

**Русанова Надежда Александровна**

аспирант

ФГБОУ ВПО «Чувашский государственный  
университет им. И.Н. Ульянова»

воспитатель

МБДОУ «Д/С №1»

г. Чебоксары, Чувашская Республика

**Вербина Галина Георгиевна**

д-р психол. наук, профессор

ФГБОУ ВПО «Чувашский государственный  
университет им. И.Н. Ульянова»

г. Чебоксары, Чувашская Республика

**СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ САМООЦЕНКИ  
ЛИЧНОСТИ ВОСПИТАТЕЛЯ В ПЕРИОД  
ПСИХИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ К ДОУ**

***Аннотация:** данная статья направлена на решение важной задачи современной психологии и педагогики – теоретико-практическое исследование самооценки личности воспитателя в период психической адаптации к ДОУ. Определены понятия «психическая адаптация», «самооценки личности», а также ее функции. Рассмотрены концепции К. Бернара, У. Кэннона, К. Роджерса, С.Л. Рубинштейна, А.Г. Маклакова, Ф.Б. Березина, Д.А. Леонтьева. Даны основные положения о психической адаптации, выведенные Е.К. Завьяловой. Проведен социально-психологический анализ самооценки личности воспитателя в период психической адаптации.*

***Ключевые слова:** уровни адаптации, психическая адаптация, самооценка личности, параметры самооценки личности.*

В настоящее время очевидно ускорение темпов развития цивилизации, что обуславливает необходимость быстрого обновления технологий во всех сферах

жизни. Модернизация образования сегодня – это не только государственное требование, но и важнейшее условие благополучия и развития каждого человека, страны, человечества в постоянно изменяющихся, непредсказуемых условиях. Переход современного общества от индустриальной эпохи к эпохе информации привел к осознанию того, что истинное совершенствование жизни связано не столько с внешней образованностью человека, усвоением им той или иной системы знаний и умений, сколько с развитием его ума и способностей, системы ценностей и мотивационных установок.

Е.А. Климов в своей книге «Психология профессионального самоопределения» молодого специалиста в период фазы адаптации и привыкания он называет адаптантом и дает ему следующую характеристику: «Как бы хорошо ни был налажен процесс подготовки того или иного профессионала в учебном заведении, выпускник никогда не подходит «как ключ к замку» к производственной работе. Дело в том, что социальные, деятельностные нормы учебного заведения, с одной стороны, и производственного коллектива – с другой различны. И молодой специалист, для того чтобы распознать, понять, почувствовать новые, непривычные для него нормы, должен найти в себе возможности саморегуляции. Эти нормы регулируют и поведение, и образ жизни, и манеры, и внешний облик профессионала, не говоря уже о собственно технологических тонкостях дела. И новичок должен суметь вписаться в контекст этих норм. Пословица, обобщая опыт межчеловеческих отношений, верно говорит: «В чужой монастырь со своим уставом не ходят». В рассматриваемом случае дело осложняется тем, что среди социальных, профессиональных норм есть немало и неписаных законов, характерных для «вот этого» трудового коллектива.

Адаптации, привыкания требует также вхождение во многие тонкости работы, которые молодой специалист, возможно, и знал со слов преподавателей, но, как справедливо говорит пословица, «Дружком дорожку не изведает».

Наконец, что касается работы педагога, то она связана с постоянно возникающими нестандартными ситуациями или с ситуациями типовыми, но принимающими всякий раз новый облик.

Это требует и усилий мысли (чтобы правильно опознать и структурировать очередную трудовую задачу), и творческого подхода к делу. Считается, что для педагога эта фаза длится 3–5 лет» [5, с. 249–250].

Понятие адаптации – одно из основных в научном исследовании организма, поскольку именно механизмы адаптации, выработанные в процессе эволюции, обеспечивают возможность существования организма в постоянно изменяющихся условиях внешней среды. Благодаря процессу адаптации достигается оптимальное функционирование всех систем организма и сбалансированность в системе «человек – среда».

Теоретический анализ литературы по данной теме показывает, что исследованием понятия адаптации, ее форм, уровней и видов занимались многие зарубежные и отечественные ученые.

Одним из первых, кто стал изучать проблему функционирования живого организма как целостной системы, был французский физиолог К. Бернар. Он выдвинул гипотезу о том, что любой живой организм, в том числе и человеческий, существует, так как обладает возможностью постоянно сохранять благоприятные для своего существования параметры внутренней среды организма. До тех пор, пока это равновесие сохраняется, организм живет и действует.

