

УДК 159.9

ИЗУЧЕНИЕ САМООТНОШЕНИЯ СТУДЕНТОВ УНИВЕРСИТЕТА

Ключевская Л.В.

преподаватель

КГУ им. К. Э. Циолковского,

Россия, Калуга

Аннотация

Данная статья посвящена изучению самоотношения студентов, обучающихся в университете. Рассмотрено само понятие «самоотношение», отличия от самооценки, компоненты самоотношения, способы коррекции уровня самоотношения. А также описаны результаты эмпирического исследования. Исследование проводилось с помощью опросника «Методика исследования самоотношения» В.В.Столина, С.Р.Пантелеева. Опросник состоит из 110 вопросов, с ответами «да» или «нет». В исследовании приняли участие 113 студентов, обучающиеся в Калужском государственном университете им.К.Э.Циолковского. Цель исследования: изучить уровень самоотношения студентов высшей школы. Гипотеза исследования: у студентов университета преобладает высокий уровень по следующим шкалам: самоуверенность, саморуководство, самооценность, самопринятие, внутренней конфликтность и средний уровень по шкалам: открытость, зеркальное я, самопривязанность, самообвинение.

Ключевые слова: самоотношение, самооценка, самопринятие, самоуважение, студенты.

A STUDY OF SELF-ATTITUDE OF UNIVERSITY STUDENTS

Kliuchevskaya L.V.

Lecturer

K. E. Tsiolkovsky KSU,

Russia, Kaluga

Annotation

This article is devoted to the study of self-attitude of students studying at the university. The concept of "self-attitude", its differences from self-esteem, components of self-attitude, and ways to correct the level of self-attitude are considered. The results of the empirical study are also described. The study was conducted using the questionnaire "Methodology for studying self-attitude" by V.V. Stolin, S.R. Panteleev. The questionnaire consists of 110 questions with "yes" or "no" answers. The study involved 113 students studying at Kaluga State University named after K.E. Tsiolkovsky. The purpose of the study: to study the level of self-attitude of students of higher education. Research hypothesis: university students have a high level on the following scales: self-confidence, self-management, self-worth, self-acceptance, internal conflict and an average level on the scales: openness, mirror self, self-attachment, self-blame.

Key words: self-attitude, self-esteem, self-acceptance, self-respect, students.

Самоотношение сложное понятие, которое включает в себя несколько компонентов. Из-за этого в современном мире часто путают понятие «самоотношение» и «самооценка». Для понимания, нужно проанализировать каждое из этих понятий [7;9]. Самоотношение –это целостное мнение относительно собственной личности, совокупность чувств и эмоций, касающихся собственного «Я», основанное на личном опыте и значимых отношениях с окружающими. Самоотношение может быть как негативным, так

и позитивным. Самоотношение включает в себя понятия: самооценка, самоуважение, саморегуляция, уровень уверенности в собственных силах, чувство собственного достоинства или наоборот неполноценности [3;14]. Самоотношение является постоянной характеристикой личности.

Рассмотрим некоторые компоненты самоотношения:

-Самооценка- субъективная оценка личности собственных качеств, внешности, результатов достижения поставленных целей и сравнение своих успехов с результатами деятельности других. Существует несколько классификаций этого понятия, но остановимся на этой. Самооценка может быть адекватной и неадекватной. Адекватная самооценка- это оценивание своих реальных достижений и качеств, а неадекватная- это когда личности переоценивает или недооценивает собственную значимость или возможности. Уровень самооценки может меняться в течении жизни, это динамичная характеристика человека и оказывать влияние на поведение индивида, его отношений с окружающими [1;8];

-Самопринятие — это принятие личности своих уникальных качеств, осознание своей значимости;

-Самоуважение- степень уважения к себе как к личности, понимание своих достижений, осознание своего места в обществе. Самоуважение включает в себя три аспекта: самоэффективность, самобезопасность, самоконтроль [15].

Факторы, влияющие на уровень самоотношения (авторы В.В. Столин, С.Р.Пантелеев) (будут подробнее рассмотрены в описании эмпирического исследования):

-Уровень открытости;

-Уровень Самоуверенности;

- Уровень саморуководства;
- Уровень отраженного Я;
- Уровень самооценности;
- Уровень самопринятия;
- Уровень самопривязанности;
- Уровень Внутренней конфликтности;
- Уровень Самообвинения.

Самоотношение — это механизм оценивания личностных качеств в соответствии с собственными мотивами, целями [4;10].

Рекомендации по повышению уровня самоотношения:

1. Не сравнивать себя с другими людьми, не критиковать. Нужно понимать, что у всех людей свои возможности, индивидуальные особенности, свои пути к достижению желаемому, часто окружающие не говорят о своих трудностях, поэтому на первый взгляд может показаться, что у других жизнь проще, счастливее, успешнее.

