

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н. Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра педагогики и психологии
профессионального образования

**ВЗАИМОСВЯЗЬ САМООЦЕНКИ И ТРЕВОЖНОСТИ
У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 4 курса группы 411

направления 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»

Института дополнительного профессионального образования

Пекаревой Виктории Романовны

Научный руководитель:
доцент кафедры педагогики и
психологии профессионального
образования ИДПО СГУ,
к. психол. н., доцент

Е.С. Гринина

Зав. кафедрой :
к. пед .н., доцент

В.А. Ширяева

Саратов 2021

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время проблема сохранения психологического здоровья обучающихся является одной из актуальных для современной школы. При этом значимыми аспектами психологического сопровождения образования являются формирование и развитие адекватной самооценки и эмоциональной сферы детей. В результате теоретических и эмпирических исследования отечественных и зарубежных психологов доказано, что самооценка оказывает влияние на различные аспекты человеческой личности. Адекватная самооценка отражает соответствие мнения о себе действительности и реалистичную оценку собственных возможностей. Адекватный уровень самооценки способствует формированию уверенности в себе, эффективной организации практической деятельности, оказывает позитивное влияние на развитие различных аспектов личности человека. При этом завышенная или заниженная самооценка, проявляются в несоответствии мнения человека о себе и действительности и могут негативно сказываться на различных сторонах развития и жизнедеятельности. От уровня и характера самооценки зависит поведение человека, характер межличностных отношений, отношение к своим успехам и неудачам в ходе деятельности. Проблему самооценки младших школьников изучали А.Н. Леонтьев, Л.Д. Столяренко, А.М. Прихожан и др.

Не менее значимое влияние на развитие личности и ее самореализацию оказывает эмоциональная сфера, в частности, уровень тревожности. Тревожность понимается как индивидуальная психологическая особенность, которая проявляется в склонности человека к частым и интенсивным переживаниям состояния тревоги, а также в низком пороге его возникновения. Высокий уровень тревожности влияет на появление у ребенка такого эмоционального состояния, как беспокойство и волнение, что мешают ребенку в должной степени развиваться и реализовывать себя в деятельности. Тревожность младших школьников выступала в качестве предмета исследования К. Левина, И. Чеснокова, В. Ф. Сафина и др.

Принимая во внимание системность строения психики, следует предположить наличие взаимосвязи самооценки и тревожности у детей младшего школьного возраста и их влияние на развитие человека. При этом в современных источниках практически не нашло своего отражения исследование взаимосвязи самооценки и уровня тревожности у детей младшего школьного возраста, исключения составляют лишь отдельные работы (А.М. Прихожан, М.Ф. Сафин и др.). Значимость подобных исследований для оптимизации образовательного процесса в школе, в частности, принятия мер по укреплению и сохранению психологического здоровья, с одной стороны, и недостаточная представленность в современной науке подобного рода данных с другой стороны обуславливают актуальность настоящего исследования.

Объектом исследования выступают самооценка и тревожность детей младшего школьного возраста.

Предмет исследования – взаимосвязь самооценки и тревожности у детей младшего школьного возраста.

Целью исследования является изучение взаимосвязи самооценки и тревожности у детей младшего школьного возраста.

Гипотеза исследования. Предполагается наличие взаимосвязи самооценки и тревожности у детей младшего школьного возраста: адекватная самооценка преобладает у младших школьников с нормальным уровнем тревожности; у детей с высоким уровнем тревожности возможно преобладание заниженной самооценки.

Для достижения поставленной цели выделены следующие задачи:

1. Рассмотреть понятие и виды самооценки в психологии.
2. Осуществить анализ тревожности как психологического феномена.
3. Описать особенности развития личности и эмоциональной сферы у детей младшего школьного возраста.
4. Представить обзор программ психологической коррекции самооценки и тревожности у детей младшего школьного возраста.

5. Организовать и реализовать эмпирическое исследование самооценки и уровня тревожности у детей младшего школьного возраста.

6. Проанализировать результаты эмпирического исследования, выявить наличие или отсутствие взаимосвязи самооценки и тревожности у детей младшего школьного возраста;

7. Разработать программу коррекции самооценки и тревожности у детей младшего школьного возраста.

