

Министерство образования и науки Российской Федерации  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ Н. Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»  
Балашовский институт (филиал)

Кафедра педагогики и психологии

**ВЗАИМОСВЯЗЬ САМООЦЕНКИ И ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ  
В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ  
АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ**

студентки 5 курса 55 группы,  
направления подготовки 44.03.02  
«Психолого-педагогическое образование»  
профиля «Практическая психология  
образования», социально-гуманитарного факультета  
Косимовой Алины Винаминовны.

Научный руководитель:

зав. кафедрой педагогики и психологии,  
кандидат психологических наук,  
доцент \_\_\_\_\_

Е.В. Пятницкая

(подпись, дата)

Зав. кафедрой педагогики и психологии  
кандидат психологических наук,  
доцент \_\_\_\_\_

О.В. Карина

(подпись, дата)

**Балашов 2018**

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность исследования.** В последние годы существенно изменилась социальная ситуация развития общества. Эти изменения особенно значимы для детей подросткового возраста. В зависимости от уровня развития общества заметно изменяются особенности подросткового возраста.

Подростковый период характеризуется подготовкой к самостоятельной жизни человека, когда происходит формирование ценностей, мировоззрения – это период перехода от детства к взрослости, в котором переплетаются противоречивые тенденции.

В данный период заметны как позитивные, так и негативные проявления - завершается формирование той модели поведения, которая будет влиять на физическое и психическое здоровье, на всю последующую общественную и личную жизнедеятельность.

В результате под влиянием социально-личностных факторов перестраивается вся система отношений между подростком и окружающими его людьми, и меняется его отношение к самому себе. Поведение подростка начинает все больше регулироваться его самооценкой.

Из чего следует, что проблема самооценки является одной из сложных в психологии личности. Существует много концепций самооценки, в некоторых моментах пересекающихся в их существенных частях, а иногда противоречащих друг другу. Основная роль самооценки в жизнедеятельности человека состоит в координации поведения и деятельности.

Самооценка непосредственно имеет взаимосвязь с центральной потребностью человека – это потребность в самоуважении и самоутверждении в жизни себя как члена в глазах окружающих и в своем собственном мнении.

Для личности подростка самооценка очень важный фактор, который определяет уровень реальных и идеальных, или желаемых, представлений о

себе. Самооценка позволяет ощущать подростку себя уверенным в различных ситуациях, происходящих в жизни, и не обращать внимания на незначительные ситуации, которые могут привести к переживаниям.

Ещё одним признаком, характеризующим подростковый возраст, является становление эмоционально-волевой сферы, характеризующей психическое развитие. Нарушения, происходящие в эмоциональной сфере подростка обуславливают возникновение такого явления, как тревожность. Тревожность – очень распространенный психологический феномен настоящего времени, который является механизмом расстройства эмоциональной сферы личности.

Тревожность – это качество личности, имеющее когнитивный (чувство собственной некомпетентности, негативная самооценка, ожидание неудачи), эмоциональный (эмоциональная возбужденность, чрезмерность требований, недостаточный контроль за собственными реакциями), поведенческий аспекты. Проблема тревожности как относительно устойчивого личностного образования сравнительно редко встает в чистом виде перед специалистами-психологами.

Школьная тревожность – одна из типичных проблем, с которыми сталкивается современный учитель и педагог-психолог школ. Предметом обсуждения школьной тревожности у подростков является одна из наиболее актуальнейших проблем в современной психологии. Эта проблема отрицательно влияет на все сферы жизни подростка: учебу, общение, здоровье, общий уровень благополучия. Благодаря этому данный вопрос заслуживает постоянного внимания в виду того, что школьная тревожность является самым ярким признаком школьной дезадаптации ребенка.

Значимость данной темы исследования обусловлена тем, что проблема связи самооценки с другими свойствами личности недостаточно изучена в психологии, поэтому изучение взаимосвязи между самооценкой и тревожностью является актуальным. Интерес к данной проблеме связан с той ролью, которую самооценка играет в процессе развития личности.

**Цель исследования:** выявить взаимосвязь самооценки и тревожности в подростковом возрасте.

**Объект исследования:** самооценка и тревожность подростков.

**Предмет исследования:** взаимосвязь самооценки и школьной тревожности в подростковом возрасте.

**Гипотеза исследования:** предположим, что существует взаимосвязь самооценки и тревожности в подростковом возрасте: высокой самооценке соответствует низкий уровень тревожности.

**Задачи исследования:**

- анализ теоретических источников литературы по проблеме самооценки и тревожности.
- раскрыть сущность понятий «самооценка» подростков;
- подобрать диагностические методики, позволяющие выявить уровень самооценки и тревожности подростков;
- провести эмпирическое исследование взаимосвязи самооценки и тревожности подростков;
- провести анализ полученных эмпирических данных.

