

УДК:159.9

Дятлова Лидия Александровна

Аспирант Донского Государственного Технического Университета.

Кафедра: Общая и консультативная психология.

dyatlovall@bk.ru

Lidiiia A. Dyatlova

Postgraduate student of the Don State Technical University.

Faculty: General and advisory psychology.

dyatlovall@bk.ru

ВЛИЯНИЕ ШКОЛЫ КАК СОЦИУМА НА ФОРМИРОВАНИЕ САМООЦЕНКИ У ДЕВУШЕК-ПОДРОСТКОВ

THE INFLUENCE OF SCHOOL AS A SOCIETY ON THE FORMATION OF SELF-ESTEEM AMONG TEENAGE GIRLS

***Аннотация:** Введение. Школьная среда представляет немаловажную значимость в создании самооценки у подростков. В данном возрастном периоде они встречаются вместе с разными общественными и чувственными вызовами, и школа становится главным местом, где они выполняют значительную часть собственного времени. Немаловажно понять, какие факторы оказывают большое влияние на решительность в себе подростков, и то что может являться источником к ее потере.*

Цель. Самооценка - важный конструкт, который связан с академическими достижениями, социальным функционированием и психопатологией девушек-подростков. Поэтому неудивительно, что многие вмешательства пытались изменить уровень самооценки в этой популяции. В этой статье представлен теоретический обзор самооценки у детей и подростков, в котором будут обсуждаться последние исследования по различным аспектам самооценки. Далее рассматриваются исследования по программам лечения и первичной профилактики, направленным на изменение самооценки у девушек - подростков. Утверждается, что мероприятия по повышению самооценки будут более эффективными, когда они основаны на теории и фактических данных и адаптированы к конкретным потребностям различных целевых групп.

***Ключевые слова:** подростки, девушки, школа, личность, самооценка*

***Annotation:** Introduction. The school environment is of great importance in creating self-esteem among adolescents. In this age period, they meet together with various social and sensual challenges, and school becomes the main place where they spend a significant part of their own time. It is important to understand which factors have a great influence on teenagers' self-determination, and what may be the source of its loss.*

Goal. Self-esteem is an important construct that is associated with academic achievement, social functioning, and the psychopathology of adolescent girls. Therefore, it is not surprising that many interventions have tried to change the level of self-esteem in this population. This article provides a theoretical overview of self-esteem in children and adolescents, which will discuss recent research on various aspects of self-esteem. Next, studies on treatment and primary prevention programs aimed at changing the self-esteem of adolescent girls are considered. It is argued that self-esteem measures will be more effective when they are based on theory and evidence and adapted to the specific needs of different target groups.

Keywords: teenagers, girls, school, personality, self-esteem

Введение

Поскольку общество продолжает пропагандировать нереально худую форму тела, осознание и интернализация внешнего вида и его последующего влияния на самооценку становятся все более актуальными, особенно у девочек-подростков. Школьная гендерная среда может влиять на эти факторы, но остается в значительной степени неизученной.

Самооценка - это общая оценка достоинства индивида, выражающаяся в позитивной или негативной ориентации по отношению к нему. Это компонент Я-концепции, который Розенберг определяет, как совокупность индивидуальных мыслей и чувств, относящихся к нему как к объекту. Помимо самоуважения, самоэффективность и самоидентификация являются важной частью Я-концепции. Самооценка в целом является неизменной чертой взрослых, и на нее трудно повлиять в рамках экспериментального исследования.

Синонимами термина «самооценка» являются:

- 1) чувство собственной важности;
 - 2) самоуважение;
 - 3) любовь к себе (которая может содержать элементы гордости);
- самодостаточность. Самооценка, однако, отличается от уверенности в себе и самоэффективности, которые включают убежденность в личных качествах и будущих результатах. В середине 1960-х Морис Розенберг и сторонники теории социального обучения определили самооценку как устойчивое чувство собственной значимости.