Американский физиолог У. Кэннон развил идеи К. Бернара о постоянстве внутренней среды организма, назвав это свойство гомеостазом [7, с. 439].

Отечественный специалист в области психологического обеспечения профессиональной деятельности в особых условиях А.Г. Маклаков выделяет три уровня адаптации: физиологическую, психическую и социальную, которые взаимосвязаны между собой, оказывают друг на друга непосредственное влияние и определяют функциональное состояние организма [7, с. 442].

Доктор медицинских наук, профессор Ф.Б. Березин в своей книге «Психическая и психофизиологическая адаптация человека» дал наиболее современное определение понятия психической адаптации «Психическую адаптацию можно определить как процесс установления оптимального соответствия личности и окружающей среды в ходе осуществления свойственной человеку деятельности,

который позволяет индивидууму удовлетворять актуальные потребности и реализовать связанные с ними значимые цели (при сохранении физического и психического здоровья), обеспечивая в то же время соответствие психической деятельности человека, его поведения требованиям среды».

Ф.Б. Березин выделил три аспекта психической адаптации: собственно психический, социально-психологический и психофизиологический [1].

Завьялова Е.К., профессор, заведующая кафедрой организационного поведения и управления персоналом Высшей школы менеджмента Санкт-Петербургского государственного университета в своей статье «Психологические механизмы социальной адаптации человека» обобщает «основные положения, высказанные в трудах В.С. Аршавского и В.В. Ротенберга, В.И. Медведева и Г.М. Заракковского, Л.А. Китаева-Смык, Ф.Б. Березина и др., и заключает, что:

– адаптация является целостным, системным процессом, характеризующим взаимодействие человека с природной и социальной средой. Выделение различных видов и уровней адаптации в достаточной мере искусственно и служит целям научного анализа и описания этого явления;

– механизмом, определяющим уровень развития процесса адаптации, является диалектическое противоречие между интересами различных уровней иерархии: индивида и вида, особи и популяции, человека и общества, этноса и человечества, биологическими и социальными потребностями личности;

– системообразующим фактором, регулирующим и организующим процесс адаптации, является цель, связанная с ведущей потребностью;

– особенности процесса адаптации определяются психологическими свойствами человека, в том числе уровнем его личностного развития, характеризующегося совершенством механизмов личностной регуляции поведения и деятельности;

– критериями адаптированности можно считать не только выживаемость человека и нахождение места в социально-профессиональной структуре, но и общий уровень здоровья, способность развиваться в соответствии со своим потенциалом жизнедеятельности, субъективное чувство самоуважения;

– процесс адаптации человека в новых условиях существования имеет временную динамику, этапы которой связаны с определенными психологическими изменениями, проявляющимися как на уровне состояния, так и на уровне личностных свойств» [3, с. 55–60].

Рассмотрим теперь теоретические аспекты изучения понятия самооценки личности.

В Большом психологическом словаре дается следующее понятие самооценки личности «самооценка (англ. self-esteem) – ценность, значимость, которой индивид наделяет себя в целом и отдельные стороны своей личности, деятельности, поведения. Она выступает как относительно устойчивое структурное образование, компонент Я-концепции, самосознания, и как процесс самооценивания. Основу самооценки составляет система личностных смыслов индивида, принятая им система ценностей. Рассматривается в качестве центрального личностного образования и центрального компонента «Я-концепции».

Самооценка выполняет регуляторную и защитную функции, влияя на поведение, деятельность и развитие личности, ее взаимоотношения с другими людьми. Отражая степень удовлетворенности или неудовлетворенности собой, уровень самоуважения, самооценка создает основу для восприятия собственного успеха и неуспеха, постановки целей определенного уровня, т. е. уровня притязаний личности. Защитная функция самооценки, обеспечивая относительную стабильность и автономность (независимость) личности, может вести к искажению данных опыта и тем самым оказывать отрицательное влияние на развитие.

Самооценка развитого индивида образует сложную систему, определяющую характер самоотношения индивида. Она включает общую самооценку, которая отражает уровень самоуважения, целостное принятие или непринятие себя, и парциальную, частную самооценку, характеризующую отношение к отдельным сторонам своей личности, поступкам, успешности отдельных видов деятельности. Самооценка может быть разного уровня осознанности и обобщенности.

Самооценка характеризуется по следующим параметрам: 1) уровню (величине) – высокая, средняя и низкая самооценка; 2) реалистичности – адекватная и неадекватная (завышенная и заниженная) самооценка; 3) особенностям строения – конфликтная и бесконфликтная самооценка; 4) временной отнесенности – прогностическая, актуальная, ретроспективная самооценка; 5) устойчивости и др.