2. Необходимо осознавать сильные стороны собственной личности. Развивать свои положительные качества, но также принимать и отрицательные, понимая, что идеальных людей не существует. Делать чаще, то, что хорошо получается, в чем вы успешны, не бояться заявлять о себе и хвалить свои достижения, даже если они кажутся вам незначительными [5;6].

3. Заниматься планированием своих дел, целей. Цели должны быть достижимыми, стоит адекватно оценивать свои возможности, при необходимости не бояться обращаться за помощью к близким людям, коллегам, друзьям [2;11].

4. Обязательно соблюдать режим отдыха и работы. Всем людям нужно отдыхать и беречь своё здоровье, а также понимать, что ресурсы организма не бесконечны, их систематически нужно восполнять. Найдите занятие, дело, которое вас заражает, вдохновляет, приносит удовольствие.

Современный человек живет в сложном мире, общество диктует свои требования, которые влияют на каждую личность. Популярны социальные сети и публичные люди, ежедневно транслируют значимость саморазвития, успешности, денежного достатка, показывая идеальную жизнь, в которой есть дорогие машины, квартиры, путешествия бизнес-классом на курорты по несколько раз в год, если человек, который смотрит и анализирует это имеет негативный уровень соотношения к себе, то это может сильно влиять на его настроение, уверенность в себе, ощущения значимости [12;13].

Перейдём к результатам исследования. Исследование проводилось с помощью опросника «Методика исследования самоотношения» В.В.Столина, С.Р.Пантелеева. Опросник состоит из 110 вопросов, с ответами «да» или «нет». В исследовании приняли участие 113 студентов, обучающиеся в Калужском государственном университете им.К.Э.Циолковского. Цель исследования: изучить уровень самоотношения студентов высшей школы.



Рис.1 Изучение самоотношения студентов университета с использованием опросника «Методика исследования самоотношения», шкала «открытость» В.В.Столин, С.Р.Пантелеев, (в%), (авторское исследование)
Дневник науки | www.dnevniknauki.ru | СМН ЭЛ № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

На основе рисунка 1 можно сделать следующие выводы: низкий уровень открытости выявлен у 7%, у 65% средний уровень, у 28% испытуемых высокий уровень. При высоких и средних значениях «открытость» принято понимать, как внутренняя честность, критичность, при низких- необходимость поддержки со стороны окружающих, уступчивость. Чаще у испытуемых встречаются средние показатели «открытости», это может означать, что при определенных комфортных условиях студенты проявляют искреннюю заинтересованность к происходящему, открыты к новым знаниям, знакомствам, они честны перед собой и близкими людьми, проявляют адекватную критичность к результатам своей деятельности и успехам.



Рис.2 Изучение самооотношения студентов университета с использованием опросника «Методика исследования самооотношения», шкала «самоуверенность» В.В.Столин, С.Р.Пантелеев, (в%), (авторское исследование)

На основе рисунка 2 можно сделать следующие выводы: низкий уровень самоуверенности выявлен у 4%, у 18% средний уровень, у 78% испытуемых высокий уровень. Самоуверенность- убеждение человека в том, что у него волевой характер, он готов принимать самостоятельные решения, оценив все риски, а также то, что он достоин уважения со стороны окружающих. Высокие показатели выражены у студентов выше, чем средний и низкий. Это может

говорить, о том, что юношескому возрасту характерно умение принимать самостоятельные решения, они уверены в себе и в своих успехах, умеют грамотно распределять своё время, несут ответственность за свою успеваемость в этом возрасте они выбирают свою будущую профессию часто стоят серьезные отношения, а иногда создают семьи.



Рис.3 Изучение самоотношения студентов университета с использованием опросника «Методика исследования самоотношения», шкала «саморуководство» В.В.Столин, С.Р.Пантелеев, (в%), (авторское исследование)

На основе рисунка 3 можно сделать следующие выводы: низкий уровень саморуководства выявлен у 4%, у 35% средний уровень, у 61% испытуемых высокий уровень. Саморуководство- способность личности, организовывать свою деятельность, ощущение собственного стержня, умение справляться со своими эмоциями, чувствами, переживаниями, уверенность в том, что получится достичь желаемого. У испытуемых чаще встречается высокий уровень саморуководства. Это может свидетельствовать о том, что студент знает, чего хочет достичь в жизни, у него есть навыки контроля эмоций, понимает как достигать своих целей, осознает свои сильные стороны.

