

2020. –Режим доступа: <https://vm.ru/society/782427-psiholog-opisala-metody-borby-s-kompleksami> - Дата доступа: 28.03.2021

2. Овчинникова, Е. Психологические комплексы: откуда они берутся, и как их победить? / Е. Овчинникова // Психологические комплексы: откуда они берутся, и как их победить? [Электронный ресурс]. – 2020. – Режим доступа:<https://psyvo.by/stati/psichologicheskie-kompleksyi-otkuda-oni-berutsya-i-kak-ix-pobedit.html> – Дата доступа: 28.03.2021

3. Мельниченко, Р. Откуда берутся комплексы и как с ними бороться / Р. Мельниченко // Откуда берутся комплексы и как с ними бороться [Электронный ресурс]. – <https://tsn.ua/ru/blogi/themes/psihology/kompleksy-1382400.html> - Дата доступа: 28.03.2021

УДК 159.9

ФОРМИРОВАНИЕ САМООЦЕНКИ У СТУДЕНТОВ

Жуковская Е.В., Можейко Е.А.

Белорусский национальный технический университет

Минск, Республика Беларусь

Научный руководитель: ст.преподаватель Полуйчик Т.В.

Аннотация:

Рассматриваются проблемы в области формирования самооценки, пути их решения, а также понятие, виды, уровни и функции самооценки. Были проведены исследования среди студентов, обучающихся на 1-4 курсах на различных специальностях. На фоне этих исследований представлена статистика, а также вывод, который был сделан на основании проделанной работы.

В психологии самооценка рассматривается как совокупность представлений личности о себе, которые сложились на основе сравнения себя с окружающими людьми. Данные представления играют главную роль в формировании образа личного «Я» или «Я-концепции».

Сравнение себя самого с другими людьми происходит либо сознательно, либо неосознанно с позиции «лучше», «хуже», «такой же, как все». Люди сравнивают наиболее значимые для общества качества.

Так, например, для девушки XIX века было абсолютно нормальным рассуждать о том, лучше или хуже она выглядит по сравнению с другими девушками, оценивая свою бледную кожу и тонкую талию, которая сжималась корсетом до невероятных размеров.

В основе самооценки лежат ценности, без которых личность не может себя воспринимать достойно в обществе. Понятно, что оценивать себя можно по-разному, тем более бывают ситуации, когда мы полностью довольны собой, а в другой момент какое-то действие заставляет чувствовать ненависть, и мы занимаемся самокопанием. Но самооценка как часть самосознания личности – это устойчивое образование, оно хоть и может меняться, но не зависит от ситуативного отношения к себе. Напротив, самооценка корректирует это отношение:

Человек с завышенным мнением о себе скажет: «Как так вышло, это для меня совершенно нехарактерно», и постарается забыть о проступке.

А тот, у кого самооценка заниженная, напротив, заостряет внимание на своих оплошностях, будет долго винить себя за них, подумает о том, что «он по жизни неудачник, который ничего не может».

Проведенное эмпирическое исследование, результаты которого предлагаются в данной статье, направлено на выявление общей самооценки студентов Белорусского национального технического университета. В исследовании приняли участие 267 студентов гуманитарных специальностей и 168 студентов технических специальностей.

Исследование проводилось на основе методики А.А. Реана «Изучение самооценки с помощью ранжирования». Респондентам были предложены 20 качеств личности, которые они вначале ранжировали по степени привлекательности, а затем эти качества ранжировались по отношению к себе. Далее по формуле с помощью коэффициента корреляции высчитывался уровень самооценки.

Обработка эмпирических данных показала, что уровень общей самооценки у всех испытуемых неодинаков. Адекватная самооценка обнаружена только у 24% студентов специальностей «Промышленный дизайн и упаковка» и «Таможенное дело», 31% студентов технических специальностей, таких как «Оптико-электронные и лазерные приборы и системы», «Биотехнические и медицинские аппараты и системы» и 44% студентов специальности «Геодезия». Для остальной части респондентов характерна неадекватная самооценка,

при этом преобладает завышенная самооценка: она выявлена у 49% студентов специальностей «Таможенное дело» и «Промышленный дизайн и упаковка», 44% студентов технических специальностей и 36% студентов-инженеров по специальности «Геодезия».