Методологической основой данного исследования являются исследования в области тревожности (З. Фрейд, А. Адлер, К. Хорни, О. Ранг, Спилбергер, Р. Мэй, К.Р. Сидоров, Ф.Б. Березин и др.), самооценки (У. Джеймс, К. Хорни, К. Роджерс, Ч. Кули, Д. Мид, К. Левин, И. Чесноков, В. Ф. Сафин и др.), закономерностей развития личности и эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста (Л.Д. Столяренко, Л.И. Божович, Л.А. Головей, О.В. Набока, Н.Ф. Талызина, О.В. Никонова и др.).

Методы исследования: теоретический анализ литературы; эксперимент, тестирование, методы количественной и качественной обработки данных.

Для проведения эмпирического исследования были использованы следующие методики:

1. Опросник по изучению общей самооценки (Г.Н.Казанцева).
2. Методика определения самооценки Дембо - Рубинштейна.
3. Методика «Выбери нужное лицо» (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен).
4. Шкала явной тревожности (Дж. Тейлор).

Статистическая обработка результатов исследования осуществлялась с применением коэффициента ранговой корреляции Спирмена.

Практическая значимость работы состоит в возможности использования полученных в ходе исследования данных в практике психолого-педагогического сопровождения образования и развития детей младшего школьного возраста.

Выпускная квалификационная работа включает введение, две главы, заключение, список использованных источников и приложение.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во введении раскрывается актуальность проблемы исследования, выделяются объект и предмет, цель, гипотеза и задачи, представлено описание используемых методов и методик.

Первая глава – «Теоретический анализ проблемы взаимосвязи самооценки и уровня тревожности у детей младшего школьного возраста» - отражает результаты анализа литературных источников по проблеме исследования. В ней сформулировано понятие самооценки в психологии, выделены основные ее виды, механизмы и факторы формирования; рассмотрена феноменология тревожности; представлена психолого-педагогическая характеристика детей младшего школьного возраста, осуществлен анализ программ коррекции тревожности.

Такое понятие, как самооценка, не сразу сформировалось в психологии. В результате предпринимаемых учеными исследований происходило постепенное углубление и расширение данного понятия. В настоящее время под самооценкой понимаются особенности оценки человеком самого себя, своих положительных и отрицательных качеств. Самооценка оказывает влияние на развитие всех качеств личности и определяет ее самореализацию. В психологии выделяется несколько видов самооценки: адекватная, завышенная и заниженная. Формирование самооценки происходит под воздействием ряда факторов, преимущественно социального характера, а также в соответствии с принципом «самости».

Изучением тревожности в психологии занимались З. Фрейд, А. Адлер, К. Хорни, О. Ранг, Ч.Д. Спилбергер, Р. Мэй, К.Р. Сидоров, Ф.Б. Березин и др. Психологи разделяют понятия «тревога» и «тревожность». Под тревогой понимают отрицательную эмоцию, которая вызывается чувством беспокойства. Тревожность – это индивидуальная психологическая особенность личности, которая проявляется в частых и интенсивных переживаниях чувства тревоги. Высокий уровень тревожности характеризуется беспокойством и волнением. Он оказывает отрицательное влияние на нормальное развитие личности ребенка и осуществление деятельности, в том числе учебной.

Особенности психического развития детей младшего школьного возраста изучали Л.Д. Столяренко, Л.И. Божович, Л.А. Головей, Н.Ф. Талызина и др. Попадая в школу, ребенок оказывается в совершенно новой социальной ситуации развития, что оказывает выраженное влияние на различные стороны его психики. Психическое развитие младшего школьника происходит постепенно и является сложным процессом. При этом все аспекты психического развития находятся во взаимосвязи с эмоциональной сферой ребенка и уровнем развития его самооценки.

Значимость изучения и коррекции самооценки и тревожности детей младшего школьного возраста обусловлена современными требованиями к образованию. В структуре планируемых результатов в отдельную группу выделены личностные результаты обучения. Достижение данной группы результатов возможно только при адекватном развитии самооценки и эмоциональной сферы у младших школьников. При наблюдении у детей неадекватно развитой самооценки и повышенного уровня тревожности необходимо оказание им психологической поддержки и проведение коррекционной работы. На коррекционно-развивающих занятиях широкое распространение получила музыкотерапия, изотерапия и психогимнастика. Особое место в построении данных занятий занимает создание благоприятной психологической атмосферы.

