уровень развития когнитивной и эмоциональной составляющих самооценки (В. И. Долгова, О. А. Кондратьева, Г. Ю. Гольева [13; 14; 15]).

В результате нами были получены субъективные оценки собственных взглядов подростков на самих себя.

Полученные результаты можно охарактеризовать как настораживающие, и, оперируя этими данными, мы начали образовывать группу школьников для коррекции низкого уровня самооценки.

2. Следующей методикой была диагностика самооценки тревожности Спилбергера – Ханина. Цель диагностики – определить уровень личностной (ЛТ) и реактивной (РТ) тревожности. Для этого ребятам раздали тесты из 40 вопросов, где они должны были зачеркнуть цифру в зависимости от того, как они себя чувствовали в данный момент (1–20-й вопросы) и как чувствуют обычно (21–40-й вопросы). После обработки полученного материала получились следующие результаты (рис. 2).

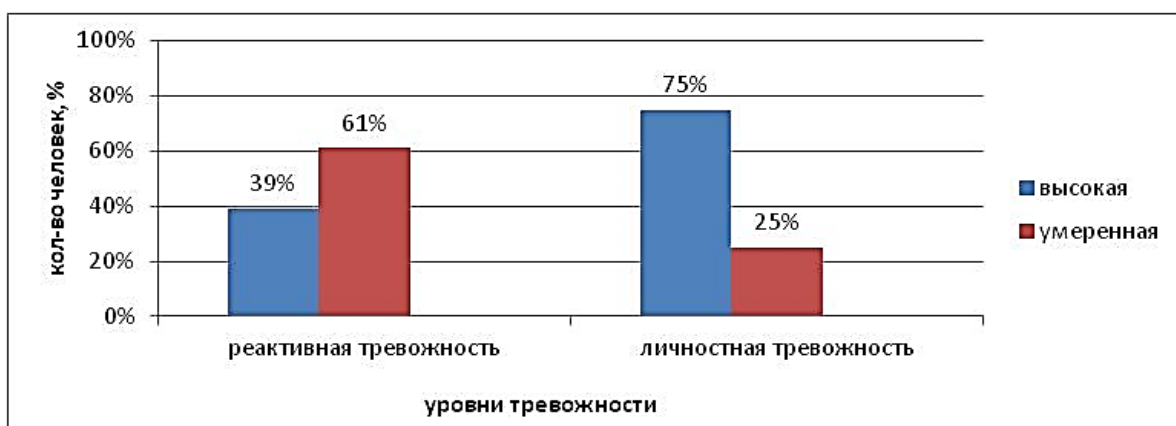


Рис. 2. Диагностика самооценки уровня тревожности

Исходя из полученных результатов, переведенных в проценты, мы получили следующие данные.



Уровень реактивной тревожности (ситуативная, в данный момент):

– 61% подростков – 17 человек – имеют умеренную реактивную тревожность: это определенный уровень тревожности, который является естественной и обязательной особенностью активной личности;

– 39% подростков – 11 человек – имеют высокую реактивную тревожность. Это характеризуется напряжением, беспокойством, нервозностью.

Уровень личностной тревожности (устойчивая характеристика человека):

– 25% подростков – 7 человек – имеют умеренную личностную тревожность. Они могут воспринимать ситуацию как угрожающую, но при этом уровень сохраняется как «полезной тревоги»;

– 75% подростков – 21 человек – с высокой личностной тревожностью. Устойчивый уровень тревожности высокий, он может служить помехой в развитии личности, учебе.

В процессе психодиагностики дети с повышенной тревожностью часто задавали вопросы, боялись ошибиться, не успевали за остальными детьми.

Два ребенка, в отличие от других детей, ответили на все вопросы очень быстро, возможно, даже их не понимая. Задав им вопрос «Почему так быстро?» они ответили, что им это неинтересно.

Очень высокая ситуативная тревожность вызывала нарушения внимания. Состояние реактивной тревожности возникает как эмоциональная реакция на стрессовую ситуацию. Обычно уровень реактивной тревожности изменяется (повышается или снижается) перед выполнением ответственных заданий, в данном случае дети оценивали себя в виде ответов на вопросы.