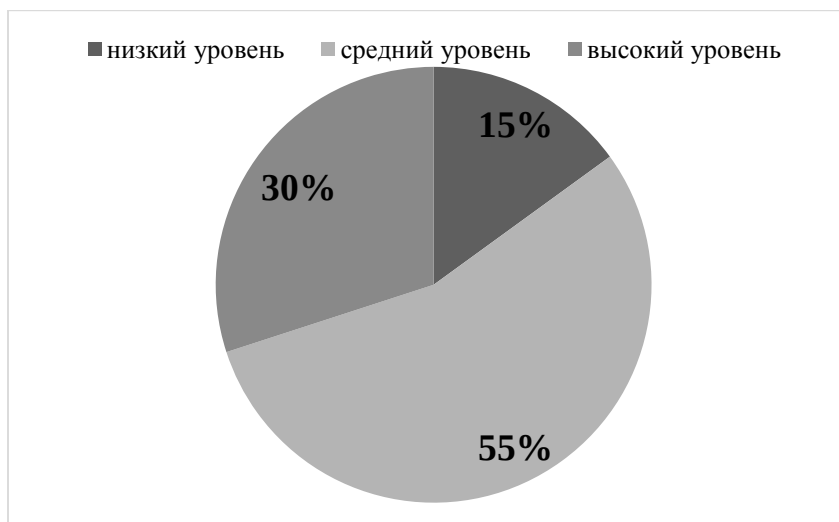


Рис.4 Изучение самооотношения студентов университета с использованием опросника «Методика исследования самооотношения», шкала «Отраженное Я» В.В.Столин, С.Р.Пантелеев, (в%), (авторское исследование)

На основе рисунка 4 можно сделать следующие выводы: низкий уровень отраженного самооотношения выявлен у 15%, у 55% средний уровень, у 30% испытуемых высокий уровень. Отражённое самооотношение- уверенность человека в том, что его индивидуальные особенности, поведение, достижения вызывает у окружающих людей симпатию, гордость, одобрение, поддержку, подражание. Те студенты, которые принимали участие в исследовании, чаще считают, что их характер, успехи, поведение откликается у других положительным к ним отношением, убеждены, что их уважают и ценят.



Рис.5 Изучение самоотношения студентов университета с использованием опросника «Методика исследования самоотношения», шкала «Самоценнность» В.В.Столин, С.Р.Пантелеев, (в%), (авторское исследование)

На основе рисунка 5 можно сделать следующие выводы: низкий уровень самооценности выявлен у 4%, у 18% средний уровень, у 78% испытуемых высокий уровень. Самоценность- человек осознает личную значимость, ощущает чувство собственного достоинства. Результаты исследования позволяют предположить, что студенты понимают ценность своих способностей, характера, поведения и то, что общество их ценит.



Рис.6 Изучение самоотношения студентов университета с использованием опросника «Методика исследования самоотношения», шкала «Самопринятие» В.В.Столин, С.Р.Пантелеев, (в%), (авторское исследование)

На основе рисунка 6 можно сделать следующие выводы: низкий уровень самопринятия выявлен у 3%, у 33% средний уровень, у 64% испытуемых высокий уровень. Самопринятие- одобрение своей успешности, поведения, личностных качеств, понимание и принятие своих желаний и стремлений. Студенты часто относятся к себе снисходительно, одобряют своё поведение, понимают свои цели и знают, как их достичь, принимают себя без упреков и критики.



Рис.7 Изучение самоотношения студентов университета с использованием опросника «Методика исследования самоотношения», шкала «Самопривязанность» В.В.Столин, С.Р.Пантелеев, (в%), (авторское исследование)

На основе рисунка 7 можно сделать следующие выводы: низкий уровень самопривязанности выявлен у 23%, у 56% средний уровень, у 21% испытуемых высокий уровень. Самопривязанность — это стремление или его отсутствие личности что-либо поменять в своём характере, в собственном «Я», порой даже принятие ригидности, заносчивости, тщеславия, высокомерия. Студентам университета в некоторых условиях и ситуациях свойственно самолюбование, высокомерие, нежелание менять что-то в себе и в своём состоянии.

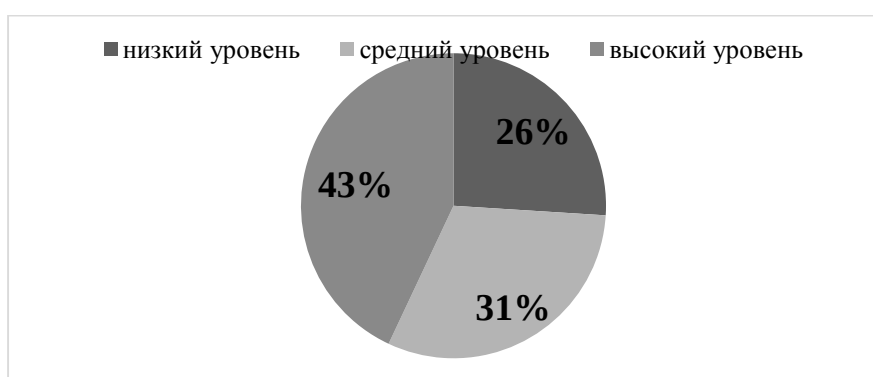


Рис.8 Изучение самоотношения студентов университета с использованием опросника «Методика исследования самоотношения», шкала «Внутренняя конфликтность» В.В.Столин, С.Р.Пантелеев, (в%), (авторское исследование)

