

## Положительное самоотношение подростков и молодежи, формируемое в условиях семейного воспитания, как одно из проявлений их психологического благополучия

Е. Н. Ундуск<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Российский государственный педагогический университет имени А. И. Герцена, 191186, Россия, Санкт-Петербург, наб. реки Мойки, 48

### Сведения об авторе:

**Ундуск Елена Николаевна**

e-mail: el-uni@mail.ru

SPIN-код РИНЦ: 3911-2904

© Автор (2019).

Опубликовано Российским государственным педагогическим университетом им. А. И. Герцена.

**Аннотация.** На становление личности ребенка большое влияние оказывает его ближайшее социальное окружение, в первую очередь, семья. При утрате эмоционально теплых отношений в семье, обесценивании воспитательной роли социальных институтов в юности, личности самой предстоит акцентировать внимание на выстраивании новых отношений для дальнейшего полноценного развития, отодвигая все остальные возрастные задачи. Без этого ни эго-идентификация, ни самоактуализация не смогут быть полноценно реализованы. Статья посвящена изучению проявления психологического благополучия подростков и молодежи через раскрытие

структурно-функциональных компонентов их самоотношения. На теоретическом уровне освещается понятие психологического благополучия; детализируются критерии его проявления с позиции разных подходов; подчеркивается влияние семейного воспитания на формирования самоотношения личности; раскрываются проблемные переживания учащихся, основанные на неправильно построенных линиях семейного воспитания и отражающие их психологическое неблагополучие. На эмпирическом уровне исследуются компоненты самоотношения подростков и молодежи, выступающие проявлениями их психологического благополучия. Проводится сравнительный анализ двух исследуемых выборок по изучаемым показателям. Выявляется взаимосвязь проблемных переживаний и структурных компонентов самоотношения, отражающих уровень психологического благополучия. Цель исследования: изучение самоотношения подростков и молодежи как одного из проявлений их психологического благополучия. Мы полагаем, что положительная модальность самоотношения личности служит одним из проявлений ее психологического благополучия. И, наоборот, негативное самоотношение имеет выражение в переживании жизненных проблем личности и служит проявлением ее психологического неблагополучия. Объектом исследования выступили учащиеся 14–16 лет ( $n_1=260$ ) и студенты 19–20 лет ( $n_2=70$ ). Основные выводы: 1) Психологическое благополучие отмечается значимо чаще у девочек-подростков на основании более высоких значений показателей «ожидания положительного отношения других», «саморуководства», «самоинтереса». 2) При переходе от подросткового (M1) к юношескому (M2) возрасту отмечается увеличение числовых значений показателей «саморуководства», «самоинтереса», «самопонимания» и уменьшение значений «самоуверенности» и «ожидания положительного отношения других». Поэтому однозначно обозначить психологически благополучный период здесь не представляется возможным. 3) В исследуемых выборках на фоне низкого самопринятия, самоинтереса, ожидания антипатичного отношения других и высокого самообвинения отмечаются острые переживания проблем в ряде жизненных областей. Негативное самоотношение, сопровождаемое преобладанием отрицательных переживаний, служит показателем психологического неблагополучия личности. 4) Отмечено, что на фоне высокого самопонимания значимо чаще отмечается преобладание положительных переживаний, которые касаются многих жизненных областей.

**Ключевые слова:** самоотношение, психологическое благополучие, самопонимание, саморуководство, самоинтерес, переживание проблем, молодежь.

# Family-induced positive self-attitude of adolescents and young people as a manifestation of psychological well-being

E. N. Undusk<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Herzen State Pedagogical University of Russia,  
48 Moika River Emb., Saint Petersburg 191186, Russia

**Author:**

**Undusk Elena N.**

e-mail: el-uni@mail.ru

SPIN: 3911-2904

**Copyright:**

© The Author (2019).

Published by Herzen State  
Pedagogical University of Russia.

**Abstract.** The formation of a child's personality is greatly influenced by their immediate social environment, first of all, the family. If an individual was lacking warm, emotional relations in the family and the educational role of social institutions was undermined during his/her youth, he/she will have to focus on building new relationships for further comprehensive development ignoring all the other age-related tasks. Without this, neither ego-identification nor self-actualization can be fully realized. The article is devoted to the study of the manifestation of psychological well-being of adolescents and young people through the disclosure of structural and functional components of their self-relationship. At