Тревожность не является изначально негативной чертой. Определенный уровень тревожности – естественная и обязательная особенность активной личности. При этом существует оптимальный индивидуальный уровень «полезной тревоги».

Значительные отклонения от уровня умеренной тревожности требуют особого внимания, высокая тревожность предполагает склонность к появлению состояния тревоги у ребенка в ситуациях оценки его компетентности. В этом случае следует снизить субъективную значимость ситуации и задач и перенести акцент на осмысление деятельности и формирование чувства уверенности в успехе. Детей с низким уровнем тревожности в процессе диагностики не выявилось.

3. В качестве третьей методики для определения уровня самооценки мы использовали опросник А. А. Реана «Мотивация успеха и боязнь неудач».

Цель диагностики – выявить мотивацию успеха и мотивацию боязни неудач. Детям раздали бланки с вопросами, на которые они, не задумываясь, должны были ответить. Мотивация успеха и боязнь неудач показана на рис. 3.

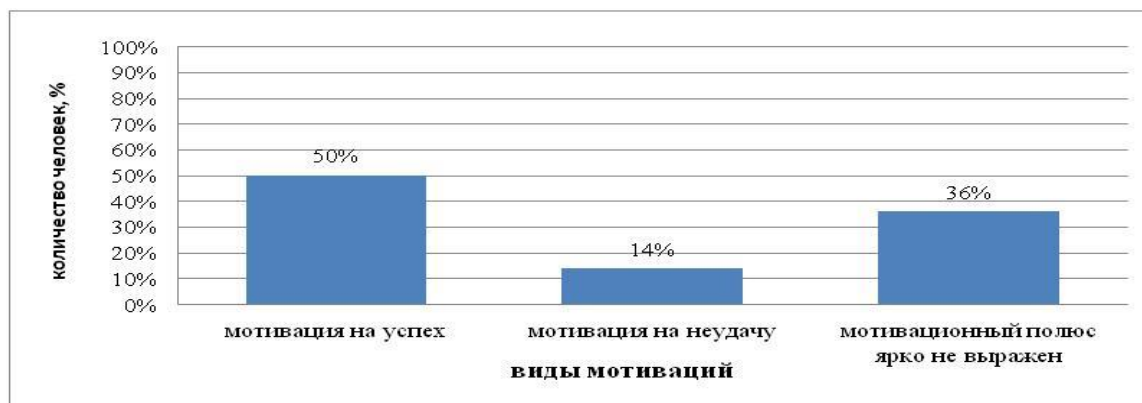


Рис. 3. Выявление мотивации на успех и на неудачу



Интерпретированный материал показал нам следующее.

– 50% подростков – 14 человек – имеют мотивацию на успех. В основе активности этих детей лежит надежда на успех и потребность в достижении успеха. Обычно они уверены в себе, в своих силах, ответственные, инициативны и активны. Их отличает настойчивость и целеустремленность.

– 14% подростков – 4 человека – имеют мотивацию на неудачу. Активность таких детей обычно связана с потребностью избежать срыва, порицания, наказания, неудачи. Начиная дело, ребенок заранее боится возможной неудачи, думает о путях избегания этой гипотетической неудачи, а не о способах достижения успеха. Дети, мотивированные на неудачу, обычно отличаются повышенной тревожностью, низкой уверенностью в своих силах. Стараются избегать ответственных заданий, а при необходимости решения сверхответственных задач могут впадать в состояние близкое к паническому. По крайней мере, ситуативная тревожность у них в этих случаях становится чрезвычайно высокой. Но хочется отметить, что это может сочетаться с весьма ответственным отношением к делу. Эти дети вошли в коррекционную группу.

– 36% подростков – 10 человек – мотивационный полюс ярко не выражен, но есть тенденция к достижению успеха. Надо обратить внимание на эту группу детей, оказать помощь, придать уверенности для усиления развития этой тенденции. Сюда вошли дети с низкой самооценкой, которые являются членами коррекционной группы.

На основании этих результатов образовалась группа из 9 человек для участия в коррекционной работе.

