

Дадашзаде Лейла Сафарбековна
Преподаватель кафедры общей психологии
Азербайджанского Государственного
Педагогического Университета
<https://orcid.org/0000-0002-5107-2798>

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ САМООТНОШЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

Аннотация: В научной статье последовательно интерпретированы психологические особенности самоотношения подростков. В статье утверждается, что отношение к себе влияет на поведение человека, способ адаптации, общение, что делает изучение подросткового возраста особенно актуальным. Самоотношение является индивидуальным формированием, поэтому вся структура и содержание раскрываются в реальных отношениях субъекта. Самооценка предполагает критическое отношение человека к самому себе путем сравнения своих возможностей с требованиями, предъявляемыми обществом.

В период формирования самоотношения подросток становится более тревожным, снижается уверенность в себе. Эмоциональная сторона оказывает все большее психологическое влияние на формирование личности подростка. В научной статье определена связь между критериями самоотношения и психологическим благополучием, а также количественное соотношение субъективно благополучных и неблагополучных подростков в социальных группах. Главной составляющей самосознания является самоотношение, оно определяет последующие действия личности и его деятельность в целом, занимает важное место в жизни каждого человека.

Ключевые слова: Самоотношение, психологические характеристики, самосознание, психологическое здоровье, психологические критерии, самооценка, ценностные ориентации.

Annotasion: The scientific article consistently interprets the psychological characteristics of adolescents' self-attitude. The article argues that attitude towards oneself influences a person's behavior, method of adaptation, and communication, which makes the study of adolescence especially relevant. Self-attitude is an individual formation, therefore the entire structure and content are revealed in the real relationships of the subject. Self-esteem involves a person's critical attitude towards himself by comparing his capabilities with the requirements imposed by society.

During the period of self-attitude formation, the teenager becomes more anxious and self-confidence decreases. The emotional side has an increasing psychological influence on the formation of a teenager's personality. The scientific article determines the connection between self-attitude criteria and psychological well-being, as well as the quantitative ratio of subjectively prosperous and disadvantaged adolescents in social groups. The main component of self-awareness is self-attitude; it determines the subsequent actions of the individual and his activities as a whole, and occupies an important place in the life of every person.

Key words: Self-attitude, psychological characteristics, self-awareness, psychological health, psychological criteria, self-esteem, value orientations.

В современном мире проблема самоотношения подростков весьма актуальна, что объясняется формированием самосознания каждого подростка. Самоотношение тесно связано с особенностями личности, целями жизни и деятельности субъекта, ценностными ориентациями. Оно также имеет тесную связь с другими свойствами личности, например, определяет формирование проявления полной структуры психологических особенностей личности с волей. Самоотношение является одним из важных и неотъемлемых элементов личности. Оно отражает его отношение к тому, что он знает или открывает о себе.

Самоотношение влияет на поведение человека, способ адаптации, общение, что делает изучение подросткового возраста особенно актуальным. Актуальность развития самоотношения в подростковом возрасте объясняется тем, что именно в этом возрасте формируется самосознание, которое сопровождается некоторыми противоречиями: подросток воспринимает себя как личность, с другой стороны, он сомневается в себе. Подростковый возраст характеризуется периодом социализации, вхождения в мир культуры, социальных ценностей, а также периодом раскрытия и понимания личности. На возникновение новообразований в психике подростка влияют такие факторы, как условия социальной жизни, новые требования к поведению, завершение физического и пубертатного периода.

Подростковое поведение может характеризоваться чрезмерным упрямством, негативизмом, стремлением к независимости. Интимно-личностные отношения становятся ведущей деятельностью и затрагивают все сферы жизни подростка, такие как обучение, отношения с родителями, досуг и т. д. имеет эффект. На первом этапе социальные нормы, действующие в среде, переносятся на их поведенческую систему, на втором этапе ребенок использует освоенные им формы поведения во взаимодействии с другими людьми. На третьем этапе функция контроля поведения людей применяется к самим себе, их поведенческим регулятором становятся внешние стандарты поведения.

