

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Саратовский национальный исследовательский  
государственный университет имени Н.Г. Чернышевского»

Кафедра социальной психологии образования и развития

**ОСОБЕННОСТИ САМОСОЗНАНИЯ ПОДРОСТКОВ В ЗАВИСИМОСТИ  
ОТ УРОВНЯ ДОВЕРИЯ К СЕБЕ**

АВТОРЕФЕРАТ

Студента(ки) 5 курса 541 группы  
направления 44.03.02 Психолого-педагогическое образование  
профиля Психология образования  
факультета психолого-педагогического и специального образования  
МАЛЕЕВОЙ ДАРЬИ АНАТОЛЬЕВНЫ

Научный руководитель  
канд. психол. наук, доцент \_\_\_\_\_ И.В. Арендачук

Зав. кафедрой  
доктор психол. наук, профессор \_\_\_\_\_ Р.М. Шамионов

Саратов  
2019

## ВВЕДЕНИЕ

Проблема развития самосознания в контексте становления личности имеет актуальное значение. Самосознание включает в себя не только частные характеристики личности, но оно ориентировано и на представление человека о самом себе и структурно включает в себя когнитивный, эмоционально-аффективный и оценочно-волевой компоненты. Формирование сознания определяется как длительный процесс развития индивида, который постепенно превращает человека в субъект деятельности. Важным периодом в этом плане является подростковый возраст.

Исследователями отмечается двойственное положение подростков: они уже не дети: обладают определенной степенью самостоятельности и социальной активности, но еще и не взрослые: часто избегают ответственности, не готовы к принятию решений особенно в трудных ситуациях. Стремление стать активным самостоятельным субъектом актуализируется потребность в самопризнании, самовыражении, самоутверждении у подростков, т.е. обуславливает развитие самосознания подростков.

Анализ специфики развития самосознания подростков связан с тем, что подростковый возраст отличается эмоциональной неустойчивостью, при этом подростки не познали в полной мере свои качества как личности, а также сталкиваются с различными проблемами и противоречиями, влияющими на становление их самосознания.

Процесс развития самосознания связан с постановкой множества вопросов о смысле существования, значимости подростка для себя и других и т.п., с решением проблемы проявления собственной индивидуальности и включение в группе сверстников, походить на них. Положительное разрешение противоречий возникающих в процессе развития самосознания подростков не возможно без формирования доверия к окружающему миру и себе.

Исследователи отмечают, что отсутствие доверия является причиной суицидальных поступков, противоправных действиях, употребления психоактивных веществ и т.п.

Таким образом, решение проблемы гармоничного развития личности подростков, их социализации не возможно без изучения самосознания и доверия к себе.

Сказанным определяется актуальность проблемы нашего исследования, которая состоит с одной стороны в признании важности изучения и развития самосознания и доверия к себе в подростковом возрасте, а с другой, в недостаточной разработке механизмов их формирования .

Проблема развития и становления сознания изучалась в работах Л.И. Божович, В.В. Столина, С.Л.Рубинштейна, Э. Эриксона и др. Его особенности анализировались в работах Т.В. Мальцевой В.С. Мухиной, И.И. Чесноковой, Д.И. Фельдштейна,. Однако в современных исследованиях практически не изучен вопрос о том, как доверие подростков к себе определяет особенности их самосознания.

**Цель исследования:** изучить особенности самосознания подростков в зависимости от выраженности у них уровня доверия к себе.

**Объект исследования:** самосознание личности

**Предмет исследования:** особенности самосознания подростков с разным уровнем доверия к себе.

**Задачи исследования:**

1) В процессе теоретического исследования проанализировать современные подходы к изучению самосознания личности и особенности процесса его развития в подростковом возрасте.

2) Провести эмпирическое исследование, направленное на выявление особенностей самосознания подростков с разным уровнем доверия к себе.

3) Разработать рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению процесса развития самосознания подростков.

**Гипотеза исследования** основана на предположении о том, чем больше доверия к себе проявляют подростки, тем выше уровень их самосознания.

**Структура работы.** Бакалаврская/магистерская работа состоит из введения, двух глав, заключения. Список использованных источников содержит

56 публикаций. В приложении представлены использованные методики, результаты эмпирические данные.

## **КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ**

**Первая глава «Теоретический анализ исследований по проблеме развития самосознания личности в подростковом возрасте»** позволила провести теоретическое исследование по трем основным аспектам.

