

Моор Ольга Даниловна,

студентка;

научный руководитель – Деревянко Юлия Петровна,

доцент, канд. психол. наук, доцент кафедры общей и клинической психологии,

НИУ «Белгородский государственный университет»,

г. Белгород, Россия

ОСОБЕННОСТИ САМООЦЕНКИ СТУДЕНТОВ-ПСИХОЛОГОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ЛИЧНОСТНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ

В статье анализируются существенные различия в выраженности самооценки у студентов-психологов с разным уровнем личностной тревожности.

Ключевые слова: самооценка, тревожность, личностная тревожность, студенческий возраст.

Olga D. Moor,

Student;

Supervisor – Yulia P. Derevyanko,

PhD in Psychology, assistant professor,

Belgorod National Research University,

Belgorod, Russia

FEATURES SELF-ASSESSMENT OF STUDENTS-PSYCHOLOGISTS WITH DIFFERENT LEVELS OF PERSONAL ANXIETY

The article analyzes the significant differences in the self-esteem of students-psychologists with different levels of personal anxiety

Keywords: self-esteem, anxiety, personal anxiety, student age.

В условиях пропаганды стремления к лидерству и успеху в молодежной среде современный студент-психолог вынужден постоянно адаптироваться к новым, быстро меняющимся требованиям действительности и сличать образ себя с навязываемым в Масс-медиа образом преуспевающего и самодостаточного студента, что, безусловно, может вызывать серьезные затруднения в формировании адекватной самооценки. Самооценка неразрывно

связана с чувством самоуважения, уверенностью в себе, особенно в контексте межличностных отношений. Именно от самооценки зависит то, какими будут взаимоотношения с окружающими людьми, как студент-психолог будет вести себя в коллективе, какое место он в нем займет, а также как будут складываться его взаимоотношения в будущем. О.М. Анисимова источником самооценки определяет оценку личности непосредственно самой себя, своих качеств, возможностей [1].

Согласно Г.К. Валицкасу, на формирование самооценки оказывают влияние оценки студента окружающими, его отношение к собственным успехам и неудачам, которые во многом определяются таким личностным образованием как тревожность [4].

Ч.Д. Спилбергер определяет тревожность как индивидуальную психологическую особенность, проявляющуюся в склонности человека к частым и интенсивным переживаниям состояния тревоги, а также в низком пороге его возникновения [2]. Рассматривается как личностное образование и/или как свойство темперамента, обусловленное слабостью нервных процессов [5].

Ч.Д. Спилбергер, И.С. Кон и другие считают главной причиной тревожности в студенческом возрасте внутренние конфликты, преимущественно связанные с самооценкой. В целом, тревожность в студенческие годы – очень распространённое и интенсивно протекающее явление [3]. Переход в юношеском возрасте на более высокую степень самопознания даёт возможность осознать себя как уникальную, непохожую на окружающих людей личность. А переживание юношей и девушек своей неординарности, в сочетании со страхом непринятия и непонимания со стороны других, и даёт ощущение тревожности [6].

Исследование проводилось на базе НИУ «БелГУ». В исследовании приняли участие юноши и девушки в возрасте от 18 до 20 лет, в количестве 30 человек. Авторы статьи использовали следующие методики: Методика

Спилбергера-Ханина «личностная и ситуативная тревожность»; Тест-опросник «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалёва; Тест Куна «Кто Я?»).

Анализ процентного соотношения уровней личностной тревожности студентов-психологов показал, что у 37% (11 чел.) испытуемых наблюдается высокий уровень личностной тревожности. Высокий показатель личностной тревожности может давать основание для предположения, что у студента появляется состояния тревожности в разнообразных ситуациях, особенно это проявляется тогда, когда последние касаются оценки его престижа и компетенции.

У 57% (17 чел.) испытуемых наблюдается умеренный уровень личностной тревожности. Таким студентам-психологам необходимо смещать акцент с внешней требовательности, категоричности, высокой значимости в постановке задач на содержательное осмысление деятельности и конкретное планирование по подзадачам.

У 6% (2 чел.) испытуемых наблюдается низкий уровень личностной тревожности. Для студентов-психологов с низким уровнем личностной тревожности нужно пробуждать активность, подчеркивать мотивационные компоненты деятельности, возбуждать заинтересованность, высвечивать чувства ответственности в решении каких либо задач.

Анализ данных, отражающих особенности самооценки студентов-психологов с разным уровнем тревожности показал, что у большинства студентов 71% (23 чел.) – средний уровень самооценки, у 23% (7 чел.) – высокая самооценка. Студентов-психологов с низким уровнем самооценки не было выявлено.

По результатам тестирования по М. Куну «Кто Я?» у большинства студентов-психологов выявлена неадекватно завышенная самооценка – 53% испытуемых (16 чел.), у 47% (14 чел.) испытуемых наблюдается адекватная самооценка. Испытуемых с адекватно заниженной самооценкой не было выявлено.

Уровень и адекватность самооценки студентов-психологов с разным уровнем личностной тревожности по тестам М. Куна «Кто Я?» и С.В. Ковалёва «Определение уровня самооценки» представлены на рис. 1.

