

СВЯЗЬ САМООЦЕНКИ И УРОВНЯ ЛИЧНОСТНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ

Крысина Юлия Витальевна

студент, Белгородский государственный национальный исследовательский университет, РФ, г. Белгород

Гринёва Ольга Ивановна

научный руководитель, ассистент кафедры общей и клинической психологии, РФ, г. Белгород

В настоящее время участились случаи массовой тревожности среди старшеклассников. Для старшего школьного возраста характерны повышенная тревожность, неуверенность и эмоциональная неустойчивость.

Самооценка человека определяет степень тревоги, которую он может испытывать. Будучи подростком индивид обретает четкую социальную позицию. И именно на ее базе формируются и развиваются сознание и самосознание. И как раз на данном этапе личностная самооценка старшего подростка берет под контроль его поведение. Как мы видим, вопрос самооценки занимает важнейшую часть нашей жизни. Именно поэтому ему важно уделить часть внимания при изучении особенностей у старшеклассников.

Изучением самооценки занимались: Ахметова Г.Ф., Липкина А.И., Сидоров К.Р. и др.. Тревожность изучали: Астахов Р.Л., Нехорошкова А.Н., Прихожан М.А. и др.. Исследования по связи самооценки и уровню тревожности проводили: Гольева Г.Ю., Савинцев Е.И., Шевченко Л.В. и др..

Мы предположили, что существует связь самооценки и личностной тревожности старшеклассников, а именно: для школьников характерны общая тревожность, переживание социального стресса и страх не соответствовать ожиданиям окружающих при адекватной самооценки и адекватному уровню притязаний.

Используемые методики: методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса; методика диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн (модификация А.М. Прихожан). Статистическая обработка данных проводилась с использованием параметрических математических методов (критерий Стьюдента, коэффициент корреляции Пирсона) на основе пакета статистических программ «SPSS-25».

Эмпирическая база исследования: МБОУ «Гора-Подольская СОШ» г/о Грайворона с. Гора-Подол. В исследовании принимали участие 60 учеников 10-11 класса в возрасте 16-18 лет.

По результатам исследования выраженности тревожности были получены следующие результаты. Наибольшую выраженность имеет показатель «Общая тревожность» ($M_x=8,8$). «Фрустрация потребности в достижении успеха» ($M_x=7$), свидетельствует о наличии у старшеклассников потребности в достижении успеха, т.е. о наличии целеустремленности. «Переживание социального стресса» ($M_x=6,4$) свидетельствует о наличии стресса. «Проблемы и страхи в отношениях с учителями» ($M_x=4,8$) свидетельствует о «натянутых» отношениях учеников с учителем. «Страх ситуации проверки знаний» ($M_x=4,2$) свидетельствует о волнении при проверке полученных знаний. «Страх не соответствовать ожиданиям» и «Страх самовыражения» ($M_x=1,7$) свидетельствуют о переживании подростков о том, как они выглядят в глазах окружающих. «Низкая сопротивляемость стрессу» ($M_x=1,6$)

свидетельствует о неумении сопротивляться стрессу.

Изучив выраженность уровней самооценки мы получили следующее. Наибольшую выраженность имеет средний уровень ($M_x=1,7$), что удостоверяет реалистическую (адекватную) самооценку. Высокий уровень ($M_x=1,2$) свидетельствует о завышенной самооценке. Похожие результаты были получены в исследовании Ахметовой [2].

После изучения тревожности учеников 10 и 11 классов, были получены следующие результаты. У десятиклассников преобладают следующие показатели: «Общая тревожность» ($M_x=9,5$), «Фрустрация потребности в достижении успеха» ($M_x=7,3$), «Страх не соответствовать ожиданиям» ($M_x=1,8$), «Страх самовыражения» ($M_x=1,9$), «Низкая сопротивляемость стрессу» ($M_x=1,8$). У одиннадцатиклассников преобладает показатель «Переживание социального стресса» ($M_x=6,4$). Одинаково выражены «Проблемы и страхи в отношениях с учителями» ($M_x=4,8$) и «Страх ситуации проверки знаний» ($M_x=4,2$).