**Методы исследования:** теоретический анализ литературных источников, обобщение и интерпретация научных данных, эксперимент, наблюдение, тестирование, метод математической статистики: коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

**Методики исследования:**

1. Методика «Самооценка личности» С.А. Будасси.
2. Методика оценки тревожности Ч.Д. Спилбергера и Ю.Л. Ханина.

**Теоретико-методологическая основа:**

- исследования тревожности К.Э. Изарда, Н.Д. Левитова, В.К. Вилюнаса, Ч.Д. Спилбергера, Ю.Л. Ханина, А. М. Прихожан и др.;
- работы по исследованию подросткового возраста отечественных психологов Л.С.Выготского, Д.Б.Эльконина, Л.И.Божович;

- исследования самооценки подростков С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев, Б.Г. Ананьев, Т. Шибутани и др.

**Практическая значимость** работы заключается в том, результаты исследования позволяют понять характер связи между самооценкой и школьной тревожностью подростков, которые могут быть использованы педагогами, психологами при организации психологической помощи тревожным детям.

**База исследования:** МОУ СОШ с. Б. Мелик Балашовского района Саратовской области.

### **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ**

В *первой главе* нашего исследования представлен психолого-педагогический анализ понятия «самооценка», рассмотрены возрастные особенности подросткового возраста, роль самооценки в развитии школьной тревожности.

В психологической литературе зарубежных и отечественных исследователей, понятие «самооценка» трактуется по-разному. Проблема самооценки является одним из ключевых вопросов исследования личности, важное значение имеет изучение и исследование её свойств (устойчивость, адекватность, уровень, динамика) как таковых и во взаимосвязи с другими сторонами личности (интроэкстравертированность, тревожность, внушаемость и др.), поскольку такое изучение даст возможность исследовать личность как целостность.

Самооценка представляет собой способность оценивать человека самого себя, оценка своих возможностей, качеств и места среди других людей. От самооценки зависят взаимоотношения человека с окружающими, его критичность, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам. Оценка самого себя зачастую оказывает влияние на результативность деятельности личности и последующее развитие его личности.

Анализ психолого-педагогической литературы позволяет выделить следующие причины возникновения тревожности в подростковом возрасте:

- неправильное воспитание и неблагоприятные детско-родительские отношения.
- неблагополучные взаимоотношения со сверстниками.
- неудовлетворенность по отношению себя, объясняется нарушениями в отношении с другими; низкий уровень самооценки.
- успешность/неуспешность в школе.
- формирование психастенической акцентуации характера, отличительной особенностью которой является тревожно-мнительные черты.

**Во второй главе** нашего исследования были выявлены и проанализированы взаимосвязи самооценки и школьной тревожности в подростковом возрасте.

**Для достижения цели были поставлены и решены следующие задачи:**

1. Разработать программу экспериментального исследования взаимосвязи самооценки и тревожности в подростковом возрасте.
2. Выявить уровень самооценки в подростковом возрасте.
3. Выявить уровень школьной тревожности в подростковом возрасте.
4. Определить взаимосвязь уровня самооценки и тревожности в подростковом возрасте.

В исследовании принимали участие подростки в количестве 36 человек в возрасте 14-15 лет. Все являются учащимися 9, 10 классов МОУ СОШ с. Б. Мелик Балашовского района Саратовской области.

Для решения поставленных задач был использован следующий диагностический инструментарий: Методика «Самооценка личности» С.А. Будасси, Диагностика школьной тревожности Филлипса.

Результаты эмпирического исследования позволили сделать следующие выводы.

Установлено, что у большей части подростков, принявших участие в исследовании, наблюдается высокий уровень общей тревожности.

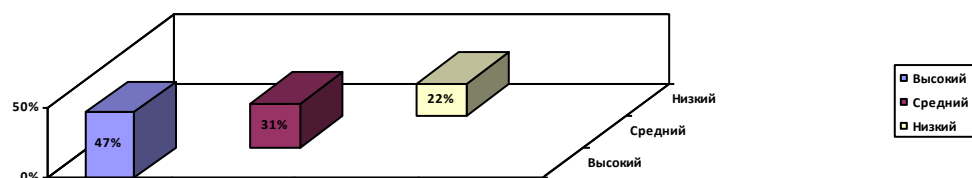
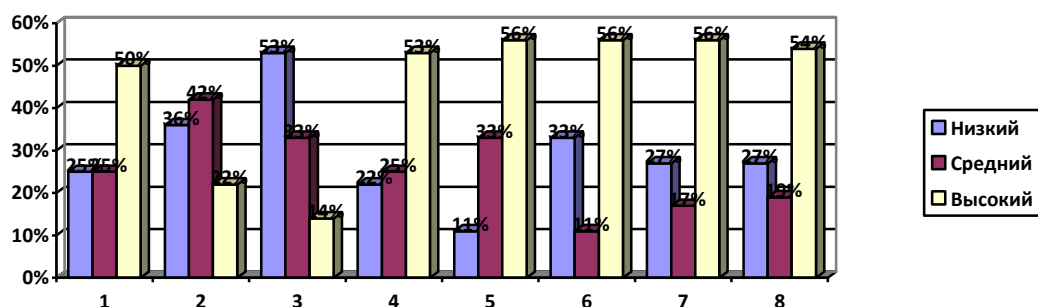


