

Воронежская Наталья Викторовна

Магистрант

Направление: Психология

Магистерская программа: Общая психология и история психологии

Значение формирования адекватной самооценки личности в юношеском возрасте и ее влияние на профессиональное самоопределение

Аннотация. В данной статье рассмотрено значение формирования адекватной самооценки как одного из важнейших факторов профессионального самоопределения личности в юношеском возрасте. Ее формирование основывается на оценках окружающих, результатах собственной деятельности и на соотношении реального и идеального представлений о себе.

Ключевые слова: самооценка, формирование самооценки, юношеский возраст, профессиональное самоопределение.

Самооценка представляет собой сторону самосознания личности, которая является одной из наиболее значимых и изученных в психологической науке. Данный показатель отражает оценку человеком собственных личностных качеств, возможностей, желаний, стремлений, потребностей.

Изучая тему самооценки в личностном развитии, нельзя забывать о ее комплексном влиянии на все стороны человеческой личности. Представляя собой мощный регуляторный фактор человеческой деятельности и поведения в обществе, самооценка является важным объектом изучения психологии.

С точки зрения научного подхода изучения данного явления, самооценка – это значимый структурный компонент самосознания человека, определяющий его дальнейшее развитие и совершенствование с учетом реакции окружающей социальной среды на его отдельные качества и признаки как индивида [5, с. 391]. Иначе говоря, личностная самооценка выражается в учете результатов самоанализа в ходе формирования характера и планирования стратегии

поведения в обществе. При этом, затрагивается самокритическое эмоционально-ценностное отношение человека, базирующееся на знаниях особенностей своего характера, поведенческих аспектов, а также нравственных и ценностных требований общества.

Г.Ш. Улябаева и Д.М. Шакирова рассматривают самооценку как «совокупность представлений человека о себе, которое сформировалось на основе сравнения себя с окружающими» [5].

Следует также обратиться к статье А.В. Гайфулина «Различные теоретические подходы в определении понятия самооценки», в которой автор дал, пожалуй, наиболее полное определение термина: «самооценка – сложная система, определяющая характер самоотношения индивида и включающая общую самооценку, отражающую уровень самоуважения, целостное принятие или непринятие себя, и частные самооценки, характеризующие отношение к отдельным сторонам своей личности, поступкам, успешности отдельных видов деятельности» [1, с. 33].

Самооценка, если рассматривать ее, как личностное образование, по результатам теоретических исследований определяется спецификой опыта субъекта, взятого из его деятельности в прошлом, а также – уровнем его притязаний, структурой мотивов, особенностями аффективной сферы и другими моментами.

В рамках гуманистической психологии самооценка рассматривается в концепции самоактуализации А. Маслоу; в теории самоорганизации Г. Олпорта и некоторых других теориях [4, с. 156].

Основоположником изучения вопроса самооценки человека в психологии традиционно считают У. Джеймса. Он стал первым, кто в психологической науке о структуре личности и особенностях личностного развития обособил понятие «самооценка». Так, его фундаментальный труд «Психология» содержит подробное изложение теории личности, оказавшей глубокое влияние на формирование персонологии как отрасли практической личностной психологии. Позже, его теория была поддержана и развита в параллельных

направлениях А. Адлером, Э. Фроммом, Э. Эриксоном и др. корифеями психологической науки [3, с. 30].

Среди зарубежных психологов теоретические представления К. Левина являются наиболее разработанными и популярными при исследовании проблемы изучения самооценки. Представители данной школы предлагали собственные методические разработки в сфере экспериментального изучения самооценки в процессе регулирования личностного развития. При этом, такие передовые исследователи, как Ф. Хоппе и Т. Дембо предлагали варианты решения данной проблемы в контексте изучения эмоционально-потребностной сферы человека и ее связей с другими аспектами развития.

По результатам этих исследований был сделан главный вывод, заключающийся в определении пропорциональной зависимости уровня самосознания и самооценки человека и результата его деятельности, выстроенной в соответствии с результатами предшествующего самоанализа. В соответствии с ними установлено, что, в большинстве случаев, успех при реализации той или иной деятельности повышает уровень притязаний, а провал или неудача – понижает его.