the theoretical level we described the concept of psychological well-being and detailed criteria of its manifestation from different approaches; we emphasized the impact of family education on the formation of the self-personality; revealed the students' problem experiences based on the improper family upbringing and reflected their psychological distress. At the empirical level, the components of self-relationship of adolescents and young people, as manifestations of their psychological well-being, are studied. A comparative analysis of the two samples with the help of the study indicators is carried out. The interrelation of problem experiences and structural components of self-relation reflecting the level of psychological well-being are revealed. The study aimed to analyze the self-relationship of adolescents and young people as one of the manifestations of their psychological well-being. We believe that the positive modality of a person's self-relation is one of the manifestations of their psychological well-being. And, on the contrary, a negative self-relation is characterized by the person experiencing difficulties in their life and serves as a manifestation of their psychological ill-being. The study targeted students aged 14–16 (n1=260) and students aged 19–20 (n2=70). Main conclusions: 1) The psychological well-being is noted significantly more often among adolescent girls through higher values of indicators of "expectation of other people's positive attitude", "self-leadership", "self-interest." 2) During the transition period from adolescence (M1) to youth (M2) there are higher values of such indicators as "self-guidance", "self-interest", "self-understanding" and lower values of such indicators as "confidence" and "expectations of other people's positive attitude". Therefore, in this case neither one of the time periods can be highlighted as the more psychologically satisfactory. 3) In the studied samples due to the low level of self-acceptance, self-interest, expectations of other people's antipathetic attitude and the high level of self-accusation there are intense experiences of problems in several areas of life. The negative self-attitude, along with predominantly negative experiences, serves as an indicator of an individual's psychological distress. 4) It is noted that where the person can be characterized by high self-understanding, a predominance of positive experiences concerning many areas of life can be found much more often.

**Keywords:** self-relation, psychological well-being, self-understanding, self-guidance, self-interest, problem experience, youth.

## Введение

Большое значение на становление личности ребенка оказывает его социальное окружение, в первую очередь, его семья: структура, численность, уровень сплоченности, степень доверия, открытости, терпимости по отношению друг к другу. Все эти составляющие определяют закладку самосознания ребенка, которое отражается через три взаимосвязанных структурно-функциональных компонента или аспекта: самопознание, самоотношение и самоконтроль.

Отношение значимых взрослых к ребенку в дальнейшем сказывается на его отношении к самому себе и к окружающим его людям. Не получая доверия от семьи, он не научается доверять окружающим, не ощущая доброты и заботы в адрес своего «Я», он не научается их проявлять по отношению к другим. Это сказывается впоследствии на характере его межличностных отношений и отношении к самому себе.

Если утрачиваются эмоционально-теплые отношения в семье, обесценивается воспитательная роль социальных институтов, то в юности молодому человеку в первую очередь предстоит самому сформировать «отношенческую» основу для дальнейшего полноценного развития, отодвигая все остальные возрастные задачи. Без этого ни эго-идентификация, ни индивидуация, ни самоактуализация не смогут быть полноценно развернуты на всем протяжении жизни личности (Павлоцкая 2016)

Вместе с тем, в семье, где отмечается открытость и доверие, где ее участники не боятся высказывать свои мысли и получать критические замечания в ответ на свои проступки и ошибки, где оценочные суждения взрослых адекватны, а сама оценка действий детей с позиции взрослых актуальна ситуации, в которой эти действия разворачиваются, в этом случае будет закрепляться позитивная модальность самоотношения.

Здоровые взаимоотношения с родителями играют большую роль в формировании субъективного ощущения ценности своей личности и возможности активно реализовать себя в обществе, веры в себя и других (Павлоцкая 2014), что свидетельствует о психологическом благополучии ребенка.

Под «психологическим благополучием» подразумевается субъективное самоощущение целостности и осмысленности индивидуумом своего бытия.

Данное понятие относится к категории понятий экзистенциально-гуманистической психологии. Среди всего разнообразия подходов к пониманию психологического благополучия выделяются два основных – гедонистический и эвдемонистический. В рамках гедонистического подхода психологическое благополучие определяется через достижение удовольствия (телесного или при достижении поставленных личностью целей) и избегание неудовольствия. С позиции эвдемонистического подхода психологическое благополучие выражается через способность человека к полной самореализации в определенных жизненных условиях, нахождения гармоничного сочетания между развитием своего «Я» и социальными запросами.

С позиции Л. В. Жуковской (2011) психологическое благополучие характеризует позитивное функционирование человека и представляет собой интегральный субъективный конструкт, имеющий сложную многофакторную структуру

В качестве базовых составляющих психологического благополучия К. Рифф в рамках эвдемонистического подхода выделила:

- позитивные отношения с другими; принятие себя (позитивная оценка себя и своей жизни);
- автономия (способность следовать своим собственным убеждениям), компетентность (контроль над окружающей

средой, способность эффективно управлять своей жизнью);

- наличие целей, придающих жизни направленность и смысл;
- личностный рост как чувство непрекращающегося развития и самореализации.