Теоретическое обоснование

Решающий момент в развитии самооценки возникает, когда дети начинают учиться в школе, особенно в подростковом возрасте. Самооценка большинства детей падает в тот момент, когда им требуется взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в новой среде, где действуют правила, которые могут показаться неприятными и незнакомыми [7, с.41]. В период младшего школьного возраста самооценка зависит от того, как дети выполняют поставленные академические задачи, и от их успеваемости во внеклассных мероприятиях. Стрессы дома, например, насилие в семье, и проблемы в школе, такие как травля, оказывают негативное влияние на самооценку детей. Родители и учителя должны помогать детям развивать внутреннее чувство самоконтроля, которое помогает повышать самооценку или управлять ею [1, с.90].

Рассмотрим, как меняется уровень самооценки в подростковом возрасте.

- Уровень самооценки играет фундаментальную роль.
- Развитие отношений со сверстниками и жизнестойкости.
- Решение возникающих проблем и достижения.
- Внешний вид и улучшенная успеваемость повышают самооценку.
- Варьируется в зависимости от текущего опыта.
- Чтобы повысить производительность или избежать сбоя.

Уровень самооценки играет фундаментальную роль в развитии физических и академических способностей детей, отношений со сверстниками и жизнестойкости. Степень самооценки характерно меняется в среднем детстве, поскольку дети проходят через различные испытания и достижения. Привлекательность и улучшенная успеваемость повышают самооценку, в то время как неудачи и неспособность завести друзей снижают ее. В подростковом возрасте самооценка с высокой вероятностью может время от времени меняться в зависимости от текущего опыта. Изменение самооценки имеет жизненно важное значение для того, чтобы дети могли улучшить свою успеваемость или избежать неудач [20, с.5].

Факторы, которые способствуют этому изменению:

- Эмоциональные и физические изменения.
- У мальчиков в раннем возрасте наблюдается скачок роста.
- Считайте себя мужественным, спортивным и уверенным в себе.
- Раннее взросление снижает самооценку у девочек.
- Важно соответствовать сверстникам.
- Основа уверенности, защищенности и самоуважения.

Эмоциональные и физические изменения в подростковом возрасте сопровождаются взлетами и падениями, которые способствуют изменению самооценки. У мальчиков ранний скачок роста повышает самооценку, потому что это заставляет их идентифицировать себя как мужественных, спортивных и уверенных в себе. Напротив, раннее взросление снижает самооценку, потому что это кажется смущающим для девочек, поскольку они чувствуют себя неловко. В подростковом возрасте способность ладить со сверстниками является важным аспектом в определении уровня самооценки. Хорошие отношения со сверстниками и способность заводить друзей являются основой уверенности, защищенности и высокой самооценки.

Влияние на самооценку детей подросткового возраста в школе [13, с.3]:

- Признание со стороны сверстников и связи имеют жизненно важное значение.
- Играет решающую роль в повышении самооценки.
- Включает общение, отдых и социальные способности.
- Фактором, влияющим на самооценку, является возраст.
- Постепенно повышается вплоть до среднего возраста.
- Продолжает расти или начинает снижаться.
- Девочки, скорее всего, уязвимы.
- Объясняется повышенным социальным давлением.
- Акцент делается на внешности (красоте), а не на интеллекте.

- Социально-экономический статус сильно влияет на самооценку детей.
- Образ тела имеет огромное значение для детей.
- Негативное сравнение с социально установленными стандартами.

Принятие сверстников и связи жизненно важны для эмоционального и социального развития детей. Такие случаи либо повышают, либо понижают самооценку в зависимости от удовольствия или неудовольствия от текущей ситуации [6, с.296]. Основные факторы, влияющие на самооценку детей школьного возраста, включают общение, отдых и социальные способности. Еще одним аспектом, влияющим на самооценку детей школьного возраста, является возраст. Дружеские отношения и социальные способности влияют на самооценку детей школьного возраста, заставляя ее постепенно повышаться вплоть до среднего возраста, когда переход из знакомой школьной среды в новую предъявляет повышенные требования. Именно на этом этапе самооценка либо продолжает расти, либо начинает снижаться [10, с.4].

Что касается пола, девочки более уязвимы к низкой самооценке, чем мальчики. Это объясняется повышенным социальным давлением на девочек, которое больше подчеркивает внешность (красоту), чем интеллект или занятия, связанные со школой. Кроме того, социально-экономический статус сильно влияет на самооценку детей школьного возраста. Влияние образа тела сильно на детей школьного возраста, потому что они оценивают свою внешность в контексте моделей на телевидении. У девочек с избыточным весом и худых или низкорослых мальчиков обычно развивается низкая самооценка, связанная с их негативным сравнением с социально установленными стандартами.

