

Солнцева Полина Владимировна

студентка

Научный руководитель

Пазухина Светлана Вячеславовна

почетный профессор Российской академии образования,

член-корреспондент Российской академии естествознания,

член Общероссийской общественной организации

«Федерация психологов образования России»,

д-р психол. наук, доцент, доцент, заведующая кафедрой

ФГБОУ ВО «Тульский государственный

педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ САМООЦЕНКИ ПОДРОСТКОВ

***Аннотация:** статья посвящена актуальной на сегодняшний день проблеме становления самооценки подростков. Рассматриваются такие понятия, как самооценка и Я-концепция, подростковый возраст, а также изучение проблемы зарубежными и отечественными учёными. В статье рассматриваются и подробно описываются уровни самооценки, функции и факторы, которые влияют на её формирование. Делается также вывод о том, что формирование адекватной самооценки подростков способствует дальнейшему благополучию в жизни в их жизни.*

***Ключевые слова:** самооценка, подростковый возраст, Я-концепция.*

Рассмотрение самооценки является актуальной проблемой в современном мире, так как требования общества к людям регулярно увеличиваются, подобное давление может негативно сказываться на самооценивании. Самооценка представляет собой оценивание личностью самого себя, положения среди других людей, своих ценностей, устремлений и взглядов, поведения, успеха или неудачи в деятельности, которая выступает для человека значимой [2, с. 25].

Самооценка является одним из значимых показателей, оказывающих влияние на жизнь человека. Убежденность в своих сильных сторонах и преимуществах способствуют формированию успеха и, противоположно стеснительность, неуверенность противодействуют реализации внутренних потребностей и целей. Но подростки, в силу своего возраста могут неадекватно оценивать себя, в связи с этим становится актуальным рассмотрение специфики формирования самооценки в подростковом возрасте.

Возрастной период человека от 11 до 14 (15) лет в психологии принято называть подростковым, его выделяют как переходный, трудный, критический возраст. Американский психолог и педагог С. Холл характеризовал подростковый возраст как период «бури и натиска» [10, с. 95].

В подростковом возрасте происходят не только анатомо-физиологическое развитие, в особенности изменения наблюдаются в плане формирования личности подростка. К центральным психологическим новообразованиям данного возрастного периода относятся – появление самосознания, которое предоставляет возможность понять себя и связано с открытием мира собственных переживаний, чувство взрослости, повышенная возбудимость, частая смена настроения, особое развитие волевых качеств и т.д. [7, с. 115].

Советский психолог Л.С. Выготский был одним из первых, указав на то, что главным центральным новообразованием подросткового возраста является самосознание [4, с. 35]. Л.И. Божович также считала, что возникновение нового уровня самосознания подростков является характерной чертой способности и потребности познать самого себя как личность, с присущими ей качествами. Это способствует самоутверждению и самовыражению подростков. Лишение или ограничение данных стремлений является основой кризиса подросткового возраста [3, с. 26].

Д.Б. Эльконин, в своих трудах отмечает, что критические явления подросткового периода связаны с формированием чувства взрослости как образования сознания [6, с. 13]. Стремление к взрослости выражает новую жизненную позицию, отношению к людям и миру в целом, систему новых стремлений,

переживаний и т. д. Особая социальная активность подростков находится в специфичном расположении к усваиванию норм, ценностей, различных способов поведения, которые присуще миру взрослых в их взаимоотношениях.

Подросткам свойственно смотреть на свои способности и возможности со стороны, сравнивая себя со взрослыми и сверстниками. В дальнейшем происходит переход от ориентации на оценку окружающих к ориентации на самооценку, формируется представление о своём идеальном – Я.

Помимо реального «Я» «Я-концепция» включает в себя идеальное «Я». При высоком уровне притязаний и низком осознании своих способностей, навыков и т. д. идеальное «Я» может сильно отличаться от реального. Разрыв между совершенным и действительным образом может привести к тому, что подросток становится неуверенным в себе, выражает недовольство и обидчивость, упрямство, агрессивное поведение и высказывания в адрес других людей [6, с. 45].

Образ «Я», который подростки формируют в собственном сознании многообразен и отражает всю полноту их жизни. Представление о своих интеллектуальных способностях, характере и других качествах, объединяются и образуют «высокий пласт Я-концепции» – так называемое реальное «Я».

Немецкий психолог Э. Эриксон выделял параметры развития, характерные для каждого возрастного этапа развития человека. Для подростка, по его мнению, этот параметр колеблется между положительным полюсом идентификации собственного Я и отрицательным полюсом путаницы социальных ролей, которые подросток должен собрать в единое целое, связать с прошлым и направить в будущее [12, с. 78].

Советский и российский психолог Р.С. Немов считает, что развитие самооценки зависит от особенностей определённого возрастного периода. Роберт Семёнович в своих трудах говорит, что активный процесс когнитивного развития происходит в подростковом возрасте, так как рост сознания и самосознания подростка становится особенно выраженным [7, с. 212].

Д.И. Фельдштейн исследуя самооценку подростков говорит, что возрастной период (10–11) лет определяется особой критичностью в оценивании себя. В

возрасте 12–13 лет формируется общая адекватная самооценка большинства подростков, проявляется ситуативное отношение к себе, в том числе и отрицательное, которое зависит от оценивания окружающих людей, особенно важным становится отношения к подростку сверстников. Развитие самооценки подростков (14–15) лет формируется ориентацией на определённый стандарт, опирающийся на идеальные характеристики других людей, важные для подростка. Этот период характеризуется возникновением «оперативной самооценки», которая определяет отношение к себя «здесь и теперь» и основывается на сравнении себя как личности и своего поведения с определёнными нормами, выступающими «идеальной формой» себя и собственного поведения [11, с. 103].