В частности, «человек, обладающий высокой автономией – независим от мнения окружающих, способен противостоять большинству, нестандартно и креативно (при необходимости) мыслит, адекватно оценивает себя и свое поведение (ориентируясь на собственные ощущения и ценности, а не мнения других). Отсутствие достаточного уровня автономии ведет к конформизму, излишней зависимости от мнения окружающих» (Павлоцкая 2016, 23).

Позитивные отношения с окружающими как компонент психологического благополучия подразумевают «умение создавать и поддерживать социальные контакты, проявлять эмпатию и интерес к другому, готовность проявлять гибкость во взаимодействии, умение прийти к компромиссу. Невыраженность этого компонента свидетельствует об отсутствии конструктивных контактов с другими людьми, неумении их устанавливать, одиночестве, неготовности слушать и понимать позицию другого.

Самопринятие как компонент благополучия личности свидетельствует о достаточном знании себя, адекватную и в целом позитивную оценку собственных действий, принятие своих ценностей и установок, осознание своих как положительных, так и

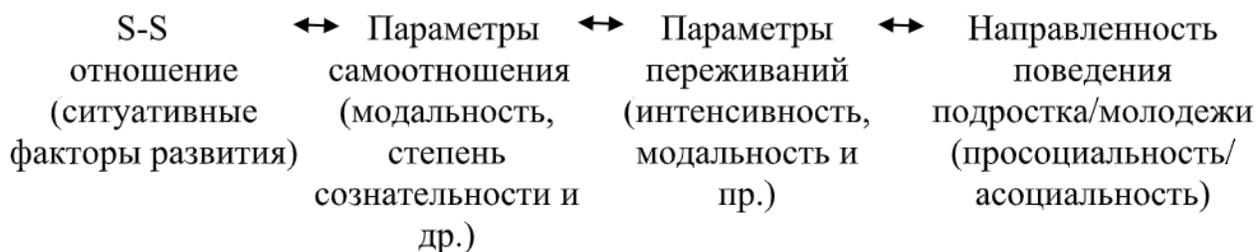
отрицательных качеств. Низкие показатели самопринятия сопровождаются ощущением неудовлетворенности собой, отторжением и вытеснением определенных качеств своей личности, негативным восприятием собственного прошлого» (Павлоцкая 2016, 24).

Само психологическое благополучие измеряется не объективными показателями и не рациональной оценкой, а эмоциональной окраской чувств и ощущений по поводу собственной жизни (Фесенко 2005).

В целом, список составляющих психологического благополучия можно не ограничивать рассматриваемыми компонентами, а расширить, например, до таких еще его составляющих, как самоинтерес, самопонимание, самоуверенность, адекватная самооценка, самопоследовательность/саморуководство, оптимистичность, доброжелательность и общительность.

Все эти психологические составляющие находят выражение в поведении и деятельности личности, отражаются в ее отношении с другими людьми. Основанием для данного утверждения является положение В. Н. Мясищева, согласно которому отношения человека в развитом виде представляют собой целостную систему индивидуальных сознательных связей личности с объективной действительностью. Эта система отражает опыт человека и определяет его переживания и действия (Мясищев 1998).

Иллюстративно это можно выразить в виде рисунка (см. рисунок).



## Рисунок. Внешнее выражение самоотношения человека

Из всей совокупности факторов, влияющих на становление самоотношения личности, И. И. Чесноковой в первую очередь, выделяются следующие:

1. Формирование отношения личности к себе под влиянием отношения ко мне другого. При этом, «чем больше другая личность наделена достоинствами, значимыми и для меня, тем сильнее выражено влияние отношения этой другой личности на формирование моего отношения к себе» (Чеснокова 1977, 119). Это выражается схематически, как Ты→Я, и характерно, в частности, для подросткового возраста.

2. Формирование отношения личности к себе под влиянием отношений к другому – процесс «двойного опосредования», то есть «мое отношение к себе первоначально формируется на основе моего отношения к другому: сравнивая, сопоставляя себя с другим, я выражаю отношение и к самому себе» (Чеснокова 1977, 119). Это выражается схематически, как Я →Ты. Характерно, в частности, для юношеского и последующих возрастов.

Тенденция становления самоотношения в ходе онтогенетического развития состоит в том, что «когнитивная и аффективная составляющие самоотношения развиваются не одновременно: ребенок значительно раньше начинает ощущать себя существом любящим или отвергнутым и лишь затем приобретает способности и средства когнитивного самопознания. Иначе говоря, ощущение “Какой Я” складывается раньше, чем “Кто Я”» (Соколова, Николаева 1995, 48).

Возвращаясь к рисунку, стоит заметить, что данная схема «работает» применительно к ситуации, которая раскрывает влияние внутрисемейных отношений на характер становления самоотношения личности ребенка и отношения его к социальной действительности, имеющие проявление в ин-

тенсивности и направленности его переживаний, поведении и деятельности.

