

4. *Музыченко Д. С.* Адаптационный потенциал личности, склонной к виктимному поведению в подростковом возрасте // Психологическое сопровождение образовательного процесса: сборник научных статей. Минск: РИПО, 2017. Вып. 7, ч. 2. С. 141–149.

5. *Малкина-Пых И. Г.* Виктимология. Психология поведения жертвы. 2-е изд. СПб.: Питер, 2017. 831 с.

УДК 159.923.2-053.66

В.А. Березина, А.А. Распопова

V. A. Berezina, A.A. Rasporova

*ФГАОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет», Екатеринбург
Russian state vocational pedagogical university, Ekaterinburg
Se97@mail.ru*

ВЗАИМОСВЯЗЬ ТРЕВОЖНОСТИ И САМООЦЕНКИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

THE RELATIONSHIP BETWEEN ANXIETY AND SELF-ESTEEM IN YOUNG ADOLESCENTS

Аннотация. В статье рассматриваются аспекты взаимосвязи уровня тревожности и самооценки у детей младшего подросткового возраста.

Ключевые слова: тревожность, самооценка, младший подростковый возраст.

Annotation. The article examines aspects of the relationship between the level of anxiety and self-esteem in children of early adolescence.

Keywords: anxiety, self-esteem, early adolescence.

Не обосновательно принято считать подростковый возраст самым трудным в процессе воспитания. С данным фактом, как правило соглашаются и педагоги, и родители. И.В. Дубровина связывает трудности этого возраста с половым созреванием как причиной различных психофизиологических и психических отклонений. Качественной перестройке подвергается и физическое и эмоциональное развитие, формируются новые психологические новообразования, закладываются основы сознательного поведения, формируются социальные установки. Данный процесс определяет все основные особенности личности детей подросткового возраста.

Становление самосознания, без которого невозможно формирование личности – сложный и длительный процесс, характеризующий психическое развитие в целом. Оно протекает под непосредственным воздействием со стороны окружающих, в первую очередь взрослых, воспитывающих ребенка. Без знания особенностей самосознания детей, трудно верно реагировать на их поступки, выбрать соответствующее порицание или поощрение, целенаправленно руководить воспитанием.

Такие факторы как тревожность и низкая самооценка способны нанести значительный урон успешному развитию личности ребёнка, так как оставляют свой след на психо-эмоциональном состоянии. На формирование уровня этих феноменов могут повлиять как взаимоотношения со сверстниками, так и со взрослыми. Поэтому, осуществляя воспитательный процесс, взрослые должны понимать данный факт, и при необходимости уметь его скорректировать.

В психологии понятие «тревоги» определяется как склонность индивида к переживанию тревоги, характеризующаяся низким порогом возникновения реакции тревоги: один из основных параметров индивидуальных различий [1]. Определенный уровень тревожности – естественная и обязательная особенность активной деятельности личности. У каждого человека существует свой оптимальный или желательный уровень тревожности – это так, называемая полезная тревожность. Оценка человеком своего состояния в этом отношении является для него существенным компонентом самоконтроля и самовоспитания. Однако повышенный уровень тревожности является субъективным проявлением неблагополучия личности.

Следует отметить, что проблемой преодоления тревожности занимались такие психологи, как, С.М. Бондаренко, Л.С. Выготский, Л.П. Гримак, В. Леви, Х. Линдерман, А.Е. Личко, И.П. Прокофьев, Г. Селье, Н.И. Спиридонов и др. [8]. Учеными обозначены снятия отрицательных воздействий тревожности и устранения ее, как относительно устойчивого личностного образования.

Взаимодействие человека и группы имеет большое значение в любой возрастной период, но особую значимость оно приобретает в подростковом возрасте, когда происходит становление личности и родительский авторитет замещается авторитетом группы. Опыт социального взаимодействия подросток приобретает в группе сверстников как своеобразной модели общества. Этот процесс может протекать с разной степенью успешности, влиять на успешность может уровень сформированной на данный момент у ребёнка самооценки. Безусловно, процесс развития данного феномена ещё не конечен к подростковому возрасту, самооценка, как и другие личностные особенности будет изменяться в процессе взросления, но на данном этапе, то как ребёнок относится к себе может оказывать влияние на установление его контакта с группой [6].

Известно, что к началу подросткового возраста учебная деятельность имеет свое ведущее значение в психологическом развитии учащихся. В учебной деятельности затруднения взаимодействия между учениками внутри класса исследовали психологи В.А. Кан-Калик, Н.В. Кузьмина, А.Н. Леонтьев, А.К. Маркова, Л.А. Поварничина, Е.В. Цуканова, В.В. Рыжов, и др. В подростковом возрасте ведущим видом деятельности, по мнению Т.В. Драгуновой, И.С. Кона и др., становится межличностное взаимодействие [3].

Таким образом, актуальность данного исследования заключается в том, что возраст исследуемых респондентов обуславливается повышением уровня тревожности за счёт внешних и внутренних факторов: переход с начального этапа обучения в среднее звено, смена ведущего вида деятельности с учебного на общение со сверстниками, таким образом, дети с низким уровнем развития самооценки могут быть в группе риска по повышению уровня тревожности. Актуальность данной темы так же основывается на возможности коррекции тревожных состояний, школьной мотивации, школьной неуспеваемости через работу с самооценкой подростка.