Впечатления подростка – это его эмоционально-ценностное отношение к самому себе. Компоненты Я-концепции подростка соответствуют взрослой личности, включая когнитивные, поведенческие и эмоциональные компоненты. Важным и доминирующим элементом самоотношения на всех возрастных этапах является само-гендерное осознание. В основе самооценки лежит первоначальная гендерная идентификация, благодаря которой личность определяет, насколько пересекаются общепринятые правила о гендере. Также важную роль играет оценка своей внешности и собственного тела, ведь подростку очень важно знать общепринятое самоотношение к своей внешности.

Самоотношение является индивидуальным формированием, поэтому вся структура и содержание раскрываются в реальных отношениях субъекта. Самооценка предполагает критическое отношение человека к самому себе путем сравнения своих возможностей с требованиями, предъявляемыми обществом. В период формирования самоотношения подросток становится более тревожным, его уверенность в себе снижается. Эмоциональная сторона оказывает все большее психологическое влияние на формирование личности подростка. Психолог А.В. Захарова также отметила это поле, сказав, что все внешние оценки и самовосприятие подростка происходят в период, когда преобладает эмоциональная сфера [2].

Факторы, влияющие на формирование самоотношения подростка в психологии: поведение родителей, стили семейного воспитания, роль окружающих, взаимодействие самооценки с социальным статусом подростка и др. Речь идет о связи самооценки с педагогической оценкой. Именно родители важны для ребенка в самом раннем возрасте. Позже, во взрослом возрасте, сверстники и учителя становятся значимыми фигурами. Подростковый

возраст считается более ответственным этапом формирования самоотношения. В этом возрасте развитие самовосприятия проявляется в более глубокой форме самосознания.

Если самосознание и самооценка отражаются на поведении подростка, если самооценка занижена, то он не оценивает себя должным образом. В результате подросток стремится к более простым задачам, что закономерно замедляет его умственное развитие. При высоком уровне самооценки подросток больше ценит свои реальные возможности. Подростковый возраст – наиболее благоприятный возраст для формирования и оптимизации самоотношения. Эти изменения можно скорректировать путем осознанного восприятия собственного «Я», принятия своих недостатков и достоинств, а также формирования интереса к саморазвитию, адекватного выражения своих эмоций через развитие, понимания эмоционального состояния других людей.

В подростковом возрасте самоотношение очень зависит от отношений других людей, особенно сверстников, поскольку ведущей деятельностью в них является интимно-личностное общение. Подростку очень важно находиться в группе сверстников, быть там признанным и принятым [7]. Подростку свойственно создавать образ своей личности, он ставит перед собой различные цели, чтобы приблизиться к определенному эталону, активно сравнивает себя со сверстниками, все это влияет на самооценку, самопринятие, уверенность в себе. В результате это вызывает изменение компонентов личности и самоотношения подростка от одного полюса к другому. В это время большое значение имеет мнение окружающих.

В психологической литературе под самоотношением понимают эмоциональную составляющую самовосприятия, самосознания человека, с одной стороны, и саморегуляции и саморазвития - с другой. Самоотношение как основной компонент Я-концепции определяется как положительное или отрицательное отношение к самому себе, такое как самооценка, рефлексия, самоощущение, самосочувствие. Мы считаем, что важнейшим определяющим фактором психологического здоровья является самоотношение личности, которое оказывает регулирующее влияние на деятельность и поведение подростка, и его развитие будет более успешным в специально организованных психологических условиях.

Эмпирически изучая психологические особенности самоотношения подростков, мы установили следующее. При факторизации матриц взаимной корреляции значений шкалы определяются три независимых фактора: самооценка - открытость (внутренняя честность), уверенность в себе, самообладание, отражение «Я» (отражение самоотношения). В набор шкалированных ценностей входит собственное личностное «Я» субъекта по отношению к социально-нормативным критериям: ценность, успешность, воля, целеустремленность, социальное одобрение. Симпатия к себе включает в себя: самооценку, самопринятие и факторы уверенности в своих силах.