В психологии выделяют три уровня самооценки: высокая, средняя, низкая [10, с. 656].

Подростки с завышенной самооценкой переоценивают себя и свои возможности, у них присутствуют завышенные ожидания от окружающего мира, что может привести к депрессии, в случае неспособности подростка удовлетворить свои амбиции. Они не принимают критику и не признают в себе какие – либо недостатки, считая это проявлением неуважения к себе, и дают понять, что мнение других людей ему безразлично. Если что-то идет не так как запланировано подростком, случаются неудачи, они надолго могут выбиться из ритма жизни, впасть в апатию и раздражительность из-за недостигнутого желаемого результата.

Подростки со средним уровнем самооценки, или как принято называть её психологами адекватной, имеют обширный круг интересов, их активность имеет направление на различные виды деятельности, так же на межличностные контакты, которые умеренны и целесообразны и не являются деструктивными. Они направлены на познание других и себя в процессе общения, критику в свой адрес воспринимают адекватно, не принижают свои достоинства, но и не игнорируют свои недостатки и стараются их компенсировать или преодолеть.

Подростки с низкой самооценкой видят в своих суждения и действиях отрицательные черты, зачастую сравнивая себя с идеальными образами, у них

возникают сложности с определением своих потребностей, трудности с принятием комплиментов, похвалы, знаков внимания, в ситуациях, требующих от них принятия решения они не могут этого сделать, так как боятся осуждения от окружающих и то, что результат их действия будет негативным. Они критикуют не только себя и свою деятельность, но и других людей, так как боятся допустить ошибку и требуют того же от окружающих.

Временная отнесенность содержания самооценки позволяет выделять ее разные виды: она может функционировать как прогностическая, актуальная (симультанная, корректирующая) и ретроспективная.

Функция прогностической самооценки заключается в оценке субъектом собственной возможности и определяется отношением к ним. Она реализуется до начала деятельности или совершения действий. Функцией актуальной самооценки является оценка и основанная на ней коррекция исполнительских действий по ходу развертывания деятельности (поступка). Функция ретроспективной самооценки заключается в оценке достигнутого уровня развития, результатов деятельности, поведения и т. д. Ретроспективная самооценка также участвует в определении перспектив развития субъекта, она фиксирует положительные и отрицательные стороны своей деятельности и личности.

На становление самооценки подростков влияют многие факторы, включая: отношения родителей, положение среди сверстников, которое выступает как наиболее важное, в связи с тем, что ведущей деятельностью подросткового возраста выступает интимно – личностное общение, школьная среда.

Исходя из вышеперечисленного, мы пришли к выводу, что самооценка играет важную роль в развитии личности подростков. Через постоянное взаимодействие подростков со взрослыми, родственниками, сверстниками, происходит осознание границ своих возможностей. Чем более конструктивным будет это взаимодействие, тем адекватнее будет формироваться самооценка подростка. С возрастом представление о себе расширяется и углубляется, возрастает самостоятельность в суждениях о себе. Неадекватная самооценка, т.е. завышенная или заниженная препятствуют подростку в формировании адекватного оценивания

себя и своих возможностей, поэтому крайне важно человеку, особенно подростку иметь адекватный уровень самооценки, который будет способствовать достижениям и успеху в дальнейшей жизни.

Список литературы

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология: учебник и практикум для академического бакалавриата / Г.С. Абрамова. – 2-е изд., испр, и доп. – М.: Юрайт, 2014. – 811 с.
2. Байковский Ю.В. Экстремальная психология. Словарь терминов / Ю.В. Байковский, Н.Г. Самойлов, А.В. Алёшичева. – М.: АГСПА, 2018. – 155 с.
3. Божович Л.И. Психологические особенности развития личности подростка / Л.И. Божович. – М.: Знание, 2016. – 140 с.
4. Выготский Л.С. Педология подростка. Психологическое и социальное развитие ребенка / Л.С. Выготский. – СПб.: Питер, 2021. – 224 с.
5. Глуханюк Н.С. Общая психология: учеб. пособие для вузов / Н.С. Глуханюк, С.Л. Семенова, А.А. Печеркина. – М.: Академический Проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2005. – 3-е изд., доп. и испр. – 368 с.
6. Ермолаева М.В. Психология развития / М.В. Ермолаева. – 2-е. изд. – М.: Московский психолого-социальный институт, 2013. – 376 с.
7. Немов Р.С. Общая психология. В 3 т. Т. I. Введение в психологию: учебник / Р. С. Немов. – 6-е изд. – М.: Юрайт, 2011. – 726 с.
8. Огольцова Е.Г. Роль родителей в формировании самооценки ребёнка / Е.Г. Огольцова, А.А. Лесюнина, А.Г. Овчаренко // Молодой ученый. – 2017. – №48 (182). – С. 161–164 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://moluch.ru/archive/182/46807/> (дата обращения: 17.04.2023).
9. Робертс. Воспринятые семейных договорённостей и договорённостей между сверстниками и самооценка среди городских молодых подростков / Робертс [и др.] // Журнал раннего подросткового возраста. – 2000. – 20 (1). – С. 68–92.

10. Слободчиков В.И. Психология развития человека. Развитие субъективной реальности в онтогенезе: учебное пособие / В.И. Слободчиков, Е.И. Исаев; ПСТГУ. – М., 2013. – 300 с.

11. Фельдштейн Д.И. Мир детства в современном мире (проблемы и задачи исследования) / Д.И. Фельдштейн – М.: МПСУ; Воронеж: МОДЭК, 2013. – 336 с.

12. Эриксон Э. Идентичность: кризис и юность / Э. Эриксон. – М., 1996. – С. 152.