

УДК 159.9

DOI: 10.34670/AR.2021.26.27.026

Роль самооценки в личностном становлении студента**Федюков Вадим Валерьевич**

Кандидат педагогических наук,
старший преподаватель кафедры педагогики, образовательных технологий и
профессиональной коммуникации,
Саратовский государственный медицинский университет им. В.И. Разумовского,
410012, Российская Федерация, Саратов, ул. Большая Казачья, 112;
e-mail: fedukovvadim@yandex.ru

Федюков Сергей Валерьевич

Кандидат экономических наук,
доцент кафедры педагогики, образовательных технологий и профессиональной
коммуникации,
Саратовский государственный медицинский университет им. В.И. Разумовского,
410012, Российская Федерация, Саратов, ул. Большая Казачья, 112;
e-mail: fedukovsv@mail.ru

Ремпель Елена Александровна

Кандидат филологических наук,
доцент кафедры педагогики, образовательных технологий и профессиональной
коммуникации,
Саратовский государственный медицинский университет им. В.И. Разумовского,
410012, Российская Федерация, Саратов, ул. Большая Казачья, 112;
e-mail: rempelel@mail.ru

Кузьмин Алексей Михайлович

Кандидат педагогических наук,
доцент кафедры физической культуры,
Саратовский государственный аграрный университет им. Н.И. Вавилова,
410012, Российская Федерация, Саратов, пл. Театральная, 1;
e-mail: pedagog1.sgm@gmail.com

Аннотация

Цель статьи заключается в раскрытии проблемы самооценки в личностном становлении студента при рассмотрении вопросов рационального использования свободного времени и компенсации потраченных сил на повышение эффективности обучения. Автор рассматривает основные функции самооценки и указывает на то, что необходимо честно и взвешенно разобраться в сути происходящего в настоящее время, произошедшего ранее и перспективах будущего, понять, что необходимо сделать, и

планомерно действовать для того, чтобы привести в норму самооценку, изменить себя в лучшую сторону. Самооценка человека, которая сформировалась на определенных этапах его взросления и развития личности, с течением времени становится ключевым элементом, формирующим личность. В зависимости от вида и уровня самооценки возникает детерминация личностного комфорта или дискомфорта, что в конечном итоге во многом влияет на выбор жизненного пути. Именно в студенческом возрасте корректировка самооценки позволит избежать ошибок, определяющих дальнейшее развитие в профессии, семейной жизни и реализации себя.

Для цитирования в научных исследованиях

Федюков В.В., Федюков С.В., Ремпель Е.А., Кузьмин А.М. Роль самооценки в личностном становлении студента // Педагогический журнал. 2021. Т. 11. № 5А. С. 217-224. DOI: 10.34670/AR.2021.26.27.026

Ключевые слова

Личность врача, проблема становления личности, медицинский работник, нравственное воспитание, образование.

Введение

В течение всего процесса обучения студент регулярно получает оценку своих знаний, оценку промежуточных и итоговых результатов. Оценки бывают объективными и необъективными, заслуженными и случайными, завышенными и заниженными. Почему иногда мы согласны с оценкой своего труда, а иногда нет? Почему некоторые студенты считают, что им достаточно тройки, а некоторые четверку считают неудачей и прикладывают максимум усилий, чтобы исправить ее на пятерку? Почему по окончании обучения случается так, что бывшие троечники выстраивают более успешную карьеру и руководят бывшими отличниками? В этой статье речь пойдет об одном из ключевых вопросов исследования личности – самооценке.

Основная часть

Самооценка – это степень понимания человеком самого себя, способность оценить и сопоставить свои положительные и отрицательные качества. Самооценка во многом влияет на то, как сложится жизнь человека. Она влияет на все без исключения жизненно важные выборы человека: на выбор профессии, на выбор своего окружения в обществе, на выбор пути собственного развития и реализации. Вера в собственные силы, уверенность в состоятельности своих достоинств, знаний и умений – неперенные спутники успеха в достижении какой-либо цели. И наоборот, необоснованная стеснительность, неоправданные чувства стыда и вины очень часто мешают человеку достигать чего-либо [Евдокимова, Евдокимов, Таньчева, 2019, 49].

