

## ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ САООТНОШЕНИЯ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Хуторянская Т.В.

кандидат педагогических наук, доцент кафедры педагогической психологии  
и психодиагностики факультета ППиСО ФГБОУ ВО  
«СГУ им. Н.Г. Чернышевского»,  
410000, г. Саратов, ул. Белоглинская, 10 А, корпус 12, ком.326  
E-mail: [dialogus1@yandex.ru](mailto:dialogus1@yandex.ru),

**Аннотация.** В статье рассматриваются особенности формирования самооотношения в подростковом возрасте. Отмечается, что самооотношение подростков определяют как центральное образование личности, которое в значительной степени определяет социальную адаптацию личности, является регулятором поведения и деятельности. Подчеркивается, что подростковый возраст является сенситивным периодом для развития самооотношения, формируется самооотношение путем сравнения себя с другими, в этот период кардинально меняется отношение к своему «Я».

**Ключевые слова:** особенности; формирование; самооотношение; подростковый возраст.

## FEATURES OF FORMING SELF-ATTITUDE IN ADOLESCENTS

Hutoryanskaya T.V.

Cand. of pedagogics, docent, associate professor of the Department of educational psychology  
and psychodiagnostics of the faculty of psychological, pedagogical and special education  
of the Saratov State University  
10A, build.12, Beloglinskaya st., Apt 326, Saratov, 410000, Russia  
E-mail: [dialogus1@yandex.ru](mailto:dialogus1@yandex.ru)

**Abstract.** The article examines the features of the formation of self-attitude in adolescence. It is noted that the self-attitude of adolescents is defined as the central education of the personality, which largely determines the social adaptation of the personality, is a regulator of behavior and activity. It is emphasized that adolescence is a sensitive period for the development of self-attitude, self-attitude is formed by comparing oneself with others, during this period the attitude towards one's "I" changes dramatically.

**Key words:** features; formation; self-attitude; adolescence.

Самоотношение является одной из главных составляющих психологического здоровья личности, а подростковый возраст является сенситивным периодом для формирования самооотношения. От его формирования и развития в подростковом возрасте зависит дальнейшая социализация человека.

Как в отечественной, так и зарубежной современной психологии нет единого подхода к определению понятия «самоотношение». Обычно такие термины как «самоотношение», «самопринятие», «самоуважение» «отношение к себе» являются синонимами.

Проблема самооотношения в психологии в настоящее время находится в фокусе научного интереса как отечественных, так и зарубежных исследований. Самоотношение рассматривается как один из значимых факторов

самореализации, саморегуляции, а также саморазвития личности. Рассмотрение личности как системы отношений и самоотношения также актуализирует проблему отношения к себе человека, как к ценности и обеспечивает значимость вопросов анализа функционирования «Я» как отдельного субъекта.

Вопросы исследования самоотношения личности являлись предметом исследования в зарубежной психологии. Достаточно интересными являются теоретические позиции таких ученых, как К. Хорни и К. Роджерс. Несмотря на принципиальную разницу в теоретических подходах, по мнению ученых, можно говорить о том, что только определив представления об «Я-реальном» и «Я-идеальном» становится возможным определить особенности отношения человека к самому себе. По мнению К. Роджерса, анализ самоотношения человека необходимо осуществлять в контексте понятий конгруэнтности – неконгруэнтности. Конгруэнтность можно рассматривать как стремление человека быть собой и соответствовать представлениям, которые у него уже сформированы, тогда как неконгруэнтное поведение характеризуется рассогласованностью психического содержания и внутреннего наполнения личности [1].

К. Роджерс также акцентировал внимание на том, что при изучении личности необходимо уделять внимание анализу самопознания людьми самих себя. Самопознание позволяет, по мнению ученого, увидеть, оценить себя со стороны в системе своих достоинств и недостатков. Соответственно, ученый проводит четкие параллели с категориями «самоотношение» и «идентичность». Ученый отмечал, что саморазвитие и самосовершенствование возможно тогда, когда имеет место соответствие человека своим идеалам и процессы развития и функционирования человека не несут угрозы для психической жизни человека. Иными словами, ученый указывал на то, что чем меньше человек ориентирован на свои идеалы, то тем более высокий уровень тревожности он имеет. Соответственно, тем более негативным является влияние на его психическую жизнь. Стремление к «Я-идеальному», таким образом, может рассматриваться как жизненный стимул развития, причем чем меньше рассогласование между «Я-реальным» и «Я-идеальным», то тем более широкие возможности для актуализации собственного потенциала имеются у человека и тем более высокий уровень социальной адаптированности, уверенности, а также самодостаточности он имеет [2].

