

## ОСОБЕННОСТИ САМОУВАЖЕНИЯ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

**Е.П. Сосиновская**

*Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова*

(e-mail: liza-pavlov@mail.ru)

Подростковый возраст – это время, которое очень важно для каждого человека. Оно наполнено яркими событиями, переменами, противоречиями и постоянным принятием решения. Подростковый возраст сложен и для тех, кто старается его понять, выделить и найти основные закономерности [1]. Наиболее сложно процесс социальной адаптации развивающейся личности происходит в переходном подростковом возрасте. Подростки при «глобальной перестройке», как в социуме, так и в себе (организм и психика), неспособны быстро и адекватно сориентироваться в возникающих жизненных ситуациях нравственного выбора, оценить собственные возможности. Зачастую при ошибочном выборе или запоздалой реакции возникают «кризисы», с которыми без помощи взрослых или специалистов подросток не справляется. Однако в силу протекающего жизненного этапа подростки склонны отказываться от посторонней помощи. Каждая ошибка и неудача способствует понижению уровня самооценки и как следствие, по самоуважения.

Иногда самооценка вызывает у подростка внутренние противоречия. Осознанно подросток начинает себя воспринимать как личность значимую, в некоторых случаях даже исключительную, поверив в себя, в свои способности, ставит себя выше других людей. Наряду с внутренними переживаниями его одолевают неуверенность и сомнения в собственном выборе, которые он пытается не допустить в свое сознание. Данная подсознательная неуверенность проявляет себя в переживании, подавленности, плохом настроении, упадке активности и пр. Причину этих состояний подросток сам не воспринимает, но оно отражается в его обидчивости («ранимости»), грубости, частых конфликтах со взрослыми [3].

Успех человека, не только подростка, в любом виде деятельности зависит от соответствующей самооценки, умений, способностей, уровня притязаний, и случай успеха вызывает большее уважение к самому себе. Именно чувство самоуважения, его уровень и развитость, определяет поведение подростка, его отношение к людям и к себе, а в будущем влияет на позицию личности в обществе и т.д. В этот период процесс формирования самоуважения подростков приобретает новые значимые характеристики в связи с открытием собственного многогранного «Я».

Двигателем становления личности является самоуважение, ведущее к самосовершенствованию. Наиболее конкретно самоуважение человека проявляется в таких чувствах, как радость, удовлетворенность, гордость, симпатия. По своей сущности внутреннее образование, характер отношения к себе влияет на особенности поведения и деятельности человека, в частности на то, какое дело он выбирает, с кем дружит, как преодолевает трудности, как реагирует на несправедливость. Успех в результате достижений в учебе, творчестве, спорте, межличностных отношениях повышает самооценку старших подростков, а значит, и самоуважение.

Самоуважение рассматривают и как элемент самоотношения, наряду с самооценкой, самосимпатией, самопринятием и т.п. [3].

Так, И.С. Кон говорит о самоуважении, определяя его как итоговое измерение «Я», выражающее меру приятия или неприятия индивидом самого себя [4].

Актуальность данной темы обусловлена тем, что процесс развития и формирования самоуважения личности по сравнению с другими психологическими образованиями изучен довольно мало. Интерес к этим исследованиям на материале психологии развития быстро растет. Переходный возраст заметно отличается от детства, и в зрелом возрасте в этом отношении существует грань между подростком и молодым человеком. Вышесказанное определило цель исследования: изучить особенности самоуважения в подростковом возрасте, его влияния на поведение и отношение как к самому себе, так и в социуме.

**Материал и методы исследования.** Исследование проводилось на базе Полоцкого колледжа УО «ВГУ имени П.М. Машерова». В исследовании приняло участие 52 учащихся, обучающихся на втором курсе. Была использована методика «Шкала самоуважения М. Розенберга», проведен количественный и качественный анализ полученных результатов.

Методика «Шкала самоуважения М. Розенберга» – личностный опросник для измерения уровня самоуважения. С помощью методики «Шкала самоуважения Розенберга» выявили тип независимого фактора: самоунижение и самоуважение, чем выше одно, тем ниже другое.