Изучив самооценку учеников 10 и 11 классов, нами были получены следующие результаты. Наибольшую выраженность показатели «Уровень притязаний» ($M_x=66,8$) и «Уровень самооценки» ($M_x=56,1$) имеют у учеников 11 класса, что свидетельствует о адекватной самооценке и оптимальном представлении о своих возможностях. Похожие результаты были получены в исследовании Ахметовой [2].

Распределив подростков с разным уровнем самооценки по уровням тревожности (Рис.1), было получено следующее. У учеников со средним уровнем самооценки выражен показатель «Общая тревожность» ($M_x=8,9$). У учеников с высоким уровнем самооценки выражены следующие показатели тревожности: «Фрустрация потребности в достижении успеха» ($M_x=7,1$), «Переживание социального стресса» ($M_x=6,4$), «Проблемы и страхи в отношениях с учителями» ($M_x=4,9$), «Низкая сопротивляемость стрессу» ($M_x=1,7$). Одинаково выражены «Страх ситуации проверки знаний» ($M_x=4,2$), «Страх самовыражения» ($M_x=1,8$) и «Страх не соответствовать ожиданиям» ($M_x=1,8$). Схожие с нашими результатами были получены в исследовании Шевченко Л.Р. [5].

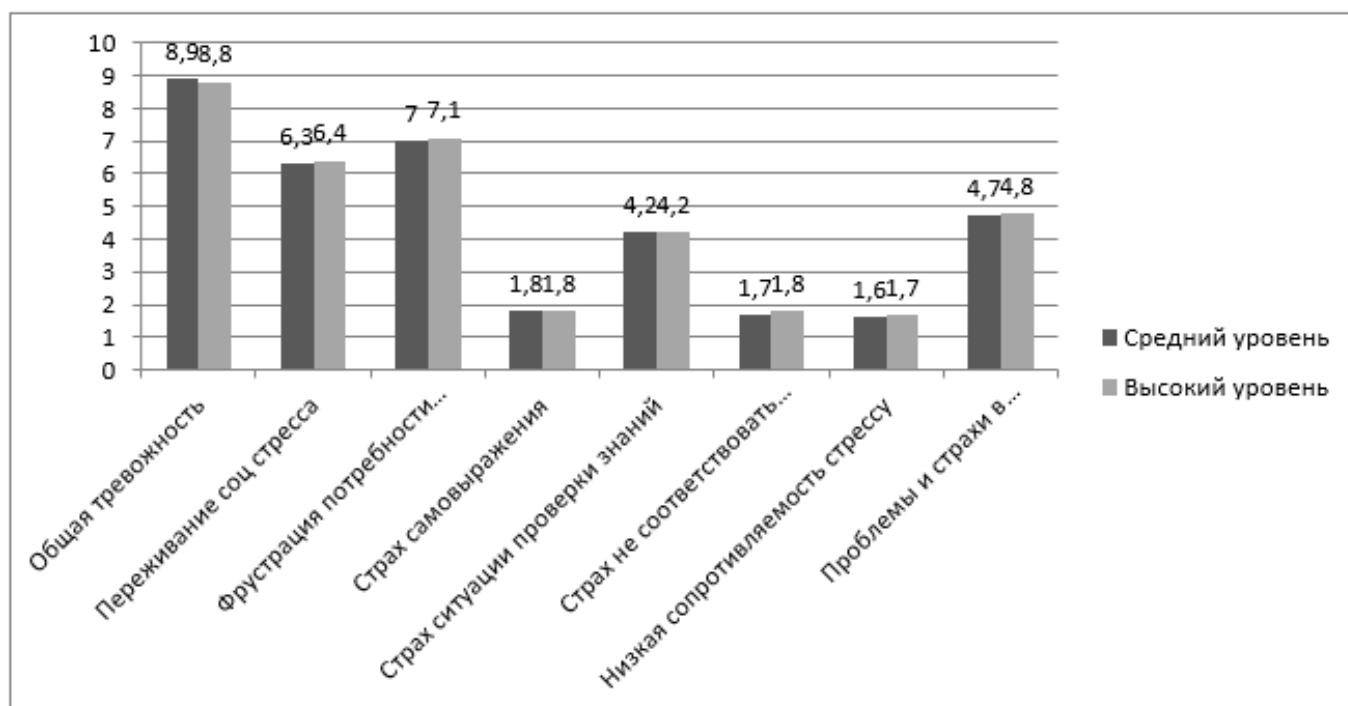


Рисунок 1. Выраженность самооценки у

старшекласников с разным уровнем тревожности (ср.б.)