*1. Теоретические подходы к исследованию самосознания личности и его структуры психологии.* Анализ исследований самосознания У. Джемса, Б. Г. Ананьева, Л. И. Божович, Л. С. Выготского, А. Н. Леонтьева, С. Л. Рубинштейна, В. Ф. Сафинова, И. И. Чесноковой позволяет определить самосознание как осознанное отношение человека ко всем проявлениям его психики, эмоционально-смысловая оценка своих субъективных возможностей, выступающих в качестве основания целесообразных действий и поступков. Самосознание служит человеку для организации его собственной деятельности, его взаимоотношений с окружающими и его общения с ними. Развитие самосознания проходит ряд ступеней: от наивного неведения в отношении самого себя до всё более углублённого самопознания (С.Л. Рубинштейн). Структура самосознания включает самопознание, эмоционально-ценностного отношение к себе и саморегулирование поведения (И. И. Чеснокова). Каждая сторона самосознания детерминирована образом жизни, ведущей деятельностью и общением, а также уровнем развития психики индивида.

### *2. Доверие к себе как составляющая самосознания личности*

Доверие к себе включает осознание человеком своих потребностей, желаний, интересов; собственных возможностей; соотнесение потребностей с возможностями, с содержанием собственных ценностно-смысловых образований (Т.П. Скрипкина). Доверие к себе является показателем личностной зрелости, условием эффективного функционирования в обществе и осуществления деятельности. Доверие к себе является следствием развития самосознания, выступает его компонентом, определяющим ценность человека для самого себя.

3. *Особенности развития самосознания личности в подростковом возрасте.* Развитие в подростковом возрасте - сложный процесс психологического развития, характеризующееся переходом от детства к взрослому периоду жизни. Возрастные особенности развития подростков выражаются в трансформации физиологических особенностей, при этом происходит изменение психологической стороны личности. Развитие самосознания - центральный психологический процесс подросткового возраста. Развитие самосознания подростков характеризуется повышением интереса к самим себе, развитием самооценки, которая становится дифференцированной, устойчивой, высокой критичностью, ориентированностью в оценках на оценки окружающих, стремлением проявить себя, продемонстрировать свои способности и возможности, для получения более высоких оценок. На формирование самосознания подростков оказывает влияние характеристики социальной среды, социальная ситуация развития подростков.

**Во второй главе – «Эмпирическое исследование самосознания подростков с разным уровнем доверия к себе»** – приводится методическое обоснование исследования и его результаты.

Исследование особенностей самосознания подростков и уровня доверия к себе проводилось на базе СОШ №9 г. Энгельса. В нем приняли участие 60 человек – ученики 8 классов в возрасте 13-14 лет, из них 33 чел. – девочки и 27 чел. – мальчики.

Для исследования были выбраны следующие методики: методика изучения доверия к себе Н.Б. Астаниной, методика исследования самооотношения С.Р. Пантилеева; тест-опросник самооотношения (ОСО) В.В. Столина и С.Р. Пантилеева; методика «Изучение особенностей Я-концепции» (Д. Харрис, Е. Пирс в адаптации А.М. Прихожан).

Сравнительный анализ выраженности показателей самосознания в группах подростков с разным уровнем доверия к себе осуществлялся по t-критерию Стьюдента; взаимосвязи между показателями доверия к себе и характеристиками

самосознания подростков выявлялись в процессе линейного корреляционного анализа по Пирсону.

Проведенное исследование позволило выявить ряд закономерностей и разработать психолого-педагогические рекомендации для психологов и педагогов.

В результате исследования уровня доверия к себе у подростков было установлено, что у 25% подростков высокий уровень доверия к себе, у 45% - средний уровень, 30% не доверяют себе, им характерна низкая оценка своих возможностей, отрицание собственного вклада в успехи и неудачи, не доверяют своим решениям, часто сомневаются в способности преодолевать трудности, достигнуть намеченных целей.

В результате диагностики самоотношения с помощью методики МИС С.Р. Пантилеева были получены следующие результаты:

- 35% подростков отличаются честностью, открытостью по отношению к самим себе. 36,7% подростков имеют средние показатели закрытости, избирательное отношение к себе. 28,3% подростков стремятся соответствовать требованиям окружающих, но при этом избегают открытых отношений с собой, признавать наличие проблем;

- 35% подростков выражают неуверенную позицию, собственной оценки, при этом отсутствует уверенность в собственных возможностях. У 26,7% высокий уровень самоуверенности. 38,3% подростков в привычных ситуациях сохраняют работоспособность, уверенность в себе, при появлении трудностей уверенность в себе снижается, нарастают тревога, беспокойство;

- 46,7% подростков не умеют регулировать свое поведение, на них влияют внешние факторы;

- 41,7% склонны считать себя не способными уважение к себе со стороны окружающих, лишь 20% уверены в том, что их личность вызывает уважение, что отражает полное их принятие;

- У 56,7% подростков уровень самооценки средний;

– у 40% опрошенных подростков низкие баллы самопринятия, они склонны к восприятию себя и свою позицию очень критично, у большинства (56,7%) подростков выявлено избирательное отношение к себе;

– У 36,7% подростков был выявлен высокий показатель уровня самопривязанности, у 33,3% - средний уровень, у 30% низкий показатели самопривязанности;

– у 33,3% подростков высокая внутренняя конфликтность. 36,7% опрошенных подростков проявляют положительное отношение к себе. У 20% подростков выявлено негативное отношение к себе;

–46,7% подростков имеют средний уровень самообвинения.

