

**Здоровое и невротическое самоуважение: связь с психологическим благополучием и академической успешностью у подростков**

**Научный руководитель – Гордеева Тамара Олеговна**

*Лункина Мария Владимировна*

*Аспирант*

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Факультет психологии, Кафедра психологии образования и педагогики, Москва, Россия

*E-mail: marusamendelevich@gmail.com*

Подходы и проблематика, в рамках которых изучается самоуважение, очень разнообразны и касаются самоуважения как потребности, как мотивации и как относительно стабильной личностной переменной. В отечественной психологии самоуважение исследовалось как один из компонентов самоотношения [2], а также как один из аспектов самоутверждения личности [3]. В теории личности А. Маслоу самоуважение рассматривается как врожденная, т.е. заданная у всех людей без исключения и присущая им с рождения потребность [5]. Продолжая идеи Маслоу, Т.О. Гордеева с коллегами анализирует мотивацию самоуважения и уважения значимыми другими как один из важных видов внешней мотивации достиженьческой деятельности основанной на потребности в самоуважении и уважении другими [1]. Известный специалист в области самооценки Дж. Крокер исследует источники, способы поддержания и следствия различных типов самоуважения, как личностной переменной [4]. Она указывает на то, что важно говорить не только об уровне самоуважения (высоком или низком), но и о том, каким способом оно поддерживается, поскольку высокое самоуважение может включать в себя наряду с принятием своих позитивных качеств также нарциссические и защитные черты.

Отталкиваясь от идеи о важности способа поддержания самоуважения, мы провели исследование, посвященное изучению структуры связей двух способов удовлетворения потребности в самоуважении - здорового и невротического с психологическим благополучием, а также показателями успешности учебного функционирования подростков. Для исследования были выбраны дети подросткового возраста, поскольку в этот период начинают формироваться и дифференцироваться личностные структуры, определяющие здоровое и невротическое самоуважение личности.

В соответствии с идеями А. Маслоу о двух типах потребностей, основанных на самоуважении, были выделены два типа самоуважения - самоуважение, основанное на собственных стандартах и самоуважение, основанное на уважении значимыми другими (родителями, сверстниками). Мы предположили, что самоуважение подростков, основанное на собственных стандартах умения и мастерства (т.н. здоровое самоуважение) будет предиктором их психологического благополучия и успешного учебного и социального функционирования. Напротив, невротическое (компенсаторное) самоуважение будет негативно связано с психологическим благополучием подростков, а самоуважение, основанное на одобрении другими людьми, займет промежуточное положение между ними.

В исследовании приняли участие учащиеся 8-х классов общеобразовательных школ (N=96, 37 девочек, 56 мальчиков, 3 пол не указали).

**Методики.** Для диагностики здорового и невротического самоуважения была разработана авторская методика, включающая три шкалы: самоуважение, основанное на собственных достижениях, мастерстве и проявленных устилиях (альфа Кронбаха=0,902, примеры утверждений: «Я уважаю себя, когда справляюсь с задачей, которая раньше мне не давалась», «Я уважаю себя, когда чувствую, что я выложил на 100%, работая над

какой-то важной для меня задачей»), самоуважение, основанное на оценках других людей (альфа Кронбаха =0,867, примеры пунктов шкалы: «Я уважаю себя, когда учитель ставит меня в пример моим одноклассникам», «Я уважаю себя, когда мои родители хвалят при всех мои способности») и компенсаторное самоуважение (альфа Кронбаха =0,791, примеры пунктов шкалы: «Я уважаю себя, когда мне удается ловко соврать родителям, и они этого не замечают», «Я уважаю себя, когда мне удается перехитрить какого-нибудь учителя, списать или прогулять урок»). Первая шкала отражает здоровое самоуважение, вторая и третья - невротическое. Для оценки конструктивной валидности новой методики использовался опросник общего самоуважения М. Розенберга (1965) (Психологическая диагностика, 1987), позволяющий оценить общее самоуважение личности.

Для оценки психологического благополучия школьников были использованы три шкалы из детской многомерной шкалы удовлетворенности жизнью Е. Хьюбнера: отношение к себе, отношение к семье и отношение к школе. Также оценивались следующие показатели мотивации: внутренние и различные типы внешних мотивов учебной деятельности (опросник «Шкалы академической мотивации», Гордеева, Сычев, Осин, 2014), учебная настойчивость (опросник В.В. Гижицкого, Т.О. Гордеевой и Т.К. Гавриченко (2015)), атрибутивный стиль успехов и неудач (СТОУН-Д, Гордеева, Сычев, Осин, 2017). В качестве показателя учебной успешности было взято среднее по следующим основным предметам (оценки за предыдущую четверть): русский и иностранный языки, математика, литература, история, химия и биология.

**Результаты.** Был осуществлен корреляционный анализ полученных данных, показавший, что и самоуважение, основанное на собственных стандартах, и самоуважение, основанное на одобрении другими позитивно связано с психологическим благополучием и продуктивным мотивационным функционированием. Напротив, компенсаторное самоуважение, основанное на стремлении удовлетворить потребность в уважении посредством асоциальных поступков, вызывающих восхищение сверстников или достижения позитивных результатов ненормативными средствами, не обнаружило связей с психологическим благополучием. С целью оценки влияния разных видов самоуважения на психологическое благополучие, а также показатели успешного мотивационного функционирования и академические достижения был проведен регрессионный анализ. Его результаты показали, что только самоуважение, основанное на собственных оценках, является значимым предиктором психологического благополучия ( $r=0,005$ ), высокого общего самоуважения по шкале Розенберга ( $r=0,003$ ), а также показателей продуктивного учебного функционирования - учебной настойчивости ( $r=0,001$ ), внутренней ( $r=0,048$ ) и продуктивной внешней мотивации (мотивации самоуважения ( $r=0,039$ ) и интроецированной мотивации ( $r=0,013$ )) и оптимистического атрибутивного стиля ( $r=0,004$ ).

**Выводы.** На основании полученных результатов можно заключить, что способ поддержания самоуважения действительно играет значимую роль в успешности психологического функционирования, которое сказывается на продуктивной учебной мотивации и результатах учебной деятельности. Это в свою очередь позволяет говорить о важности развития здорового самоуважения у подростков через разработку специальных тренингов, фасилитирующих продуктивные процессы личностного развития, конструктивного мышления и умения справляться с трудными жизненными ситуациями.

## Источники и литература

- 1) Гордеева Т.О., Сычев О.А., Осин Е.Н. Опросник «Шкалы академической мотивации» // Психологический журнал, 2014. № 5. С. 98–109.

- 2) Пантелеев С.Р., Столин В.В. Методика исследования самооценки // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология, 2003. № 1. С. 77–81.
- 3) Харламенкова Н.Е. Самоутверждение подростка. М.: ИП РАН, 2007.
- 4) Crocker J., Park L. E. The costly pursuit of self-esteem // Psychological Bulletin, 2004. Vol. 130. p. 392– 414.
- 5) Maslow A. H. (1943). A Theory of Human Motivation // Psychological Review, 1943, Vol 50(4), p. 370-396.