Влияние тревожности на самооценку старших школьников исследовал Савинцев Е.И. [4]. В результате проведенного корреляционного анализа нами было получено 8 корреляционных связей, из них 5 положительных (прямых) и 3 отрицательных (обратных) корреляционных связей.

Между общей тревожностью, самооценкой ($r = -0,429$, $p \leq 0,01$) и уровнем притязаний ($r = -0,405$, $p \leq 0,01$) обнаружены обратные корреляционные связи. Это говорит нам о том, что чем адекватнее самооценка и уровень притязаний, тем испытуемые тревожнее. Между показателями переживание социального стресса, самооценкой ($r = 0,397$, $p \leq 0,01$) и уровнем притязаний ($r = 0,461$) обнаружены прямые корреляционные связи. Это говорит нам о том, что при адекватной самооценке и уровне притязаний испытуемые переживают социальный стресс. Между страхом самовыражения и самооценкой ($r = -0,292$, $p \leq 0,05$) обнаружена обратная корреляционная связь. Это говорит нам о том, что чем адекватнее самооценка, тем больше страх самовыражения. Между страхом не соответствовать ожиданиям окружающих, адекватной самооценкой ($r = 0,279$, $p \leq 0,05$) и адекватным уровнем притязаний ($r = 0,359$, $p \leq 0,01$) обнаружена прямая корреляционная связь. Это говорит нам о том, что при адекватном уровне притязаний и адекватной самооценке испытуемые боятся не соответствовать ожиданиям окружающих. Между проблемами во взаимоотношении с учителем и адекватной самооценкой ($r = 0,357$, $p \leq 0,01$) обнаружена прямая корреляционная связь. Это говорит нам о том, что при адекватной самооценке испытуемые имеют проблемы во взаимоотношении с учителем.

После проведения эмпирического исследования, нами была разработана программа психологической коррекции личностной тревожности у старшекласников.

Цель программы психологической коррекции: понижение уровня личностной тревожности.

Задачи программы психологической коррекции: сформировать благоприятный психологический климат в группе; преодолеть «школьные страхи»; выработать адекватный (низкий) уровень личностной тревожности.

Программа представлена пятью занятиями, включающая упражнения по коррекции и рефлексии. Продолжительность каждого занятия 60 минут.

Таким образом, согласно полученным результатам проведенного эмпирического исследования при помощи методов математической статистики можно говорить о подтверждении гипотезы, выдвинутой в начале исследования - существует связь самооценки и личностной тревожности старшекласников, а именно: для школьников характерны общая тревожность, переживание социального стресса и страх не соответствовать ожиданиям окружающих при адекватной самооценке и адекватному уровню притязаний. Данное исследование очень актуально и требует дальнейшего пристального внимания.

Список литературы:

1. Астахов Р.Л. Тревожность как фактор трансформации личности подростков // Психология XXI века: Тезисы межд. научно-практической студенческой конференции СПб, 2007. - С. 160-168.
2. Ахметова Г.Ф. Самооценка и уровень притязаний в юношеском возрасте [Электронный ресурс] / Г.Ф. Ахметова // Современные наукоемкие технологии. - 2013. - № 7-2. - - Режим доступа: <http://psychlib.ru/inc/absid.php?absid=16127> (дата обращения 3.12.2020).

3. Гольева Г. Ю. Изучение влияния тревожности на самооценку детей школьного возраста [Электронный ресурс] / Г.Ю. // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. Режим доступа: <http://ckoncepte.ru/pes/absid.php?absid892902> (дата обращения 3.12.2020).
4. Савинцев Е.И. Влияние уровня тревожности на самооценку подростков [Электронный ресурс] / Е.И. Савинцев // Старт в науке №3. – 2019.
5. Шевченко Л. Р. Влияние уровня тревожности на самооценку старших подростков [Электронный ресурс] / Л.Р. Шевченко // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. - Режим доступа: <https://moluch.ru/conf/ped/archive/2015/> (дата обращения 3.12.2020).