Результаты по методике ОСО свидетельствуют о следующих характеристиках самоотношения у подростков:

– 60% подростков имеют негативное или не определенное отношение к самим себе;

– 58,3% подростков не уверены в собственных силах, возможностях, способностях, нет чувства контроля над собственной жизнью;

– у 66,7% не выражена аутосимпатия, им свойственно видеть в себе больше недостатков, чем достоинств, либо представление о достоинствах и недостатках уравновешено;

– 68% подростков считают, что другие будут относиться к ним негативно;

– для 71,7% подростков характерен низкий или средний уровень интереса к самому себе;

– У 61,7% самоуверенность не выражена: они в привычных для себя ситуациях сохраняют работоспособность, уверенность в себе, ориентацию на успех начинаний, при неожиданном появлении трудностей уверенность в себе снижается, нарастают тревога, беспокойство;

– у 60% подростков неопределенное или негативное восприятие к себе отношения других: они считают, что их личностные проявления способны вызывать у других раздражение и неприятие;

– у 66,7% подростков высокий уровень самопринятия: они воспринимают все стороны своего «Я», принимают себя во всей полноте поведенческих проявлений;

– у 53,3% не выражено саморуководство и самоконтроль;

– Отношение к своему «Я» у 63,7% подростков зависит от степени адаптированности в ситуации. В привычных для себя условиях подростки могут проявлять выраженную способность к личному контролю. В новых для себя ситуациях регуляционные возможности «Я» ослабевают, усиливается склонность к подчинению средовым воздействиям. Основным источником происходящего с ними подростки признают внешние обстоятельства;

– 80% подростков склонны к самооправданию, они не даже в случае собственной вины, стараются переложить ее на других или на обстоятельства;

– У 71,7% подростков самоинтерес не выражен;

– 63,3% подростков имеют низкий уровень самопонимания.

При исследовании самосознания подростков с помощью методики «Изучение особенностей Я-концепции» (Д. Харрис, Е. Пирс в адаптации А.М. Прихожан) установлено:

–у 58,3% подростков реалистичное отношение к своему поведению;

–самооценка интеллекта и школьной успешности среднего уровня диагностирована у 51,7% подростков;

–у 50% подростков оценивают школьную ситуацию как неблагоприятную, школа вызывает у них неприязнь, тревогу. 41,7% подростков имеют нейтральное отношение к школе;

–среднюю самооценку своей внешности и физических качеств имеют 53,3% подростков;

–у 55% подростков тревожность средняя, 35% имеют высокую тревожность;

–45% подростков имеют среднюю самооценку в общении. Для 30% подростков характерна высокая самооценка в общении, характеризующая переживание удовлетворенности в этой сфере;

–У 48,3% подростков реалистичное отношение к жизненной ситуации. 31,7% подростков переживают неудовлетворенность жизненной ситуацией.

–31,7% подростков не удовлетворены своим положением в семье. Для 46,7% подростков характерна средняя удовлетворенность.

–53,3% подростков имеют средний уровень уверенности в себе, реалистичную самооценку У 31,7% подростков диагностирована неуверенность в себе.

–В целом в результате исследования было установлено, что у 28,3% подростков очень высокий уровень самоотношения, подростки положительно оценивают себе, свою ситуацию развития. 18,3% подростков имеют высокий уровень, соответствующий социальному нормативу. У 36,7% подростков средний уровень самоотношения. 11,7 % подростков имеют низкий уровень, неблагоприятный вариант самоотношения. У 5% подростков предельно высокий уровень (может свидетельствовать о защитно-высоком отношении к себе) или предельно низкий уровень самоотношения

Для проверки выдвинутой гипотезы, полученные в ходе исследования данные, были подвергнуты статистическому анализу.

Проведенный статистический анализ выявил наличие достоверных различий между подростками с низким уровнем доверия к себе и подростками со средним уровнем доверия к себе в выраженности самоуверенности, саморукводства, отраженного самоотношения, самопринятия, самопривязанности, в целом самоотношения, оценок поведения, интеллекта, ситуации в школе, общения, популярности среди сверстников, удовлетворенности, положением в семье, уверенности в себе. Данные показатели самосознания более выражены у подростков со средним уровнем доверия к себе.

Существуют достоверные различия между подростками с высоким уровнем доверия к себе и подростками со средним уровнем доверия к себе в выраженности саморукводства, самобвинения, тревожности, оценок общения, популярности среди сверстников, удовлетворенности. Тревожность и склонность к самообвинению более выражены у подростков со средним уровнем

самоотношения, а саморуководство, оценки общения, популярности среди сверстников, удовлетворенность выше у подростков с высоким уровнем доверия к себе.