Для развития личности эффективным является такой характер самоотношения, когда достаточно высокая общая самооценка сочетается с адекватными, дифференцированными парциальными самооценками разного уровня. Устойчивая и вместе с тем достаточно гибкая самооценка (которая при необходимости может меняться под влиянием новой информации, приобретения опыта, оценок окружающих, смены критериев и т. п.) является оптимальной как для развития, так и для продуктивности деятельности. Отрицательное влияние оказывает чрезмерно устойчивая, ригидная самооценка, а также и сильно колеблющаяся, неустойчивая. Конфликтность самооценки может иметь как продуктивный, так и дезорганизирующий характер. Неустойчивость и конфликтность самооценки возрастает в критические периоды развития, в частности, в подростковом возрасте.

Самооценка формируется на базе оценок окружающих, оценки результатов собственной деятельности, а также на основе соотношения реального и идеального представлений о себе. Сохранение сформировавшейся, привычной самооценки становится для человека потребностью, с чем связан ряд важных самооценочных феноменов, таких как: аффект неадекватности, дискомфорт успеха и др [2, с. 354].

Категория самооценки является центральным звеном в феноменологической теории личности К.Р. Роджерса. Он считал, «что в результате взаимодействия ребенка со взрослыми и другими детьми у него создается представление о себе самом. Однако формирование самооценки не проходит без конфликта. Часто оценка окружающих не соответствует самооценке. Человек стоит перед дилеммой, принять ли оценку окружающих либо остаться при своей, иными сло-

вами обесценивать себя либо других. Происходит так называемый «органический оценочный процесс», поскольку источник оценок первоначально лежит как бы внутри организма ребенка» [10, с. 65–68].

С.Л. Рубинштейн считал, что «самооценка определяется тем, что человек как общественный индивид делает для общества. Самооценка тесно связана с самосознанием, включая и то или иное отношение к себе. Самооценка человека существенно обусловлена мировоззрением, определяющим нормы оценки» [11, с.701].

Д.А. Леонтьев в «Очерке личности» пишет «Наиболее поверхностным проявлением самоотношения или смысла я выступает самооценка – общее положительное или отрицательное отношение к себе. Позитивная самооценка, лежащая в основании внутренней свободы, создается родительской любовью, а отрицательная самооценка, ведущая к несвободе, – нелюбовью. <...> Главной целью для человека может стать сохранение положительной самооценки или избегание отрицательной любой ценой. В этом случае самооценка перестает отражать состояние реальных жизненных процессов и заслоняет от человека мир, а порой искажает его, если правдивая картина мира угрожает его самооценке. Активность человека в мире оказывается в этом случае лишь средством поддержания высокой самооценки. Но этот путь ведет в тупик. Высокая самооценка относится к таким вещам, которые могут быть доступны человеку лишь как побочный результат его активности, но ускользают от него, как только он пытается сделать их целью» [6, с. 42].

Е.П. Ильин в книге «Мотивация и мотивы» пишет, что «У людей, ориентированных на успех, чаще преобладают реалистические, а у индивидов, ориентированных на избегание неудач, – нереалистические, завышенные или заниженные, самооценки. Уровень самооценки в значительной степени связан с удовлетворенностью или неудовлетворенностью человека собой, своей деятельностью, возникающей в результате достижения успеха или появления неудачи. Сочетание жизненных успехов и неудач, преобладание одного над другим постоянно формируют самооценку личности. В свою очередь, особенности самооценки

личности выражаются в целях и общей направленности деятельности человека, поскольку в практической деятельности, он, как правило, стремится к достижению таких результатов, которые согласуются с его самооценкой, способствуют ее укреплению» [4, с. 226–227].

Целью нашего исследования стало изучение особенностей самооценки воспитателей в период адаптации к ДОУ.

Объект исследования. В исследовании приняли участие 25 воспитателей в возрасте от 25 до 32 лет со стажем работы от 3 до 5 лет. У тринадцати воспитателей образование – высшее, но не дошкольное образование, у пяти человек – высшее дошкольное образование, у семи воспитателей – среднее профессиональное дошкольное образование.

Методы исследования. В нашем исследовании мы использовали следующие методики: методику исследования самоотношения С.Р. Панталева, В.В.Столина (МИС) и тест-опросник для определения уровня самооценки С.В.Ковалева.

По результатам теста – опросника С.В.Ковалева можно судить об уровне самооценки: высокий, средний, низкий (рис.1).