Для подтверждения данного утверждения воспользуемся работой Е. Т. Соколовой и В. В. Николаевой (1995). Они выделяют типы самоотношения, складывающиеся в отрочестве и основанные на специфике их оценочной подсистемы:

1. «Эхо-самооценка» ребенка, которая является воспроизведением оценки матери. В данном случае при негативном отношении матери к ребенку создается устойчивое негативное отношение его к себе, чувство неполноценности и самонеприятие.

2. «Смешанная самооценка», представляющая собой синтез противоречивых компонентов: один – это формирующийся у подростка образ «Я» в связи с успешным опытом социального взаимодействия, а второй – «отголосок» видения ребенка родителем.

3. Самоотношение, при котором «подросток воспроизводит точку зрения родителей на себя, но дает ей другую оценку» (Соколова, Николаева, 1995, 55). Здесь имеет место подавление потребностей в автономии и самоконтроле желанием быть принятым, получить одобрение от значимых лиц.

4. Самоотношение, при котором «подросток ведет активную борьбу против мнений и оценок родителей, но при этом оценивает себя в рамках той же системы ценностей и с позиции тех же требований, что и родители» (Соколова, Николаева 1995, 55).

5. Самоотношение, которое характеризуется тем, что в самооценке подростка отражается негативное мнение родителей о себе. У таких подростков нарушается процесс идентификации, отмечается «спутанность ценностных ориентаций, проявляющаяся в так называемом «желании быть

сильным и плохим» (Соколова и Николаева 1995, 55).

6. Самоотношение, при котором подросток игнорирует негативную оценку и образ, существующий у родителей. Ожидаемая оценка значительно выше самооценки, хотя реальная родительская оценка является негативной. Данный вариант для подростка является защитным, а самосознание искаженным.

На основании рассмотренных типов самоотношения, каждый из которых имеет свой отрицательный заряд, можно отметить большую значимость семьи для становления положительного фона эмоционального самоотношения, адекватности его самооценки.

Так, уровень психологического благополучия ребенка, выраженный через определенную модальность компонентов его самоотношения, определяется наличным уровнем психологического благополучия его матери. Это находит объяснение в работе Л. В. Жуковской (2011). В ходе ее исследования было установлено, что «психологически благополучные женщины имеют большую готовность к принятию личности ребенка, предоставлению ему свободы и созданию равноправных с ним отношений. В свою очередь, психологическое неблагополучие женщины связано с готовностью к отвержению ребенка, к формированию зависимого поведения и созданию иерархических отношений» (Жуковская 2011, 14).

Особенно сильное влияние характера внутрисемейных отношений оказывается на становление самоотношения в подростковом возрасте и отражается на уровне психологического благополучия ребенка. Именно в этот период начинает формироваться осознанное отношение к своим потребностям, влечениям, мотивам поведения, мыслям и переживаниям. По словам В. Т. Кондрашенко (1988), самосознание выражается «в эмоционально-смысловой

оценке своих субъективных возможностей», выступающей в качестве обоснования осуществляемых поступков. С одной стороны, их самоотношение определяется внутренними критериями собственной значимости. С другой, самооценка еще продолжает основываться на внешних критериях, недостаточно интериоризированных, «навязанных» подростку значимым окружением взрослых, от которых они исходят. Это отражается на потенциальной конфликтности самоотношения, в частности, на неустойчивости его «образа Я», уровня самоуважения, самопринятия (Кон 1975; Зинченко 1991).

Чуть заметнее уменьшается влияние внутрисемейных отношений на становление личности в юношеском возрасте. В отличие от подростка, молодой человек не только в своем сознании включает себя во взрослую жизнь, но и начинает принимать в ней реальное участие. Он постепенно становится полноправным участником всех социальных действий и многих социальных ситуаций (Павлоцкая 2016).

Появляется потребность в поиске глубокого смысла всего свершающегося развития.

По О. В. Хухлаевой (2002), все эти преобразования личности сопровождаются переживаниями чувства неопределенности, осознания сложности мира, поиском смысла собственного существования, проблемой выбора, свободы и ответственности.

Наряду с изменениями внутриличностного характера, а также характера общения с родителями, у молодых людей отмечаются изменения, связанные с обучением в новой образовательной среде: возрастает уровень внутриличностных конфликтов, фрустраций и уровень социального стресса. Причиной этого в данном случае выступают вузовские условия обучения, требующие повышенного уровня организованности и самостоятельности, зависимое положение в отношениях с администрацией и препода-

вателями (Юдин 2009), сложности профессионального самоопределения и собственно оторванность студента от семьи (в частности, при переезде его в другой город с целью получения образования) (Корчикова 2013).