Дневник науки | www.dnevnikнауки.ru | СМН ЭЛ № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

На основе рисунка 8 можно сделать следующие выводы: низкий уровень внутриличностных конфликтов выявлен у 26%, у 31% средний уровень, у 43% испытуемых высокий уровень. Внутренняя конфликтность- наличие у человека большого количества противоречий, чрезмерной рефлексии, самосознания, внутриличностных конфликтов. У студентов чаще встречается средний и высокий уровень внутриличностных конфликтов, это может означать, что юношам свойственен постоянный самоанализ, рефлексия в негативном ключе, анализ своей деятельности, сомнения в выборе профессии и дальнейшей карьере, размышления о взаимоотношениях с окружающими, также на них оказывает сильное влияние общество, которое устанавливает свои правила, иногда обесценивая их успехи, уникальность, самодостаточность.



Рис.9 Изучение самоотношения студентов университета с использованием опросника «Методика исследования самоотношения», шкала «Самообвинение» В.В.Столин, С.Р.Пантелеев , (в%), (авторское исследование)

На основе рисунка 9 можно сделать следующие выводы: низкий уровень самообвинения выявлен у 36%, у 37% средний уровень, у 27% испытуемых высокий уровень. Самообвинение- склонность человека брать на себя ответственность, испытывая при этом чувство вины за происходящее, даже за те события, которые находятся в зоне не его ответственности. Учащиеся

университета часто склонны к критике в свой адрес, сильно переживают из-за неудач, винят себя в том, что недостаточно приложили усилий к достижению желаемого, не принимают своих некоторых качеств, иногда даже положительных, считая их своими слабостями.

Цель исследования достигнута, был изучен уровень самоотношения студентов университета. Гипотеза исследования подтвердилась, а именно: у студентов университета преобладает высокий уровень по следующим шкалам: самоуверенность, саморуководство, самооценność, самопринятие, внутренней конфликтности и средний уровень по шкалам: открытость, отражённое я, самопривязанность, самообвинение.

Библиографический список

1. Андреев, А.С. Личностный рост как развитие осознанности. - Мир Психологии. - 2016. - №2. - С. 170-177.
2. Асмолов, А.Г. Психология личности.-М.: Изд-во МГУ, 1990. - 367 с.
3. Бражникова, А.Н. Отношение к себе в системе нравственно-психологических отношений личности.-Прикладные исследования, 2011. - №4(29). - С. 85-94.
4. Гущина, Т. Ю. Особенности становления самоотношения в студенческом возрасте.-Вюник НТУУ«КПІ». Философия. Психология. Педагогика: сборник научных статей. - 2009. -№ 1(25). - С. 81-85.
5. Деркач, А.А. Психология развития профессионала. -М.: РАГС, 2000. - 126с.
6. Ермолаева, Е.П. Психология социальной реализации профессионала. - М.: ИП РАН, 2008. - 347с.

7. Колышко А.М. Психология самоотношения: Уч. пособие. – Гродно: ГрГУ, 2004. – 102 с.
8. Кон И.С. В поисках себя: Личность и ее самосознание. Проблема «Я» в психологии. Психология самосознания. Хрестоматия по социальной психологии личности / Под ред. Д.Я. Райгородского. – Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2007. – с. 45-96.
9. Кочеткова, Т.Н. Смыслоразноориентации лиц с разным самоотношением. - Вестник ТГПУ. - 2010. - Выпуск 2 (92). - С. 118-123.
10. Малкина-Пых, И.Г. Возможности формирования позитивного самоотношения личности методами ритмо-двигательной оздоровительной физической культуры. - Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. - 2010. - № 5. - С. 101-108.
11. Морозова, И.С., Тетенев, С.А. Факторы самоактуализации личности. - Философия образования. - 2010. - № 2. - С. 228-233.
12. Никашина Н.А. Критерии успешной самореализации личности. - Вектор науки ТГУ. Серия: Педагогика, психология. - 2011. - № 2 (5). - С. 146 - 151.
13. Столяренко, Л.Д. Основы психологии. - Ростов на Дону: Феникс, 2009. - 671 с.
14. Столин В.В. Самосознание личности. – М.: Из-во МГУ, 1983. – 284 с.
15. Хватова М.В. Самоотношение в структуре психологически здоровой личности. - Психолого-педагогический журнал Гаудеамус. - 2015. - № 1(25), 2015. - С. 9 - 18.

Оригинальность 77%