В исследовании принимали участие обучающиеся пятых классов, средней общеобразовательной школы № 4 г. Екатеринбурга, в количестве 71 респондентов.

Методики исследования: опросник школьной тревожности Филлипа, шкала тревожности «Кондаш», методика диагностики самооценки и уровня притязаний Дембо- Рубинштейна.

Таким образом, исходя из полученных результатов «Опросника школьной тревожности Филлипа», можно сделать вывод, что большинство респондентов не испытывают тревоги в ситуациях, связанных со школой. Также можно предположить, что больше всего учащиеся параллели пятых классов тревожатся в ситуациях, связанных с проверкой знаний и необходимостью самовыражения. Менее всего дети тревожатся при взаимодействии друг с другом и при контактах с педагогами, что на наш взгляд, гармонично вписывается в возрастные особенности, и может свидетельствовать об успешном процессе адаптации к условиям среднего звена, переход в который был осуществлён детьми в начале учебного года.

Анализируя полученные данные по методике «Шкала тревожности Кондаш», можно сделать вывод, что у большинства обучающихся уровень тревожности по всем трём шкалам находится в пределах допустимых значений. Самый высокий показатель тревожности наблюдается в шкале «Школьная тревожность». Также высокие показатели повышенной тревожности, в сравнении с другими шкалами, отмечаются в шкале «Межличностной тревожности». Исходя

из данных, можно предположить, что респонденты чаще всего чувствуют себя некомфортно в ситуациях связанных со школой и взаимодействии со сверстниками. Низкие показатели высокой и повышенной тревожности, отмечаются в шкале «Самооценочная тревожность», исходя из данных, можно предположить, что обучающиеся достаточно успешно принимают себя и уверены в себе. Анализируя полученные данные по методике диагностики самооценки и уровня притязаний Дембо-Рубинштейна, видно, что самые высокие показатели самооценки и уровня самопритязаний отмечаются в шкале уверенность в себе, также большинство респондентов высоко оценивают свой характер и внешность. Высокий уровень самопритязаний наблюдается в таких шкалах как: ум, способности, авторитет у сверстников и уверенность в себе. Самый низкий уровень самооценки по результатам выборки отмечается в шкале «Авторитет у сверстников», в данной шкале отмечается также самый частый конфликт между уровнем притязаний и самооценкой, что кажется, нормальным, для особенностей младшего подросткового возраста. Уровень притязаний не является стимулом для дальнейшего развития, для большинства респондентов в шкалах: уверенность в себе. Умелые руки, характер.

Таким образом, можно сделать вывод, что большинство респондентов имеют высокий, повышенный и средний уровень самооценки. Самые высокие показатели низкой самооценки отмечаются в шкале авторитет у сверстников. Внешность и уверенность в себе.

Полученные эмпирические данные подвергались описательной статистике, сравнительному (непараметрический критерий U-Манна-Уитни) и корреляционному (непараметрический критерий Спирмена) анализу.

По результатам описательной статистики у большинства респондентов наблюдается низкий и оптимальный уровень тревожности, также средний и высокий уровень развития самооценки.

В ходе сравнительного анализа выявлены значимые различия между группами мальчиков и девочек, младшего подросткового возраста, в ситуациях, связанных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей; в ситуациях проверки (особенно – публичной) знаний, достижений, возможностей. У девочек, чаще чем у мальчиков проявляются особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды. Также девочки чаще испытывают тревожность в ситуациях, связанных с различными формами включения в жизнь школы.

В результате корреляционного анализа была выявлена значимая и умеренная, отрицательная, корреляционная связь, между некоторыми шкалами проявления тревожности и оценкой себя, респондентами, по семи позициям (здоровье, ум, способности, характер, авторитет у сверстников, умелые руки, внешность, уверенность в себе). Проведённый корреляционный анализ группы мальчиков и девочек, позволил сделать вывод, что взаимосвязей между шкалами методик тревожности и шкалами методик и самооценки у группы мальчиков больше, чем у группы девочек.

Таким образом, получены значимые различия в показателях тревожности, в группах мальчиков и девочек, а также значимые взаимосвязи между тревожностью и самооценкой у обучающихся младшего подросткового возраста.

Список использованной литературы

1. *Адлер А.* Понять природу человека. СПб.: Академический проект, 1997. 256 с.
2. *Ананьев Б. Г.* Человек как предмет познания. СПб.: Питер, 2001. 288 с.
3. *Анкудинова Н. Е.* Об особенностях оценки и самооценки учащихся I–IV классов учебной деятельности // Вопросы психологии. 1968. № 3. С. 131–138.
4. *Астапов В. М.* Функциональный подход к изучению состояния тревоги // Тревога и тревожность: хрестоматия. М.: PerSe, 2008. С. 151–160.
5. *Байярд Д., Байярд Р. Т.* Ваш беспокойный подросток. Практическое руководство для отчаявшихся родителей. М.: Академический проект, 2023. 220 с.
6. *Березин Ф. Б.* Психическая и психофизиологическая адаптация человека. Л.: Наука, 1988, 270 с.
7. *Бернс Р.* Развитие Я-концепции и воспитание. М.: Прогресс, 1986. 421 с.
8. *Бодалев А. А.* Восприятие и понимание человека человеком. Л.: Изд-во ЛГУ, 1965. 122 с.
9. *Божович Л. И.* Особенности самосознания у подростков // Вопросы психологии. 1955. № 1. С. 98–107.