

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ  
Н.Г.ЧЕРНЫШЕВСКОГО»  
БАЛАШОВСКИЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)**

Кафедра педагогики и психологии

**ОСОБЕННОСТИ ТРЕВОЖНОСТИ И САМООЦЕНКИ У  
ПОДРОСТКОВ ИЗ ПОЛНЫХ И НЕПОЛНЫХ СЕМЕЙ**

БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА

студента 5 курса 51 группы  
направления подготовки 44.03.02  
«Психолого-педагогическое образование»,  
профиля «Практическая психология образования»,  
психолого-педагогического факультета  
Аксенова Ивана Сергеевича

Научный руководитель

Доцент кафедры педагогики и психологии,

кандидат педагогических наук, доцент \_\_\_\_\_ М.А. Лученкова  
(подпись, дата)

Заведующий кафедрой педагогики и психологии,

кандидат психологических наук, доцент \_\_\_\_\_ О.В. Карина  
(подпись, дата)

**Балашов 2023**

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность.** Подростковый возраст является наиболее нестабильным в психологическом плане периодом. Это возраст, когда закладываются основные векторы движения личности по жизненному маршруту. От того, насколько успешно будет прожит подростковый возраст, во многом зависит успешность личности в будущем.

Наиболее частыми эффектами, проживания кризисного периода подростничества, являются общая, а также ситуативная и личная тревожность взрослеющей личности. Это обстоятельство сопряжено с тем, что подростки, в силу различных причин (отсутствия выраженного социального опыта; высокой энергозатратности на преодоление состояния/и эффектов кризиса; дефицита уверенности в собственной эффективности; диффузности представлений о возможностях и устремлениях и др.), находятся в ситуации рассогласованности. Кроме того, общая, системная тревожность подростков, существенно снижает самооценку, сужая, тем самым, спектр реализации устремлений взрослеющей личности.

Вне всякого сомнения, одним из важных источников ресурсности подростков выступает родительская семья, которая определяет основной контур представлений личности о собственном Я, формирует отношение к окружающему миру. Безусловно, полная семья, имеющая благополучный вектор взаимоотношений, дает личности необходимый баланс ресурсов для развития и формирования успешного сценария жизни. В тоже время, неполная семья, даже при максимальной ориентированности, эмоциональной поддержке, безусловно, не дает полновесного ресурса защищенности, стимулирующей уверенность подростков в собственных силах.

Проблемой влияния родительской семьи на развитие личности в разное время занимались: З. Фрейд, Э. Эриксон, Э. Фромм, Д. Винникот, Э. Берн, А. Бандура, Л.И. Божович, Л.С. Выготский, М.А. Костенко, И.В. Дубровина, А.Н. Леонтьев, В.С. Мухина, Д.Б. Эльконин, Ю.И. Алешина, В.Н. Дружинин, С.В. Ковалев, А.С. Спиваковская, Э.Г. Эйдемиллер и др. Исследователи

отмечали, что родительская семья выступает базой для самоопределения, так как отражает общие особенности, происходящих в социуме событий, настраивает взрослеющую личность на тот или путь взаимоотношений с миром, восприятия себя.

Следует отметить, что, не смотря на выраженную актуальность, изучаемой проблемы, вопрос о специфике проявления тревожности, самооценивания подростков в полных и неполных семьях, все еще остается открытым для исследовательских действий, в связи с тем, что активность социокультурных трансформаций в обществе существенно высока. Этими основаниями определен выбор темы бакалаврской работы.

В связи с этим **цель** нашего исследования: изучить особенности тревожности и самооценки у подростков из полных и неполных семей.

**Объект исследования:** тревожность и самооценка подростков из полных и неполных семей.

**Предмет исследования:** особенности тревожности и самооценки у подростков из полных и неполных семей.

**Гипотеза исследования:** предположим, что существуют различия в проявлении тревожности и самооценки у подростков из полных и неполных семей.

**Задачи исследования:**

1. Осуществить теоретический анализ проблемы особенностей тревожности и самооценки у подростков из полных и неполных семей в научной литературе.
2. Охарактеризовать феномены «тревожность», «самооценка», «семья», их особенности и видовые характеристики.
3. Выявить базовые возрастные показатели подросткового периода.
4. Эмпирически доказать существование различий в проявлении тревожности и самооценки у подростков из полных и неполных семей.

