

Анастасия Игоревна Антонова
г. Челябинск

Исследование уровня самооценки студентов энергетического колледжа

В современных условиях изучение самооценки на протяжении всех жизненных стадий имеет большое значение в психолого-педагогической теории и практике.

В истории педагогики и психологии сформирован и собран определенный опыт, анализ и теоретическое осознание которого поможет избежать многих оплошностей в исследовании адекватной самооценки студентов колледжа, которые находятся в возрастном периоде-юношества. В то же время вопрос заниженной самооценки в современных реалиях актуален и требует особого внимания, так как период студенчества – это выбор и осознание своего профессионального пути, а также ориентиров на дальнейшую жизнь.

В статье отображаются результаты и особенности проведения констатирующего исследования по выявлению уровня самооценки студентов энергетического колледжа. Возраст студенчества – это период развития и формирования личности ее профессионального самоопределения, поэтому проблема адекватной самооценки поднимается очень категорично. Она выражается во влиянии на всю жизнедеятельность человека, от нее во многом зависит его успешность.

Цель исследования – теоретически обосновать и провести исследование уровня самооценки студентов «Челябинского энергетического колледжа».

Нами были проведена диагностика студентов 1-2 курса в возрасте 17-18 лет в количестве 30 человек не разделенных гендерной принадлежностью. Для сбора данных исследование была разделено на три этапа:

Поисково-подготовительный этап: анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования, формулирование гипотезы, определение цели и задач исследования, анализ основных понятий исследования, выявление возрастных особенностей личности, проявляемых у студентов колледжа.

Экспериментальный этап: определение исследовательской базы, выбор методов исследования самооценки с учетом особенностей юношеского возраста, проведение детерминирующего эксперимента, обработка и анализ результатов.

Контрольно-обобщающий этап: подведение выводов по результатам исследования, формирование выводов, уточнение основных положений гипотезы, разработка практических рекомендаций по формированию у студентов СПО адекватной самооценки.

Исследование выявило, что самооценка студентов колледжа бывает многообразной, у 50% респондентов был выявлен средний уровень развития самооценки, что приемлемо для данной возрастной группы. Но также был выявлен результат в 11% от общего количества студентов, который говорит нам о наличии низкого уровня самооценки.

Автор приходит к заключению, о необходимости внедрения в образовательный процесс программы формирования самооценки студентов энергетического колледжа.

Ключевые слова: самооценка, студенты колледжа, исследование самооценки, адекватная самооценка, юношество, развитие.

Anastasia Igorevna Antonova
Chelyabinsk

Study of the level of self-esteem of energy college students

Nowadays the study of self-esteem throughout all life stages is of great importance in psychological and pedagogical theory and practice.

In the history of pedagogy and psychology, a certain experience has been formed and collected, the analysis and theoretical understanding which will help to avoid many missteps in the study of the adequate self-esteem of college students who are in the age period of adolescence. At the same time, the issue of low self-esteem in modern realities is relevant and requires special attention since the student period is a choice and awareness of one's professional path as well as guidelines for later life.

The article shows the results and features of the ascertaining study to identify the level of self-esteem of the energy college students. The age of students is a period of development and formation of the personality of its professional self-determination; therefore, the problem of adequate self-esteem is raised very categorically. It is expressed in the influence on the entire life of a person, his success largely depends on it.

The purpose of the study is to theoretically substantiate and conduct a study of the level of self-esteem of Chelyabinsk Energy College students.

We carried out diagnostics of students of 1-2 courses at the age of 17-18 years in the amount of 30 people not separated by gender. The study was divided into three phases to collect data:

Search and preparatory stage: analysis of psychological and pedagogical literature on the research problem, formulation of a hypothesis, determination of the purpose and objectives of the study, analysis of the main concepts of the study, identification of age-related personality traits manifested in college students.

Experimental stage: determination of the research base, selection of methods for studying self-esteem, taking into account the characteristics of adolescence, conducting a determining experiment, processing and analyzing the results.

Control and generalization stage: summarizing the results of the study, drawing conclusions, clarifying the main provisions of the hypothesis, developing practical recommendations for the formation of adequate self-esteem in students of secondary vocational education.