Основываясь на анализе результатов исследований ученых, можно сделать вывод о том, что самооценка личности по-разному влияет на поведение человека. Так, в процессе решения математических задач от самооценки личности во многом зависит выбор средств решения той или иной задачи или достижения поставленной цели, также самокритика и восприятие человека оказывает влияние на принятие важных решений, самооценка также определяет во многом эмоциональную реакцию на различные ситуации.

Наиболее эффективным в регулирования процессов личностного развития и повышения самооценки является то, что высокая общая самооценка гармонирует с адекватной самооценкой других разновидностей.

В психологической литературе по проблемам структуры самооценки выделяются три составных элемента: 1) знания о личностных качествах, поведении, возможностях, субъективном отношении к результатам труда; 2)

эмоционально-ценностный компонент; 3) социальные ориентиры и установки [1, с. 73].

Многочисленные исследования показывают, что человек, посредством познания характера личности другого человека, получает возможность формирования оценки собственной личности. Сформировавшееся «Я» у индивида представляет собой результат постоянного сравнения своих психологических качеств с качествами личности других людей. Человек, имея сложившееся понимание своего характера, различных индивидуальных особенностей сравнивает себя с окружающими, понимает, что другие люди также оценивают его и сравнивают с собой; все это оказывает влияние на самооценку личности.

Самопознание по своей сути представляет один из компонентов сложного процесса познания внешнего мира и осуществляется в непрерывном взаимодействии человека с окружающим миром. Именно поэтому самооценка личности по своей сущности социальна: она ориентирует человека на соблюдение требований к поведению, принятых обществом. Также, самооценка личности может быть, как адекватной, так и неадекватной, оптимальной или неоптимальной.

Так, если рассматривать явление самооценки с учетом вышеприведенных научных теорий Ф. Хоппе и Т. Дембо, т. е. в контексте взаимоотношения понятий самооценки, уровня притязаний и успешности деятельности, то можно сделать вывод о наличии особого поведенческого феномена, проявляющегося в качестве аффекта неадекватности. Он представляет собой такое эмоциональное состояние, при котором высокий уровень общей самооценки, сформированный на основе высокого уровня притязаний и потребностей, конфликтует низкими реальными достижениями в определенном виде деятельности либо при стремлении к установленной цели. Низкая успешность логически влечет за собой временное снижение уровня самооценки и снижение неадекватного уровня притязаний, являющиеся следствием конфликта. Но данное изменение не долговременно, так как аффективные качества, присущие человеку с

неадекватной самооценкой, мешают ему полноценно оценить собственные возможности, вклад в решение той или иной проблемы, а также другие обстоятельства, что является ничем иным, как механизмом защиты. Данное явление сопровождается такими поведенческими реакциями, как: обидчивость, агрессивность, неадекватные реакции, недоверчивость, подозрительность, упрямство, неуживчивость, нарушение контактов с окружающими. Следует также отметить, что приведенные реакции и характеристики могут быть присущи человеку в любом возрасте, в том числе, и в юношеском.

Неадекватная самооценка личности в юношеском возрасте оказывает самое непосредственное влияние на потребности и желания молодого человека. Интересно, что негативный опыт в социальной деятельности юношей с неадекватной самооценкой практически не влияет на их самооценку и не снижает уровень притязаний, самосознание в данном случае не претерпевает изменений. Исследование такого феномена в поведении личности, как аффект неадекватности является выражением отношения таких понятий, как: успешность деятельности, самооценка, уровень притязаний и т. п.

Тем самым, мы можем сделать вывод о том, что успешность деятельности человека в юношеском возрасте по выполнению какой-либо задачи, требующей задействования его личных качеств, во многом формирует уровень самооценки личности, на основе которой осуществляется формирование притязаний и потребностей.

Начиная новое дело, вступая во взаимоотношения с другими людьми, человек в той или иной степени предполагает конечный результат своей деятельности. Этот прогноз связан с оценкой собственных возможностей в данной области деятельности. Самооценка основана на полученном ранее опыте, она лежит в основе прогноза, позволяющего приняться за какое-либо дело или вступить в определенные контакты. В этом смысле самооценка выступает центром регуляции поведения.

Подобный эксперимент был проведен и описан Р. Стагнером. По его результатам мы можем сделать вывод о степени и характере влияния

самооценки на активность и ход деятельности человека. Вначале, определялись теоретический базис (ценности Я-концепции) и набор средств для испытания. Далее, участникам эксперимента был предложен ряд задач, различных по сложности и структуре решения. Высокая самооценка не позволила фрустрироваться, потому первая задача третьей серии была решена быстро теми, кто высоко оценивал свои возможности; имеющие заниженную были разочарованы и, в большей своей части, не смогли приступить к задачам.