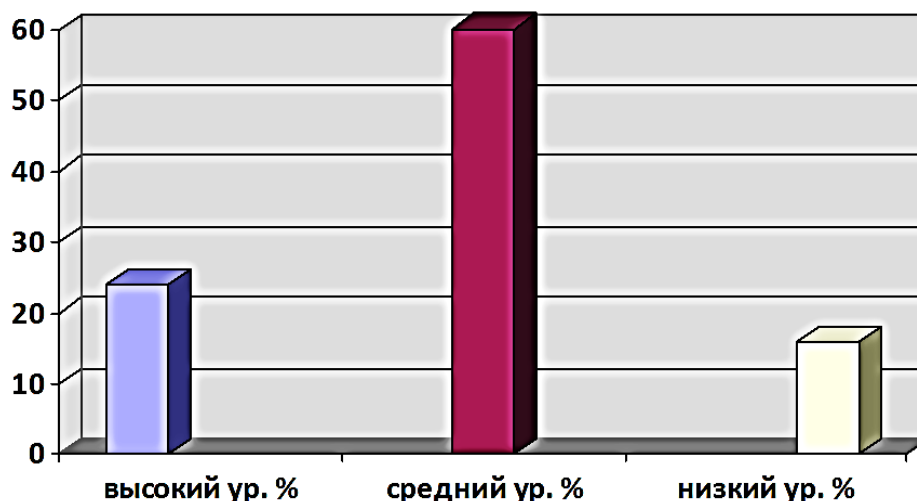


Рис. 1. Результаты по тесту-опроснику С.В. Ковалева

Из рис.1 видно, что 24% испытуемых (6 человек) набрали наименьшее количество баллов по тесту, что свидетельствует о наличии у них высокой самооценки. Люди уверены в себе, правильно реагируют на замечания других и редко сомневаются в необходимости своих действий. Они редко беспокоятся о своем



будущем, не боятся выглядеть «глупыми», не боятся выступать с речью перед незнакомыми людьми. Испытуемые с высокой самооценкой отметили, что редко ожидают одобрения своих действий от окружающих и редко волнуются напрасно.

60% испытуемых (15 человек) получили средние показатели по баллам, что свидетельствует о наличии у них среднего уровня самооценки. Испытуемые отметили, что они общительные, но иногда могут испытывать скованность и неловкость при виде незнакомых людей. Эти люди уверены в себе, но иногда им бы хотелось, чтобы их действия одобрялись другими чаще обычного. Испытуемые со средним уровнем самооценки считают, что нужно уметь извлекать уроки и делать правильные выводы из совершенных ими ошибок, так как без ошибок невозможно жить и существовать в социуме.

Подсчет баллов по тесту показал, что 16% (4 человека) набрали высокие оценки, свидетельствующие о низкой самооценке. Для испытуемых с низкой самооценкой характерно наличие постоянной неуверенности в своих действиях, в осознании ими собственной непривлекательности. Испытуемые считают себя скромными и тревожными людьми, для которых характерен небольшой круг общения. Они отмечают, что нуждаются в подбадривании и похвале друзей и окружающих людей.

Методика исследования самоотношения С.Р. Пантилеева, В.В. Столина предназначена для выявления структуры самоотношения личности, а также выраженности отдельных компонентов самоотношения: закрытости (шкала 1), самоуверенности (шкала 2), саморуководства (шкала 3), отраженного самоотношения (шкала 4), самооценности (шкала 5), самопринятия (шкала 6), самопривязанности (шкала 7), внутренней конфликтности (шкала 8) и самообвинения (шкала 9).

Наглядно результаты (в процентном соотношении) по данному тесту представлены на рис. 2.