The study revealed that self-esteem of college students is diverse, 50% of respondents showed an average level of self-esteem development which is acceptable for this age group. But a result was also revealed in 11% of the total number of students which tells us about the presence of a low level of self-esteem.

The author comes to the conclusion about the need to introduce into the educational process a program for the formation of self-esteem of students of an energy college.

Keywords: self-esteem, college students, self-esteem formation, adequate self-esteem, youth, development.

Самооценка представляет собой сверхважный компонент личности и играет ключевую роль как регулятор и активатор активности человека, обеспечивая тем самым наилучшую адаптацию к динамически меняющимся современным условиям жизни.

В XXI веке процессы повышения эффективности и интернационализации стали активно влиять на человека, то есть на его способность оценивать себя, свой потенциал и проекцию на дальнейшую жизнь, что связано прежде всего с таким качеством, как самооценка, поэтому в наше время интерес к вопросам развития адекватной самооценки, в особенности у студентов колледжей является первоочередным и требующем особого внимания [1, С. 34]. В современных условиях исследование самооценки человека в процессе его жизнедеятельности имеет существенное значение в психолого-педагогической теории и практике.

Нужда в развитии адекватной самооценки – это ядро успешного саморазвития и самоопределения [5, С. 99]. Проблема самоопределения является значительной частью нашей жизни, и не случайно в Законе Российской Федерации «Об образовании в РФ», [11] в статье 14 «Общие требования к образованию» оговаривается, что содержание образования должно быть ориентировано на: обеспечение самоопределения студента, сотворение условий для ее самореализации.

Проблема самооценки и ее формирования всегда была и остается актуальной областью психологических изысканий. Помимо психологии, проблемы самооценки изучаются в педагогике, философии и других гуманитарных науках.

В юношеском возрасте, в котором находятся студенты колледжа, охватывающим пору от 17 до 23 лет самооценка становится существенной составляющей личности и начинает влиять на жизнедеятельность молодых людей [6, С. 338]. Такая особенность самооценки связана с тем, что в этом возрасте происходит активное личностное и профессиональное самоопределение [6, С. 86]. Молодой человек в данном случае студент колледжа приобретает большую самостоятельность, начинает решать жизненные задачи.

Кон И.С., Мухина В.С., Бернс Р., Кулюткин Ю.Н. и ряд других отечественных и зарубежных учёных занимающихся данной проблемой выделяют в «образе Я», «Я актуальное» и «Я идеальное», а самооценка анализируется с точки зрения фиксации изменений по отношению к прошлому и соотношению себя с «идеальной моделью» [8, С. 67-72].

Бернс Р. полагает что самооценка является условием и средством формирования Я-концепции, так как она выдвигается в качестве санкционирующего механизма Я-концепции [3, С.95].

По мнению И.С. Кона самооценка является компонентом самосознания, содержащий наряду

со знанием о себе, оценку себя, личных способностей, этических качеств и поступков. Самоуважение, по мнению ученого, является устойчивой чертой личности [8, С.42].

Кулюткин Ю.Н. выделяет еще один параметр самооценки личности – это оценка себя с позиции других людей. Автор думает, что адекватная самооценка человека в большей степени зависит от того, как рассматриваемую личность оценивают другие люди и как сама личность относится к этим оценкам и мнениям [10, С.41-44].

Как было сказано прежде, возрастной период студенчества характеризуется острым самоопределением. Для этого возраста также специфичны следующие особенности: сконцентрированность на своей личности; эмоциональная неустойчивость; тяга к самостоятельности, независимости; влечение к взаимоотношению с противоположным полом; нужда в признании своей личности окружающими [7, С. 64]. Для того, чтобы молодые люди могли результативно решать вопросы личностного и профессионального самоопределения, им нужно обладать адекватной самооценкой и формировать ее [4, 2].

Сказанное определило цель нашего исследования – теоретически обосновать и провести исследование уровня самооценки студентов «Челябинского энергетического колледжа».

В нашей работе мы выделили два этапа: на первом проводилась диагностика системы самооценки студентов колледжа. На второй стадии нашего исследования с теми студента у которых была обнаружена неадекватная самооценка была разработана и апробирована программа развития адекватной самооценки.

В предоставленной статье мы приводим итоги первого этапа нашей работы – диагностического.