У девочек половое созревание и переход из начальной школы в среднюю часто происходят в одно и то же время. Падение самооценки и снижение успеваемости часто сопровождают этот важный жизненный этап. Девочки меняют школы и перетасовывают группы сверстников, в то время как их тела претерпевают заметные изменения. Из-за ряда изменений в своей жизни и внешности девочки-подростки часто испытывают сильный стресс, и их мотивация к успеху в школе страдает. Исследование (2006) Кэтрин Штайнер-Адэр, доктора медицинских наук, директора отдела образования и профилактики расстройств пищевого поведения в больнице Макклин, показывает, что уверенность девочек в себе снижается по мере перехода из детства в подростковый возраст [2, с.11].

Мотивация достижения страдает, поскольку больше внимания уделяется тому, как они выглядят. Было обнаружено, что показатели самооценки как у девочек с одаренностью, так и у девочек со средними способностями снижаются между 3 и 8 классами, при этом одаренные девочки демонстрируют худшую самооценку, связанную с их интеллектуальными способностями и популярностью, чем их среднестатистические сверстницы. Похоже, что одаренные девочки пытаются изменить свои академические устремления, чтобы соответствовать требованиям, преуменьшить свой интеллект и избежать конкуренции, особенно с мальчиками, чтобы получить признание сверстников. В знаковом отчете Американской ассоциации женщин-

университетниц (AAUW, 1991), Обманывающие девочки, обманывающая Америка, уверенность девочек в своих академических способностях часто резко падает от начальной школы к средней, особенно в их вере в свои способности к математике и естественным наукам.

Кроме того, наступление подросткового возраста вызывает изменение ожиданий относительно функционирования ученицы в школьной среде. Обычно учащиеся больше не находятся под контролем главного учителя, вместо этого их обучают несколько учителей с разными личностями и ожиданиями. Смешивание учащихся из разных начальных школ нарушает естественные группы сверстников, поэтому учащиеся средней школы могут оказаться в классе незнакомыми друг с другом. Частое перераспределение учащихся также ухудшает развитие прочных эмоциональных связей со сверстниками. Кроме того, в средней школе значительный объем работы учащихся должен выполняться вне класса, например, чтение, подготовка к тестам и выполнение проектов. Сложность академической работы, поручаемой средней или неполной средней школе, также обычно возрастает.

Обсуждение результатов

От влияния социальных сетей на самооценку до роли родительской поддержки в укреплении доверия, эти статистические данные дают ценную информацию о состоянии самооценки подростков в нашем современном мире.

Самооценка - это термин, который мы используем для описания наших мнений и верований о себе. Другими словами, наше чувство общей личной ценности. Наша самооценка может повлиять на то, способны ли мы любить и ценить себя как личность, выявлять в себе сильные стороны, верить, что мы достаточно хороши и можем чему-то способствовать.

Прочные отношения и общественные связи являются важными факторами взаимоотношений для подростков со здоровой самооценкой. Наличие прочной связи с семьей и чувство защищенности и любви определенно смягчают низкую самооценку. Действительно, в исследованиях, проведенных среди подростков как из высших, так и из низших социально-экономических слоев, было обнаружено, что крепкие семейные ячейки оказывают защитное воздействие на самооценку подростков. По этой причине, когда подросток переживает развод, раздельное проживание или смерть родителя, это может привести к значительной потере самооценки [5, с.12].

Конечно, сверстники также играют ключевую роль в самооценке подростков. Подростки используют сверстников в качестве рупора и говорящего зеркала, чтобы обеспечить обратную связь о том, кто они такие и в чем у них хорошо или плохо получается. Группы сверстников также обеспечивают подросткам значительное чувство принадлежности и самоуважения. Быть отвергнутым группой сверстников или никогда не утвердиться в ней может серьезно повлиять на самооценку подростка.

Часто существует значительная разница между мужским и женским уровнями самооценки в подростковом возрасте. Наиболее распространенное различие заключается в том, что мужчины, как правило, имеют более высокий

уровень самооценки в подростковом возрасте. – и во взрослой жизни. Вообще говоря, когда это произойдет, самооценка мужчин упадет не так низко, как у женщин, и аналогично положительное отношение мужчин к себе, вероятно, будет намного сильнее, чем положительная самооценка женщин [7, с.11].

