

Гасратли Лала Рафиг Кызы

Магистрант

Направление: Психология

Магистерская программа: Общая психология и психология личности

**Психологические условия формирования самооценки в
подростковом возрасте**

Аннотация. В статье проведен теоретический анализ работ, посвященных исследованию психологических условий формирования самооценки в подростковом возрасте.

Ключевые слова: личность, личностные качества, мотивация, образ «Я», подростковый возраст, самосознание, самооценка, социальные взаимоотношения, Я-концепция.

Подростковый возраст является одним из сложнейших периодов в жизни человека. Ребенок переходит на более высокую социальную ступень, на которой формируется его сознательное отношение к самому себе как члену социума. Данный возраст является ответственным периодом становления мировоззрения, системы отношений, интересов. Их правильное формирование во многом зависит от самооценки, которая является основной детерминантой становления личности человека как представителя общества. По мнению ученых, самооценка является компонентом самосознания, который включает в себя сопоставление знаний своих качеств, возможностей, способностей, особенностей своей деятельности и оценку своих физических характеристик, способностей, нравственных качеств и поступков на основе анализа информации об их оценки другими людьми [3]. То есть социум влияет на становление представления человека о себе. Особенно это касается подростков, так как для них характерны активные социальные взаимоотношения, а основным видом деятельности становится общение [14]. В этом вопросе,

интересны исследования И.В. Дубровиной, опираясь на которые она отмечает, что наиболее важным для подросткового возраста является формирование отношения к самому себе. Автор уточняет, что самооценка является регулятором поведения [6]. Так как самооценка определяет взаимоотношение человека с окружающими, личностные качества, мотивацию, отношение к достижениям и неудачам, она наравне с самосознанием и всем, что касается «Я», всегда были предметом особого внимания философов, писателей, педагогов, социологов и психологов. Особый интерес вызывал у психологов вопрос формирования самооценки в кризисные периоды. Это привело к тому, что на протяжении нескольких десятилетий исследования самооценки занимает одно из ключевых мест в изучении личностных особенностей подростков.

Взаимодействуя с внешней средой (с социумом), личность старается выделить себя из окружающих, давая возможность ощущать себя субъектом своих физических и психических состояний, действий и процессов, которые выступают для него как «Я», противостоящее другим и при этом вместе с ними неразрывно связанное [8].

Образ «Я», складывающийся в результате личного жизненного опыта, оказывает, в свою очередь, влияние на восприятие человеком мира, других людей, оценки, которые дает человек собственному поведению. Как и любой психологический феномен, Я-концепция может быть положительной, амбивалентной или отрицательной. Она может искажать реальность, быть вымышленной и искаженной. Степень удовлетворенности человека жизнью, мера полноты испытываемого им счастья непосредственно зависят от того, в какой мере его опыт, его «реальное Я» и «идеальное Я» согласуются между собой [2].

На формирование самооценки влияют многие факторы, действующие с момента его рождения. Прежде всего, это отношение родителей, а в дальнейшем – положение среди сверстников, отношение педагогов. Как уже было описано выше, сопоставляя мнение о себе окружающих людей, человек формирует самооценку.

Форма взаимодействия личности с окружающими людьми, уровень притязаний и направленности личности, которые, в свою очередь, определяют степень трудности поставленных личностью перед собой целей, их привлекательность, зависят от того, какова сложившаяся у человека самооценка. Ученые выделяют адекватную самооценку (правильная и объективная оценка личностью себя), неадекватно завышенную или неадекватно заниженную [1; 5; 10].

Левитов Н.Д. отмечает: «Осознание своих психических качеств и самооценка, приобретают одно из наиболее важных значений в подростковом возрасте. Поскольку все эти компоненты взаимосвязаны, обогащение одного из них неизбежно видоизменяет всю систему. Противоречия развития, свойственные этому периоду, значительно усилились» [9, с. 124].

Если на начальных этапах своего развития ребенка оценке подвергаются физические качества и возможности, то в подростковом возрасте все меняется, и на первое место, помимо физических возможностей, выходят такие показатели, как умения, поступки, моральные качества. Самооценка становится регулятором поведения человека, его деятельности [4].