Нужно сразу отметить, что базовая самооценка человека формируется в детстве. Однако самооценка может изменяться и поддается коррекции. Почему отдельных людей можно с уверенностью назвать «цельными»? Во многом на это влияет адекватное сопоставление нашей оценки достоинств этого человека с его представлениями о самом себе. Это происходит из-за того, что совпадают представления о структуре личности, ее положительных и отрицательных качествах. Первым понятие «самооценка» в представление о структуре личности ввел

американский психолог Уильям Джеймс (1842-1910 гг.) [Федюков, 2019, 145]. В своей теории ученый разделил личность на три части: составные элементы; чувства и эмоции, вызываемые этими элементами; поступки, вызываемые этими элементами. При этом первую часть – составные элементы – У. Джеймс подразделил на три класса: физическую личность, социальную личность, духовную личность. Исследовав чувства и эмоции, вызываемые элементами, ученый разделил понятие самооценки на два типа – самодовольство и недовольство собой. Таким образом, получилась формула У. Джеймса: самооценка = успех/уровень притязаний. Чем реальнее человек оценивает собственные силы и достоинства, тем успешнее складываются его отношения в обществе, тем выше результаты во всех сферах его жизни. Другими словами, чем объективнее студент оценивает собственные знания по предмету, тем больше шансов, что будет выбран правильный путь для подготовки, будут верно рассчитаны силы и необходимое время [Игнатъев и др., 2020, 64].

На основании степени соответствия самоонения человека объективным данным выделяется три вида самооценки: адекватная, неадекватная и смешанная. Остановимся на каждом из них.

При адекватной самооценке восприятие своих сил и достоинств совпадает с реальной действительностью. Человек способен честно признаться самому себе и обществу о своих слабых сторонах. Он трезво оценивает свои сильные качества, способен к самокритике и исправлению ошибок, готов правильно определить свой внутренний потенциал, поставить оправданно высокую цель, распределить силы и реализовать задуманное.

Неадекватная самооценка заключается в несоответствии представления человека о самом себе с объективностью. Она может быть завышенной или заниженной. Человек либо считает, что обладает теми качествами и достоинствами, которые ему не присущи, либо не способен принять себя с теми недостатками, которыми обладает на самом деле. Неадекватно оценивая свой уровень знаний, необходимые затраты сил и времени, студент практически не может эффективно выстроить процесс самоподготовки. Кроме того, неадекватная самооценка отрицательно влияет на выстраивание коммуникаций в студенческом коллективе, что естественным образом влечет психологический дискомфорт и тоже мешает образовательному процессу [Барсукова, Шешнева, 2016, 19].

Смешанная самооценка проявляется в нестабильном отношении к себе, проявляя то больше уверенности, то больше слабости и стеснительности. В качестве примера можно привести человека, способного раскрыться и реализовать себя в профессии и убежденного, что в семейной жизни он никогда не сможет быть счастливым.

Перед тем как углубиться в степени искажений неадекватной самооценки, важно отметить, что в любом обществе всегда найдутся люди, которые в чем-либо будут нас превосходить: они будут образованнее, сильнее, красивее, интеллигентнее, обаятельнее, популярнее или удачливее нас. Однако все люди по своей природе склонны к сопоставлению себя с окружающими и не всегда правильно реагируют на объективное восприятие самого себя. Неадекватную самооценку принято разделять по уровням на заниженную, низкую, высокую и завышенную.

Люди с заниженной самооценкой неудовлетворены своими достижениями, им не нравится то, как складывается жизнь. При этом, внимательно разобравшись, можно понять, что человек объективно обладает хорошим потенциалом, но из-за страха совершить ошибку не способен реализовать себя. Например, студент с заниженной самооценкой не способен поставить цель и разобраться в сложном вопросе, хорошо подготовиться к экзамену, претендовать на высокую оценку. Внешне это проявляется необоснованной самокритикой, часто возникающим чувством вины, боязнью совершить ошибку, желанием угождать.