Получается, что отрицательная модальность самоотношения подростка и молодого человека находит свое отражение в переживаниях разных жизненных проблем и служит одним из критериев их психологического неблагополучия. Одной из таких областей является собственное «Я». К эмоциональным проблемам, связанным с «Я» личности подростка (его, в первую очередь) и молодого человека С. Г. Вершловский (1996) относит:

1. «Я недостаточно хорош». Данная проблема характеризуется чувством малоценности, неуверенности в себе и проявляется при подавлении поисковой активности ребенка родителями или учителями.

2. «Я беспомощен, я не могу ничего сделать». Эта проблема связана с тем, что собственная активность личности является стимулом для «запуска» его системы торможения.

3. «Я чужой для них, они – чужие для меня». Это проблема изоляции, связанная с эмоциональным отвержением личности значимыми другими.

4. «Я отвечаю за все это» (Вершловский 1996, 79). Это проблема сверхответственности, сопровождаемая чувствами страха, тревоги и вины. В случае малейшей оплошности подросток может прибегнуть к сверхобвинениям в адрес своего «Я», самобичеванию, порицаниям.

Можно полагать, что высокая интенсивность и острота переживаний жизненных проблем, возникающая на фоне негативного самоотношения, является показателем психологического неблагополучия и негативно сказывается на личностном становлении подростков и молодежи.

Это объясняется тем, что, во-первых, при негативных переживаниях, особенно ост-

рых и интенсивных, запускаются механизмы психологической защиты, которые, с одной стороны, направлены на поддержание «континуальности» «Я», уже имеющегося уровня самооценки, а, с другой, блокируют жизненные силы, не позволяя им быть направленными на пути личностного роста и гармонизации развития. Во-вторых, погружаясь в свои переживания, подростки и молодежь замыкаются на себе, не замечая вокруг себя происходящие события и ситуации, которые могли бы положительным образом отразиться на их личностном становлении.

### Материалы и методы

Целью настоящей работы является изучение самоотношения подростков и молодежи (на примере студентов 2 курсов) как одного из проявлений их психологического благополучия. За теоретическую основу исследования были взяты концепции К. Рифф и Н. В. Ключевой о компонентном составе (критериях) психологического благополучия, а также В. Н. Мясищева, В. В. Столина, С. Р. Пантिलеева об уровне организации самоотношения и проявлении его в переживаниях.

Выдвигается положение о том, что положительная модальность структурных компонентов самоотношения подростков и молодежи служит одним из проявлений, наряду с самопринятием, их психологического благополучия. И, наоборот, негативная модальность структурных компонентов самоотношения имеет выражение в переживании жизненных проблем личности и служит проявлением ее психологического неблагополучия.

Объектом исследования выступили подростки 14–16 лет (ученики средних общеобразовательных школ Санкт-Петербурга) численностью 260 человек и молодые люди 19–20 лет (студенты РГПУ им. А. И. Герцена) численностью 70 человек. Изучение самоотношения и проблемных переживаний в выборке подростков осу-

ществлялось с учетом критерия «Пол». В выборке студентов по причине специфики образовательного учреждения данный критерий не рассматривался.

Для изучения структурной организации самоотношения была избрана методика «Тест-опросник самоотношения» (ОСО) (В. В. Столин, С. Р. Пантеев). Для изучения проблемных переживаний – «Проблемная анкета» (Seiffge-Krenke), стандартизованные версии для подростков и молодежи, адаптированные на кафедре психологии развития и образования Института психологии (под руководством Л. А. Регуш).

### Результаты исследования и их обсуждение

В ходе изучения самоотношения в выборке подростков были установлены следующие результаты:

1. Мальчиками-подростками в большей степени, чем девочками, отмечается ощущение уверенности в себе, собственных силах и возможностях, соответственно,  $M_1=5,58$  и  $M_2=5,20$  (показатель «самоуверенности»). Однако значимых различий по этому показателю не обнаружено.

2. Девочки в большей степени ожидают положительного отношения со стороны других, с одобрением и принятием, чем мальчики ( $M_2=9,60$ ,  $M_1=8,97$  при  $p \leq 0,05$ ). То есть они проявляют большую уверенность в том, что заслуживают исключительно положительное отношение со стороны других, чем мальчики. Отчасти это носит стереотипный характер.

3. В то же время по рассматриваемому К. Рифф показателю психологического благополучия – самопринятию – у мальчиков и девочек различий в числовых значениях не обнаруживается ( $M_1=5,00$  и  $M_2=4,93$ ).

4. Однако чувство обоснованности и последовательности своих внутренних побуждений и целей, способность эффективно управлять и справляться с эмоциями и пе-

реживаниями по поводу самого себя более выражено у девочек, чем у мальчиков на уровне значимости  $p \leq 0,05$  ( $M_2=3,93$  и  $M_1=3,57$ , соответственно).