Проведенное исследование показало, что подростки с высоким уровнем доверия к себе отличаются от подростков с низким уровнем доверия к себе большей выраженностью компонентов самоотношения, при этом у подростков с низким уровнем доверия к себе более выражена склонность к самообвинению, тревожность.

Корреляционный анализ показал, что у подростков уровень доверия к себе связан с самоознанием в целом и такими его компонентами как самоуверенность, саморуководство, отраженное самоотношение, самопринятие, самообвинение, самоуважение, аутосимпатия, оценка интеллекта, положение в школе, ситуации в школе внешности, физической привлекательности, тревожности, общения, популярности среди сверстников, удовлетворенности, положения в семье.

Таким образом, проведенное исследование показало, что больше доверия к себе проявляют подростки, тем выше уровень их самосознания.

Изучение проблемы самосознания и доверия к себе у подростков позволило сформулировать психолого-педагогические рекомендации психологам и педагогам по психолого-педагогическому сопровождению процесса развития самосознания подростков. Полагаем, что психологам и педагогам можно рекомендовать: создавать условия для проявления разных качеств у подростков, стимулировать рефлекссию, самовоспитание, повышение компетенций и т.п.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Теоретическое исследование по проблеме развития самосознания личности в подростковом возрасте позволило сформулировать следующие выводы:

1. Самосознания определяется как представление личности о самой себе и включает образ своих качеств, способностей, внешности, социальной значимости и т.д. (самосознание); самоуважение, себялюбие, самоуничижение и

т.д., стремление повысить самооценку, завоевать уважение и т.д. Самосознание является критерием стабильности личности и обуславливает ее поведение.

2. Доверие к себе – это осознание человеком своих потребностей, желаний, интересов, возможностей; соотнесение потребностей с возможностями, с содержанием собственных ценностно-смысловых образований.

3. В подростковом возрасте на формирование самосознания оказывает влияние следующие аспекты развития: отделение от родителей и обретение подлинной психологической независимости; преодоление кризиса идентичности, ролевой диффузности («самоидентификация»); ориентация на социализацию в среде сверстников, установление более глубоких, эмоциональных отношений; попытки осознания своего предназначения, экзистенциальный анализ своей судьбы.

Основными аспектами самосознания личности подростков выступают: аутосимпатия; стремление соответствовать требованиям окружающих; выраженный самоинтерес, отличающийся ориентацией на собственные мысли и чувства; самоуверенность; саморуководство; самообвинение.

По результатам эмпирического исследования, в котором приняли участие 60 подростков в возрасте 13-14 лет, было установлено:

1. Больше всего подростков имеют средний уровень доверия к себе, при этом количество подростков доверяющих себе меньше количества подростков, которые не доверяют себе.

2. Самосознание подростков характеризуют четность и открытость перед самими собой; неуверенная позиция в рамках поведения, собственной оценки; не развитые механизмы саморуководства и самопонимания ; склонность считать себя не способными вызывать уважение к себе со стороны окружающих; неоднозначность оценок себя, критичность восприятия себя ; положительный фон отношения к себе в обычных условиях и недооценка успехов при неудачах и трудностях; склонность к самооправданию; реалистичное отношение к своему поведению; средняя удовлетворенность положением в группе среди сверстников, в семье; негативное отношение к школе, которая вызывает неприязнь, тревогу, скуку; средняя самооценка интеллекта и школьной

успешности, внешности, физических качеств выявлена; средний уровень тревожности, благополучия; средняя уверенность в себе.

### 3. Статистический анализ показал, что

– подростки с высоким уровнем доверия к себе отличаются меньше склонностью к самообвинению, поиску в себе причин всех своих неудач, меньшей тревожностью, которая препятствуют самовыражению, проявлению себя.

– подростки с низким уровнем доверия к себе отличаются ожиданием негативных оценок от окружающих, неприятием себя, своих достоинств и недостатков, низкими оценками своих способностей, негативным отношением к школе, неудовлетворением положением в семье, низкой уверенностью в себе.

4. Корреляционный анализ выявил у подростков, доверие к себе тем выше, чем выше у подростков уверенность в себе, чем более удовлетворены своим положением в школе и в семье, чем более положительнее оценивают себя, чем более они принимают свои качества, чем менее склонны к обвинению себя, чем более полагаются на себя, принимают ответственность, и чем более уверены в положительной оценке себя окружающими, т.е. мы можем сказать, что уровень доверия к себе у подростков связан с поведенческими и аффективными компонентами самосознания.

Гипотеза исследования о том, что чем больше доверия к себе проявляют подростки, тем выше уровень их самосознания, подтвердилась.