Низкая самооценка – самый нежелательный случай, требующий немедленной

корректировки. Он не позволяет строить серьезных планов на жизнь и добиваться результатов. Кроме того, обществу сложно принять такого человека: он похож на боксера, который выходит на ринг, заранее решив проиграть бой. Студент с низкой самооценкой даже не строит значимых планов в процессе образования, чаще всего ему достаточно тройки. В возможность другой оценки его труда он не верит. Если он добился успеха, то обществу это преподнесет как случайность. Если не заниматься своевременной корректировкой самооценки, у ее обладателя начинает развиваться «комплекс самозванца». В психологии эти проявления принято называть перфекционизмом. В современном обществе все больше и больше примеров проявления низкой самооценки, которое отчетливо проявляется в желании подражать более успешным людям. Многие обладатели низкой самооценки, словно стесняясь собственного настоящего я, формируют свой новый успешный, но выдуманный образ в Интернете через социальные сети или прибегают к услугам пластических хирургов, чтобы «исправить» свой внешний облик. Внешне это проявляется: частыми необоснованными извинениями, хроническим чувством вины, полной безынициативностью, неуместными оправданиями своих слов и действий.

Высокий и завышенный уровень самооценки уместнее объединить в общее описание, поскольку граница у них «плавающая» и часто один уровень перетекает в другой и наоборот [Клоктунова и др., 2021]. Но объединяет оба уровня одна суть – искажение собственного восприятия в сторону преувеличения достоинств и преуменьшения недостатков. Человек с таким уровнем самооценки, как правило, постоянно двигается вперед к достижению своей цели. Однако чаще всего общество его не принимает, и он остается в одиночестве. Друзей у таких людей мало или нет совсем [Валицкас, Гиппенрейтер, 1989]. Студент с такой самооценкой часто считает себя недооцененным, он полагает, что весь мир должен крутиться вокруг него. Часто бывает так, что, даже получив хорошее образование, такому специалисту сложно стать полезным обществу, поскольку окружающие люди ему почти неинтересны. Внешне это проявляется самолюбованием, переходящим в нарциссизм, отрицанием и непереносимостью критики, устойчивой уверенностью в собственной правоте в любом вопросе, соперничестве в обществе, обвинением окружающих, неспособностью признать очевидные ошибки и просить прощения, неспособностью слышать оппонента [Козьмина, 2013, 197].

Рассмотрев искажения, целесообразно сравнить их с нормой. Что же подразумевает нормальная самооценка? На самом деле людей с нормальной самооценкой не так много. Человека, способного полностью осознавать свою уникальность, свои плюсы и минусы, принимать свои достоинства и недостатки как некую данность, можно с уверенностью назвать счастливым. Такой человек уважает себя и свое окружение, он способен честно признать свои ошибки и исправлять недостатки. Студент, взвешенно оценивающий свои знания, способен точно распределить силы и время, составить жизнеспособный план подготовки и успешно освоить самый сложный материал. Специалисты с нормальным уровнем самооценки становятся хорошими руководителями, способными повести за собой коллектив, проявить заботу о подчиненных и добиваться общей цели. Людей с нормальным уровнем самооценки отличают способность принимать решения и отвечать за последствия, стрессоустойчивость, умение принимать критику, способность прогнозирования результатов, умение отстаивать собственное мнение и обосновывать принятые решения.

Что нам мешает нормально себя оценивать? В какой момент произошло искажение? Что в нашей жизни повлияло на это настолько сильно, что буквально разделило общество по уровням собственного восприятия и сделало нас такими разными?

Самооценка закладывается с раннего детства, и основным фактором, имеющим определяющее значение при выстраивании фундамента собственного восприятия, является

безусловная любовь родителей: если ребенок осознал, что его будут любить не за что-то, а просто так, он и во взрослом возрасте сохранит в себе это чувство психологической самодостаточности и не станет выпрашивать или требовать от общества своего признания. В педагогическом процессе важно понимать, что уровень самооценки подвергается регуляции во взаимоотношениях преподавателя со студентами. Самооценка может понизиться, если студент старается повысить свой уровень, работает над собой, а преподаватель не проявляет к этому должного внимания и продолжает оценивать «по инерции», не учитывая происходящих положительных изменений и проявляемой инициативы. Если самооценка студента изначально была на нормальном уровне, то причина низких оценок будет найдена и со временем такая ситуация нормализуется. Но если изначально у студента самооценка была заниженной или низкой, то есть вероятность того, что она упадет еще ниже и полностью пропадет желание учиться.

