**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ**

СПЕЦИАЛЬНОСТЬ 050706 «ПЕДАГОГИКА И ПСИХОЛОГИЯ»

КАФЕДРА ПСИХОЛОГИИ

4 КУРС

Степанова Марина Юрьевна

Федерякин Денис Александрович

Номинация: исследование в области гуманитарных наук

**Влияние внеучебной деятельности**

**на структурные особенности**

**самооценки и тревожности**

**в подростковом возрасте**

**Смоленск 2014**

Специфика модернизации общественного строя вынуждает смотреть на стрессоустойчивость как один из необходимых и даже приоритетных факторов успешности человека в современном обществе. Кроме того, сейчас ни у кого не возникает сомнения, что способность сохранять самообладание и контролировать собственные эмоции – нормативно взаимодействовать в системе социальных взаимосвязей – является одним из условий здорового развития личности. Подобным устойчивым личностным образованием тревожность становится именно в подростковом возрасте. Этот факт обусловливается особенностями развития «Я-концепции» и самооценки в данном возрасте.

В последнее время количество проблем, так или иначе связанных с тревожностью (например, боязнь публичных выступлений) увеличивается в алгебраической прогрессии. Основной чертой этого процесса является «взросление» тревожности – она становится проблемой взрослых людей. Это указывает на тот факт, что тревожность становится частым структурным элементом современной личности, а значит, в подростковом возрасте были созданы благоприятные для формирования тревожности внешние условия.

**Научная новизна** нашего исследования заключается в установлении того, каким образом кружковые и секционные занятия, как одни из наиболее интенсивно воздействующих внешних факторов, влияют на специфику взаимосвязи самооценки и тревожности.

В качестве **теоретико-методологической базы** нашего исследования выступили представления о значении подросткового возраста для развития личности (З. Фрейд, В.С. Выготский, А.Е. Личко, Д.И. Фельдштейн и др.), о взаимосвязи тревожности и самооценки (Л.И. Божович, И.С. Кон, А.М. Прихожан, А.А. Реан и др.), о детерминантах феномена тревожности (Р.Б. Кеттелл, Г.С. Салливан, Ч.Д. Спилбергер, Р. Филлипс, Ц.П. Короленко, Л.Е. Панин, В.П. Соколов и др.), об особенностях формирования самооценки (У. Джемс, М. Кле, Ч.Х. Кули, Дж.Г. Мид, В.Н. Куницына, С.Л. Рубинштейн, и др.).

По результатам анализа научно-практических источников по изучаемой теме, нами были выявлены следующие **противоречия**:

1. Несоответствие между большим количеством исследований, посвященных изучению взаимосвязи тревожности и самооценки в детском возрасте и отсутствием целостной концепции их взаимодействия;
2. Противоречие между изолированным изучением отдельных факторов, обусловливающих тревожность как качество личности и системностью данного феномена;
3. Несоответствие между накопленным теоретическим материалом и недостаточной его практической реализацией, связанной с особенностями психолого-педагогического сопровождения формирования личности.

**Целью** нашей работы является изучение влияния внеучебной деятельности на структурные особенности самооценки и тревожности в подростковом возрасте.

**Объектом исследования** выступили тревожность как черта личности и самооценка как компонент самосознания.

**Предметом исследования** является влияние внеучебной деятельности на структурные особенности самооценки и тревожности в подростковом возрасте.

Для достижения поставленной цели нами были определены **задачи исследования**:

1. Провести теоретический анализ научных исследований, посвященных изучению выбранных психологических феноменов;
2. Провести констатирующее экспериментальное исследование по выявлению уровня тревожности и самооценки детей подросткового возраста;
3. Выявить влияние внеучебной деятельности на структурные особенности самооценки и тревожности.

Для решения поставленных задач нами использовался комплекс **методов исследования**:

1. Теоретические методы (анализ психолого-педагогической, экономической, статистической, юридической литературы);
2. Эмпирические методы (тестирование учащихся с помощью вопросника по изучению тревожности (тест школьной тревожности Филлипса) и шкал диагностики самооценки (методика исследования самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан));
3. Математико-статистическая обработка данных с применением программного пакета STATISTICA v 8.0 (критерий линейной корреляции Пирсона, тест согласия Колмогорова-Смирнова на форму распределения (с поправкой Лиллиефорса), F-тест на однородность дисперсий, t-критерий Стьюдента для независимых выборок, U-критерий Манна-Уитни).

**Опытно-экспериментальной базой исследования** выступили средние (5-9) и старшие (10-11) классы муниципального бюджетного образовательного учреждения средней образовательной школы №3 г. Смоленска. Исследованием было охвачено 253 подростка. Исследование было проведено в период с 3 по 15 февраля 2014 года.

# Выводы

По результатам нашей работы, мы смогли сделать следующий выводы:

1. Все модальности тревожности и уровня притязаний имеют тенденциозную положительную взаимосвязь друг с другом;
2. Самооценка обратно пропорциональна тревожности;
3. Уровень притязаний связан с тревожностью опосредованно – через разницу между самооценкой и желаемым уровнем развития. Чем больше эта разница, тем выше тревожность человека;
4. Степень дифференциации самооценки прямо пропорционально связана с уровнем тревожности. Данный факт мы объясняем большей внимательностью и «придирчивостью» человека к оценке собственных ресурсов, что обеспечивает большую тревожность;
5. С возрастом, увеличивается выраженность социальной желательности и дифференцированности уровня притязаний, а самооценка снижается – человек все более трезво оценивает собственные силы, определяя свои сильные и слабые стороны.
6. Увлечения различными кружками и секциями специфически влияют на самооценку и тревожность:
   1. Телесно-ориентированные увлечения определяют более высокую оценку некоторых видов собственных ресурсов (здоровье и уверенность в себе), а также снижают ряд параметров тревожности (общую школьную тревожность, страх проверки знаний, повышают легкость в отношении с учителями и физиологическую устойчивость к стрессу);
   2. Частные виды спорта (например, рукопашный бой) повышают «удовлетворенность» подростка собой – снижают степень расхождения между самооценкой и уровнем притязаний;
   3. Несмотря на вышесказанное, танцевальные кружки имеют свойство снижать уверенность детей в себе;
   4. Продуктивная творческая деятельность повышает страх самовыражения, что мы объясняем высокой субъективной значимостью результатов творчества, страхом сделать ошибку в работе;
   5. Высокую требовательность к своему характеру у детей из кружков продуктивного творчества мы объясняем необходимостью долгой и скрупулезной работы для получения удовлетворительного результата;
   6. Тем не менее, общая творческая деятельность, в целом, снижает страх самовыражения;
   7. Дети, посещающие модельную школу менее «придирчивы» по отношению к себе – меньшая степень дифференциации уровня притязаний говорит о том, что эти дети некритично оценивают свои сильный и слабые стороны;
   8. С возрастом, дети склонны бросать регулярные занятия в кружках и секциях;
   9. Дети, не занимающиеся в кружках и секциях склонны снижать степень удовлетворенности собой;
   10. Для детей, занимающихся в двух или трех секциях характерен больший страх самовыражения, что мы объясняем значительно большей нагрузкой, по сравнению с остальными детьми;
7. Мальчики более уверенны в себе и, в определенных моментах, меньше подвержены стрессу, чем девочки. Кроме того, они ставят более низкие цели для развития
8. С возрастом, детям становится неинтересны кружки рукоделия;
9. В целом, можно говорить о большей тревожности детей из неполных семей.