5. Установка на самообвинение, сопровождаемая внутренней напряженностью и открытостью к восприятию отрицательных эмоций, чаще отмечается у девочек, хотя о значимости различий говорить здесь не приходится.

6. Ощущают ценность собственной личности и интерес к своему внутреннему миру чаще девочки, чем мальчики ( $M_2=5,67$  и  $M_1=4,77$ ). Данные различия по полу относительно данного показателя («Самоинтерес») отмечаются при  $p \leq 0,001$ .

7. Вместе с тем, понимание своей личности, своих «сильных» и «слабых» сторон в большей степени отмечается мальчиками, а не девочками ( $M_1=2,86$  и  $M_2=2,56$ ). Однако, достоверных различий по данному показателю получено не было ( $p \geq 0,05$ ).

Интегрируя данные, можно с позиции К. Рифф констатировать, что психологическое благополучие (учитывая достоверность различий) отмечается в большей степени у девочек-подростков, чем у мальчиков (на основании таких показателей самоотношения, как: «ожидания положительного отношения других», «саморуководства», «самоинтереса»). С другой стороны, если обратиться к функциональной организации самоотношения, то в режиме саморуководства и реализации внутреннего диалога обнаруживается больше признаков психологического благополучия опять же у девочек, чем у мальчиков подросткового возраста. Одной из возможных причин этого является то, что девочек отличает более выраженная, чем у мальчиков, социальная направленность, следование правилам и законам, закрепленным в обществе, желание соответствовать его стандартам и нормативам поведения.

При изучении самоотношения в выборке молодежи и сравнении значений его структурных компонентов с таковыми у подростков были обнаружены следующие особенности:

1. По показателю «самоуверенности» в молодежной субкультуре и подростковой среде обнаруживаются практически одинаковые значения средних: 5,16 (М3) и 5,38 (М4) соответственно.

2. Значения показателя «Ожидания положительного отношения других» в выборке подростков значимо выше, чем у представителей юношеского возраста (М4=9,32 и М3=5,90,  $p \leq 0,01$ ). Полученные данные можно объяснить тем фактом, что молодой человек, постепенно обретая социальную зрелость, начинает самостоятельно совершать выбор, брать на себя ответственность за принятие своих решений и в меньшей степени старается зависеть от мнений, суждений окружающих, их одобрительного отношения, как это отмечалось ранее в подростковом возрасте.

3. При переходе от подросткового к юношескому периоду возрастают значения по показателю «самоуверенности» (М3=4,27, М4=3,77,  $p \leq 0,05$ ). Это свидетельствует о том, что с возрастом растет способность человека регулировать «внутреннее» поведение (действия, направленные на себя), имеющие непосредственное внешнее отражение (действия, направленные на других).

4. Примечательно, что к юношескому возрасту возрастают значения по показателям «самоинтереса», отражающего ценность и значимость для себя своего «Я» (М3=5,60, М4=5,25), а также «самопонимания» (М3=3,06, М4=2,70) и снижаются значения по «самопринятию» (М3=5,27, М4=6,64,  $p \leq 0,01$ ). Несмотря на то, что различия носят в основном тенденциальный характер (за исключением показателя «самопринятия»), полученные данные подчеркивают суждение Я. И. Павлоцкой (2016) о том, что максимальный потенциал психо-

логического благополучного состояния приходится на период молодости, обозначенный 16–17 – 24–25 годами.

Полученные в ходе сравнения данные в контексте функционирования самоотношения подростков и молодежи не дают однозначного ответа относительно того, какой из периодов более психологически благополучен. Так, при рассмотрении функционирования самоотношения в режиме «самоуверенности» психологически благоприятным периодом является юность; при рассмотрении функционирования в режиме «аутодиалога» (внутреннего проникновенного диалога): по критериям «самопонимания» и «самоинтереса» психологически благополучным будет юношеский период, по критерию «ожидания положительного отношения других» подростковый. Однако, рассматривая режим «самоадаптации», выраженный через показатели «самоуверенности» и «самопринятия», преимущественные значения отмечается у подростков по сравнению с представителями молодежной среды.

Изучая взаимосвязь негативной модальности самоотношения и проблемных переживаний в разных жизненных областях учащимися двух возрастных групп, стоит отметить следующее:

1. Будущее как проблема переживается учащимися на фоне низких значений по шкалам «самоуверенности», «самопринятия» и «самопонимания».

2. Переживание проблем, связанных с обучением в школе и ВУЗе, осуществляется на фоне повышенной неуверенности в себе и низком понимании своего «Я», своих сильных и слабых сторон, достоинств и недостатков.

3. Проблемы взаимоотношений со сверстниками подчеркиваются теми подростками и молодежью, которые имеют повышенную неуверенность в своих силах и возможностях, ожидают антипатичного отношения со стороны других, отличаются низким самопринятием, склонны к самооб-

винению и самобичеванию, а также слабо понимают себя.