Во второй главе – «Эмпирическое исследование взаимосвязи самооценки и тревожности у детей младшего школьного возраста» - описаны результаты исследования самооценки, изучения тревожности у детей младшего школьного возраста, анализируется взаимосвязь этих феноменов.

В исследовании приняли участие 40 младших школьников в возрасте 10-11 лет частного общеобразовательного учреждения «Прогимназия «Идеал». Среди респондентов 23 девочки и 17 мальчиков.

Результаты исследования самооценки по шкале «Изучение общей самооценки по опроснику Г.Н. Казанцевой» у детей младшего школьного возраста приведены в Таблице 1.

Таблица 1 – Результаты исследования самооценки младших школьников по опроснику Г.Н. Казанцевой

Уровень самооценки	Количество испытуемых, чел	Количество испытуемых, %
Высокий	4	10
Адекватный	17	42,5
Низкий	19	47,5

Большая часть респондентов имеют низкий уровень самооценки, также значительное количество младших школьников имеют адекватный уровень самооценки. Результаты исследования самооценки по методике Дембо-Рубинштейн представлены в Таблице 2.

Таблица 2 - Результаты исследования самооценки младших школьников с применением методики Дембо-Рубинштейн

Уровень самооценки	Количество испытуемых, чел	Количество испытуемых, %
Завышенная	4	10
Средняя и высокая	20	50
Низкая	16	40

Половина младших школьников имеют адекватную самооценку, то есть средний и высокий уровни. Результаты изучения тревожности младших школьников с применением методики Дж. Тейлор представлены в Таблице 3.

Таблица 3 – Результаты изучения тревожности младших школьников с применением методики Дж. Тейлор

Уровень тревожности	Количество испытуемых, чел	Количество испытуемых, %
Очень высокий уровень	2	5
Высокий уровень	7	17,5
Средний уровень с тенденцией к высокому	13	32,5
Средний уровень с тенденцией к низкому	13	32,5
Низкий уровень	5	12,5

Для большинства исследуемых характерен средний уровень развития тревожности (65%), однако достаточно большой процент испытуемых (22,5%) характеризуются высоким и очень высоким уровнем тревожности.

Результаты исследования по тесту тревожности Р. Тэммл, М. Дорки и В. Амен представлены в Таблице 4.

Таблица 4 – Результаты изучения тревожности младших школьников с применением методики Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен

Уровень тревожности	Количество испытуемых, чел	Количество испытуемых, %
Высокий	12	30
Средний	21	52,5
Низкий	7	17,5

Для большинства испытуемых (52,5%) характерен средний уровень тревожности. Эти данные согласуются с результатами применения методики Дж. Тейлор. Однако, необходимо отметить достаточно большое количество испытуемых с высоким уровнем тревожности.

По результатам данных исследования были сделаны выводы:

1. Применение опросника Г.Н. Казанцевой показало, что большая часть респондентов (47,5%) имеют низкий уровень самооценки, также значительное количество младших школьников имеют адекватный уровень самооценки (42,5%).

2. Результаты, полученные в ходе исследования по диагностической методике Дембо-Рубинштейна, согласуются с приведенными выше.

3. По результатам исследования тревожности с использованием шкалы Дж.Тейлор видим, что для большинства исследуемых характерен средний уровень развития тревожности (65%), однако достаточно большой процент испытуемых (22,5%) находятся на высоком и очень высоком уровне развития тревожности.

4. Результаты исследования по диагностической методике Р. Тэммл, М. Дорки и В. Амена показывают следующее: для большинства испытуемых (52,5%) характерен средний уровень тревожности. Эти данные согласуются с

результатами применения методики Дж. Тейлор. Однако, необходимо отметить достаточно большое количество испытуемых с высоким уровнем тревожности.

Для определения взаимосвязи между данными, полученными в ходе исследования, произведен подсчет коэффициента ранговой корреляции Спирмена.