Эти шкалы отражают эмоциональное отношение субъекта к самому себе в чистом виде. Внутренние конфликты, самообвинение и негативное самоуважение объясняются внутренними неразрешенными факторами. Показателями третьего фактора могут быть примеры дезадаптации личности и потребности респондента в психологической помощи. При анализе независимых факторов мы определили уровни развития в каждой группе. Для определения категорий испытуемых мы определяли и анализировали показатели подростка в пределах и за пределами нормы.

Таким образом, мы наблюдали схожие результаты для испытуемых в двух группах. Большинство подростков показали нормальные результаты. Однако и в первой, и во

второй группе обнаружено примерно одинаковое количество подростков с низкой самооценкой, негативным эмоциональным отношением к себе, психологической неустойчивостью и несовместимостью. Эти подростки не овладели эффективными методами саморегуляции и адекватной самооценки, поэтому у них проявляется агрессия, аутоагрессия и асоциальное поведение. Эта группа детей нуждается в психологической помощи и коррекции самооотношения.

В процессе развития личности отношение к себе формируется сначала среди окружающих его людей, затем среди важных для него родственников и только потом оно становится частью его внутреннего мира. Эмоциональное самоотношение не ограничивается решением проблем самопринятия и самосознания, оно проявляется в поведении и составляет основу отношений с людьми и миром. С этой точки зрения проблема формирования положительного эмоционального самоотношения становится особенно актуальной [7,8,12,23].

Поэтому перед образовательными учреждениями стоит задача формирования у подростков положительной системы самоотношения. Решение этой проблемы повысит эффективность процесса социализации и позволит человеку адаптироваться к постоянно меняющимся социальным условиям. Мы считаем, что феномен субъективного благополучия является одним из показателей психологического здоровья, субъективным отражением психологического здоровья.

В нашем исследовании мы попытались определить взаимосвязь между критериями самоотношения и психологическим благополучием. Определено количественное соотношение субъективно благополучных и неблагополучных подростков в социальных группах. Оказывается, большинство испытуемых вполне удовлетворены своей жизнью и эмоционально устойчивы, но это не всегда так. Никаких серьезных проблем или эмоциональных переживаний, связанных с ними, нет, но ощущение счастья и благополучия зависит от ситуации и нестабильности. Лишь небольшое количество подростков испытывают эмоциональный комфорт. Они комфортно чувствуют себя в социальных контактах, открыты и уверены в себе, не испытывают затруднений в решении проблем, оптимистичны и уравновешены.

Кроме того, мы стали свидетелями того, что часть подростков (25% и 20%) испытывали эмоциональный дискомфорт. Таким образом, они не могут адекватно справляться с жизненными ситуациями, с трудом справляются со стрессами, нестабильны. Этим подросткам нужна помощь в выработке адаптивных решений поведения, повышении уверенности в себе, важно научить их принимать и использовать постороннюю помощь, поскольку такие подростки часто социально замкнуты и упрямы.

Подводя итог всем предварительным психодиагностическим исследованиям, можно сказать, что у большинства подростков наблюдается средний уровень самоотношения, включающий низкую самооценку и самосочувствие, эмоциональную тревожность и низкую самооценку. Это еще раз подтверждает, что Я-концепция в подростковом возрасте представляет собой динамичный и ситуативный, пластичный и адаптивный период. Позитивное самоотношение обеспечивает эмоциональное благополучие подростка и способствует формированию личности в положительном направлении.

ВЫВОДЫ

Важнейшей задачей является организация психологической поддержки подростков в этом возрасте, поскольку ориентиры, задаваемые в этом возрасте, будут устойчивы на

протяжении всей жизни. Анализ теоретических данных показал, что самоотношение личности представляет собой весьма сложное психологическое явление. В это время понятие самоотношения рассматривается как степень положительного или отрицательного отношения личности к самому себе с различных сторон. Главной составляющей самосознания является самоотношение, оно определяет последующие действия личности и его деятельность в целом, занимает важное место в жизни каждого человека. Проблема актуальна, поскольку подростковый возраст считается периодом вхождения в мир культуры и ценностей, и в то же время этот этап является периодом индивидуализации, формирования и укрепления собственного «Я». Таким образом:

* Эмпирически подтверждено предположение о существовании особенностей самоотношения, характерных для подростков.

