

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

Кафедра педагогики и психологии

**ВЗАИМОСВЯЗЬ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ
И САМООЦЕНКИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ**
АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студента 5 курса 51 группы,
направления подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»
профиля «Практическая психология образования»,
психолого-педагогического факультета
Земцовой Натальи Александровны

Научный руководитель
доцент кафедры педагогики и психологии,
кандидат психологических наук,
доцент _____

О.В. Карина

(подпись, дата)

Зав. кафедрой педагогики и психологии
кандидат психологических наук,
доцент _____

О.В. Карина

(подпись, дата)

Балашов 2021

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Современное общество динамично по своей структуре, социально-культурным и экономическим изменениям, которые приносят существенные изменения в сознание каждой личности. Подобные изменения даруют обширный пласт возможностей человеку. В то же время, процесс принятия, интериоризации социальных инноваций сопряжен с возможными трудностями, которые могут влиять на контур самооценивания личности.

Наиболее сензитивной социальной группой к воздействиям внешних факторов общества выступают подростки. В этом возрастном периоде ярко выражена потребность не только успешно адаптироваться в изменяющемся в социальном пространстве, но и подтвердить собственную значимость, как личности ориентированной на эффективное взаимодействие с окружающими людьми.

Подростковый возраст, является возрастом кризисных проявлений, поиска себя в социальном пространстве, рефлексии самооценочного контура. Взрослеющая личность впитывает специфику внешнего социального отношения к собственной персоне и выстраивает индивидуальный маршрут адаптационных мер и стратегий достижения желаемых целей.

В подростковом возрасте важным моментом выступают ресурсы, которые они могут использовать в поле социально-психологических взаимодействий, продвигая желаемые цели, стимулирующие своевременность и конструктивность выбора тех или иных стратегий реализации собственного Я.

В этой связи, чем реалистичнее подростки оценивают собственные ресурсы и потенциал окружающих людей, тем успешнее они адаптируются в новых условиях, которые, представляет им социум.

В психологической практике проблемой социально-психологической адаптацией занимались: Ф.Б. Березин, Г.Д. Волков, И.А. Георгиева, А.Н.

Жмыриков, О.И. Зотова, П.С. Кузнецов, Н.Е. Шустова и др. Однако, следует отметить, что именно психологический аспект в разработке вопроса адаптации современной личности требует существенных доработок. Это обстоятельство связано с тем, что проблематику адаптации личности, наиболее широко рассматривали именно в контексте социологических и социально-психологических наук.

Кроме того, углубленных системных исследований требует именно аспект взаимосвязи социально-психологической адаптации и самооценки взрослеющей личности, в частности подростка. Системное изучение данной проблемы существенно расширяет понимание вектора движения подростков по жизненному маршруту, их личностные и социальные ожидания, возможные психологические блоки.

Резонность, данного тезиса заключается в том, что подростковый возраст сопряжен с проявлением кризисных явлений и личность находится в ситуации выбора ценностей, установок, представлений о себе. Чем объективнее подростки будут оценивать себя и индивидуальные ресурсы, тем, гармоничнее они могут включаться в социально-психологическое пространство взаимодействий.

Этим обстоятельством обоснован выбор темы исследования.

Цель исследования: выявить взаимосвязь социально-психологической адаптации и самооценки в подростковом возрасте.

Объект исследования: социально-психологическая адаптация и самооценка в подростковом возрасте.

Предмет исследования: особенности социально-психологической адаптации и самооценки в подростковом возрасте.

Гипотеза исследования: существует взаимосвязь социально-психологической адаптации и самооценки в подростковом возрасте.

Задачи исследования:

1. Проанализировать основные подходы к пониманию феномена «социально-психологическая адаптация» личности.

2. Охарактеризовать понятие, виды и особенности самооценки личности.

3. Определить особенности социально-психологической адаптации и самооценки в подростковом возрасте.

4. Эмпирически доказать, с помощью методов математической статистики существование взаимосвязи социально-психологической адаптации и самооценки в подростковом возрасте.

В соответствии с целью исследования и избранным методологическим подходом комплексно применялись **методы**:

- I. Метод анализа литературных источников.
- II. Наблюдение.
- III. Обобщение и интерпретация полученных результатов.
- IV. Математические методы обработки данных (корреляционный анализ r-Спирмена).
- V. Диагностические методики:

Методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда; тест-опросник «Диагностика уровня самооценки» С.В. Ковалева.

Эксперимент проводился в формате интернет – тестирования. Выборку составили 30 респондентов в возрасте 12-14 лет.