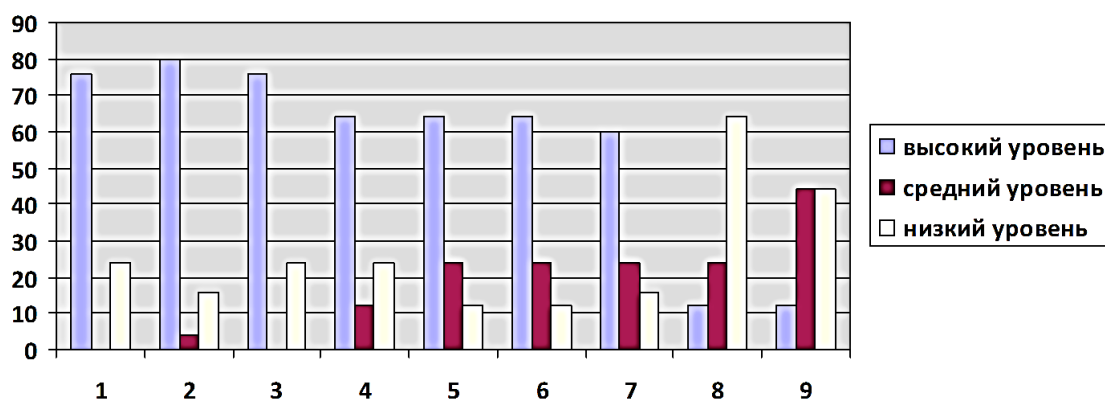


Рис. 2. Результаты по тесту МИС С.Р. Пантилеева, В.В. Столина

Анализ результатов тестирования показал, что 64–80% (16–20 человек) испытуемых набрали высокие баллы по шкалам. В обобщенном виде их можно охарактеризовать как общительных, уверенных в себе людей, чье поведение мотивировано на социальное одобрение. Они понимают, что саморазвитие и активность личности является залогом достижения успехов и достижений. Испытуемые с высокими баллами по шкале «отраженное самоотношение» считают, что их ценят за личностные и духовные качества, за совершаемые поступки и действия, за приверженность групповым нормам и правилам. Они общительные, эмоционально открытые для взаимодействия с окружающими, легко устанавливают деловые и личные контакты.

Высокие баллы по шкалам «внутренняя конфликтность» и «самообвинение» набрали 12% испытуемых (3 человека), которые свидетельствуют о наличии у них внутренних конфликтов, сомнений, несогласия с собой, о выраженности тенденций к самокопанию и рефлексии. Люди видят в себе лишь недостатки и склонны всегда винить себя в неудачах.

Современному педагогу, работавшему с детьми, необходимо владеть обширными знаниями в различных областях педагогики и психологии, медицины и валеологии. Сегодня приоритетными являются такие личностные качества воспитателя, как коммуникабельность, активность, способность к саморазвитию и повышению своего интеллектуального и творческого потенциала, умение видеть

реальные источники успехов и неудач, стрессоустойчивость, гибкость в поведении и мышлении.

Проведенное нами исследование показало, что уровень самооценки личности воспитателя в период психической адаптации может изменяться в различных ситуациях. Но глобальные, устойчивые показатели адекватной самооценки остаются постоянными у большинства испытуемых (15–20 человек). Для них характерны, такие черты, как активность, целеустремленность, принятие себя и других, стремление к саморазвитию, стрессоустойчивость, уверенность в своих силах. Воспитатели с заниженной самооценкой (3–4 человека) испытывают трудности в адаптации и, следовательно, в педагогической работе. Для повышения их самооценки рекомендуется сотрудничество с психологом ДООУ, который разработает необходимую, индивидуальную для каждого систему психологических тренингов и упражнений.

### *Список литературы*

1. Березин Ф. Б. Представление об адаптации [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [www.berezin-fb.su](http://www.berezin-fb.su)
2. Большой психологический словарь / Под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2006. – С. 354.
3. Завьялова Е.К. Психологические механизмы социальной адаптации человека // Вестник Балтийской педагогической академии. – СПб., 2001. – Вып. 40. – С. 55–60.
4. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. – СПб.: Питер, 2003. – 512 с.
5. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. – Ростов н/Д: Феникс, 2012. – 304 с.
6. Леонтьев Д.А. Очерк психологии личности. – М.: Смысл, 1993. – 43 с.
7. Маклаков А.Г. Общая психология: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2008. – 592 с.
8. Пантилеев С.Р. Методика исследования самоотношения / С.Р. Пантилеев, В.В. Столин // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. – 2003. – №1. – С. 77–81.

9. Петерсон Л.Г. Повышение профессиональной компетентности педагога дошкольного образования: Учебно-методическое пособие. Выпуск 5 / Л.Г. Петерсон, Л.Э. Абдуллина, А.А. Майер, Л.Л. Тимофеева. – М.: Педагогическое общество России, 2013. – 112 с.

10. Роджерс К.Р. Гуманистическая психология. Теория и практика. – Воронеж: Модэк; НОУ ВПО Московский психолого-социальный университет, 2013. – 456 с.

11. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – СПб.: Питер, 2015. – 713с.

12. Фетискин Н.П. Социально-психологическая диагностика личности и малых групп / Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов. – М.: Издательство Института Психотерапии, 2002. – 339 с.