* Исследование выявило следующие особенности самоотношения подростков: а) склонность к самокритике, негативизму в отношении собственных личностных качеств в целом; б) снижение оценки себя как партнера по общению, низкая оценка собственной коммуникативной активности и социальных качеств, проявляющихся в общении; в) склонность к глубокой интеллектуальной рефлексии в сфере собственного Я, сочетающаяся с повышенным вниманием к своим недостаткам.

Актуальность проблемы. Актуальность развития самоотношения в подростковом возрасте объясняется тем, что именно в этом возрасте формируется самосознание, которое сопровождается некоторыми противоречиями.

Научная новизна проблемы. Последовательно исследуются психологические особенности самоотношения подростков.

Практическая значимость проблемы. Статью могут использовать преподаватели высших и средних специальных школ, студенты, магистры и докторанты.

Список литературы:

1. Андреева И.Г. Исследование особенностей самоотношения подростков / И.Г. Андреева // Гаудеамус. – 2016. – №2. – С.89-93.
2. Джазири, Р. Образ физического "Я" в самоотношении подростков с разным уровнем тревожности / Р. Джазири, Е. Ю. Макарова. – Текст : электронный // Наука и образование: новое время. – 2019. – № 6(35). – С. 28-33.
3. Гущина Т. И., Андреева И. Г. Развитие самоотношения как фактора психологического здоровья детей подросткового возраста // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. 2016. № 6. С.111–120
4. Кадурина Д. А. Особенности самооценки у подростков с разным уровнем тревожности / Д. А. Кадурина // Семейная психология и семейная терапия. – 2011. – № 2. – С. 55-59.
5. Казанская В. Г. Психологические особенности кризисов подростка : учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по направл. подгот. ФГОС ВПО 030300 "Психология" / В. Г. Казанская. – М. : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2014. – 200 с.

- 6.** Колышко, А.М. Психология самооотношения: учебное пособие / А. М. Колышко. Гродно: Гродненский государственный университет, 2004. – 102 с.
- 7.** Кочеткова Т. Н. Специфика видов самооотношения личности в зависимости от выраженности эмоциональных и когнитивных компонентов: автореф. дис. канд. психол. наук Хабаровск, 2007
- 8.** Ключева, Н.В. Самоотношение подростка в условиях совместно расп- ределенной учебной деятельности / Н.В. Ключева, Н.Н.Котина // Современные проблемы социально- гуманитарных наук. – 2016. – №2 (4). – С. 68–72.
- 9.** Махинова О.В. Психологические особенности студенческого возраста. Педагогический процесс и работа психолога / О.В. Махинова, В.С. Чиркова // Вопросы педагогики. –2017. – № 7. – С. 54-57.
- 10.** Перминова А.Р., Берилова Е.И. Психологические особенности само- отношения подростков, занимающихся спортом // Актуальные проблемы физической культуры и спорта. Развитие и перспективы : материалы Второй междунар. науч.-практ. конф. Донецк, 2021. С. 15–17.
- 11.** Регуш Л.А. Самоотношение подростков и переживание проблем школь- ной жизни / Л.А.Регуш //Известия Российского государственного педаго- гического университета им. А.И. Герцена. – 2009. – С.57-65.
- 12.** Сурчакова Л.А. Особенности самооотношения подростков группы риска / Л.А. Сурчакова // Молодой ученый. – 2018. – №49. – С. 258-262.
- 13.** Хухлаева О.В. Особенности самосознания. Психология подростка / О.В. Хухлаева. – М.: Академия, 2008. – 480 с.
- 14.** Черепкова Н.В. Формирование самооотношения в подростковом возрасте / Н.В. Черепкова, М.Ю. Кузнецова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2013. – Т. 3. – С. 2976-2980.
- 15.** Формирование личности старшеклассника / под ред. И. В. Дубровиной. М., - 2009.