

## АКТУАЛЬНОСТЬ ИССЛЕДОВАНИЯ ТЕОРЕТИЧЕСКИХ ПРЕДПОСЫЛОК И ФАКТОРОВ РАЗВИТИЯ ОКАЗЫВАЮЩИХ ВЛИЯНИЕ НА ФОРМИРОВАНИЕ УРОВНЯ САМООЦЕНКИ ЖЕНЩИН ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА

**Хоршунова Галина Владимировна**

магистрант, Красноярского государственного педагогического университета им. В.П. Астафьева, РФ, г. Красноярск

**Черенёва Елена Александровна**

научный руководитель, канд. пед. наук, директор, Международный институт аутизма, доцент кафедры специальной психологии Красноярского государственного педагогического университета им. В.П. Астафьева, РФ, г. Красноярск

### THE RELEVANCE OF THE STUDY OF THEORETICAL PREREQUISITES AND DEVELOPMENT FACTORS THAT INFLUENCE THE FORMATION OF SELF-ESTEEM MATURE WOMEN

***Galina Khorshunova***

*Master's student, Krasnoyarsk State Pedagogical University named after. V.P. Astafieva, Russia, Krasnoyarsk*

***Elena Chereneva***

*Scientific adviser, Ph.D. ped. sciences, director, International Institute of Autism, Associate Professor, Department of Special Psychology, Krasnoyarsk State Pedagogical University. V.P. Astafieva, Russia, Krasnoyarsk*

**Аннотация.** В статье идет речь об актуальности исследования теоретических предпосылок и факторов развития, оказывающих влияние на формирование и уровень самооценки женщин зрелого возраста.

Исходя из актуальности проблемы и обобщив результаты анализа зарубежной и отечественной литературы по проблеме исследования, мы пришли к необходимости уточнения понятия самооценка, теоретических предпосылок и факторов развития, оказывающих влияние на формирование и уровень самооценки женщины в зрелом возрасте. Актуальности эмпирического исследования уровня самооценки у определенной категории женщин, находящихся в зрелом возрасте. Актуальности в разработке методов для исследования факторов развития, оказывающих влияние на формирование и уровень самооценки женщины в зрелом возрасте и разработке психологической программы помощи по развитию самооценки и эмоционально устойчивой личности с положительным отношением к себе и ощущением собственной полноценности для прохождения очередного этапа в развитии личности.

**Abstract.** The article deals with the relevance of the study of theoretical prerequisites and development factors that influence the formation and level of self-esteem of mature women.

Based on the urgency of the problem and summarizing the results of the analysis of foreign and domestic literature on the problem of research, we came to the need to clarify the concept of self-esteem, theoretical prerequisites and development factors that influence the formation and level of self-esteem of a woman in adulthood. Relevance of an empirical study of the level of self-esteem in a certain category of women in adulthood. Relevance in the development of methods for the study of development factors that influence the formation and level of self-esteem of a woman in adulthood and the development of a psychological assistance program for the development of self-esteem and emotionally stable personality with a positive attitude and a sense of self-worthiness to pass the next stage in the development personal development.

**Ключевые слова:** самооценка, адекватная самооценка, источники формирования самооценки, психологическая программа помощи по развитию самооценки.

**Keywords:** self-esteem, adequate self-esteem, sources of self-esteem formation, psychological assistance program for the development of self-esteem.

Важное место в этой области научных исследований и изысканий имеет Самооценка.

Центральная составляющая внутренней психической жизни человека – его «Я».

Рассмотрим динамику и процессы самооценки, мотивацию и механизмы самооценивания. Определим, как само понятие и феномен Самооценки, так и какую она имеет форму и вид, какие внутренние процессы ее регулируют.

Нас интересуют следующие аспекты термина самооценка, характерные для женщин зрелого возраста:

- 1) Теоретическое рассмотрение проблем самооценки.
- 2) Подходы к ее исследованию.
- 3) Компоненты самооценивания.
- 4) Положение в структуре самопознания.
- 5) Как взаимосвязана самооценка, как понятие с другими конструктами психики.
- 6) Мотивы.
- 7) Механизмы.
- 8) Виды.
- 9) Источники.
- 10) Проблемы динамики самосознания в течение жизненного пути человека и возможности её коррекции и изменения.
- 11) Влияние самооценки на мотивацию достижений и на результаты деятельности, в том числе профессиональной.
- 12) Условия, которые лежат в основе развития самооценки.
- 13) Способы поддержания самооценки на приемлемом уровне.
- 14) Характер изменений, которые происходят в самооценке женщины в зрелом возрасте.

15) Инструментарий для исследования самооценки.

16) Проведем критерии для исследования самооценки женщины в зрелом возрасте.

Самооценка женщины определенного возраста, а именно зрелом возрасте — это ее работа по самопознанию и её эмоционально - ценностное самоотношение.

Она непостоянная константа, одной стороны может видоизменяться и совершенствоваться, с другой, если не проводится работы, может остаться неизменной.

Женщина в зрелом возрасте в социуме уже занимает определенное место и имеет определенный социальный статус, значимость.

К этому жизненному этапу уже сформированы или не сформированы определенные личностные качества, которые выступают базой для развития.

Для того чтобы измерить и скорректировать самооценку женщины нужно обязательно учитывать социально - динамическую модель самооценки, конкретной женщины в определенном возрасте, как важный аспект саморегуляции. И тогда будут основания для ее коррекции.