5. Разработать рекомендательную программу тренинга, нацеленную на развитие навыков свободной коммуникации, нивелирование выраженной тревожности, гармонизации самооценивания.

**Методологическая основа исследования:** научные разработки З. Фрейда, Э. Эриксона, Э. Фромма, Д. Винникота, Э. Берна, А. Бандуры, Л.И. Божович, Л.С. Выготского, М.А. Костенко, И.В. Дубровиной, А.Н. Леонтьева, В.С. Мухиной, Д.Б. Эльконина, Ю.И. Алешиной, В.Н. Дружинина, С.В. Ковалева, А.С. Спиваковской, Э.Г. Эйдемиллера и др.

**Методы исследования:** теоретический анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования; эксперимент, математические методы обработки данных.

**Методики исследования:**

тест-опросник «Определение уровня самооценки» (С. В. Ковалев); методика Ч.Д. Спилбергера. В адаптации Ю. Ханина на выявление личностной и ситуативной тревожности.

**Экспериментальная основа исследования:** Эмпирическое исследование проходило в МБОУ БГО ООШ № 9 г. Борисоглебска. В исследовании приняло участие 20 подростков, в возрасте 13-14 лет, обучающиеся 7-8 классов. В ходе проведения эксперимента учитывался закон о персональных данных [1].

**Теоретическая и практическая значимость исследования** состоит в том, что системные теоретические выводы и эмпирические результаты исследования могут быть использованы в воспитательно-образовательном процессе МОУ СОШ, с целью нивелирования негативных эффектов функционирования выраженной тревожности и заниженной самооценки у подростков. Кроме того, практико-ориентированные разработки, могут быть использованы специалистами психологами и педагогами в работе с полными и неполными семьями, в которых воспитываются обучающиеся.

**Структура бакалаврской работы.** Бакалаврская работа состоит из введения, двух глав, выводов по главам, заключения, списка используемых источников, приложений.

## **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ**

В *первой главе* нашего исследования представлен психолого-педагогический анализ проблемы особенностей тревожности и самооценки у подростков из полных и неполных семей.

В ходе теоретического анализа были сделаны следующие выводы:

1. Тревога - это состояние беспокойства, возникающее у человека в ситуации, которая представляет для него определенную физическую или психологическую угрозу.

2. Тревожность - это индивидуальная психологическая особенность, проявляющаяся в склонности человека часто переживать сильную тревогу по относительно малым поводам.

3. Тревожность, как состояние бывает: реактивная, активная, ситуативная, личностная (по Ч.Д. Спилбергеру); учебная тревожность, самооценочная тревожность, межличностная тревожность (по А.М. Прихожан).

4. Основные уровни тревожности (по К. Изард): низкий (адекватный); высокий (неадекватный).

1. Самооценка - это целостная система, укорененных в сознании представлений личности о самой себе, то есть чертах характера, ресурсах, индивидуальных возможностях, которые проявляются в социальных и профессиональных интеракциях.

2. Структурная база самооценки личности представлена двумя аспектами: когнитивным и аффективным.

3. Когнитивный аспект самооценки содержит комплекс знаний о собственном Я, систему представлений, ценностных установок, касающихся характерных черт, ресурсов индивидуального потенциала личности.

4. Аффективный (эмоциональный) структурный компонент самооценки сопряжен с комплексом отношения личности к собственной персоне. Речь идет о системе эмоций, которые могут приниматься или осуждаться человеком.

5. Виды самооценки: высокая (завышенная), адекватная, низкая (заниженная):

- Высокая (завышенная) самооценка сопряжена с дисбалансом представлений о собственной ресурсности личности, многовариативности интеракций и быстром реагировании на возможные внешние влияния. Причем личность, как правило, имеет высокий потенциал маневрирования в ситуации трудностей.

- Адекватная (средняя) самооценка выступает индикатором удерживания баланса между когнитивными устремлениями и, эмоциональным отношением к собственному Я и, к бытийной ситуации в целом. Личность с адекватной самооценкой склонна объективно анализировать плюсы и минусы собственной личности и реалистично принимать суждения значимого окружения.

- Низкая (заниженная) самооценка сопряжена с укорененным в сознании отрицательным опытом социальных интеракций.

