

АНАЛИЗ ВЛИЯНИЯ САМООТНОШЕНИЯ НА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

ЛАРИНА Надежда Викторовна

магистрант

Хакасский государственный университет им. Н.Ф. Катанова

г. Абакан, Россия

Статья посвящена проблеме влияния самооотношения на психологическое благополучие в подростковом возрасте. В статье представлены результаты эмпирического исследования влияния самооотношения на психологическое благополучие подростков.

Ключевые слова: подростки, подростковый возраст, благополучие, психологическое благополучие, самооотношение, особенности самооотношения в подростковом возрасте.

В настоящее время для нашего общества как никогда актуальна тема психологического благополучия, что связано с различными факторами, которые нас сопровождают – экономическая нестабильность, ухудшение экологии, рост заболеваемости, динамика террористических и мошеннических проявлений и др. Почти каждый гражданин нашей страны часто испытывает чувство неопределенности, неуверенности в завтрашнем дне, потребность жить благополучно и находиться в ресурсе в любой сфере деятельности. А так как «основным феноменом здоровья личности является благополучие, то это обуславливает необходимость и важность переживания психологического благополучия для сохранения и укрепления психического здоровья» [1, с. 133].

Особенно непростая современная ситуация оказывает большое влияние на подростков, ведь различные реформы системы образования, новые формы подачи учебного материала, сдачи экзаменов, требуют от них наличия ресурсов для достижения целей. В период школьного обучения у подростков наблюдаются повышенные психологические нагрузки, налаживание новых межличностных отношений, что может приводить к эмоциональному напряжению и ощущению психологического неблагополучия, в связи с чем является актуальной проблема изучения психологического благополучия современных подростков [2].

Не менее актуальной на современном этапе является проблема изучения самооотноше-

ния подростков, его роли в структуре личности. Изучению данной проблемы посвящены исследования И.С. Кона, А. Маслоу, В.С. Мухиной, С.Р. Пантлеева, С.Л. Рубинштейна, В.В. Столина, И.И. Чесноковой и др. Данные авторы в своих исследованиях отмечают, что в формировании самооотношения критическим является подростковый возраст, что обусловлено неоднозначностью и противоречивостью развития индивида на данном возрастном этапе. Особенности развития личности в данный период во многом определяют и последующий жизненный путь, в этом возрасте наиболее четко проступают все особенности психической сферы подростка, а самооотношение является ведущим компонентом структуры его самосознания [3; 4].

В настоящее время существует огромное количество работ, посвященных проблеме исследования психологического благополучия современного общества (Г.И. Борисов, С.А. Водяха, А.В. Воронина, О.А. Идобаева, Л.В. Карапетян и др.), множество работ посвящено проблеме самооотношения подростков (С.Р. Пантлеев, К. Роджерс, В.В. Столин и др.). Вместе с тем недостаточно изучен вопрос влияния самооотношения на психологическое благополучие в подростковом возрасте.

Психологическое благополучие – это «состояние человека, представляющее собой сложную взаимосвязь физических, социальных, культурных, духовных и психологических факторов, отражающее оценку и восприятие человеком собственной самореализации с учетом потенциальных возможностей» [5, с. 18].

Психологическое благополучие подростков предполагает равновесие между физическим здоровьем, интеллектуальными процессами, ровным эмоциональным фоном и, безусловно, системой ценностей и убеждений. К «составляющим психологического благополучия подростков относятся: позитивная самооценка, эмоциональная стабильность, стрессоустойчивость, полнота жизни, поддержка и доверие окружающих» [2, с. 11].

Анализ психологических исследований самооотношения, выполненных отечественными и зарубежными авторами, позволил сделать вывод о том, что самооотношение является стержневым психологическим образованием, состоящим из трех компонентов: когнитивно-го, эмоционального и конативного.