Мы предположили, что степень развития самооценки студентов колледжа различна с превалированием среднего и низкого уровня развития самооценки.

Экспериментальная работа по проведению исследования самооценки студентов колледжа проводилась на базе ГБПОУ «Челябинского энергетического колледжа им. С.М. Кирова». В проведении исследования принимали обучающиеся в численности 30 человек, а именно (15 девушек и 15 юношей) 1 и 2 курса в возрасте 16-18 лет.

В изучении уровня самооценки студентов были использованы следующие методики: методика Т.В. Дембо – С.Я. Рубинштейн в мод. А.М. Прихожан; Методика «Исследование самооценки личности» С.А. Будасси; опросник самоуважения М. Розенберга.

Данные, полученные в ходе изучения самооценки по методике по Т.В. Дембо – С.Я. Рубинштейн Мод. А.М. Прихожан [9, С. 98] показаны на

рисунке 1. В этой методе испытуемым следовало отметить на вертикальных чертах определенными отметками уровень развития своих характеристик (индекс самооценки), таких как здоровье, навыки, характер и т. д. и величина требований, т.е. уровень развития тех же характеристик, которые бы их устраивал. Каждому субъекту следует заполнить форму, включающую инструкции и задания.

По итогам исследования у 44% (14 чел.) студентов самооценка находится на низком уровне

развития. Низкая самооценка в данном возрасте (как и во всех других) вгоняет человека в депрессивное состояние, приводит к неуверенности в себе, излишней скромности, застенчивости. Юноши и девушки наталкиваются на проблему, связанную с реализации своих способностей, ставят перед собой цели, не выявляющие полностью их потенциал, в особенности нуждаются в содействии и сопереживании окружающих, друзей и близких, очень самокритичны.

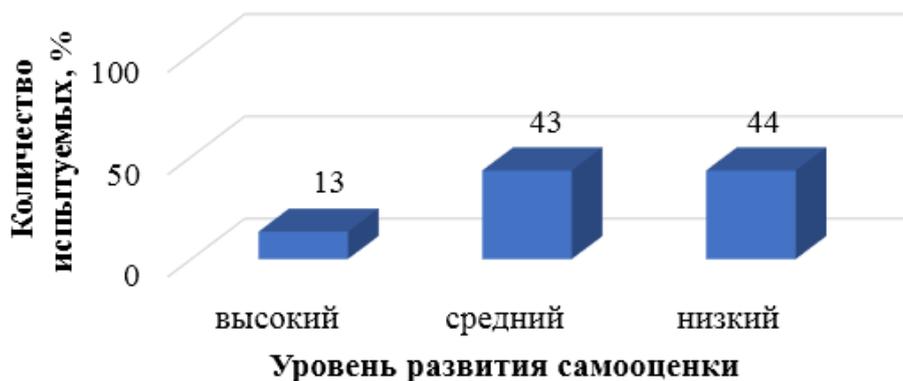


Рис. 1. Результаты исследования самооценки студентов Челябинского энергетического колледжа по методике Т.В. Дембо – С. Я. Рубинштейн (мод. А.М. Прихожан)

С низкой самооценкой человек не редко обладает такими качествами, как сомнения, застенчивость, неспособность реализовать свои способности, а иногда и ставить цели для их реализации. Такие люди преувеличивают важность неудачи, остро нуждаются в поддержке окружающих и чрезмерно критичны к себе. Человек с низкой самооценкой очень чувствителен. Все это приводит к формированию комплекса неполноценности, отражается на его внешности – он смотрит в сторону, не поддерживая социальный контакт часто хмур, без улыбки.

Адекватная самооценка обнаруживается у 43% (12 чел.) респондентов. Это степень развития самооценки человека, при котором его способности и потенциал воспринимаются трезво и адекватно. Самооценка является основным элементом формирования личности в юношеском возрасте. Формирование самооценки протекает в результате совместных действий и межличностных взаимодействий. Общество во многом формирует самооценку юношей и девушек. Хорошая самооценка облегчает налаживание и нормализацию формирования контактов с противоположным полом, что особенно важно в этом возрасте.