А.В.Захарова разделяет несколько стадий развития самооценки:

- 1) Отношение человека, будучи ребенком к оценке субъективного поведения взрослыми.
- 2) Дифференцированное отношение к оценке своих личных поступков взрослыми.
- 3) Навыки самостоятельного оценивания собственного поведения.
- 4) Оценка разных эмоциональных состояний.
- 5) Зарождение способности к самосознанию, / умение оценивать свою внутреннюю жизнь.

Все знания о себе должны работать с эмоциями [4, с.175].

Личность женщины в зрелом возрасте, пройдя все эти этапы развития самооценки и осуществляя различные формы деятельности, попадает в ситуацию развития, в которой вырабатывается свое отношение к поступкам и действиям, своему собственному поведению.

Взрослый женский индивид вырабатывает свою адекватную самооценку через трудовую активность, личные интересы, социальное взаимодействие.

Важной характеристикой сформировавшейся личности является дифференцированная самооценка, когда женщина способна объективно оценивать собственный потенциал. Через самооценку женщина в зрелом возрасте формирует собственный уровень притязаний [2].

Что касается условий формирования самооценки женщины, то это тоже важная единица для развития, включение в процесс самопознания, направленного на формирование их осознанной мотивации к самооценочной деятельности [1].

Зрелый возраст — это период взрослости. Жизнь женщины в этом возрасте имеет некоторые специфические аспекты: пространственные изменения, связанные с семьей, физиологические и внешние изменения. Это не может не сказываться на ее самооценке.

Поэтому для полноценной жизни необходимо поддерживать самооценку на определенном уровне, который будет комфортным для дальнейшей личной и социальной жизни. Для этого необходимо понимать, на каком уровне находится самооценка.

Самооценка женщины в зрелом возрасте может быть на одном из трех уровней:

1) Высокая самооценка - уважение к себе и окружающим, принятие своего достоинства и своей значимости, осознание своих достижений.

2) Адекватная самооценка - нормальные требования и самокритичность, уверенность в своих возможностях.

3) Заниженная самооценка - характеризуется наличием комплексов, непринятие себя, непонимание своих возможностей [2].

Эмпирические исследования показывают наличие колебаний самооценки у женщины в этом возрасте.

Проблема самооценки женщин зрелого возраста заключается в недостаточности исследований генезиса и механизмов её формирования у женщин зрелого возраста и мишенной психологической помощи. Также обнаруживается недостаточность практических психологических программ помощи по развитию самооценки у женщин зрелого возраста и наличия эффективных психологических методов.

Существующие на сегодняшний день валидные методики исследования самооценки: Методика диагностика самооценки Дембо-Рубинштейн. Модификация А.М. Прихожан. Может помочь в определении уровня самооценки женщины.

Поэтому становится актуальной разработка психокоррекционной программы по коррекции самооценки женщины в зрелом возрасте для развития позитивной самооценки и Я - концепции.

Практическая значимость исследования уровня самооценки состоит в том, что научно – теоретические и эмпирические результаты исследования могут быть использованы для более эффективной организации психологической помощи женщинам, имеющим низкую самооценку и испытывающих психологические проблемы и дефициты, связанные с этим.

Эмпирические исследования показали наличие колебаний самооценки. Можно сделать вывод о готовности личности женщин, к позитивной переработке заниженной самооценки, если таковая имеется, и направленности на выход из него на более качественно высоком уровне личностного развития и адекватной самооценки.

## **Список литературы:**

1. Агапов, Валерий Сергеевич. Развитие позитивной самооценки в структуре Я - концепции современных подростков / Агапов В. С., Куненков С. А.
2. Ананьев Б.Г. К постановке проблемы развития детского самосознания // Изв. АПН РСФСР. Вып. 18. М., 1948. С. 101-124.
3. Захарова А.В. Структурно-динамическая модель самооценки [Электронный ресурс] // Вестник практической психологии образования. 2012. Том 9. № 4. С. 113-120. URL: [https://psyjournals.ru/vestnik\\_psyobr/2012/n4/Zakharova.shtml](https://psyjournals.ru/vestnik_psyobr/2012/n4/Zakharova.shtml) (дата обращения: 01.07.2021)
4. Горбатова Е. А. Психологическое сопровождение клиентов, переживающих кризис среднего возраста // Ученые записки СПГИПиСР. 2020. №1. С. 70-77.
5. Братусь Б. С. К проблеме развития личности в зрелом возрасте // Вестник МГУ, 1980. № 2
6. Захарова А.В. Психология Формирования Самооценки. - Минск 1993
7. Кон И.С. В поисках себя: Личность и ее самосознание. М., 1984. 335 с.
8. Конопкин О.А. Психологические механизмы регуляции деятельности. М., 1980. 355 с.

9. Бернс Р. Развитие Яконцепции и воспитание. М., 1986. 420 с.
10. Междунар. акад. акмеол. наук, Моск. открытый социал. ун-т. - Москва: МААН: МОСУ, 2004. - 132, [1] с.: ил, табл.; 21 см.
11. С. М. Валявко, П. А. Жокина, Современные исследования самооценки в зарубежной психологии Журнал » 2016 №20.
12. Сафин В.Ф. Устойчивость самооценки и механизм ее сохранения // Вопр. психол. 1975. № 3. С. 62-72.