

САМООТНОШЕНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНО УСТОЙЧИВЫХ И ЭМОЦИОНАЛЬНО НЕУСТОЙЧИВЫХ ШКОЛЬНИКОВ

Алиферова К.В.,

научный руководитель ст. преподаватель кафедры психологии развития личности Левшунова Ж. А.

*Лесосибирский педагогический институт –
филиал ФГАОУ ВПО «Сибирский федеральный университет»*

Старший школьный возраст несет в себе определенную внутреннюю кризисность, содержание которой и связано со становлением процессов самоопределения (как профессионального, так и личностного), рефлексии, способов самореализации в социальном пространстве.

Важнейший психологический процесс старшего школьного возраста – становление самосознания и устойчивого образа «Я», открытие своего внутреннего мира. Процесс нахождения идентичности происходит на протяжении всего старшего школьного возраста и представлен значительными изменениями самосознания, а именно, когнитивной и эмоциональной его сторон и системы саморегуляции личности. Юношеский возраст характеризуется большей (по сравнению с подростковой) дифференцированностью эмоциональных реакций и способов выражения эмоциональных состояний, а также повышением самоконтроля.

В основе самосознания лежит самоотношение. Самоотношение – проявление специфики отношения личности к собственному «Я». Строение самоотношения может включать: самоуважение, симпатии, самопринятие, любовь к себе, чувство расположения, самооценку, самоуверенность, самоунижение, самообвинение, недовольство собой и т. д. Самоотношение в юношеском возрасте играет важную роль. Являясь основой самосознания, оно выступает платформой построения личности. Важную роль при этом играет и такое свойство личности как эмоциональная устойчивость, которое способно оказывать как мобилизирующее, так и дезорганизирующее действие. От этого зависит успешность выполнения деятельности, что определяет и отношение личности к себе. Этим и объясняется актуальность нашего исследования.

С целью изучения самоотношения у эмоционально устойчивых и эмоционально неустойчивых школьников в период ранней юности нами было организовано и проведено исследование на базе МБОУ «СОШ № 9» г. Лесосибирска Красноярского края. Выборка исследования представлена учащимися 9 класса, в количестве 26 человек. Средний возраст испытуемых 15-17 лет.

В качестве диагностического материала нами были использованы следующие методики:

1. «Методика изучения самоотношения» (МИС) С.Р. Пантилеева.
2. «Личностный опросник» (ЕРІ) Г. Айзенка.

Используя «Личностный опросник» Г. Айзенка, мы выявили эмоционально устойчивых (34,6 %) и эмоционально неустойчивых (65,4 %) учащихся.

В группе эмоционально устойчивых школьников по всем шкалам «Методики изучения самоотношения» С.Р. Пантилеева наблюдается высокий уровень показателей («замкнутость» – 22,2 %, «самоуверенность» – 44,4 %, «саморуководство» – 55,6 %, «отраженное самоотношение» – 22,2 %, «самоценность» – 77,8 %, «самопринятие» – 22,2 %, «самопривязанность» – 11,1 %) и средний уровень («замкнутость» – 77,8 %, «самоуверенность» – 55,6 %, «саморуководство» – 44,4 %, «отраженное самоотношение» – 77,8 %, «самоценность» – 22,2 %, «самопринятие» – 77,8 %, «самопривязанность» – 88,9 %, «внутренняя конфликтность» – 55,6 %, «самообвинение» – 33,3 %). А низкий уровень

наблюдается только по двум шкалам: «внутренняя конфликтность» у 44,4 %, «самообвинение» у 66,7% эмоционально устойчивых юношей и девушек.

Данным школьникам свойственно избирательное отношение к себе; преодоление некоторых психологических защит при актуализации других, особенно в критических ситуациях. В привычных для себя ситуациях сохраняют работоспособность, уверенность в себе, ориентацию на успех начинаний. Основным источником развития своей личности, регулятором достижений и успехов считают себя.

Они считают себя способными оказывать сопротивление внешним влияниям, противиться судьбе и стихии событий. Обладают контролем над эмоциональными реакциями и переживаниями по поводу себя. С их точки зрения, положительное отношение окружающих распространяется лишь на определенные качества, на определенные поступки; другие личностные проявления способны вызывать у них раздражение и неприятие.