Заключение

Чтобы лучше разобраться с собственной самооценкой и решить, куда необходимо приложить корректирующие силы, чтобы изменить ее в нужную сторону, необходимо рассмотреть функции самооценки и определить, что в конечном итоге станет желаемым результатом. Итак, основными функциями самооценки человека принято считать:

- стимулирующую функцию, которая подвигает человека на действия, направленные на повышение самооценки;
- постпрогностную функцию, блокирующую возможность совершения действий, которые могут сказаться на самооценке;
- эмоциональную функцию, которая позволяет человеку получать удовольствие от жизни и быть счастливым;
- регулирующую функцию, которая определяет способность делать выбор и принимать решения;
- защитную функцию, которая формирует стабильность личности;
- развивающую функцию, которая подвигает человека к самосовершенствованию;
- контролирующую функцию, которая обеспечивает самоконтроль во время происходящих изменений.

Для того чтобы привести в норму самооценку, изменить себя в лучшую сторону, необходимо честно и взвешенно разобраться в сути происходящего в настоящее время, произошедшего ранее и перспективах будущего, понять, что необходимо сделать, и планомерно действовать. Для настоящего изменения потребуются решимость и твердость характера. В первую очередь необходимо провести работу над ошибками и по возможности:

- исправить те из них, которые поддаются корректировке;
- определить свой путь к саморазвитию и наполнить жизнь новыми знаниями и впечатлениями;
- выстроить траекторию повышения своего профессионального уровня и приложить максимум усилий в том направлении, в котором есть наибольшие перспективы личностного роста, другими словами, найти любимое дело. В выборе профессии или направлении деятельности можно последовать простой формуле: «я буду заниматься этим даже бесплатно, потому что мне это нравится». Лучше простить себя за совершенные ошибки и больше их не повторять.

Самооценка человека, которая сформировалась на определенных этапах его взросления и развития личности, с течением времени становится ключевым элементом, формирующим личность. В зависимости от вида и уровня самооценки возникает детерминация личностного комфорта или дискомфорта, что в конечном итоге во многом влияет на выбор жизненного пути. Именно в студенческом возрасте корректировка самооценки позволит избежать ошибок, определяющих дальнейшее развитие в профессии, семейной жизни и реализации себя.

Библиография

1. Алексейчева Е.Ю. Гуманизация образования как способ создания гуманного будущего // Методология научных исследований. материалы научного семинара. / Сер. «Библиотека Мастерской оргдеятельностных технологий МГПУ». Ярославль, 2021. С. 131-135.
2. Алексейчева Е.Ю. Современные подходы к организации креативного образования // Методология научных исследований. материалы научного семинара. / Сер. "Серия «Библиотека Мастерской оргдеятельностных технологий МГПУ». Вып. 2" Московский городской педагогический университет (МГПУ). Ярославль, 2021 С. 215-219
3. Алексейчева Е.Ю. Многомерное образование: выбор или предопределенность // Методология научных исследований. материалы научного семинара. / Сер. «Библиотека Мастерской оргдеятельностных технологий МГПУ». Ярославль, 2021. С. 201-204.
4. Барсукова М.И., Шешнева И.В. Специфика преподавания профильных дисциплин в медико-биологических классах факультета довузовского образования // Материалы I Межрегиональной научно-практической конференции «Профильное довузовское образование: опыт, проблемы, перспективы развития». Саратов, 2016. С. 17-19.
5. Валицкас Г., Гиппенрейтер Ю.Б. Самооценка у несовершеннолетних правонарушителей // Вопросы психологии. 1989. № 1. С. 45-54.
6. Евдокимова А.И., Евдокимов Н.А., Танычева И.В. Ценностный подход в педагогике // Материалы I научно-практической конференции с международным участием «Педагогическое взаимодействие: возможности и перспективы». Саратов, 2019. С. 48-51.
7. Игнатъев С.А., Слесарев С.В., Федюков С.В., Терехова М.А. Применение информационных технологий в кластере отраслей образования и здравоохранения // Педагогическая информатика. 2020. № 1. С. 57-65.
8. Клоктунова Н.А., Князев Е.Б., Кудашева З.Э., Барсукова М.И., Федюков С.В. Особенности субъективной оценки удовлетворенности качеством образования в зависимости от степени выраженности мотивов обучения // Высшее образование сегодня. 2021. № 3. С. 55-63.
9. Козьмина Л.Б. Самоотношение и самооценка как предикторы психологического благополучия личности студентов-психологов // Историческая и социально-образовательная мысль. 2013. № 1. С. 193-197.
10. Федюков В.В. Роль социальных сетей в педагогическом процессе развития личностных качеств у студентов // Материалы I научно-практической конференции с международным участием «Педагогическое взаимодействие: возможности и перспективы». Саратов, 2019. С. 144-151.