4. Взаимоотношения с родителями фиксируются в обеих выборках при низких значениях по шкале «самопонимания».

5. Собственное «Я» переживается в качестве проблемы подростками и молодежью, которые отмечают у себя низкие значения по шкалам «самоуверенности», «ожидания положительного отношения других», «самопринятия», «саморуководства», «самоинтереса» и «самопонимания» и высокие значения по шкале «самообвинения».

6. Свободное время рассматривается как проблема и переживается остро на фоне непринятия себя, осознания низкой ценности своего «Я», высокого самообвинения и непонимания своих личностных качеств, желаний и намерений.

7. Примечательно, что все рассматриваемые проблемные области отмечаются у учащихся на фоне их низкого понимания своей личности. И, наоборот, на фоне высокого самопонимания значимо чаще (при  $p \leq 0,05$ ) отмечается снижение интенсивности и остроты переживаний проблем во всех жизненных областях.

8. Обращает на себя внимание и то обстоятельство, что проблемная озабоченность теми областями, которые связаны с осуществлением социальных контактов подростка с другими (например, проблемные области взаимоотношений с родителями и сверстниками), отмечается и на фоне низких значений по шкале «Ожидания положительного отношения других», то есть на фоне его неуверенности в том, что он заслуживает положительного отношения от других, с доверием и принятием.

9. В выборке молодежи на основе проведенного исследования фиксируются острые переживания в еще в таких сферах, как материальное благополучие, здоровье и общественная жизнь (на фоне высокого са-

мообвинения, низких значений самоинтереса и самопонимания).

Наличие острых переживаний проблем на фоне негативной модальности самоотношения и низкого самопонимания учащихся, с одной стороны, служит «сигналом» для изменения в себе нежелательных характеристик, для самокоррекции, личностного роста, а, с другой стороны, блокирует личностные условия для саморазвития. В свою очередь, ощущение уверенности в себе, своих способностях и возможностях, ценности, как для себя, так и для других, осознание и понимание своего «Я» позволяют легче справляться как самому с переживаниями жизненных трудностей и проблем, так и не бояться попросить помощи у других по их разрешению, способствует поиску конструктивных путей выхода из сложных жизненных ситуаций.

#### Выводы

На основании полученных данных в выборке современных подростков девочками значимо чаще, чем мальчиками, фиксируются высокие значения показателей «Ожидания положительного отношения других» к своему «Я», «Саморуководства» (самопоследовательности), «Самоинтереса» (самоценности). Исходя из этого, можно констатировать больше признаков психологического благополучия (в контексте самоотношения) у девочек, чем у мальчиков.

В ходе сравнения представителей подросткового и юношеских возрастов было выявлено, что в молодежной среде прослеживается больше признаков психологического благополучия, выраженного через значимо более высокий уровень «Ожидания положительного отношения других» и «Саморуководства».

В исследуемых выборках на фоне низкого самопонимания, самопринятия, самоинтереса, ожидания антипатичного отношения других и высокого самообвинения отмечаются острые переживания проблем в

ряде жизненных областей. Негативное самоотношение и низкий уровень самопонимания, сопровождаемые преобладанием отрицательных переживаний, служат показателями психологического неблагополучия личности.

И, наоборот, на фоне положительной модальности самоотношения и высоких значений по показателю самопонимания достоверно чаще отмечается преобладание положительно окрашенных переживаний в рассматриваемых жизненных областях (в двух исследуемых выборках).

Исходя из этого, можно констатировать, что для становления положительной модальности структурных составляющих самоотношения личности подростков и молодежи, повышения уровня их самопони-

мания как отражения их психологического благополучия, необходимо со стороны взрослых выстраивать адекватные линии воспитательного воздействия на основе уважения; на первых порах становления личности ребенка совместно анализировать ее действия и поступки, «не отмахиваясь» от субъективно сложных для нее проблем, включаться в совместное их разрешение, прописывая алгоритм реализации этих совместных действий. Эти и другие «помогающие» действия со стороны взрослого позволят в дальнейшем развить самостоятельность, ответственность, способность к эмпатии у молодого человека, почувствовать себя нужным для общества и принятым им.

