

УДК 159.922

**Захарова Эльвина Сергеевна,
студент**

4 курс, отделение «психологии и педагогики»

**Елабужский институт ФГАОУ ВО «Казанский (Приволжский)
федеральный университет»**

Россия, г. Елабуга

Научный руководитель: Лыдокова Галия Михайловна,

к. психол.н., доцент кафедры психологии

**Елабужский институт ФГАОУ ВО «Казанский (Приволжский)
федеральный университет»**

Россия, г. Елабуга

ВЛИЯНИЕ САМООЦЕНКИ ПОДРОСТКОВ НА СОЦИАЛЬНУЮ АДАПТАЦИЮ

Аннотация: В статье представлены результаты исследования влияния самооценки подростков на социальную адаптацию. Была проанализирована литература по имеющимся исследованиям, а также проведён корреляционный анализ с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена, который показал наличие положительной (весьма высокой) связи между уровнем самооценки и социально-психологической адаптации у подростков.

Ключевые слова: самооценка, социальная адаптация, самосознание, социум, подростки.

Annotation: The article presents the results of a study of the influence of adolescents' self-esteem on social adaptation. The literature on available studies was analyzed, and a correlation analysis was carried out using Spearman's rank correlation coefficient, which showed the presence of a positive (very high)

relationship between the level of self-esteem and socio-psychological adaptation in adolescents.

Key words: *self-esteem, social adaptation, self-awareness, society, teenagers.*

Вопрос социально-психологической адаптации личности на современном этапе становления общества занимает не последнее место в связи с повышением требований к человеку как члену общества и творческой активной личности. Адаптационные процессы с детства занимают большую часть человеческой общественной жизни. Успешное прохождение процесса способствует комфортному существованию человека в обществе и предполагает принятие личностью социальных, нравственных и других норм и ценностей, как в широком понимании, так и в отношении ближайшего социального окружения – группы, коллектива, семьи. [1]

Подростковый период – это период интенсивного формирования самооценки, бурного развития самосознания как способности направлять сознание на свои психические процессы, включая и сложный мир своих переживаний, потребности познать себя как личность.

Целесообразность изучения психологических особенностей самооценки как элемента социально-психологической адаптации в подростковом возрасте обусловлена следующим: во-первых, подростковый возраст является важным этапом развития самосознания и его структурных компонентов; во-вторых, зрелость параметров самооценки является важным условием эффективной адаптации подростка к социуму; в-третьих, личностный рост индивида зависит от приобретенных в подростковом возрасте навыков решения задач, адекватных собственному потенциалу и их надлежащему осознанию.

Самооценка представляет собой одно из важных условий, посредством которой индивид становится личностью. Она способствует формированию у человека потребности соответствовать не только уровню окружающих, но также и уровню собственных личностных оценок. Правильно сформированная

самооценка представляет не только знание самого себя, но и определяет определенное отношение к себе, предполагая осознание личности в качестве некоторого устойчивого объекта [2].

Следует заметить, что самооценка выступает как центральное звено произвольной саморегуляции, определяя направление и уровень активности человека, его отношение к миру, людям и самому себе, представляя при этом сложный по своей психологической природе феномен. Так, самооценка состоит во множестве связей и отношений со всеми психическими образованиями личности, выступая как важная детерминанта всех форм и видов деятельности человека. Начиная с раннего детства, закладываются основы умения оценивать себя, а его развитие и совершенствование протекает в течение всей жизни [3].

По мнению исследователя Г.Ф. Ахметова, самооценка дает возможность сохранять устойчивость личности в независимости от меняющихся ситуаций, обеспечивая возможность оставаться самим собой. Понимание самооценки необходимо для установления отношения с человеком, для эффективного и благополучного общения [4].

Цель исследования заключается в изучении влияния самооценки подростков на социальную адаптацию. Исследование было проведено на базе МБОУ Средняя образовательная школа №2 ЕМР РТ с подростками в количестве 39 человек, возрастом 14-16 лет.

Первая методика была направлена на изучение самооценки у подростков. Результаты по методике указаны на таблице 1.

Таблица 1.

Результаты исследования самооценки подростков

	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
%-ое соотношение	30	36	34
Кол-во подростков	12	14	13

Данные таблицы 1 указывают, что у 14 подростков выявлен средний (адекватный) уровень сформированности самооценки. Адекватная самооценка обозначает подлинное восприятие своих преимуществ и недостатков.

У 12 подростков наблюдается низкий уровень самооценки. Такие подростки нерешительны, застенчивы, замкнуты. Им сложно обнаружить свое место в жизни и достичь триумфов.