The role of self-evaluation in a student's personal development

Vadim V. Fedyukov

PhD in Pedagogy,
Senior Lecturer at the Department of pedagogy,
educational technology and professional communication,
Saratov State Medical University,
410012, 112 Bolshaya Kazachya st., Saratov, Russian Federation;
e-mail: fedukovvadim@yandex.ru

Sergei V. Fedyukov

PhD in Economics,
Associate Professor at the Department of pedagogy,
educational technology and professional communication,
Saratov State Medical University,
410012, 112 Bolshaya Kazachya st., Saratov, Russian Federation;
e-mail: fedukovsv@mail.ru

Elena A. Rempel'

PhD in Philology,
Associate Professor at the Department of pedagogy,
educational technology and professional communication,
Saratov State Medical University,
410012, 112 Bolshaya Kazachya st., Saratov, Russian Federation;
e-mail: rempelel@mail.ru

Aleksei M. Kuz'min

PhD in Pedagogy,
Associate Professor at the Department of physical training,
Saratov State Agrarian University,
410012, 1 Teatralnaya sq., Saratov, Russian Federation;
e-mail: pedagog1.sgm@gmail.com

Abstract

A modern young person has an urgent need for communication, self-development, entertainment, relaxation, and therefore will pose questions of rational use of free time. The paper highlights the problem of the formation of a doctor's personality when considering the issues of rational use of free time and compensation for the effort spent on improving the effectiveness of training. Having correctly calculated the limit of their free time for every day, week, academic semester, young people, having shown a certain perseverance and willpower, are able to plan their leisure in such a way as to restore the balance of spent forces and even bring themselves to a fundamentally new level of self-knowledge. The authors of the article make an attempt to consider the levels of leisure, differing from each other in psychological and cultural significance, emotional and spiritual activity. The information provided allows the researchers to determine the criteria for the accumulation of a critical volume of fatigue, which can form an intrapersonal conflict and lead to emotional burnout. The authors come to the conclusion that it will be difficult for a young person that has received such a mental breakdown, to restore the previous level of motivation and return the desire for self-realization.

For citation

Fedyukov V.V., Fedyukov S.V., Rempel' E.A., Kuz'min A.M. (2021) Rol' samoocenki v lichnostnom stanovlenii studenta [The role of self-evaluation in a student's personal development]. *Pedagogicheskiy zhurnal* [Pedagogical Journal], 11 (5A), pp. 217-224. DOI: 10.34670/AR.2021.26.27.026

Keywords

Doctor's personality, problem of personality formation, medical worker, moral upbringing, education.