Рисунок 1. Показатели общей тревожности в школе по методике «Диагностика уровня школьной тревожности Филлипса».

Это свидетельствует о том, что ученики испытывают трудности в школьной деятельности, не справляются с требованиями учителей и родителей. У таких подростков снижен общий эмоциональный фон. Также тревожность была представлена следующими шкалами: переживание социального стресса, фрустрация потребности достижения успеха, страх самовыражения, страх ситуации проверки знаний, страх не соответствовать ожиданиям окружающих, физиологическая сопротивляемость, проблемы и страхи в отношениях с учителями.

В результате интерпретации данных по методике «Диагностика уровня школьной тревожности Филлипса» были определены уровни школьной тревожности: высокий, средний, низкий. Данные уровни отражены в показателях шкал методики: общая тревожность в школе, переживание социального стресса, фрустрация потребности в достижение успеха, страх самовыражения, страх ситуации проверки знаний, страх не соответствовать ожиданиям окружающих, низкая физиологическая сопротивляемость стрессу, проблемы и страхи в отношениях с учителями и представлены.



1. Общая тревожность в школе. 2. Переживание социального стресса. 3. Фрустрация потребности достижения успеха. 4. Страх самовыражения. 5. Страх ситуации проверки

знаний. 6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих. 7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу. 8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями.

Рисунок 2 - Распределение уровней школьной тревожности данной выборки по методике «Диагностика уровня школьной тревожности Филлипса».

Таким образом, проанализировав результаты методики Филлипса «Диагностика уровня школьной тревожности» нами констатирован у большинства учащихся высокий уровень общей школьной тревожности. Данный уровень преобладает в таких показателях методики, как переживание страха ситуации проверки знаний, проблемы и страхи в отношениях с учителями и низкой физиологической сопротивляемостью стрессу.

Изучение самооценки нам позволило сделать вывод о наличии высокой средней и низкой самооценки в данной выборке подростков.



Рисунок 3. Результаты диагностики самооценки подростков по Методике «Самооценка личности» С.А. Будасси.

Наглядно нами представлен сравнительный анализ результатов методик: «Диагностика уровня школьной тревожности Филлипса» и «Самооценка личности» С.А. Будасси.

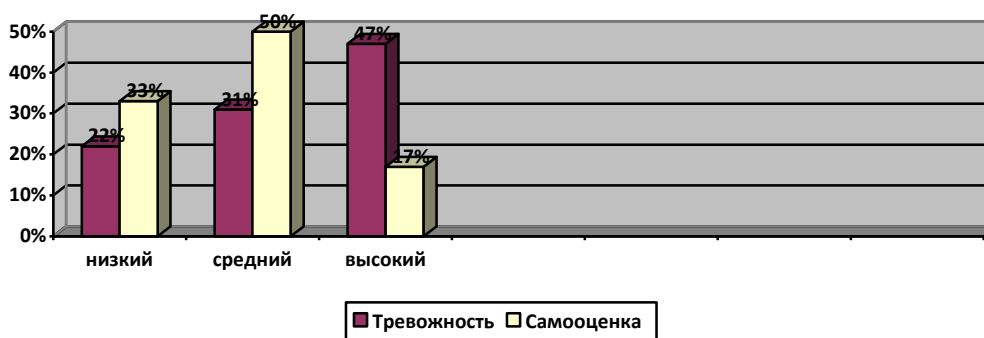


Рисунок 4. Сравнительный анализ результатов методик: «Диагностика уровня школьной тревожности Филлипса» и «Самооценка личности» С.А. Будасси.



Наглядный сравнительный анализ двух показателей (самооценки и тревожности) подростков и изучение взаимосвязей самооценки и тревожности позволил установить существование корреляционной значимости по следующим показателям:

При изучении взаимосвязи уровня самооценки и общей тревожности было установлено существование корреляционной значимости при  $p \leq 0,01$ . Обнаружена обратная взаимосвязь между уровнем самооценки и общей тревожности подростков ( $r_s = -0,712$ , при  $p \leq 0,01$ ). То есть, чем ниже уровень самооценки, тем выше уровень тревожности.