Высокая самооценка диагностирована у 13% (4 чел.) студентов. Завышенная самооценка может привести к идеализированному мнению мальчиков

и девочек о себе. Взвинченная самооценка может оказывать достаточно отрицательное влияние на развитие этапов социализации студентов. Такой человек не хочет принимать наличие ошибок, становится резким, сварливым, иногда даже враждебным, склонен идеализировать свои способности.

Итоги по методике «Нахождение количественного выражения уровня самооценки» С.А. Будасси [9, С. 100] показаны на рисунке 2. Методика способствует подробному изучению составляющих самооценки индивида путем выбора порядка референтных качеств, которые будут обуславливать «идеальное-Я» и «реальное-Я» для самого испытуемого.

На основании результатов исследования были получены следующие данные.

Делая вывод по итогам исследования, основная масса студентов имеют средний уровень самооценки.

В группе с адекватным уровнем самооценки выявлено 50 % обучающихся (15 человек), им присущи, такие качества как: уверенность, решительность, ультимативность, умение находить и принимать решения и последовательно их воплощать в жизнь. Адекватная самооценка полагает адекватное отношение к себе и обществу, возможность критически оценивать себя, назначать адекватные и реалистичные цели.

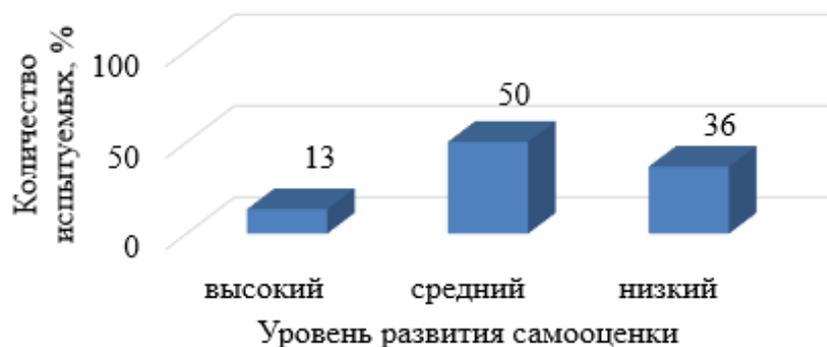


Рис. 2. Результаты исследования самооценки студентов Челябинского энергетического колледжа по методике «Исследование самооценки личности – С.А Будасси»

По данной методике было обнаружено 13% (4 чел.) с завышенным уровнем самооценки, они устанавливают перед собой более высокие цели, чем могут в действительности достичь; у них высокий уровень притязаний, которые не всегда соответствуют их задаткам. Здоровые особенности личности: достоинство, надменность, самолюбие - выражаются в высокомерии, тщеславии, эгоцентризме. Субъекты с высокой самооценкой положительно относятся к себе, умеют защищать свои интимные границы, достаточно радикальны. Однако такие люди себялюбивы, самоуверенны и авторитарны.

При низкой величине самооценки 36% (11 чел.) респонденты обладают чрезмерной нерешительностью, кротостью, пассивностью и «комплексом неполноценности». Это отображается на внешнем виде человека: голова тянется к рукам, походка колеблется, хмурится, не улыбается. Люди с низкой самооценкой крайне стеснительны и уязвимы. Они часто переживают критические моменты в одиночестве и мало контактируют с окружающими из-за боязни быть отринутыми.

Метод самоуважения Розенберга [9, С. 102] – это субъективный опросник для замера уровня самоуважения.

Самоуважение – это субъективная оценка себя как внутренне утвердительной мысли о себе или в какой-то степени отрицательной оценки себя как личности.

Данная методика может выявить и оценить уровень развития следующих черт личности: положительный принцип во взгляде права жить и быть счастливым; умение точно выразить свои мысли и не подавить свои внутренние мотивы; чувство, что радость – это право, предоставленное нам при появлении на свет.

Опросник дает возможность выявить факторный обзор, содержащий два свободных фактора: самоунижение и самоуважение: чем выше проявляется один из факторов, тем ниже выявлен другой.

Самоунижение может быть порождено депрессией, тревогой и психосоматическими признаками; а вот самоуважение, наоборот, является причиной и следствием действий в общении, лидерстве, межличностной безвредности. Оба обстоятельства напрямую зависят от отношения родителей к обследуемому в детстве. Итоги диагностики представлены на рисунке 3.