В распределении самооценки студентов исследуемых специальностей просматривается следующая закономерность: самооценка изменяется в сторону увеличения у студентов старших курсов и выпускников.

Установлена завышенная самооценка у более половины опрошиваемых студентов 4 курса специальности «Таможенное дело» и 4 курса специальности «Промышленный дизайн и упаковка»-соответственно 54 и 60% студентов, у 49% студентов 3 курса технических специальностей и 47% студентов 4 курса специальности «Геодезия».

Заниженная самооценка характерна для $\frac{1}{3}$ всех респондентов. Из всех испытуемых в большей степени сформирована заниженная самооценка у студентов 3 курса специальности «Таможенное дело» (50%).

Мы обнаружили у первокурсников заниженную самооценку, что является достаточно распространенным фактом для этого возраста. У них часто наблюдается рост недовольства собой, снижение уверенности в себе и, как итог, снижение самооценки, что сопровождается отрицательными эмоциями и неблагоприятно сказывается на учебном процессе. Заниженная самооценка у студентов 2 курса может объясняться первым кризисом профессионального обучения, который начинается с понимания того, что сложившиеся в средней школе методы учебной деятельности не могут обеспечить эффективное усвоение вузовской программы. Главным результатом преодоления данного кризиса является формирование учебно-академической деятельности и личности студента. У тех студентов, у которых не получилось перестроиться, значительно снижается самооценка, обучение проходит с большим трудом.

Полученные в ходе исследования эмпирические данные позволяют сделать следующие выводы: для большей части обследуемых студентов всех специальностей характерно недостаточное понимание и принятие себя. На это указывает неадекватная общая самооценка, обнаруженная более чем у половины студентов – будущих таможен-

ников и почти у двух третей студентов технических и гуманитарных специальностей. Учитывая это, на аудиторных занятиях следует создавать условия и предпосылки с помощью разнообразных техник для изменения самооценки и самоотношения в сторону их адекватности. По мере взросления студентов и повышения уровня их профессиональной компетентности более ценными становятся те эмоционально-волевые свойства, которые соответствуют требованиям профессии. При оценивании степени значимости и выраженности одних качеств и нежелательности других для профессиональной деятельности не выявлено серьезных различий в зависимости от специальностей и курса обучения студентов. Однако в ряде случаев прослеживается влияние будущей профессии некоторых категорий на актуализацию тех или иных качеств. Самооценка – это показатель того, как человек воспринимает самого себя, свои возможности и достижения. Она не является постоянной величиной, а непрерывно меняется под влиянием обстоятельств, условий жизни, окружения и прочих факторов. Данную особенность можно использовать себе во благо, намеренно корректируя свою самооценку. Это позволит более адекватно воспринимать собственные возможности, добиваясь значительно больших успехов во всех сферах жизни.

Список используемых источников

1. Как влияет адекватная самооценка. От чего зависит наша самооценка. Вред неадекватной самооценки // [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://citationhall.ru/istoriya/kak-vliyaet-adekvatnaya-samoocenka-ot-chego-zavisit-nasha-samoocenka/> – Дата доступа: 14.03.2021
2. Как написать самооценку о себе к аттестации. Самооценка – что это такое: понятие, структура, виды и уровни// [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://dprvtn.ru/kak-napisat-samoocenku-o-sebe-k-attestacii-samoocenka-chto-eto-takoe/> – Дата доступа: 23.03.2021
3. Самооценка – что это такое: понятие, структура, виды и уровни. Коррекция самооценки// [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://www.b17.ru/blog/132503/> - Дата доступа: 01.04.2021