Все теории развития самооотношения сосредоточены на особенностях, свойственных тому или иному возрастному периоду, и важную роль играет развитие самооотношения у подростков, так как именно в этом возрасте большее влияние на развитие самооотношения оказывают поведение родителей (стиль семейного воспитания), роль значимых других, взаимосвязь самооценки с социально-психологическим статусом ребёнка, связь самооценки с педагогической оценкой. В подростковом возрасте самооотношение является центральным образованием самосознания, а их самоуважение и ожидание положительного отношения со стороны взрослых являются предпосылкой социальной компетентности [4].

С целью исследования влияния самооотношения на психологическое благополучие в подростковом возрасте нами было проведено эмпирическое исследование на базе МБОУ «Кортузская средняя общеобразовательная школа» (село Кортуз, Краснотуранский район, Красноярский край) в котором участвовали 80 подростков 9-11-ых классов в возрасте от 14 до 17 лет. Для решения поставленных нами задач были использованы такие методики как «Шкала психологического благополучия» (К. Рифф, адаптация Т.Д. Шевеленковой, П.П. Фесенко), «Исследование самооотношения» (В.В. Столин), «Кто я?» (М. Кун, Т. Макпартленд, в модификации Т.В. Румянцевой), «Самооценивание» (М.К. Тутушкина).

Результаты, полученные в ходе проведения методики «Шкала психологического благополучия» позволили выявить, что на высоком уровне психологического благополучия находились всего 34% подростков (27 человек). Большая часть подростков (66%) находились на среднем уровне психологического благополучия (53 человека). Подростков, находящихся на низком уровне психологического благополучия, не выявлено.

После проведения указанной методики, подростки, принимающие участие в нашем исследовании, были условно разделены на 2 группы: подростки с высоким уровнем психологического благополучия и подростки со средним уровнем психологического благополучия (см. рисунок 1).

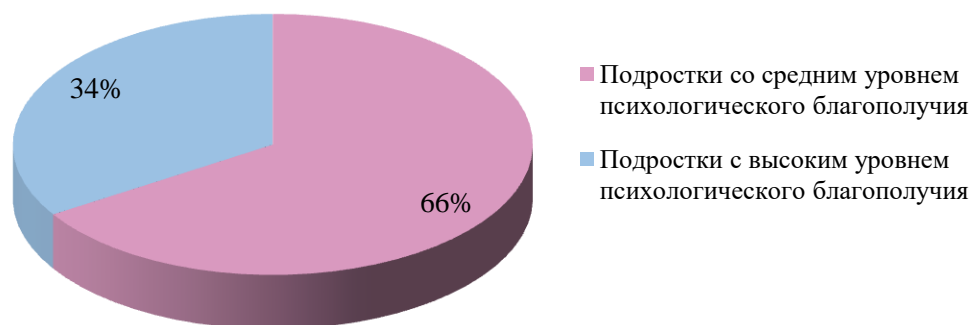


Рисунок 1. Результаты выявления уровня психологического благополучия у подростков по методике «Шкала психологического благополучия» Т.Д. Шевеленковой и П.П. Фесенко

Далее, в ходе проведения методики «Исследование самоотношения» В.В. Столина, были получены результаты, представленные в таблице 1.

Таблица 1

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ САМООТНОШЕНИЯ ПОДРОСТКОВ С ВЫСОКИМ И СРЕДНИМ УРОВНЕМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ (по методике «Исследование самоотношения» В.В. Столина)

Шкалы	Группа 1	Группа 2	t – критерий Стьюдента
	Средние значения	Средние значения	
Открытость	5,8	5,2	$t_{ЭМП} = 0,2$
Самоуверенность	8,0*	6,8	$t_{ЭМП} = 1,2$
Саморуководство	8,5*	5,2	$t_{ЭМП} = 2,1$
Отраженное самоотношение	6,5*	3,5	$t_{ЭМП} = 1,8$
Самоценность	8*	5	$t_{ЭМП} = 4,2$
Самопринятие	6,5	5,2	$t_{ЭМП} = 0,8$
Самопривязанность	5,7	5,6	$t_{ЭМП} = 1,0$
Внутренняя конфликтность	5*	7,9*	$t_{ЭМП} = 1,4$
Самообвинение	6,1	8,2*	$t_{ЭМП} = 4,8$