6. Семья, как малая социальная группа, представляет собой важнейший формат организации жизни человека (супружеских, родственных, родительских взаимоотношений), которая выполняет репродуктивную, воспитательную, хозяйственно-экономическую и др. функции, создавая особую зону эмоционально-близких взаимоотношений между людьми.

7. По исследованиям ученых базовыми видами семьи являются следующие: родственная (сложная), то есть, состоящая из родственников по линиям отца и матери, а также детей; нуклеарная семья, то есть, состоящая из брачной пары (мужа и жены) и детей; неполная семья, то есть, состоящая из одного родителя (матери или отца) и ребенка/детей.

8. Наиболее часто исследователи классифицируют семьи (по показателю состава) на следующие виды: полная семья, то есть, которую составляют оба родителя и ребенок (дети); неполная семья, то есть ребенок (дети) проживает с одним родителем, второй родитель отсутствует/участвует в воспитании ребенка частично, не проживает с семьей вместе.

9. Основными показателями периода подростничества выступают:

- ведущая деятельность - интимно-личностное общение;
- новообразование - завершение формирования Я-концепции личности;
- социальная ситуация - бурное психофизиологическое развитие.

*Во второй главе* нашего исследования были выявлены и проанализированы особенности тревожности и самооценки у подростков из полных и неполных семей.

**Эксперимент** проводился на в МБОУ БГО ООШ № 9 г. Борисоглебска. В исследовании приняло участие 20 подростков, в возрасте 13-14 лет, обучающиеся 7-8 классов.

С обучающимися была проведена беседа, где мы рассказали о нашем исследовании и предложили подросткам поучаствовать с нем. После того, как подростки изъявили желание участвовать в исследовании, мы попросили согласие у родителей. После того, как было взято согласие у родителей о том, что они не против того, что их дети ответят на тесты, с которыми они ознакомились, мы отобрали подростков из полных и неполных семей.

В результате проведенного исследования были получены данные по каждой методике.

Исходя из проведенного тестирования, мы определили тревожность подростков и их самооценку. Рассмотрим данные, которые получили по методике *Ч. Спилбергера (в адаптации Ю. Ханина)*.

Было установлено, что у респондентов, которые воспитываются в полной семье ситуативная тревожность находится на низком (60% - 6 человек) и среднем (40% - 4 человек) уровне. Т.е. данные подростки в

основном справляются с стрессовыми ситуациями, проявляют саморегуляцию и могут контролировать свое поведение в стрессе. При среднем уровне в зависимости от степени стресса и ситуации, в которой находится подросток, может проявляться тревожное состояние, которое влияет на их поведение.

Подростки, которые воспитываются в неполных семьях, транслируют различные уровни ситуативной тревожности: 3 человека (30%) – низкий уровень, 5 человек (50%) – средний уровень, 2 человека (20%) – высокий уровень. Т.е. большинство подростков эмоционально реагируют на стрессовые ситуации в различной степени, соответственно им тяжелее регулировать свое поведение и рационально принимать решение в стрессе.

Высокий уровень свидетельствует о том, что подростки испытывают беспокойство и им тяжело адаптироваться к различным условиям в социуме.

Таким образом, результаты по проявлению ситуативной тревожности у подростков показали, что подростки из неполных семей склонны к ситуативной тревожности.

Далее мы проанализировали результаты личностной тревожности.

Так, было установлено, что у подростков из полных семей 80 % (8 человек) имеют низкий уровень личностной тревожности, 20% (2 человека) транслируют средний уровень тревожности. Т.е. устойчивого личностного проявления тревожного состояния не было выявлено. 2 человека входят в группу риска, где транслируют средний уровень тревожности. Этот уровень может проявляться в внутриличностном конфликте, который имеет место быть в подростковом возрасте. Данным подросткам необходимо внимание со стороны взрослых, чтобы снизить внутренние переживания, которые могут быть у подростков.

Подростки, которые воспитываются в неполных семьях, проявили следующие уровни: 60% (6 человек) – низкий уровень, 30% (3 человека) – средний уровень, 10% (1 человек) – высокий уровень. Здесь подростки чаще подвержены стрессовым ситуациям, и они тяжело переживают различные



проблемы, так как их поведение строится на основе внутренних переживаний. Один подросток проявил высокий уровень тревожности, что говорит о наличии внутриличностных проблем. С ним необходимо провести психологическую работу для гармонизации внутреннего состояния и коррекции его убеждений, которые вызывают личностную тревожность.