Так же они высоко оценивают свой духовный потенциал, богатство своего внутреннего мира, склонены воспринимать себя как индивидуальность и высоко ценить собственную неповторимость. Уверенность в себе помогает противостоять средовым воздействиям, рационально воспринимать критику в свой адрес. Происходит избирательное отношение к себе, склоны принимать не все свои достоинства и критиковать не все свои недостатки.

Отношение к себе, установка видеть себя зависит от степени адаптированности в ситуации. В привычных для себя условиях, особенности которых хорошо знакомы и прогнозируемы, наблюдаются положительный фон отношения к себе, признание своих достоинств и высокая оценка своих достижений.

В группе эмоционально неустойчивых школьников низкий уровень самообвинения наблюдается у 29 % детей. У них обнаруживается тенденция к отрицанию собственной вины в конфликтных ситуациях. Защита собственного «Я» осуществляется путем обвинения преимущественно других, перенесением ответственности на окружающих за устранение барьеров на пути к достижению цели. Ощущение удовлетворенности собой сочетается с порицанием других, поисками в них источников всех неприятностей и бед.

Эмоционально неустойчивым учащимся свойственно избирательное отношение к себе, преодоление некоторых психологических защит при актуализации других, особенно в критических ситуациях. В привычных для себя ситуациях сохраняют работоспособность и уверенность в себе. При неожиданном появлении трудностей уверенность в себе снижается, нарастают тревога, беспокойство.

Эмоционально неустойчивые девятиклассники могут проявлять выраженную способность к личному контролю. В новых для себя ситуациях регуляционные возможности «Я» ослабевают, усиливается склонность к подчинению средовым воздействиям.

Происходит избирательное восприятие отношения окружающих к себе. С их точки зрения, положительное отношение окружающих распространяется лишь на определенные качества, на определенные поступки; другие личностные проявления способны вызывать у них раздражение и неприятие.

В привычных для себя условиях, особенности которых хорошо знакомы и прогнозируемы, наблюдаются положительный фон отношения к себе, признание своих достоинств и высокая оценка своих достижений. Неожиданные трудности, возникающие дополнительные препятствия могут способствовать усилению недооценки собственных успехов.

Подводя итог нашего исследования, мы рассчитали средние показатели по каждому компоненту самоотношения у эмоционально устойчивых и эмоционально неустойчивых учащихся.

**Средние показатели уровня развития компонентов самооотношения
у школьников**

№	ЭУ/ЭНУ	замкну- тость	самоуверен- ность	саморук- водство	отраженное самоотноше- ние	самоцен- ность	самоприня- тие	самопривя- занность	внутренняя конфликтн.	самообвине- ние
1	ЭУ учащиеся	7,1	10,8	8,3	7	11,6	7,8	6,7	3,2	2,4
2	ЭНУ учащиеся	6,47	9	6,71	5,47	8,52	6,71	5,47	7,76	4,94

Из представленных результатов видно, что практически все средние показатели по шкалам в группе эмоционально устойчивых детей выше, чем в группе эмоционально неустойчивых. Исключение составляют показатели внутренней конфликтности и самообвинения. У эмоционально устойчивых юношей и девушек данные качества развиты в меньшей мере, что только лишний раз подтверждает более высокий уровень развития положительного самооотношения. Интерес представляют и показатели по шкале замкнутости. Более высокий балл у эмоционально устойчивых говорит о том, что они в большей мере ориентированы на внешние отношения и социальные нормы, чем представители другой группы. Это значит, что такие школьники дифференцируют отношение к себе в большей мере на основе социальных норм и установок и соответствия им. В то время как эмоционально неустойчивые в большей мере центрированы на себе, и их самооотношение есть в большей мере следствие «замкнутости» на себе.

Таким образом, мы пришли к выводу, что специфические обозначения чувства человека в адрес самого себя как гордость, чувство собственного достоинства, наблюдаются у старшеклассников с ЭУ и противоположные им – скромность, смирение, застенчивость, уничижение, сознание собственного позора, чувство неполноценности, недовольство собой чувство неуверенности в себе, – у эмоционально неустойчивых старшеклассников.