**Результаты и их обсуждение.** Результаты исследования по методике «Шкала самоуважения М. Розенберга» представлены на рисунке.

### УРОВЕНЬ САМОУВАЖЕНИЯ

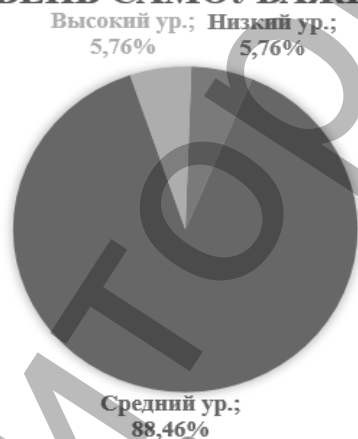


Рисунок – «Уровень самоуважения»

Низкий уровень (18–22 баллов) развития самоуважения представлен у 5,76% (3 человека). Это характеризует испытуемых тем, что они балансируют между самоуважением и самоунижением, успехи их поднимают до небывалых вершин и самоуважение зашкаливает, а неудачи подпитывают низкую самооценку и сбрасывают их в пропасть, их мнение о себе колеблется то в одну, то в другую сторону.

Средний уровень (23–34 балла) развития самоуважения представлен у 88,46% (46 человек) подростков данной группы. Это характеризует испытуемых, как способных адекватно оценивать свои достоинства и недостатки, сохраняющих уважение к себе при неудачах, признающих свою неправоту. Могут согласиться с тем, что бывают, неправы, если случилась какая-то неудача – сохраняют уважение к себе, но иногда склонны заниматься «самобичеванием», что не могли быстро среагировать и изменить свое поведение там, где была возможность.

5,76% (3 человека) исследуемых подростков имеют завышенный уровень (35–40 баллов) развития самоуважения. Данные учащиеся, согласно методике, уважают себя как человека, личность, профессионала и стремятся к развитию в духовном и интел-

лектуальном плане, в сфере отношений, занимаются саморазвитием, умеют извлекать уроки из ошибок и трудных ситуаций. У них чаще всего встречаются такие утверждения: «в целом я удовлетворён собой», «я чувствую, что я достойный человек», умеют извлекать положительное из ошибок и трудных ситуаций.

Большинство учащихся (46 человек) не чувствует себя униженным и ненужным. Каждый из них оценивает себя достойно, уважают себя и других, адекватно оценивают свои возможности, достоинства и недостатки, достойно признают свои ошибки, если неправы. В своих решениях они учитывают мнение окружающих. Такие люди имеют потребность в уважении остальных, позволяющем осознать собственную значимость, добиваются целей.

Учащиеся с высоким уровнем развития самоуважения (3 человека) четко ставят перед собой цели и достигают их, не испытывают какого-либо дискомфорта в обществе, не оправдываются перед другими и не добиваются одобрения других, живут по своим внутренним законам.

Учащимся с низким уровнем самоуважения (3 человека) трудно общаться, они замыкаются в себе и предпочитают не делиться своими переживаниями, это может сопровождаться как недоверием к людям, неуверенностью в себе, подозрением в обмане, постоянным ощущением, что окружающие его недолюбливают, сомнением важности и нужности его как личности.

Самоуважение представляет собой благоприятную оценку себя, своего потенциала, собственную значимость и отношение к себе как к личности. Каждый человек имеет тенденцию уважать себя за то, что обладает определенными навыками, компетенциями и умениями, которые оценит он сам и окружающие его люди. Признаки неуважения со стороны окружающих, как к личности, выраженные в неодобрении, критике и результатов значительной для него деятельности, могут значительно снизить чувство благополучия, самооценки, самоуважения и уровня притязаний.

Человек, который себя уважает, не позволит быть зависимым от кого-то и быть слабым, не ставит под сомнение свои возможности и право распоряжаться своей жизнью и обеспечивать свои потребности.