Методологической основой исследования являются: научные идеи Ф.Б. Березин, Г.Д. Волков, И.А. Георгиева, А.Н. Жмыриков, О.И. Зотова, П.С. Кузнецов, Н.Е. Шустова и др., касающиеся изучения проблемы адаптации личности; исследования Л.И. Божович, Л.В. Бороздиной, И.С. Кона, С.Л. Рубинштейна, В.В. Столина и др., освещающие вопросы самооценивания личности.

Теоретическая значимость работы заключается в систематизации научного аппарата исследования проблемы социально-психологической адаптации и самооценки подростков.

Практическая значимость: полученные результаты могут служить вспомогательным материалам школьным педагогам-психологам, социальным педагогам и учителям, работающим с детьми подросткового возраста.

Структура и объем бакалаврской работы: бакалаврская работа состоит из введения, двух глав, заключения и списка использованных источников.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В *первой главе* нашего исследования представлен психолого-педагогический анализ проблемы взаимосвязи социально-психологической адаптации и самооценки в подростковом возрасте. В ходе теоретического анализа были сделаны следующие выводы:

1. В широком смысле, адаптационный процесс представляется, как включенное взаимодействие личности и социальной среды, когда согласованность контактирования способствует обретению гармонии на эмоциональном, когнитивном и поведенческом уровнях.

2. В узком смысле, адаптация личности сопряжена с контуром взаимодействия с группой, принятия норм и требований, которые способствуют обретению комфорта, укорененности собственной значимости и самоэффективности.

3. Адаптированность личности представляет собой специфическое состояние, которое позволяет человеку ощущать свободу в действии в новой для него социальной среде, реализовывать полноценно свои потребности и выступать для социума социально полезным фигурантом взаимодействий.

4. Самооценка трактуется учеными, как осознание личности собственной ценности, значимости индивидуального потенциала, поля собственных возможностей. Самооценка формируется на протяжении всей жизни и может подвергаться изменениям, связанным с внешним социальным воздействием и переоценкой внутренних установок.

5. Наиболее популярная классификация видов самооценки, представленная учеными, включает в себя три характеристики: адекватная, высокая, заниженная (низкая) самооценки.

В научной практике отрефлексированы следующие базовые функции самооценки личности:

- регуляторная, то есть функция контроля за принятием и осуществлением решений;
- защитная, то есть, функция, обеспечивающая личности возможность сохранения психологического баланса;
- развивающая, то есть функция, ориентирующая личность на саморазвитие;
- сигнальная, то есть, функция субъективного контроля отношения к собственной личности, своим поступкам и мыслям;
- эмоциональная, то есть функция, позволяющая личности испытывать гордость, самоуважение, самоэффективность, социальную полезность, в связи с индивидуальной активностью;
- адаптационная, то есть, функция приспособления к новым обстоятельствам, новому социальному полю взаимодействий;
- прогностическая, то есть функция, позволяющая личности выстраивать предположения, связанные с конечным результатом своей активности;
- мотивирующая, то есть функция, которая активизирует социальную активность личности.

Безусловно, в связи с тем, что феномен «самооценка» представляет собой сложное, многослойное понятие, функциональный аспект может включать в себя намного большей характеристик.

Завышенную самооценку вызывает у подростка низкая оценка его поведения сверстниками, что влечет за собой попытку реабилитировать себя, защитить собственное Эго от негативных переживаний.

Заниженную самооценку формирует низкая психологическая устойчивость, когда отсутствует баланс между желаемым и реальным.

Адекватную самооценку, по мнению исследователей, предсказывает достоверно сильная ориентация подростка на будущую профессию и высокая учительская оценка выполнения норм морального поведения.

Во второй главе нашего исследования были выявлены и проанализированы особенности взаимосвязи социально-психологической адаптации и самооценки в подростковом возрасте.

Эксперимент проводился в формате интернет – тестирования. Выборку составили 30 респондентов в возрасте 12-14 лет. В ходе исследования учитывался закон о персональных данных.

Диагностический аппарат исследования включал в себя следующие методики: методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда; тест-опросник «Диагностика уровня самооценки» С.В. Ковалева; математические методы обработки данных (корреляционный анализ r-Спирмена).

По тест-опроснику «Диагностика уровня самооценки» С.В. Ковалева мы установили, что 53% респондентов (16 человек) имеют высокий уровень самооценки. Это свидетельствует о том, что подростки реалистично оценивают и воспринимают происходящие события, понимают свои внутренние переживания и переживания окружающих. Скорее всего, с таким уровнем самооценки, подростки прибегают к механизмам психологической защиты для поддержания внутреннего состояния, но при этом они осознают истинную причину своих проблем.