Примечание: * $t_{кр} = 1,2$ при $p \leq 0,05$, $t_{кр} = 2,29$ при $p \leq 0,01$ (ось значимости)

Полученные результаты мы подвергли математической обработке с помощью параметрического метода математической статистики – двухвыборочного t-критерия Стьюдента для сравнения двух связанных (зависимых) выборок. Статистически значимыми считали различия с достоверностью $p \leq 0,05$.

Анализ результатов показал, что существуют значимые различия в группах подростков между значениями по шкалам методики. В нашем исследовании достоверные различия выявились по 6 шкалам. Так, значимые различия между группой подростков с высоким уровнем психологического благополучия и группой подростков со средним уровнем психологического благополучия, выявлены по шкале «Самоуверенность» (8,0 против 6,8 соответственно). Высокие показатели по шкале «Самоуверенность» в группе 1 (8 против 6,8) свидетельствуют о высокой смелости в общении. Данные подростки в привычных для себя ситуациях сохраняют работоспособность, уверенность в себе, ориентацию на успех начинаний. Высокие показатели в группе 1 по шкале «Саморуководство» (8,5 против 5,2) говорят о том, что данные подростки координируют и направляют всю активность,

организуют поведение и отношения с людьми, что делает их способными прогнозировать свои действия и последствия возникающих контактов с окружающими. В привычных для себя условиях существования могут проявлять выраженную способность к личному контролю. Высокие показатели по шкале «Отраженное самоотношение» в группе 1 (6,5 против 3,5) демонстрируют избирательное восприятие отношения окружающих к себе. Высокие показатели по шкале «Самоценность» у подростков с высоким уровнем психологического благополучия, в сравнении с группой подростков со средним уровнем психологического благополучия (8 против 5) говорят о том, что данные подростки высоко оценивают свой духовный потенциал, богатство своего внутреннего мира, склонны воспринимать себя как индивидуальность и высоко ценить собственную неповторимость. Уверенность в себе помогает противостоять средовым воздействиям, рационально воспринимать критику в свой адрес. Высокие показатели по шкале «Внутренняя конфликтность» среди подростков группы 2 (7,9 против 5) говорят о негативном фоне отношения к себе. Высокие показатели в группе 2 по шкале «Самообвинение»

(8,2 против 6,1) указывают на то, что данные подростки видят в себе, прежде всего, недостатки, и готовы поставить себе в вину все свои промахи и неудачи.

Результаты, полученные в ходе проведения методики «Кто я?» М. Кун, Т. Макпартленд, в модификации Т.В. Румянцевой представлены в таблице 2.

Таблица 2

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ САМООЦЕНКИ И САМООТНОШЕНИЯ ПОДРОСТКОВ С ВЫСОКИМ И СРЕДНИМ УРОВНЕМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ (по методике «Кто я?» М. Кун, Т. Макпартленд, в модификации Т.В. Румянцевой)

Уровень самооценки	Группа 1		Группа 2		t – критерий Стьюдента
	Кол-во	%	Кол-во	%	
Низкий	11	20	15	55*	$t_{эмп} = 0,8$
Средний	13	25	9	35	$t_{эмп} = 1,2$
Высокий	29	55*	3	10	$t_{эмп} = 1,0$

Примечание: $*t_{кр} = 2,4$ при $p \leq 0,05$, $t_{кр} = 9,92$ при $p \leq 0,01$ (ось значимости)

Как видно из таблицы 2, в группе подростков с высоким уровнем психологического благополучия, преобладает высокий уровень самооценки и самоотношения (55% против 10% соответственно). В группе 2 среди подростков

со средним уровнем психологического благополучия преобладает низкий уровень самооценки и самоотношения (55% против 20%). Результаты по методике «Самооценивание» М.К. Тутушкиной представлены в таблице 3.