References

1. Alekseicheva E.Yu. (2021) Gumanizatsiya obrazovaniya kak sposob sozdaniya gumannogo budushchego [Humanization of education as a way to create a humane future] Metodologiya nauchnykh issledovaniy. materialy nauchnogo seminar. / Ser. «Biblioteka Masterskoj orgdeyatel'nostnykh tekhnologij MGPU». [Methodology of scientific research. materials of the scientific seminar. / Ser. "Library of the Workshop of organizational activity technologies of MSPU". Yaroslavl]. pp. 131-135.
2. Alekseicheva E.Yu. (2021) Sovremennye podhody k organizatsii kreativnogo obrazovaniya [Modern approaches to the organization of creative education] Metodologiya nauchnykh issledovaniy. materialy nauchnogo seminar. / Ser. "Seriya «Biblioteka Masterskoj orgdeyatel'nostnykh tekhnologij MGPU». Vyp. 2" Moskovskij gorodskoj pedagogicheskij universitet (MGPU). Yaroslavl' [Methodology of scientific research. materials of the scientific seminar. / Ser. "Series "Library of the Workshop of organizational and activity technologies of MSPU". Issue 2" Moscow City Pedagogical University (MSPU). Yaroslavl] p. 215-219
3. Alekseicheva E.Yu. (2021) Mnogomernoe obrazovanie: vybor ili predopredelennost' [Multidimensional education: choice or predestination] Metodologiya nauchnykh issledovaniy. materialy nauchnogo seminar. / Ser. «Biblioteka Masterskoj orgdeyatel'nostnykh tekhnologij MGPU». Yaroslavl' [Methodology of scientific research. materials of the scientific seminar. / Ser. "Library of the Workshop of organizational activity technologies of MSPU"]. Yaroslavl. pp. 201-204.
4. Barsukova M.I., Sheshneva I.V. (2016) Spetsifika prepodavaniya profil'nykh distsiplin v mediko-biologicheskikh klassakh fakul'teta dovuzovskogo obrazovaniya [The specific features of teaching specialized disciplines in the biomedical classes of the Faculty of pre-university education]. *Materialy I Mezhregional'noi nauchno-prakticheskoi konferentsii "Profil'noe dovuzovskoe obrazovanie: opyt, problemy, perspektivy razvitiya"* [Proc. 1st Conf. "Specialized pre-university education: experience, problems, development prospects"]. Saratov, pp. 17-19.
5. Evdokimova A.I., Evdokimov N.A., Tan'cheva I.V. (2019) Tsennostnyi podkhod v pedagogike [The value-based approach in pedagogy]. *Materialy I nauchno-prakticheskoi konferentsii s mezhdunarodnym uchastiem "Pedagogicheskoe vzaimodeistvie: vozmozhnosti i perspektivy"* [Proc. 1st Conf. "Pedagogical interaction: opportunities and prospects"]. Saratov, pp. 48-51.
6. Fedyukov V.V. (2019) Rol' sotsial'nykh setei v pedagogicheskom protsesse razvitiya lichnostnykh kachestv u studentov [The role of social networks in the pedagogical process of the development of personal qualities in students]. *Materialy I nauchno-prakticheskoi konferentsii s mezhdunarodnym uchastiem "Pedagogicheskoe vzaimodeistvie: vozmozhnosti i perspektivy"* [Proc. 1st Conf. "Pedagogical interaction: opportunities and prospects"]. Saratov, pp. 144-151.
7. Ignat'ev S.A., Slesarev S.V., Fedyukov S.V., Terekhova M.A. (2020) Primenenie informatsionnykh tekhnologij v klasterne otraslei obrazovaniya i zdravookhraneniya [The use of information technologies in the cluster of education and healthcare industries]. *Pedagogicheskaya informatika* [Pedagogical informatics], 1, pp. 57-65.
8. Kloktunova N.A., Knyazev E.B., Kudasheva Z.E., Barsukova M.I., Fedyukov S.V. (2021) Osobennosti sub'ektivnoi otsenki udovletvorennosti kachestvom obrazovaniya v zavisimosti ot stepeni vyrazhennosti motivov obucheniya [The features of subjective assessment of satisfaction with the quality of education depending on the degree of the expressiveness of motives for learning]. *Vysshee obrazovanie segodnya* [Higher education today], 3, pp. 55-63.
9. Koz'mina L.B. (2013) Samootnoshenie i samootsenka kak prediktory psikhologicheskogo blagopoluchiya lichnosti studentov-psikhologov [Self-attitude and self-evaluation as predictors of psychological well-being of psychology students' personality]. *Istoricheskaya i sotsial'no-obrazovatel'naya mysl'* [Historical and social-educational ideas], 1, pp. 193-197.
10. Valickas G., Gippenreiter Yu.B. (1989) Samootsenka u nesovershennoletnikh pravonarushitelei [Self-evaluation of juvenile offenders]. *Voprosy psikhologii* [Issues of psychology], 1, pp. 45-54.