Вопросы исследования самоотношения в отечественной науке имеют сравнительно длительную историю исследования, а также достаточно прочную теоретико-методологическую основу. Во-многом, современное рассмотрение категории «самоотношение» в отечественной науке опирается на работы Л.С. Выготского, А.Г. Ковалева, Г.С. Костюка, В.Н. Мясищева, С.Л. Рубинштейна и др.

Характеризуя отношения личности, можно отметить их достаточно сложное в психологическом плане содержание. Отношения включают в себя не только эмоциональный отклик, но также включают в себя знания, переживания и поведение человека [3]. Немаловажное значение для

понимания сущности и специфики самоотношения личности имеют психологические исследования В.Н. Мясищева. По мнению ученого, любое исследование личности можно рассматривать как исследование отношений личности. Развитие личности в этом смысле можно рассматривать в контексте динамики отношения человека и социальной среды, динамики отношений с другими людьми и самим собой.

Отношения характеризуются определенным потенциалом, который определяет особенности выраженности интереса человека, уровня проявлений эмоций, а также степени напряженности потребностей, желаний и интересов [4]. В связи с данным обстоятельством отношения можно рассматривать как фактор развития и силы личности человека.

В системе отношений можно выделить три основных звена, по С.Л. Рубинштейну – это отношение к себе, отношение к другим людям, а также отношение к миру в целом. В системе отношений человека важное место занимает отношение к самому себе. Формирование отношений к себе происходит постепенно, в процессе включения человека в систему объективных отношений. Преобладающей особенностью в развитии личности в контексте самоотношения можно рассматривать интериоризацию внешних отношений, которые имеют объективный характер, через призму индивидуального опыта и личностных особенностей [5].

Самоотношение в таком смысле может рассматриваться как исключительно значимый в психологическом плане феномен, который определяет оценку человеком окружающей действительности, сказывается на процессе формирования у человека представления о самом себе, об окружающей действительности. Самоотношение, таким образом, сказывается не только на поведении человека, но также на способах формирования системы жизненных целей, способах разрешения внутренних конфликтов и кризисных явлений.

Самоотношение рассматривается Л.Е. Адамовой как психологическое образование, имеющее универсальный характер. Самоотношение выражает степень одобрения или же неодобрения человеком своего «Я». Самоотношение носит интегративный характер и обеспечивает целостность и единство личности [6]. Таким образом, можно говорить о том, что в определении Л.Е. Адамовой, акцент сделан на эмоциональной стороне личности. В этом плане самоотношение обеспечивает формирование у человека представлений о себе, об окружающем мире, социальной действительности и своем месте в системе межличностных отношений.

По мнению И.И. Чесноковой самоотношение можно рассматривать как вариант эмоциональных переживаний. В этом смысле эмоциональные переживания имеют различный уровень осознанности и отражают отношение человека к себе, а также своему месту в мире. Формирование эмоционально-ценностного самоотношения в той же степени, что и самопознание, направленно на интеграцию различных аспектов личности и обеспечение единства функционирования ее компонентов [7].

Таким образом, можно говорить о том, что существуют три основных подхода к рассмотрению самоотношения. В первом подходе самоотношение выступает как аффективный компонент самосознания, выступая его частью. В рамках второго подхода самоотношение выступает как отдельная особенность, черта личности. Третий подход предполагает рассмотрение самоотношения как элемент самореализации, выступая ее значимой частью. Интеграция выделенных трех подходов рассмотрения самоотношения возможно в случае, если рассматривать личность как субъекта деятельности, а также при рассмотрении самоотношения как смыслового ядра личности.

На основании анализа научных источников можно отметить, что самоотношение в подростковом возрасте выражает степень одобрения или же неодобрения человеком своего «Я». Самоотношение носит интегративный характер и обеспечивает целостность и единство личности подростка.