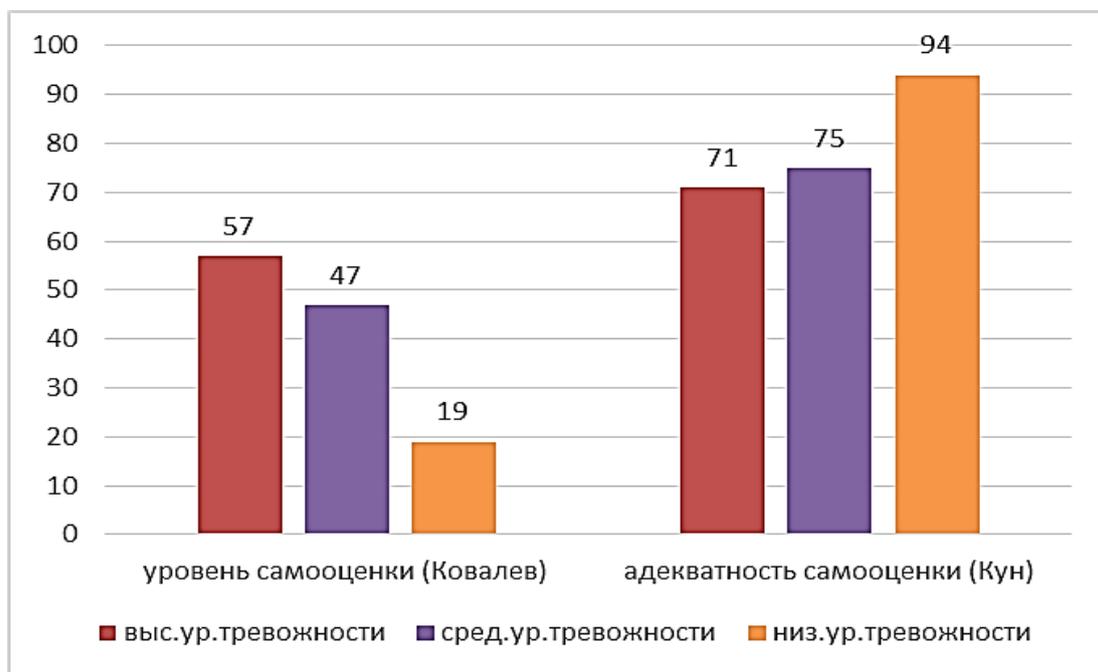


Рисунок 1 – Средние значения уровней и адекватности самооценки студентов по тестам М. Куна «Кто Я?» и С.В. Ковалёва «Определение уровня самооценки»

В выраженности уровня самооценки студентов-психологов с разным уровнем личностной тревожности установлены следующие различия (уровень значимости $p \leq 0.01$).

В методике «Определение уровня самооценки» С.В.Ковалёва преобладает *высокий уровень самооценки*, он равен 57 баллов. Студент-психолог с высокой самооценкой будет реально оценивать свои способности, возможности, и при этом он трезво осознает свои достоинства и недостатки. Данный студент-психолог чаще общителен, оптимистичен и энергичен.

Средний уровень равен 47 баллов. Студент-психолог со средним уровнем самооценки очень редко начинает страдать от «комплекса неполноценности» только время от времени старается подстраиваться под мнение других людей.

Низкий уровень равен 19 баллам. Студент-психолог очень болезненно перенесёт критическое замечание в свой адрес, он будет, стараться, всегда

считаться с мнением других и часто будет страдать от «комплекса неполноценности».

В методике «Кто Я?» М. Куна авторы также наблюдали различия (уровень значимости $p \leq 0.01$). В данной методике преобладает неадекватно *завышенная самооценка*, 94 балла. Это свидетельствует о том, что студенты-психологи, имеющие завышенную самооценку, гипертрофированно оценивают свои достоинства, переоценивают и приписывают их, также студент-психолог недооценивает и исключает у себя недостатки. Он ставит перед собой высокие цели, но не те, которые он реально может достигнуть. Также он имеет высокий уровень притязаний, который не соответствует реальным возможностям.

Адекватная самооценка равна 75 баллам. Студенты-психологи с такой самооценкой характеризуются следующим образом: личность принимает на себя ответственность за все свои неудачи, которые отличаются высокомерными отношениями к другим людям, имеет конфликты, студент постоянно не удовлетворён своими достижениями, эгоцентризм, что обуславливает чрезмерную самоуверенность.

Неадекватно заниженная самооценка равна 71 баллу. Студент-психолог, имеющий заниженную самооценку, обычно ставит перед собой «низкие» цели, меньше тех, которые он мог бы достигнуть, он преувеличивает значение собственных неудач. Так, низкая самооценка предполагает неприятие себя, самоотрицание, негативное отношение к своей личности, которые обуславливаются недооценкой своих успехов и достоинств.

В результате были обнаружены различия в самооценке студентов-психологов с разным уровнем личностной тревожности на высоко достоверном уровне значимости: у студентов-психологов с высоким уровнем личностной тревожности преобладает низкая самооценка, а у студентов-психологов с низким уровнем личностной тревожности преобладает высокая самооценка.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Анисимова О.М. *Самооценка в структуре личности студента: Автореф. канд. дис.* – Ленинград, 1984.

2. Вачков И. Тревожность, тревога, страх: различение понятий // Школьный психолог. – 2004. – №8.
3. Дервянко Ю.П., Кушко О.Ю. Диагностика и коррекция тревожности у выпускников вузов относительно будущего / Современные проблемы формирования здорового образа жизни у студенческой молодежи: материалы Международной научно-практической интернет-конференции, 16-17 мая 2018 г., Минск, Беларусь / БГУ, фак. социокультурных коммуникаций, каф. экологии человека ; ред. кол.: И.В. Пантюк (отв. ред.) [и др.]. –Минск: БГУ, 2018. –277 с. – С. 78-81.
4. Сидоров К.Р. Самооценка в психологии / К.Р. Сидоров // Мир психологии. – 2006. – № 2.
5. Хрестоматия: тревога и тревожность / Сост. и ред. В.М. Астапова. – Санкт-Петербург, 2001.
6. Шаповаленко И.В. Возрастная психология: Психология развития и возрастная психология: учебник для студентов вузов / И.В. Шаповаленко. Рец.: Л.Ф. Обухова, О.А. Карабанова – Москва: Гардарики, 2005. – 349 с.