В качестве основных методов анализа для выявления характера и степени воздействия факторов на профессиональное самоопределение обучающихся в системе предпрофильной подготовки выступают:

1. Совместный анализ. С помощью данного метода оцениваются и сравниваются факторы, оказывающие наибольшее влияние на выбор юношами будущей профессии. Достоинством этого анализа является то, что с помощью него можно выявить наиболее и наименее значимые обстоятельства, предопределяющие профессиональную направленность современных старшеклассников. Недостатком является сложность выявления степени влияния на этот процесс различных факторов.

2. Кластерный анализ. С помощью данного метода факторы можно классифицировать в зависимости от каких-либо признаков. Для этого обучающиеся подразделяются на группы – кластеры по интересам. Достоинством этого анализа является то, что эти факторы можно сгруппировать по степени влияния. Отрицательным моментом является сложность оценивания степени различий между кластерами.

3. Дисперсионный анализ. С помощью данного метода можно определить степень различий между факторами, влияющими на группы обучающихся, объединенных в кластеры. Достоинством этого анализа является то, что, используя метод статистического анализа, можно проверить достоверность гипотезы о различиях результатов групп старшеклассников на основании сравнения дисперсий распределений. Минусом является невозможность оценивания близости связи между результатами групп.

4. Факторный анализ. С помощью этого анализа можно выявить латентные факторы, влияющие на профессиональное самоопределение юношей. Главными целями анализа являются сокращение числа факторов и определение структуры взаимосвязей между ними, их классификация, подразумевающая выделение новых факторов из обстоятельств, сгруппированных друг с другом. Плюсом этого анализа является то, что можно провести углубленное изучение факторов и выявить среди них несущественные обстоятельства. Минусом является невозможность проверки правильности определения взаимосвязи между факторами [2].

Итак, факторы, влияющие на становление профессионального самоопределения юношей в ходе профильного обучения, аналогичны обстоятельствам, воздействующим на профессиональную саморегуляцию учащихся, независимо от профиля подготовки, и имеющие отличия только по качественными признаками. При профильном обучении молодой человек оказывается в коллективе единомышленников, объединенных общими целями, у него появляется возможность обсудить общие проблемы, задачи. Все это укрепляет профессиональный выбор школьника и увеличивает его стремление к самореализации в профессиональном плане.

Самооценка личности в юношеском возрасте оказывает формирующее влияние на его взаимоотношения с другими людьми, уровень требований к себе, отношение к успехам и неудачам, тем самым оказывая влияние на деятельность человека и развитие его личности. Самооценка личности непосредственно связана с уровнем целей, установок, планов, которые ставит человек перед собой на перспективу. Адекватная самооценка позволяет молодым людям правильно соотносить свои возможности с поставленными целями и с ожиданиями других людей; неадекватная (завышенная или заниженная) влияет на деформацию внутреннего мира личности, искажает ее эмоционально-волевую и мотивационную сферы и, соответственно, препятствует гармоничному развитию личности.

Литература

1. Гайфулин А.В. Различные теоретические подходы в определении понятия самооценки // Вестник Томского государственного университета. 2009. № 1.
2. Исмагилов Р.Д. Место и роль предпрофильной подготовки и профильного обучения в процессе профессионального самоопределения школьников // КПЖ. 2016. №4 (117) [Электронный ресурс] // Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/mesto-i-rol-predprofilnoy-podgotovki-i-profilnogo-obucheniya-v-protssesse-professionalnogo-samoopredeleniya-shkolnikov> (дата обращения: 01.02.2021).
3. Кулебякин Е.В. Психология социальной работы: Учебное пособие для студентов вузов. Владивосток: Изд-во ДФУ, 2004.
4. Леонтьев Д.А. Развитие идеи самоактуализации в работах А. Маслоу // Вопросы психологии. 1987. №3.
5. Ульябарова Г.Ш., Шакирова Д.М. Самооценка – что это такое: понятие, структура, виды и уровни. Коррекция самооценки // Скиф. Вопросы студенческой науки. 2019. №5-1 (33).