Выводы. Проведенное исследование позволило выявить следующее: низкая самооценка подростков может служить помехой для успешной адаптации к среднему звену гимназии, как следствие – повышенная тревожность в незнакомой ситуации, присутствие развитого комплекса неполноценности. Для снижения влияния на становление самооценки эмоциональных факторов (например, настроения) применяется постепенное воздействие на личность, что дает повышение показателей и закрепление результатов. С данной группой была продолжена работа в виде психолого-педагогической коррекции.

Ссылки на источники

1. Долгова В. И., Шаяхметова В. К. Инвариантность профессионально важных качеств: монография. – Челябинск: Изд-во «РЕКПОЛ», 2009. – 314 с.
2. Захарова А. В. Структурно-динамическая модель самооценки // Вопросы психологии. – 1989. – № 1. – С. 5–14. – URL: http://psyabstracts.com/journals/Voprosy%20Psychologii/1989/1/#.VLwOq_5O40o (дата обращения 18.01.2015).
3. Реан А. А. Психология личности. Социализация, поведение, общение. – СПб.: «Прайм-ЕВРО-ЗНАК», 2013. – 416 с. – URL: <http://bookza.ru/search.php> (дата обращения 12.01.2015).
4. Божович Л. И. Проблемы формирования личности: избр. психол. тр. / под ред. Д. И. Фельдштейна; Рос. акад. образования, Моск. психол.-соц. ин-т. – 3-е изд. – М.: МПСИ; Воронеж: МОДЭК, 2001. – 349 с. – URL: http://elibrary.gnpbu.ru/text/bozhovich_problemy-formirovaniya-lichnosti_2001/ (дата обращения 18.01.2015).
5. Казакина М. Г. Самооценка личности школьника и педагогические условия ее формирования. – Л.: Изд-во ЛГПИ им. А. И. Герцена, 2001. – 65 с.
6. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. – СПб.: Питер, 2000. – 713 с. – URL: <http://psylib.org.ua/books/rubin01> (дата обращения 12.01.2015).
7. Бороздина Л. В., Молчанова О. Н. Самооценка в разных возрастных группах: от подростков до престарелых. – М.: ООО «Проект – Ф», 2009. – 204 с.
8. Олифинович Н. И., Зинкевич-Куземкина Т. А., Велента Т. Ф. Психология семейных кризисов. – СПб.: Речь, 2006. – 360 с. – URL: http://qame.ru/book/family_therapy/psihologiya_sem_krizisov (дата обращения 19.01.2015).
9. Варга А. Я. Системная семейная терапия. – СПб.: Речь, 2001. – 74 с. – URL: <http://klex.ru/6n2> (дата обращения 19.01.2015).



ART 15068

УДК 159.923.2

10. Колесов Д. В. Психология смысла жизни // Развитие личности. – 2003. – № 1. – С. 47–76. – URL: <http://www.rl-online.ru/articles/1-03/72.html> (дата обращения 19.01.2015).
11. Березина Т. Н. Многомерная психика. Внутренний мир личности. – М.: ПЕР СЭ, 2012. – 319 с.
12. Кулагина И. Ю. Личность школьника от задержки психологического развития до одаренности: учеб. пособие для студ. и препод. – М.: ТЦ «Сфера», 1999. – 192 с. – URL: <http://www.klex.ru/by1> (дата обращения 12.01.2015).
13. Долгова В. И., Мельник Е. В. Эмпатия: монография. – М.: Перо, 2014. – 185 с.
14. Долгова В. И., Гольева Г. Ю. Эмоциональная устойчивость личности: монография. – М.: Перо, 2014. – 196 с.
15. Долгова В. И., Кондратьева О. А. Психологическая защита: монография. – М.: Перо, 2014. – 160 с.

Valeria Shayakhmetova,

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor at the chair of Psychology, Chelyabinsk State Pedagogical University, Chelyabinsk

valesha3004@mail.ru

Study of self-esteem formation of younger teenagers

Abstract. The paper studies the problem of self-esteem formation of younger teenagers in the period of adaptation. Personal changes of younger teenagers are superimposed on the significant social changes associated with the transition from elementary school to middle school, which inevitably creates the conditions for variety of self-transformation. Investigation of the state of self-identity of younger adolescents may contribute to the development of an adequate system of psychological-pedagogical support of students during this period.