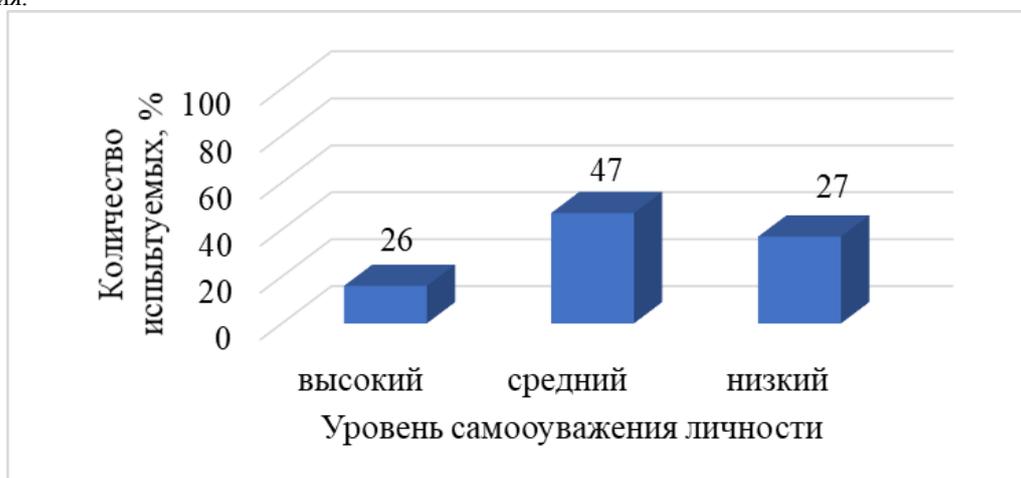


Рис. 3. Результаты исследования самооценки студентов Челябинского энергетического колледжа по методике самоуважения Розенберга

По результатам обследования у значительной части испытуемых доминирует средний уровень самооценки личности.

Высокий уровень самооценки отмечается у 26% (7 чел.) испытуемых и служит важным условием жизнедеятельности, производительной деятельности, осуществлении потенциала во всех сферах жизни, а также оказывает влияние на свободу выражения эмоций, обнаружение сильных сторон в общении.

Позитивное отношение к себе является следствием базовой составляющей веры человека в свои силы и возможности, самостоятельности, так же оно в большей степени определяет его стремление к риску, воспитывает оптимистическое отношение к своим действиям и допустимым результатам.

Низкий уровень самооценки отмечается у 27% (9 чел.) респондентов. Такие студенты всегда будут уходить в себя и стараться не демонстрировать свою самоуверенность, в то время как человек располагает всеми возможностями, но бесконечно недооценивает собственную ценность и страдает от самоуничтожения и заниженной самооценки. От

другого человека такие лица обычно ждут похвалы, одобрения или, напротив, агрессивных и враждебных действий.

Средний уровень развития самооценки замечен и выявлен у 47% (14 чел.) опрошенных студентов. Это характеризует испытуемых как способных равноценно возможностям оценивать свои сильные и слабые стороны, беречь самоуважение в случае невезения, признавать свою несостоятельность в некоторых вопросах.