33% респондентов (10 человек) имеют средний уровень самооценки. В такой ситуации подростки не всегда реалистично оценивают ситуацию, где-то могут обвинять себя в проблемах, и поэтому для нормализации своего внутреннего состояния используют механизмы психологической защиты. Но, в этом случае, механизмы могут закрепиться в поведении подростков, так как преобладает недооценивание себя.

14% респондентов - подростков (4 человека) имеют низкий уровень самооценки. Подростки не видят в себе положительных черт, себя считают хуже других, оправдывают различные сложности в ущерб себе, возвышая при этом других. Используемые механизмы защиты применяются для гармонизации своего внутреннего состояния и оправдания себя, поэтому механизмы защиты могут закрепиться на бессознательном уровне и будут мешать реалистичному восприятию действительности.

По методике диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда были выявлены показатели по каждой шкале.

| Уровень | Адаптация | Самопринятие | Принятие других | Эмоциональная комфортность | Интернальность | Стремление к доминированию |
|---------|-----------|--------------|-----------------|----------------------------|----------------|----------------------------|
| Высокий | – | 23% | – | 30% | 10% | 14% |
| Средний | 93% | 70% | 86% | 63% | 76% | 76% |
| Низкий | 7% | 7% | 14% | 7% | 14% | 10% |

В результате полученных данных видно, что по шкале «Адаптация» респонденты не показали высокого уровня. Средний уровень адаптации показали 93% подростка (28 человек), это говорит о том, что эти дети могут приспосабливаться к обществу или к какому-либо виду деятельности по мере своих желаний и способностей. Низкий показатель обнаружен у 7% подростков (2 человека), такие подростки испытывают трудности в приспособлении к новым условиям и нуждаются в помощи.

По шкале «Самопринятие» у 23% подростков (7 человек) наблюдается высокий уровень, что означает признание себя и безусловную любовь к себе такому, каков я есть, отношение к себе как личности, достойной уважения, способной к самостоятельному выбору, веру в себя и свои возможности, доверие собственной природе, организму. У 70% подростков (21 человек)

средний уровень самопринятия, он отражает степень дружелюбности по отношению к собственному «Я». Низкий уровень самопринятия выявлен у 7% подростков (2 человек), что говорит, прежде всего, о низкой самооценке, об отсутствии веры в себя, диффузном представлении об индивидуальных ресурсах и возможном опыте негативных оцениваний со стороны значимого окружения для подростка (сверстников, педагогов, родителей, взрослых – знакомых).

По шкале «Принятие других» высокий уровень не обнаружен. Средний уровень принятия других зафиксирован у 84% подростков (26 человек), что говорит о дружелюбности к окружающим людям, миру, принятии людей, одобрение их жизни и отношения к себе в целом, ожидание позитивного отношения к себе окружающих. У 14% испытуемых (4 человека) выявлен низкий уровень принятия других, что говорит о критическом отношении к людям, раздражении, презрении по отношению к ним.

По шкале «Эмоциональная комфортность» у 30% подростков (9 человек) выявлен высокий уровень эмоциональной комфортности, он отражает характер преобладающих эмоций в жизни испытуемого, такой человек может на что-то сильно обидеться, расстроиться или наоборот радоваться и вести себя очень эмоционально. Средний уровень эмоциональной комфортности наблюдается у 63% подростков (19 человек), они одинаково воспринимают положительные и отрицательные эмоции, не впадают в отчаяние, у них возникает ощущение благополучия своей жизни. Низкий уровень эмоциональной комфортности занимают 7% подростков (2 человек), у них преобладает наличие выраженных отрицательных эмоциональных состояний.

По шкале «Интернальность» у 10% подростков (3 человека) зафиксирован высокий уровень интернальности, что говорит о том, что человек полагает, что происходящие с ним события являются результатом его деятельности. Средний показатель уровня интернальности наблюдается у 76% подростков (23 человека), такие люди ощущают себя активным

объектом собственной деятельности, а также объектом действия других людей и внешних обстоятельств. Низкие значения наблюдаются у 14% подростков (4 человека), они полагают, что происходящие с ним события являются результатом действия внешних сил (случая, других людей и т.д.).

По шкале «Стремление к доминированию» высокий уровень стремления к доминированию показали 14% подростков (4 человека), выраженные показатели говорят о склонности подавлять другого человека, чувствовать превосходство над другими. У 76% испытуемых (23 человека) обнаружены средние значения стремления к доминированию, что говорит о них, как о нормативных значениях, они не стремятся возвышать себя в обществе и не стремятся подчиняться другим. Низкие показатели по этой шкале у 10% подростков (3 человека), говорят о склонности к подчинению, мягкости, покорности.