Самоотношение обеспечивает формирование у подростка представлений о себе, об окружающем мире, социальной действительности и своем месте в системе межличностных отношений. В подростковом возрасте его диалог с самим собой и окружающим миром опосредуется просоциально ориентированным групповым общением. Именно ориентация на референтную группу дает возможность достигать осознанно важные цели, позволяет ему познавать свое Я, оценивать и совершенствовать его. Диалог с референтной группой во многом опосредует для подростка диалог с миром и самим собой. Наличие такой группы является социокультурным условием реализации жизненного плана самоотношения подростка.

Самореализация подростка происходит в сфере отношений, подчиняя себе самореализацию собственно в деятельности. В связи с этим специфическую форму приобретает и основное культурное условие самореализации подростка. Если в обобщенном виде оно было сформулировано как предметность окружающего мира, то применительно к подростковому возрасту следует выделить, прежде всего, доступность социально признаваемых деятельностей, в процессе которых подросток имеет возможность реализовать свое Я в межличностных, внутригрупповых взаимодействиях [8].

Еще одна становящаяся форма активности подростка – его саморегуляция. Она характеризует временной план жизни человека. Эта форма активности проявляется, прежде всего, как стремление следовать определенным установкам в своем поведении [9]. Саморегуляция подростка как актуализация своих действий опосредуется структурированием отношений в группе, которое в свою очередь осуществляется «выравниванием» себя под некоторый, принимаемый группой эталон.

Немаловажным выступает изучение эмоциональной сферы подростка, поскольку дисгармония его положения в семье ощущается им, прежде всего, на эмоциональном уровне. Переживания в этом возрасте становятся глубже, появляются более глубокие чувства, эмоциональное отношение ко многим жизненным ситуациям и явлениям делается более постоянным и устойчивым. Большинство явлений окружающей действительности

становится небезразличным подростку и порождает у него различные эмоции [10].

Обобщая вышесказанное, можно утверждать, что самоотношение подростка – это представление о своем «Я», его измерение и оценка, а также эмоционально-ценностное отношение к себе. Самоотношение подростков и его становление имеет ряд особенностей. Подростковый возраст является сенситивным периодом для развития самоотношения, формируется самоотношение путем сравнения себя с другими, а оценка себя окружающими для подростка очень важна, в этот период кардинально меняется отношение к своему «Я».

Адекватное самоотношение – самый оптимальный уровень развития самоотношения у подростков, так как данный уровень самоотношения характеризуется положительной установкой на себя, и способствует личностному росту. В силу того, что подростковый период очень важен для развития самоотношения, очень важно предпринимать меры для содействия и помощи подросткам в ее благополучном формировании и развитии.

#### **Библиографический список**

1. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. М.: Наука, 2014. 480 с.
2. Хорни К. Самоанализ. М.: Академический проект, 2009. 278 с.
3. Бодалев А.А. Психология о личности. Электронный ресурс // <https://klex.ru/b9g> (Дата доступа: 25.12.2020).
4. Мясичев В.Н. Понятие личности в аспектах нормы и патологии Электронный ресурс // [http://pedlib.ru/Books/3/0008/3\\_0008-1.shtml](http://pedlib.ru/Books/3/0008/3_0008-1.shtml) (Дата доступа: 25.12.2020).
5. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2015. 718 с.
6. Адамова Л.Е. Изменение самоотношения личности в ситуациях успеха и неуспеха в учебной и профессиональной деятельности: автореф. дисс. на соиск. уч. степ. канд. психол. Наук. Электронный ресурс // [http://irbis.gnpbu.ru/Aref\\_2003](http://irbis.gnpbu.ru/Aref_2003) (Дата доступа: 25.12.2020).
7. Чеснокова И.И. Проблемы самосознания в психологии. М.: Академия, 2017. 425 с.
8. Шаров А.А. Соотношение форм социальной активности и ненормативного поведения молодежи // Научное педагогическое обозрение. 2020. № 4. С.161-166.
9. Запорожец А.В. Психология действия. М.: Воронеж, 2000. 230 с.
10. Малышев И.В. Особенности социально-психологических и индивидуальных адаптационных характеристик личности подростков разных субкультур // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Философия. Психология. Педагогика. 2017. Т. 17. № 3. С. 308-313.