## Литература

- Вершловский, С. Г. (ред.) (1996) *Личность, семья, школа (проблемы социализации учащихся)*. СПб.: СПбГУПМ, 218 с.
- Жуковская, Л. В. (2011) *Психологическое благополучие и родительские установки женщин* : автореферат дис. ... канд. психол. н. СПб., 14 с.
- Зинченко, В. П. (1991) *Как построить свое «я»*. М.: Педагогика, 131 с.
- Кон, И. С. (1975) *Какими они себя видят*. М.: Знание, 93 с.
- Кондрашенко, В. Т. (1988) *Девиантное поведение у подростков: Социально-психологические и психиатрические аспекты*. Минск: Беларусь, 206 с.
- Корчикова, И. В. (2013) Личностная автономия как фактор формирования образа профессионального будущего в юношеском возрасте. *Вестник Томского государственного педагогического университета*, № 6, с.171–174.
- Мясищев, В. Н. (1998) *Психология отношений: Избранные психологические труды*. М.: ИПП; Воронеж: МОДЭК, 362 с.
- Павлоцкая, Я. И. (2014) Психологическое благополучие в контексте системы отношений личности. *Теория и практика общественного развития*, № 14, с. 28–30.
- Павлоцкая, Я. И. (2016) *Психологическое благополучие и социально-психологические характеристики личности*. Волгоград: Издательство Волгоградского института управления, 167 с.
- Соколова, Е. Т., Николаева, В. В. (1995) *Особенности личности при пограничных расстройствах и соматических заболеваниях*. М.: SvR-Аргус, 359 с.
- Хухлаева, О. В. (2002) *Психология развития: молодость, зрелость, старость*. М.: Академия, 208 с.
- Чеснокова, И. И. (1977) *Проблема самосознания в психологии*. М.: Наука, 144 с.
- Юдин, Н. В. (2009) *Психологическая защищенность студентов от неблагоприятных воздействий социальной среды* : дис. ... канд. психол. н. СПб., 159 с.

## References

- Chesnokova, I. I. (1977) *Problema samosoznaniya v psilogii [The Problem of self-consciousness in psychology]*. M.: Nauka, 144 p. (In Russian)
- Huhlaeva, O. V. (2002) *Psihologiya razvitiya: molodost', zrelost', starost' [Developmental psychology: youth, maturity, old age]*. M.: Academy, 208 p. (In Russian)
- Kon, I. S. (1975) *Kakimi oni sebya vidyat [How they see themselves]*. M.: Znanie, 93 p. (In Russian)
- Kondrashenko, V. T. (1988) *Deviantnoe povedenie u podrostkov: Social'no-psihologicheskie i psihiatricheskie aspekty [Deviant behavior in adolescents: Socio-psychological and psychiatric aspects]*. Minsk: Belarus Publ., 206 p. (In Russian)
- Korchikova, I. V. (2013) Lichnostnaya avtonomiya kak faktor formirovaniya obraza professional'nogo budushchego v yunosheskom vozraste [Personal autonomy as a factor of shaping the image of professional future in adolescence]. In: *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta*, no. 6, pp. 171–176. (In Russian)
- Myasishchev, V. N. (1998) *Psihologiya otnoshenij: Izbrannye psihologicheskie trudy [Psychology of relationships: Selected psychological works]*. M.: IPP Publ.; Voronezh: MODEK, 362 p. (In Russian)
- Pavlockaya, Ya. I. (2016) *Psihologicheskoe blagopoluchie i social'no-psihologicheskie harakteristiki lichnosti [Psychological well-being and socio-psychological characteristics of personality]*. Volgograd: Publishing house of Volgograd Institute of management-branch of Ranepa Publ., 167 p. (In Russian)
- Pavlockaya, Ya. I. (2014) Psihologicheskoe blagopoluchie v kontekste sistemy otnoshenij lichnosti [Psychological well-being in the context of the system of personal relationships]. *Theory and practice of social development*, no. 14, pp. 28–30. (In Russian)
- Sokolova, E. T., Nikolaeva, V. V. (1995) *Osobennosti lichnosti pri pogranichnyh rasstrojstvah i somaticheskikh zabolevaniyah [Personality Traits in borderline disorders and somatic diseases]*. M.: SvR-Argus, 359 p. (In Russian)
- Vershlovskij, S. G. (ed.) (1996) *Lichnost', sem'ya, shkola (problemy socializacii uchashchihsya) [Personality, family, school (problems of socialization of students)]*. SPb.: SPbGUPM Publ., 218 p. (In Russian)
- Yudin, N. V. (2009) *Psihologicheskaya zashchishchennost' studentov ot neblagopriyatnyh vozdeystvij social'noj sredy [Psychological protection of students from adverse effects of the social environment]*. PhD dissertation. SPb., 159 p. (In Russian)
- Zhukovskaya, L. V. (2011) *Psihologicheskoe blagopoluchie i roditel'skie ustanovki zhenshchin [Psychological well-being and parental attitudes of women]* : PhD thesis. SPb.: Herzen State Pedagogical University of Russia Publ., 14 p. (In Russian)
- Zinchenko, V. P. (1991) *Kak postroit' svoe "ya" [How to build your "I"]*. Moscow: Pedagogy, 131 p. (In Russian)