Таким образом, подростки из неполных семей больше, чем подростки из полных семей испытывают тревожность, как ситуативную, так и личностную. Поэтому, важной работой с подростками является психологическая работа по гармонизации их внутреннего состояния и минимизация влияния причин их переживаний.

С респондентом, который транслирует высокий уровень личностной тревожности была проведена психологическая работа педагога-психолога данной школы.

*Тест-опросник «Диагностика уровня самооценки» С.В. Ковалева показал следующие результаты:* мы установили, что 50% респондентов из полных семей (5 человек) имеют высокий уровень самооценки, 40% (4 человека) – средний уровень, 10% (1 человек) – низкий уровень (Рисунок 3). Т.е. подростки транслируют различный уровень самооценки, в большинстве случаев проявляется адекватный уровень самооценки, где подростки верят в себя, в свои возможности. А также есть подростки, которые испытывают трудности с проявлением себя, с объективной оценкой их способностей и возможностей.

Подростки, которые воспитываются в неполных семьях, также имеют различные уровни самооценки: 30% респондентов из полных семей (3 человек) имеют высокий уровень самооценки, 50% (5 человека) – средний уровень, 20% (2 человек) – низкий уровень. Данные подростки чаще транслируют средний уровень самооценки, который проявляется в недооценки своих возможностей. 2 человека тяжело воспринимают критику в свой адрес, очень ранимы и восприимчивы к стрессовым ситуациям.

Таким образом, определяя уровень самооценки можно сказать, что у всех подростков она проявляется на различных уровнях, но подростки из неполных семей в меньшей степени верят в свои возможности, чем подростки из полных семей.

Исходя из полученных результатов, мы обработали данные статистическим методом критерием U-Манна Уитни.

По результатам подсчета мы установили значимые различия у подростков. Самооценка у подростков из полных семей выше, чем самооценка у подростков из неполных семей.

Таким образом, различные данные в процентном соотношении показывают, что есть колебания в проявлении ситуативной и личностной тревожности, но они не носят ярко выраженных статистических отличий.

Отличия преобладают в самооценки подростков.

По результатам исследования мы установили, что у подростков преобладает разный уровень самооценки, который может влиять на их проявление в социуме, особенно это выражено у подростков из неполных семей. В связи с этим мы разработали рекомендательную программу для повышения уровня самооценки подростков и коммуникативных способностей, которые помогают в стрессовой ситуации.

Цель программы: развитие навыков свободной коммуникации, нивелирование выраженной тревожности, гармонизации самооценивания.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Проведенный теоретический и эмпирический анализ исследования показал:

1. В научной литературе разделяется понятие «тревога» и «тревожность». На основе теории Ч. Спилбергера и А.М. Прихожан было установлено, что тревога возникает при физической или психологической угрозе. Тревожность проявляется как склонность переживать тревогу в различных ситуациях.

2. В концепции К. Изард были проанализированы низкий и высокий уровень тревожности.

3. Анализ научных представлений о самооценке показал, что самооценка проявляется в социальном и профессиональном взаимодействии, и выступает как черта характера, индивидуальные возможности. Самооценка проявляется на когнитивном и аффективном уровне. К видам самооценки отнесены: высокий, средний, низкий уровень.

4. Подростковый возраст выступает периодом, когда активно начинает формироваться Я-концепция на основе Образа Я, в связи с этим наблюдается неустойчивый характер проявления самооценки подростков и их реагирование на стрессовые ситуации, особенно когда нарушаются детско-родительские отношения, в частности участия в воспитании всех членов семьи.

5. Проведенное исследование показало, что ситуативная и личностная тревожность проявляется по-разному у подростков из полной и неполной семьи, но статистически значимых различий мы не обнаружили.

6. Уровень самооценки также проявляется по-разному у подростков, и это было доказано статистически достоверными результатами.

7. На основе проведенного исследования мы разработали рекомендательную программу, направленную на повышение самооценки и формирования навыков коммуникации у подростков.

Таким образом, выдвинутая нами гипотеза подтвердилась частично.