Key words: early adolescence, self-esteem, psychological and pedagogical diagnostics.

ISSN 2304-120X



0 3



References

1. Dolgova, V. I. & Shajahmetova, V. K. (2009) *Invariantnost' professional'no vazhnyh kachestv: monografiya*, Izd-vo "REKPOL", Cheljabinsk, 314 p. (in Russian).
2. Zaharova, A. V. (1989) "Strukturno-dinamicheskaja model' samoocenki", *Voprosy psihologii*, № 1, pp. 5–14. Available at: http://psyabstracts.com/journals/Voprosy%20Psihologii/1989/1/#.VLwOq_5O40o (data obrashhenija 18.01.2015) (in Russian).
3. Rean, A. A. (2013) *Psihologija lichnosti. Socializacija, povedenie, obshhenie*, "Prajm-EVROZNAK", St. Petersburg, 416 p. Available at: <http://bookza.ru/search.php> (data obrashhenija 12.01.2015) (in Russian).
4. Bozhovich, L. I. & Fel'dshtejn, D. I. (ed.) (2001) *Problemy formirovaniya lichnosti: izbr. psihol. tr. / Ros. akad. obrazovaniya*, Mosk. psihol.-soc. in-t, 3-e izd., MPSI, MODJeK, Moscow, Voronezh, 349 p. Available at: http://elib.gnpbu.ru/text/bozhovich_problemy-formirovaniya-lichnosti_2001/ (data obrashhenija 18.01.2015) (in Russian).
5. Kazakina, M. G. (2001) *Samoocenka lichnosti shkol'nika i pedagogicheskie uslovija ee formirovaniya*, Izd-vo LGPI im. A. I. Gercena, Leningrad, 65 p. (in Russian).
6. Rubinshtejn, S. L. (2000) *Osnovy obshhej psihologii*, Piter, St. Petersburg, 713 p. Available at: <http://psylib.org.ua/books/rubin01> (data obrashhenija 12.01.2015) (in Russian).
7. Borozdina, L. V. & Molchanova, O. N. (2009) *Samoocenka v raznyh vozrastnyh gruppah: ot podrostkov do prestarelyh*, OOO "Proekt – F", Moscow, 204 p. (in Russian).
8. Olifirovich, N. I., Zinkevich-Kuzemkina, T. A. & Velenta, T. F. (2006) *Psihologija semejnyh krizisov*, Rech', St. Petersburg, 360 p. Available at: http://qame.ru/book/family_therapy/psihologiya_sem_krizisov (data obrashhenija 19.01.2015) (in Russian).
9. Varga, A. Ja. (2001) *Sistemnaja semejnaja terapija*, Rech', St. Petersburg, 74 p. Available at: <http://klex.ru/6n2> (data obrashhenija 19.01.2015) (in Russian).
10. Kolesov, D. V. (2003) "Psihologija smysla zhizni", *Razvitie lichnosti*, № 1, pp. 47–76. Available at: <http://www.rl-online.ru/articles/1-03/72.html> (data obrashhenija 19.01.2015) (in Russian).
11. Berезина, T. N. (2012) *Mnogomernaja psihika. Vnutrennij mir lichnosti*, PER SJe, Moscow, 319 p. (in Russian).
12. Kulagina, I. Ju. (1999) *Lichnost' shkol'nika ot zaderzhki psihologicheskogo razvitija do odarennosti: ucheb. posobie dlja stud. i prepod.*, TC "Sfera", Moscow, 192 p. Available at: <http://www.klex.ru/by1> (data obrashhenija 12.01.2015) (in Russian).
13. Dolgova, V. I. & Mel'nik, E. V. (2014) *Jempatija: monografiya*, Pero, Moscow, 185 p. (in Russian).
14. Dolgova, V. I. & Gol'eva, G. Ju. (2014) *Jemocional'naja ustojchivost' lichnosti: monografiya*, Pero, Moscow, 196 p. (in Russian).
15. Dolgova, V. I. & Kondrat'eva, O. A. (2014) *Psihologicheskaja zashhita: monografiya*, Pero, Moscow, 160 p. (in Russian).

Рекомендовано к публикации:

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