При изучении взаимосвязи уровня самооценки и уровня переживания социального стресса было установлено существование корреляционной значимости при  $p \leq 0,05$ . Обнаружена обратная взаимосвязь между уровнем самооценки и уровня переживания социального стресса ( $r_s = -0,399$ , при  $p < 0,05$ ). То есть, чем ниже самооценка, тем выше уровень переживания социального стресса.

При изучении взаимосвязи уровня самооценки и уровня страха самовыражения было установлено существование корреляционной значимости при  $p \leq 0,05$ . Обнаружена обратная взаимосвязь между уровнем самооценки и уровня страха самовыражения ( $r_s = -0,498$ , при  $p < 0,05$ ). То есть, чем ниже самооценка, тем выше уровень страха самовыражения.

При изучении взаимосвязи уровня самооценки и уровня страха не соответствовать ожиданиям окружающих было установлено существование корреляционной значимости при  $p \leq 0,05$ . Обнаружена обратная взаимосвязь между уровнем самооценки и уровня страха не соответствовать ожиданиям окружающих ( $r_s = -0,593$ , при  $p < 0,05$ ). То есть, чем ниже самооценка, тем выше уровень страха не соответствовать ожиданиям окружающих.

При изучении взаимосвязи уровня самооценки и уровня низкой физиологической сопротивляемости стрессу было установлено существование корреляционной значимости при  $p \leq 0,05$ . Обнаружена обратная взаимосвязь между уровнем самооценки и уровня низкой

физиологической сопротивляемости стрессу ( $r_s = -0,514$ , при  $p < 0,05$ ). То есть, чем ниже самооценка, тем выше уровень низкой физиологической сопротивляемости стрессу.

При изучении взаимосвязи уровня самооценки и уровня проблем и страхов в отношениях с учителями было установлено существование корреляционной значимости при  $p \leq 0,05$ . Обнаружена обратная взаимосвязь между уровнем самооценки и уровня проблем и страхов в отношениях с учителями ( $r_s = -0,551$ , при  $p < 0,05$ ). То есть, чем ниже самооценка, тем выше уровень проблем и страхов в отношениях с учителями.

Установлено отсутствие взаимосвязи между показателями самооценки и фрустрации потребности в достижении успеха. Это объясняется тем, что фрустрация потребности в достижении успеха означает неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребенку реализовать свои потребности в успехе, достижении высокого результата и т.д.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Данное исследование состояло из теоретической и эмпирической части исследования, в которых были решены задачи, поставленные во введении исследования.

В теоретической части работы дана характеристика подросткового возраста как стадии возрастного развития человека. Значение подросткового периода в жизни человека - выход ребенка на качественно новую социальную позицию, где формируется и проявляется его сознательное отношение к себе как члену общества. Подростковый возраст выступает как важный момент социального развития, имеющий особую нагрузку в становлении личности. В этот период вырабатывается механизм социальной позиции человека, в дальнейшем выступающей основой взрослой жизни индивида. Рассмотрены категории самооценки и тревожности и их проявление в подростковом возрасте. Особенности рассматриваемого периода онтогенеза определяют повышенную чувствительность подростка, нестабильность аффективной сферы, несформированность устойчивой

личностной структуры, что приводит к колебаниям самооценки, создает среду для возникновения тревожности.

Изучив основные подходы к исследованию тревожности, мы пришли к пониманию тревожности как индивидуальной психологической особенности, состоящей в повышенной склонности испытывать беспокойство в различных жизненных ситуациях, в том числе и тех, объективные характеристики которых к этому не предрасполагают. Тревожность делится на открытую и скрытую, адекватную и неадекватную.

Важнейшей составляющей тревожности подростка является тревога. Тревога – является важным источником агрессивного поведения. Тревожность может иметь как немедленные последствия для развития личности, так и оказывать влияние через длительный период времени. Уровень тревожности подростков зависит от степени самооценки, самовоспитания и самоконтроля.

В результате проведенного эмпирического исследования выявлено, что около половины подростков из обследованной выборки обладают высокими показателями тревожности. С помощью метода ранговой корреляции Спирмена, удалось выявить обратную корреляционную связь между показателем «самооценка» и «тревожности», включающего шкалы методики «Самооценка личности» С.А. Будасси. На выборке из 36 подростков показана взаимосвязь по типу обратной корреляционной связи между уровнями самооценки и тревожности, что подтверждает выдвинутую гипотезу.

Таким образом, поставленная цель достигнута, задачи исследования решены, гипотеза нашла свое эмпирическое подтверждение.