Именно поэтому, в ходе исследования были получены следующие данные. Самооценка студентов многообразна, у половины продиагностированных выявлен средний уровень самооценки 50% (15 чел.), а оставшаяся значительная часть, а именно 36% (11 чел.) имели низкую самооценку, поэтому мы пригласили этих ревизуемых студентов участвовать в программе формирования адекватной самооценки студентов. Самооценка являет собой сложный компонент, заключающий всевозможные взаимосвязи, включающие когнитивные, эмоциональные и нравственные части формирования личности в юношеском периоде становления личности.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Акбиева, З.С. Проблема самооценки в психологии. Современные проблемы воспитания и развития личности / З.С. Акбиева. – Москва : МПГУ, 2014. – 179 с. – Текст : непосредственный.
2. Белоборыкина, О.А. Влияние социального окружения на развитие самооценки / О.А. Белоборыкина. – Москва : Медицина, 2012. – 125 с. – Текст : непосредственный.
3. Бернс, Р. Развитие Я-концепции и воспитания / Роберт Бернс. – Москва : АСТ, 2018. – 422 с. – Текст : непосредственный.
4. Божович, Л.И. Проблемы формирования личности / Л.И. Божович. – Москва : Наука, 2010. – 208 с. – Текст : непосредственный.
5. Бороздина, Л.В. Что такое самооценка? / Л.В. Бороздина. – Текст : непосредственный // Психологический журнал. – 2013. – Т. 13, № 4. – С. 99–100.
6. Захарова, А.В. Структурно-динамическая модель самооценки / А.В. Захарова. – Минск : Профиль, 2013. – 199 с. – Текст : непосредственный.
7. Кон, И.С. Психология ранней юности / И.С. Кон. – Москва : АСТ, 2018. – 199 с. – Текст : непосредственный.
8. Кузьмин, Е.С. Методы социальной психологии / Е.С. Кузьмин, В.Е. Семёнов. – Москва : МГУ, 2009. – 168 с. – Текст : непосредственный.
9. Кулагина, И.Ю. Возрастная психология: полный жизненный цикл развития человека : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / И.Ю. Кулагина, В.Н. Колоцкий. – Москва, 2001. – 464 с. – Текст : непосредственный.
10. Кулюткин, Ю.Н. Личностные факторы развития познавательной активности учащихся в процессе обучения / Ю.Н. Кулюткин. – Текст : непосредственный // Вопросы психологии. – 2013. – № 5. – С. 41–44.
11. Об образовании в Российской Федерации : федер. закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (послед. ред.). – URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174, свободный. – Загл. с экрана. – Текст : электронный.

REFERENCES

1. Akbieva Z.S. Problema samoocenki v psihologii. Sovremennye problemy vospitaniya i razvitija lichnosti [The problem of self-esteem in psychology. Modern problems of education and personality development]. Moscow: MPGU, 2014. 179 p.
2. Beloborykina O.A. Vliyanie social'nogo okruzenija na razvitie samoocenki [The influence of the social environment on the development of self-esteem]. Moscow: Medicina, 2012. 125 p.
3. Berns R. Razvitie Ja-konceptii i vospitaniya [Development of self-concept and education]. Moscow: AST, 2018. 422 p.
4. Bozhovich L.I. Problemy formirovaniya lichnosti [Problems of personality formation]. Moscow: Nauka, 2010. 208 p.
5. Borozdina L.V. Chto takoe samoocenka? [What is self-esteem?]. *Psihologicheskij zhurnal* [Psychological journal], 2013, vol. 13, no. 4, pp. 99–100.
6. Zaharova A.V. Strukturno-dinamicheskaja model' samoocenki [Structural-dynamic model of self-esteem]. Minsk: Profil', 2013. 199 p.
7. Kon I.S. Psihologija rannej junosti [Early youth psychology]. Moscow: AST, 2018. 199 p.

8. Kuz'min E.S., Semjonov V.E. *Metody social'noj psihologii* [Methods of social psychology]. Moscow: MGU, 2009. 168 p.
9. Kulagina I.Ju., Koljuckij V.N. *Vozrastnaja psihologija: polnyj zhiznennyj cikl razvitija cheloveka: ucheb. posobie dlja studentov vyssh. ucheb. zavedenij* [Age psychology: the complete life cycle of human development]. Moscow, 2001. 464 p.
10. Kuljutkin Ju.N. *Lichnostnye faktory razvitija poznavatel'noj aktivnosti uchashhihsja v processe obuchenija* [Personal factors in the development of cognitive activity of students in the learning process]. *Voprosy psihologii* [Questions of psychology], 2013, no. 5, pp. 41–44.
11. *Ob obrazovanii v Rossijskoj Federacii: feder. zakon ot 29.12.2012 N 273-FZ (posl. red.)* [On education in the Russian Federation]. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174, svobodnyj.

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРЕ:

А.И. Антонова, педагог-психолог, ГБПОУ «Челябинский энергетический колледж им. С.М. Кирова», г. Челябинск, Россия, e-mail: nastusha.1996.2010@mail.ru, ORCID: 0000-0002-6200-8847.

INFORMATION ABOUT THE AUTHOR:

A.I. Antonova, psychologist, Chelyabinsk Energy College named after S.M. Kirov, Chelyabinsk, Russia, e-mail: nastusha.1996.2010@mail.ru, ORCID: 0000-0002-6200-8847.