В результате расчета коэффициента ранговой корреляции по шкале явной тревожности Дж. Тейлор и Методике определения самооценки Дембо-Рубинштейна получили следующее значение:

$$r = 1 - \frac{6 \cdot 10971.5 + 18.5}{40^3 - 40} = -0.0295$$

Данное значение говорит о слабой и обратной связи между уровнем тревожности и самооценки. Приведем расчет коэффициента ранговой корреляции между результатами теста тревожности Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен и опросником Г. Н. Казанцевой. В ходе исследования получился коэффициент, равный:

$$r = 1 - \frac{6 \cdot 19638.5 + 73}{40^3 - 40} = -0.843$$

Данное значение говорит о сильной и обратной связи между уровнем тревожности и самооценкой. То есть у респондентов с высоким уровнем тревожности наблюдается заниженная самооценка. Таким образом, подтверждена взаимосвязь самооценки и тревожности у детей младшего школьного возраста. Данные показатели находятся в обратной связи: чем выше тревожность, тем ниже самооценка у младших школьников.

Полученные в ходе эмпирического исследования данные легли в основу разработки программы коррекции самооценки и тревожности у младших школьников. Целью данной программы является коррекция высокого уровня тревожности у младших школьников, а также оптимизация самооценки у детей. Программа включает в себя 12 занятий, составляющих структуру 3-х блоков: первый направлен на нормализацию самооценки, второй – на коррекцию тревожности, а третий на снижение страхов. Встречи с детьми предлагается проводить 2 раза в неделю, продолжительность психологических занятий 25-30 минут.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Настоящая работа посвящена изучению взаимосвязи самооценки и тревожности у детей младшего школьного возраста. В современном мире актуальным является вопрос психологического здоровья детей. Одними из самых значимых аспектов при этом являются развитие адекватной самооценки и позитивного эмоционального состояния детей.

Теоретический анализ литературных источников по проблеме исследования показал, что под самооценкой в психологии понимают особенности оценивания человеком своей личности, оценку собственных чувств, качеств, недостатков и достоинств. Велико влияние самооценки на развитие личности человека. В психологии выделяют такие виды самооценки, как адекватная, завышенная и заниженная.

Тревожность является психологической особенностью, которая заключается в наличии у человека склонности к переживаниям (частым и интенсивным), тревоге. При наличии высокого уровня тревожности может проявляться состояние беспокойства и волнения, которые мешают адекватному осуществлению деятельности.

Психическое развитие младшего школьника происходит постепенно и представляет собой очень сложный процесс. В ходе этого развития формируются ощущение и восприятие, внимание, память, мышление, воображение, мотивация. Каждая из них находится во взаимосвязи с эмоциональной сферой ребенка и уровнем его самооценки.

Целью эмпирического исследования выступало изучение взаимосвязи самооценки и тревожности у детей младшего школьного возраста. В результате применения комплекса психодиагностических методик выявлено, что среди младших школьников преобладает средний уровень тревожности и самооценки, однако встречаются респонденты с высоким уровнем тревожности и заниженной самооценкой. В результате статистической обработки данных с применением коэффициента ранговой корреляции Спирмена выявлено, что связь между

данными двумя феноменами слабая и обратная, то есть чем выше самооценка, тем ниже тревожность, и наоборот.

Полученные в ходе эмпирического исследования данные легли в основу разработки программы коррекции самооценки и тревожности у младших школьников. Целью данной программы является коррекция высокого уровня тревожности у младших школьников, а также оптимизация самооценки у детей. Программа включает в себя 12 занятий, составляющих структуру 3-х блоков: первый направлен на нормализацию самооценки, второй – коррекцию тревожности, а третий на снижение страхов. Встречи с детьми предлагается проводить 2 раза в неделю, продолжительность психологических занятий 25-30 минут.

Таким образом, в результате теоретико-эмпирического исследования подтверждена взаимосвязь самооценки и тревожности у детей младшего школьного возраста. Данные показатели находятся в обратной связи. Цель исследования достигнута, гипотеза нашла свое подтверждение. Полученные результаты могут быть использованы в практике психологического сопровождения образования детей младшего школьного возраста.