С помощью корреляционного анализа r-Спирмена, выполненного с помощью компьютерной программы SPSS 13.0, на ПК мы установили значимые взаимосвязи:

Чем выше уровень адаптации, тем выше уровень принятия других у подростков ($r_s=0.745$, при $p \leq 0,01$). Вероятно, это связано с тем, что адаптированные к новым условиям подростки, имеют выраженные навыки конструктивного оценивания собственного Я, индивидуальных ресурсов и потенциала других людей. Они ориентированы на взаимодействие, так как имеют укорененный в сознании опыт позитивных социальных контактов и опыт достижения желаемых целей.

Чем выше уровень адаптации, тем выше уровень эмоционального комфорта у подростков принятия других у респондентов-подростков ($r_s=0,469$; при $p < 0,01$). Вероятно, это связано с тем, что адаптированные подростки, испытывают чаще эмоционально-позитивные состояния в процессе развертывания социальных интеракций.

Чем выше уровень адаптации, тем выше уровень интернальности у подростков ($r_s = 0,845$; при $p < 0,01$). Вероятно, это связано с тем, что

адаптированные подростки нацелены на полноценное использование индивидуальных ресурсов, стараются рассчитывать на собственные силы. Их достижения желаемых целей, как правило находятся в зоне результативности. Они связывают свои действия и устремления всегда с личностной ответственностью за возможные негативные эффекты.

Чем выше уровень адаптации, тем выше уровень стремления к доминированию у подростков ($r_s = 0,783$; при $p < 0,01$). Вероятно, это связано с тем, что адаптированные подростки склонны брать на себя ответственность лидера. Они активны, готовы делиться своими ресурсами и конструктивно использовать потенциал других, значимых для людей.

Чем выше уровень самооценки, тем выше уровень социально-психологической адаптации подростков ($r_s = 0,783$, при $p \leq 0,01$). Вероятно, это связано с тем, что подростки с адекватной самооценкой способны удерживать баланс психологической стабильности при возможном столкновении с трудностями. Они уверены в себе, в своих силах и готовы конструктивно разрешать актуальные задачи в поле социально-психологических взаимодействий.

Чем выше уровень самооценки, тем выше уровень принятия себя у подростков ($0,402$; $p < 0,05$). Вероятно, это связано с тем, что подростки с адекватной самооценкой гармонично воспринимают собственное Я и окружающих людей. У них имеется позитивный опыт социального контактирования и позитивных оцениваний со стороны значимого окружения.

Чем выше уровень самооценки, тем выше уровень эмоционального комфорта у подростков ($r_s = 0,540$, при $p \leq 0,01$). Вероятно, это связано с тем, что подростки, имеющие адекватную самооценку более открыты в межличностных взаимодействиях, они получают позитивное подкрепление со стороны внешнего окружения. В их сознании укоренены представления о значимости собственной личности и позитивном принятии ее окружающим миром.

Чем выше уровень самооценки, тем ниже уровень интернальности у подростков ($r_s = -0.499$, при $p \leq 0,01$). Вероятно, это связано с тем, что подростки, имеющие адекватную самооценку склонны рассчитывать на собственные силы. Ориентироваться на свое мнение. Они уверены в себе, готовы транслировать помощь нуждающимся и выступать в лидирующей позиции.

Можно констатировать, что чем более подросток уверен в собственных силах, тем лучше относится к себе, он конструктивен в социальных взаимодействиях уверен и может не испытывать выраженных трудностей в процессе социально-психологической адаптации.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенное исследование показало, что в группе респондентов подростков показала, что социально-психологическая адаптация у них находится на среднем и низком уровнях. Высокий уровень адаптации не проявился в респондентов.

Так же большинство респондентов этой исследуемой группы имеют высокий интегральный показатель самопринятия, принятие других, эмоциональный комфорт, интернальность, доминирование.

Уровень самооценки находится на высоком и среднем уровне, что свидетельствует о благоприятном внутреннем психологическом климате подростков.

Между интегральными показателями социально-психологической адаптации (адаптация, самопринятие, эмоциональный комфорт, интернальность) и показателями самооценки выявлены статистически значимые взаимосвязи, которые свидетельствуют о том, что чем выше уровень социально-психологической адаптации, тем выше уровень самооценки.

Основываясь на полученных результатах можно сделать вывод о том, что гипотеза о том, что у подростков существует взаимосвязь социально-психологической адаптации и самооценки, подтвердилась полностью.