Для начального периода пубертата характерна тщательная оценка подростками самих себя. Дети сравнивают себя, свои физические данные, интеллектуальные способности, социальные умения, психологические качества с аналогичными параметрами сверстников и других значимых для себя лиц [11]. Именно это продуцирует восприятие и осознание вопросов общеморального порядка, что позволяет ему оценить свое место в обществе. Ближе к 14 годам подросток в полной мере может заниматься самоанализом, самонаблюдением и рефлексией, сравнивать достигнутые собственные результаты с результатами сверстников и тем самым оценивать себя. При этом самонаблюдение, самооценка, анализ своих качеств становятся потребностью подростков, направленной на осознание

своих достоинств и недостатков, правильности и неправильности своих поступков [12]. И даже то, что этот процесс сопровождается множеством внутренних противоречий и конфликтов, следует воспринимать как положительный момент в формировании образа «Я».

Одним из основных институтов формирования самооценки ребенка является семья. Взаимоотношения в семье – это основная модель социальных отношений, которая воспроизводится ребенком во взаимоотношениях с другими. Самосознание ребенка зависит от различных параметров семьи. Здесь следует учитывать количество детей в семье, социально-экономическое состояние семьи, взаимоотношения в различных системах (родитель – родитель, родитель – дети, дети – дети), отсутствие одного из родителей.

Проблемы, возникающие у подростка с родителями в данный период, нельзя воспринимать как снижение влияния авторитета последних на ребенка. Подросток все же понимает, что забота и поддержка родителей ему необходимы. Самооценка подростка растет, когда его достижения и успехи находят отклик у родителей, когда при неудаче и разочаровании ребенок находит поддержку и понимание у взрослых. В этом случае у них формируется правильная самооценка. Непосильные для подростка требования, грубость, насилие в семье приводит к снижению его самооценки.

От семьи зависит, какие отношения будут выстраиваться у подростка со сверстниками. В семьях, где в отношениях преобладают взаимное уважение и доверие, у ребенка нет тайн. Соответственно, родители имеют возможность косвенно направлять отношения подростка со сверстниками. Это позволяет ему правильно воспринимать те или иные поступки его друзей. Родители могут научить его разбираться в мотивах их поведения, увидеть причины и следствия их и собственных поступков. Данное обстоятельство многое значит для формирования самооценки подростка, так как позволяет оценивать свои действия и регулировать их.

Родители должны помнить, что развитие самооценки подростка зависит и от его взаимоотношения с друзьями. Это следует воспринимать как закономерность, так как с ними он проводит достаточно много времени. Их мнение о нем, их оценка для него крайне важны.

Во взаимоотношениях со сверстниками происходит достаточно парадоксальная вещь, когда, пытаясь получить их одобрение, дети действуют в соответствии с требованиями и интересами группы, жертвуя собственными. Данная «жертва» позволяет детям избежать участи «изгоя» в группе сверстников или быть совсем исключенными из нее. Несмотря на это, ученые определяют данное обстоятельство как уточнение и закрепление границ своего «Я», вычленения его от множества «Я» других людей [11].

Однако ребенок должен понимать, что некоторые члены группы могут в силу определенных обстоятельств понижать его самооценку. Шутки и подначивания могут негативно влиять на его самосознание, хотя сам подросток может воспринимать это совсем не так, а как желание друзей помочь. Взаимоотношения со сверстниками достаточно сложны и могут сформировать у подростка, как уверенность в своих силах, так и неуверенность в себе.

Одно можно сказать точно, что реальная или надуманная подростком потеря своего статуса среди сверстников воспринимается им как личная трагедия. Оценка детьми в данный период своего места в социуме (как, впрочем, и в более старшем возрасте) является одним из важнейших факторов формирования личности. Самооценка является тем психологическим феноменом, который определяет процесс адаптацию (деадаптации) личности в социуме, являясь регулятором поведения и деятельности [13]. Именно поэтому самооценке подростка требуется опора в социуме, самоутверждение и потребность в самоуважении. Если этого не происходит, то обостряются внутренние противоречия, возникает состояние личностного дискомфорта.