Таблица 3

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ САМООЦЕНИВАНИЯ ПОДРОСТКАМИ С ВЫСОКИМ И СРЕДНИМ УРОВНЕМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ (по методике «Самооценивание» М.К. Тутушкиной)

Уровень самооценивания	Группа 1		Группа 2		t – критерий Стьюдента
	Кол-во	%	Кол-во	%	
Заниженная	10	19	14	52*	$t_{эмп} = 0,8$
Нормальная	15	28	10	37	$t_{эмп} = 1,2$
Завышенная	28	53*	3	11	$t_{эмп} = 1,0$

Примечание: $*t_{кр} = 2,4$ при $p \leq 0,05$, $t_{кр} = 9,92$ при $p \leq 0,01$ (ось значимости)

Анализируя показатели, представленные в таблице 3, можно отметить их явные различия, так как наглядно видно, что в группе подростков с высоким уровнем психологического благополучия, больший процент составляют подростки с нормальной самооценкой (28% против 37%). В группе 2, среди подростков со средним уровнем психологического благополучия, больший процент учащихся с заниженной самооценкой (52% против 19%).

Итак, проведенное эмпирическое исследование с целью выявления влияния самоотношения на психологическое благополучие в подростковом возрасте позволило сделать следующие выводы. Подростки с высоким уровнем психологического благополучия, в сравнении с подростками со средним уровнем психологического благополучия, более открыты и самоуверенны, обладают большими способностями внутреннего управления своим поведением, всегда верят, что их

характер и деятельность вызывают у других симпатию уважение и одобрение, достаточно полно ощущают ценность собственной личности для других, всегда одобряют собственные поступки, поведение и реакции, не имеют явных внутренних конфликтов, низкий уровень самообвинения. Среди подростков с высоким уровнем психологического благополучия преобладает высокий уровень самоуважения, любви к себе, самооценки, самоуверенности, самопринятия, отсутствует проявление самообвинения и недовольства

собой, они не сомневаются в ценности собственной личности, живут в дружеском согласии с самими собой, совершенно не конфликтны в общении со сверстниками и взрослыми. Среди данных подростков также большее количество подростков с нормальной самооценкой, проявляющих гибкость по отношению к поставленным целям, трезвое отношение к успехам и неудачам, одобрению и неодобрению. Они энергичны, оптимистичны и активны, обладают способностью к самопознанию.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Водяха С.А.* Современные концепции психологического благополучия личности // Дискуссия. – 2019. – № 2. – С. 133-138.
2. *Горшенин Л.Г.* Подросток, характер, проблемы. – М.: Изд-во Ин-та повышения квалификации и переподготовки работников нар. образования Моск. обл., 2019. – 34 с.
3. *Пантилеев С.Р.* Самоотношение как эмоционально-оценочная система. – М.: Изд-во МГУ, 2016. – 110 с.
4. *Регуш Л.А.* Самоотношение подростков и переживание проблем школьной жизни. – М., 2019. – 220 с.
5. *Фесенко П.П.* Осмысленность жизни и психологическое благополучие личности: автореферат дис. ... канд. псих. наук. – М., 2020. – 28 с.

ANALYSING THE INFLUENCE OF SELF-ESTEEM ON PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN ADOLESCENCE

LARINA Nadezhda Viktorovna

Undergraduate Student

N.F. Katanov Khakass State University. N.F. Katanov

Abakan, Russia

The article is devoted to the problem of the influence of self-attitude on psychological well-being in adolescence. The article presents the results of an empirical study of the influence of self-attitude on the psychological well-being of adolescents.

Keywords: adolescents, adolescence, well-being, psychological well-being, self-attitude, features of self-attitude in adolescence.