Ключевым различием между полами является влияние полового созревания на организм. Женщины-подростки более неудовлетворены своим телом, чем мужчины [14, с.3]. У многих девочек физические изменения, связанные с ранним подростковым возрастом, часто совпадают со значительным падением уровня самооценки (это также усугубляется половым созреванием, происходящим при переходе из начальной школы). Для девочек увеличение жировых отложений и изменение формы могут иметь отрицательный эффект. И наоборот, для мужчин увеличение мышечной массы и силы может иметь положительный эффект.

Все эти факторы являются всего лишь обобщенными выводами. Есть много подростков, которые будут игнорировать эти выводы, и причины, по которым у одних подростков самооценка меняется незначительно, в то время как у других она сильно колеблется, неясны.

Литература

1. Малкина-Пых И. Г. Исследование влияния индивидуально-психологических характеристик на результаты коррекции пищевого поведения и алиментарного ожирения / И. Г. Малкина-Пых // *Сибирский психологический журнал*. – 2018. – № 30. – С. 90-94.

2. Менделевич В. Д. Клиническая и медицинская психология / В. Д. Менделевич. – М. : ЧеРо, 2010. – 563 с.

3. Михайлова А. П. Вопросы квалификации и психологической диагностики пищевого поведения в норме и при его нарушениях / А. П. Михайлова, Д. А. Иванова, А. В. Штрахова // *Вестник ЮУрГУ*. – 2019. – Т. 12. – № 1. – С. 97–117.

4. Михайлова М. А. Психологические особенности женщин с нарушением пищевого поведения / М. А. Михайлова // *Молодой ученый*. – 2020. – № 3 (293). – С. 296-298.

5. Овчарова Р. В. Психологические особенности женщин с нарушениями пищевого поведения / Р. В. Овчарова // *Вестник Курганского государственного университета*. – 2021. – № 2. – С. 91-97

6. Baidin D. V. Studying the influence of self-esteem on educational motivation in younger adolescents // *Scientific and methodological electronic journal "Concept"*. 2015. Vol. 18. pp. 11-15.

7. Vishnevskaya G. V. Modeling of the self-educational activity of part-time students in the process of distance learning of a foreign language // *Scientific and methodological electronic journal "Concept"*. 2012. No.2 (February). pp. 41-45.

8. Volkov B. S. *Psychology of a teenager: textbook*. М. : Academic project, 2017. 240 p.

9. Gru. *Self-training in children and adolescents: a book for parents*. М. : Alpina Publisher, 2016. 294 p.

10. Dolgova V. I., Kiseleva S. Yu. *Modeling of the process of formation of constructive strategies of conflict behavior of pedagogical staff of preschool educational organization // Scientific and methodological electronic journal "Concept". 2016. Vol. 44. pp. 103–109.*

11. Zubova L. V., Nazarenko E. V. *Developmental psychology and age psychology: textbook. Orenburg : Orenburg State University, EBS DIA, 2016. 190 p.*

12. Kondratieva O. A., Sokolova V. E. *Model of psychological and pedagogical correction of self-esteem of high school students // Scientific and methodological electronic journal "Concept". 2016. Vol. 7. pp. 16-20.*

13. Polshina M. A. *Self-esteem as a factor of psychological security of the personality of adolescents with developmental disabilities // Scientific and methodological electronic journal "Concept". 2016. Vol.20. pp. 71-76.*

14. Semenikhina N. I. *Investigation of the relationship between the style of parental education, its perception by a teenager and the level of his self-esteem // Prospects of science and education. 2015. No. 3. pp. 140-145.*

15. Slotina T. V. *Psychology of personality : A textbook. St. Petersburg : Peter, 2018. 304 p.*

16. Garneau J. And Larivey M. *Emotions, the source of life. Couverture. Jean Garneau, Gaetan La Plante, Michel Larivey. Ed., 2020. 261 p.*

17. Lunot S., Duclos G. *Interpretation of the premiere time, the premiere cycle, vol. 1. Yuri: about confidentiality. Montreal (Quebec): Saint Justine Hospital Research, 2018. 121 p.*