Нельзя не сказать о влиянии на самооценку подростков и процесса обучения. В психологической теории и практике достаточно исследований, направленных на выявление взаимосвязи успехов в учебе и самооценки подростков.

Важность изучения взаимовлияния самооценки и обучения обоснована тем, что каждый день, проведенный в школе, характеризуется постоянной оценкой как личностных качеств подростка, так и его познавательных способностей [7]. Школа, как административно-бюрократическая система, привносит официальный характер оценивания деятельности подростка путем регистрации и публичного освещения. Именно поэтому учебная успеваемость обладает огромным значением для формирования самооценки в подростковый период. Представления подростка об учебных способностях определяются обратной связью от педагогов, которая принимает символическую форму в виде оценки. Но под этим символом скрывается реакция родителей и учителей, одноклассников на его заслуги в учебе. Учебное учреждение может являться как помощником в формировании самооценки подростка, так и формировать неадекватное представление о себе у детей.

Таким образом, основываясь на анализе научной литературы, можно сделать следующие выводы:

- подростковый возраст является ответственным периодом становления мировоззрения, системы отношений, интересов личности;
- образ «Я», складывающийся в результате личного жизненного опыта, оказывает влияние на восприятие человеком мира, других людей, оценки, которые дает человек собственному поведению;
- самооценка, т.е. оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей, – это наиболее существенная сторона самосознания (с помощью самооценки происходит регуляция поведения личности);
- самооценка может быть заниженной, завышенной и адекватной (нормальной);

- процесс формирования самооценки в подростковом возрасте сопровождается множеством внутренних противоречий и конфликтов;
- на формирование самооценки влияют такие факторы, как отношение родителей, положение среди сверстников, отношение педагогов, успехи в учебной успеваемости и т. д.;
- поддержка родителями подростка позволяет правильно формировать его самооценку;
- непосильные для подростка требования, грубость, насилие в семье приводят к снижению его самооценки;
- взаимоотношения со сверстниками достаточно сложны и могут сформировать у подростка как уверенность в своих силах, так и неуверенность в себе.
- оценка детьми в данный период своего места в социуме является одним из важнейших факторов формирования личности;
- взаимовлияние самооценки и обучения обосновано тем, что каждый день, проведенный в школе, характеризуется постоянной оценкой как личностных качеств подростка, так и его познавательных способностей.

Литература

1. Анциферова Л.И. Психология формирования и развития личности / Психология личности в трудах отечественных психологов: Хрестоматия / Под ред. Куликова Л.В. 3-е изд. СПб.: Питер, 2009.
2. Базылевич Т.Ф. Психология высших достижений личности: Монография. М.: Инфра-М, 2018.
3. Барсукова О.В., Павлова Т.В., Тушнова Ю.А. Психология личности: определения, схемы, таблицы. Рн/Д: Феникс, 2015.
4. Белинская Е.П. Я-концепция и ценностные ориентации старших подростков в условиях быстрых социальных изменений // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. 1997. № 4.

5. Божович Л.И. Проблемы формирования личности. М.: Директ-Медиа, 2018.
6. Возрастные особенности психического развития детей: Сб. науч. тр. / Отв. ред. И.В. Дубровина, М.И. Лисина. М.: АПН СССР, 1982.
7. Захарова А.В. Формирование самооценки в учебной деятельности. Психологические проблемы в учебной деятельности школьника. М.: Просвещение, 1997.
8. Зиглер Д., Хьелл Л. Теории личности. 3 изд. СПб.: Питер, 2003.
9. Левитов Н.Д. Психология характера. 3 изд., испр и доп. М.: Просвещение, 1969.
10. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М.: Смысл, Академия, 2019.
11. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст. Проблемы становления личности. М.: Мир, 1994.
12. Семенюк Л.М. Особенности личности детей подросткового возраста. М., 2003.
13. Столин В.В. Самосознание личности. М.: Прогресс, 1987.
14. Эльконин Б.Д. Психология развития. 4-е изд. М.: Академия, 2008.