У 13 подростков определен высокий уровень самооценки. Такой человек уверен в своей правоте, глухой к чужому чудесному суждению. Он жестко воспринимает критику, неохотно идет на сделку, часто вступает в раздор. С ним сложно иметь дело, поэтому многие пытаются сторониться его социума или сотрудничества.

Далее с целью определения социально-психологической адаптации подростков нами так же была использована методика К. Роджерса и Р. Даймонда. Полученные результаты по определению социально-психологической адаптации подростков занесены в таблицу 1 и представлены ниже.

Таблица 2.

Результаты исследования социально-психологической адаптации
подростков

	Высокий уровень		Средний уровень		Низкий уровень	
	Кол-во подростков	%	Кол-во подростков	%	Кол-во подростков	%
Адаптация	8	20%	18	47%	13	33%
Принятие других	5	12%	21	55%	13	33%
Интернальность	10	26%	18	47%	11	27%
Самовосприятие	13	33%	23	60%	3	7%
Эмоциональная комфортность	10	26%	21	55%	9	19%
Стремление к доминированию	13	33%	18	47%	8	20%
Эскапизм	8	20%	21	55%	10	26%

Таким образом, проанализировав полученные, данные мы видим, что среди группы младших школьников преобладают средние показатели по всем рассмотренным шкалам. Так как исследование состоит в изучении влияния самооценки на социальную адаптацию подростков, то из этой методики мы будем брать показатель адаптации.

На представленной таблице мы видим, что средний уровень адаптации присущ 47% подросткам, что говорит о том, что эти респонденты могут приспособливаться к обществу или к какой-то деятельности, опираясь на свои желания и способности. Низкий показатель был выявлен у 33% подростков, что указывает на испытание ими трудностей в приспособлении к новым обстоятельствам. Такие дети нуждаются в помощи.

Чтобы определить влияние уровня самооценки на степень социальной адаптации подростков, проведем сравнение полученных результатов по двум методикам, и проанализируем данные с помощью метода математической статистики – коэффициент ранговой корреляции Спирмена. Для вычисления

коэффициента корреляции Спирмена, была использована программа Microsoft Excel.

После вычисления коэффициента корреляции Спирмена получилось значение – 0,92, что по шкале Чеддока указывает на наличие положительной (весьма высокой) корреляции между уровнем самооценки и социально-психологической адаптации у подростков. Чтобы определить, является ли эта корреляция статистически значимой, мы обратились к таблице ранговой корреляции Спирмена критических значений. И поскольку рассчитанное нами абсолютное значение рангового коэффициента корреляции Спирмена превышает это критическое значение (при значении 0,01 $r=0,41$), это означает, что корреляция между уровнем самооценки и социально-психологической адаптации у подростков является статистически значимой. Это говорит о том, что чем оптимальнее уровень самооценки у подростков, тем больше он адаптирован в среде, уверен в себе и имеет положительные отношения в коллективе сверстников и наоборот.

Такие результаты позволяют нам сделать вывод о том, что самооценка напрямую определяет уровень социально-психологической адаптации, поскольку все подростки с адекватной самооценкой имеют высокий уровень адаптации, а с заниженной самооценкой – низкий уровень адаптации.

Таким образом, подростковый возраст является важным моментом становления личности и ее физических и психологических особенностей. Важнейшая психологическая особенность его – зарождающееся чувство взрослости. Оно выражается в том, что уровень притязаний подростка превосходит будущее его положение, которого он фактически еще не достиг, намного превышает его возможности. Подростковый возраст характеризуется частичным разрушением личностной целостности посредством быстрых качественных изменений в телесном облике, сексуальном развитии и мышлении. Это определяет, что особое место для подростка, занимает поддержка родителей и окружающих, для его временно

ослабевшего «Я» посредством удовлетворения потребности в любви и принятии.

Использованные источники:

1. Лебеденко О.А. Взаимосвязь социально-психологической адаптации и самооотношения подростков // Гуманитарные науки. 2022. №3 (59).

2. Богомолов А.М. Личностный адаптационный потенциал в контексте системного анализа // Психологическая наука и образование. - 2015.-№ 1.-С. 67-73.

3. Айман Кашкуш Специфика формирования самооценки в подростковом возрасте // МНКО. 2018. №2 (69).

4. Ахметова Г.Ф., Бильданова В.Р. Самооценка и ее выраженность в подростковом возрасте // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. - 2012. - №1. - С.142 - 149.