Изначально самоуважение рассматривалось как важный психологический ресурс человека, влияющий на успех в учебной и профессиональной деятельности, на межличностный статус и стиль общения. Исследователи акцентировали свое внимание на уровень самоуважения, полагая, что высокий уровень самоуважения лучше низкого. Большинство исследований показывают, что высокое самоуважение связано с психологическим равновесием, а низкое самоуважение связано с неблагополучием. Так, люди с высоким самоуважением (по шкале Розенберга) имеют более позитивное самоотношение, их психологическое благополучие и уровень счастья выше, они демонстрируют более позитивные ожидания относительно будущих достижений и отношений с другими людьми, при встрече с неудачей они более склонны проявлять настойчивость для ее преодоления.

Психологические исследования показали, что проблема самоуважения в психологии личности имеет очень сложный, многосторонний и мало изученный характер. У авторов, которые занимались данной проблемой, нет единого мнения в концептуальном представлении о самоуважении. Это связано со следующими факторами: во-первых, не существует общепринятой и устоявшейся терминологии.

Во-вторых, понятие самооценки, в зависимости от исследовательских ориентаций авторов, приобретает разное психологическое содержание. Поэтому, необходимо описать его взаимосвязь с другими компонентами структуры личности в рамках аффективной субструктуры самосознания.

Самоуважение – это эмоционально-оценочный компонент «Я-концепции», который выражается в позитивном отношении человека к себе, в самопринятии и признании его социальной ценности, формирующийся в онтогенезе человека на основе взаимодействия различных факторов, обеспечивающие гармонию его внутреннего мира и эффективную интеграцию в постоянно меняющееся общество [2].

Доверие и терпимость к себе, самоутверждение, принятие своего внутреннего мира со всеми его особенностями – это и есть самоуважение личности.

Самоуважение личности состоит в признании его достоинств и снисходительности к своим недостаткам. Это позволяет адекватно преодолевать жизненные трудности, является залогом успешной самореализации.

**Заключение.** Адекватный уровень самоуважения делает жизнь подростка насыщеннее и полноценнее; необходимо формировать устойчивое положительное отношение ребенка к себе. Среди учащихся колледжа было выявлено 3 подростка с низким уровнем самоуважения, что требует проведения индивидуальной коррекционной работы. Подростки с заниженным уровнем самоуважения, как правило, недооценивают себя, завистливы, наблюдаются повышенная чувствительность к критике, желание угождать другим и пр. Чем хуже индивид будет относиться к себе, тем более негативно будут относиться к нему окружающие его люди, что приводит к различным психоэмоциональным расстройствам, депрессиям. Подростки с высоким уровнем самоуважения, наоборот, переоценивают себя, свои способности, ставят непреодолимые цели и терпят неудачи.

Список использованных источников:

1. Барлас, Т.В. Популярная психология. От конфликтов к обретению «Я» / Т.В. Барлас. – М.: Изд. центр «Академия», 1997. – 160 с.
2. Бернс, Р. Развитие Я – концепции и воспитание / Р. Бернс. – М.: Изд. «Прогресс», 1986. – 420 с.
3. Божович, Л.И. Проблемы формирования личности / Л.И. Божович. – 3-е изд. – М.: Московский психолого-социальный институт, Воронеж: НПО «МОДЭК», 2001. – 352 с.
4. Кон, И. С. Психология ранней юности / И.С. Кон – М., 1989. – 255 с.

УДК 159.9

## **УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ УСЛОВИЯМИ РАБОТЫ СПЕЦИАЛИСТОВ СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**Т.П. Ткаченко**

*Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова*

(e-mail: tkachenko.tania98@gmail.com)

Удовлетворенность трудом – эмоционально-оценочное отношение личности или группы к выполняемой работе и условиям ее протекания. От удовлетворенности трудом зависит его эффективность [4]. В первую очередь, уровень удовлетворенности работой находится в зависимости от большого количества данных, как внутренних, например, так и наружных по отношению к человеку. Применительно ко всякой отдельной реальной работе, человеку они имеют все шансы быть уточнены. Приоритетность характеристик значимо отличается как у отдельных сотрудников внутри организации, так и во всевозможных организациях, учреждениях. С годами более важное воздействие на удовлетворенность работой начинают оказывать инновационные, или же, раньше малозначимые свойства работы. Впрочем, при всем их многообразии и разном