18. Mummendey H.D. *Psychology of the "self". Theory, methodology and guidance on self-realization. Göttingen: Hogrefe, 2016. 325 s*

19. Ort U., Robbins R.V. *Development of self-esteem // Current trends in psychological science. 2014. Volume 23. No. 5. pp. 381-387.*

20. Valyavko S.M. *Analysis of the formation of self-esteem in older preschool children // Systems psychology and sociology. 2016. No. 3 (19). pp. 5-11.*

Literature

1. Malkina-Pykh I. G. *Investigation of the influence of individual psychological characteristics on the results of correction of eating behavior and alimentary obesity / I. G. Malkina-Pykh // Siberian Psychological Journal. – 2018. – No. 30. – pp. 90-94.*

2. Mendelevich V. D. *Clinical and medical psychology / V. D. Mendelevich. – M.: Chero, 2010. – 563 p.*

3. Mikhailova A. P. *Questions of qualification and psychological diagnosis of eating behavior in the norm and in case of its violations / A. P. Mikhailova, D. A. Ivanova, A.V. Strakhova // Bulletin of SUSU. – 2019. – vol. 12. – No. 1. – pp. 97-117.*

4. Mikhailova M. A. *Psychological characteristics of women with eating disorders / M. . Mikhailova // Young scientist. – 2020. – № 3 (293). – Pp. 296-298.*

5. Ovcharova R. V. *Psychological characteristics of women with eating disorders / R. V. Ovcharova // Bulletin of the Kurgan State University. – 2021. – No. 2. – pp. 91-97*

6. Baidin D. V. *Studying the influence of self-esteem on educational motivation in younger adolescents // Scientific and methodological electronic journal "Concept". 2015. Vol. 18. pp. 11-15.*
7. Vishnevskaya G. V. *Modeling of the self-educational activity of part-time students in the process of distance learning of a foreign language // Scientific and methodological electronic journal "Concept". 2012. No.2 (February). pp. 41-45.*
8. Volkov B. S. *Psychology of a teenager: textbook. M. : Academic project, 2017. 240 p.*
9. Gru. *Self-training in children and adolescents: a book for parents. M. : Alpina Publisher, 2016. 294 p.*
10. Dolgova V. I., Kiseleva S. Yu. *Modeling of the process of formation of constructive strategies of conflict behavior of pedagogical staff of preschool educational organization // Scientific and methodological electronic journal "Concept". 2016. Vol. 44. pp. 103– 109.*
11. Zubova L. V., Nazarenko E. V. *Developmental psychology and age psychology: textbook. Orenburg : Orenburg State University, EBS DIA, 2016. 190 p.*
12. Kondratieva O. A., Sokolova V. E. *Model of psychological and pedagogical correction of self-esteem of high school students // Scientific and methodological electronic journal "Concept". 2016. Vol. 7. pp. 16-20.*
13. Polshina M. A. *Self-esteem as a factor of psychological security of the personality of adolescents with developmental disabilities // Scientific and methodological electronic journal "Concept". 2016. Vol.20. pp. 71-76.*
14. Semenikhina N. I. *Investigation of the relationship between the style of parental education, its perception by a teenager and the level of his self-esteem // Prospects of science and education. 2015. No. 3. pp. 140-145.*
15. Slotina T. V. *Psychology of personality : A textbook. St. Petersburg : Peter, 2018. 304 p.*
16. Garneau J. And Larivey M. *Emotions, the source of life. Couverture. Jean Garneau, Gaetan La Plante, Michel Larivey. Ed., 2020. 261 p.*
17. Lunot S., Duclos G. *Interpretation of the premiere time, the premiere cycle, vol. 1. Yuri: about confidentiality. Montreal (Quebec): Saint Justine Hospital Research, 2018. 121 p.*
18. Mummendey H.D. *Psychology of the "self". Theory, methodology and guidance on self-realization. Göttingen: Hogrefe, 2016. 325 s*
19. Ort U., Robbins R.V. *Development of self-esteem // Current trends in psychological science. 2014. Volume 23. No. 5. pp. 381-387.*
20. Valyavko S.M. *Analysis of the formation of self-esteem in older preschool children // Systems psychology and sociology. 2016. No. 3 (19). pp. 5-11.*