

Карачун В. А., студент 512 группы
заочной формы обучения
Научный руководитель – Рогачёва О. В.,
кандидат педагогических наук, доцент

ФОРМИРОВАНИЕ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ ПОДРОСТКОВ СРЕДСТВАМИ ЛЮБИТЕЛЬСКОЙ ТЕАТРАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Самооценка – это регулятор поведения личности, такой же, как система ценностей и установок. Человек способен непрерывно соотносить свои возможности, способности с собственной деятельностью, поступать тем или иным образом в зависимости от степени уверенности в своих силах [1]. Ряд исследований подтвердили, что самооценка оказывает значительное влияние на качество жизни, на физическое и психологическое благополучие. Каким будет это влияние, зависит от уровня самооценки. Так, в научной литературе выделяют 3 основных уровня:

Адекватная самооценка – объективная оценка себя, своих способностей и действий. Личности с адекватной самооценкой имеют большое количество интересов и межличностных контактов. Их активность умеренна и целесообразна, направлена на познание других и себя в процессе общения. Также она помогает верно соотносить свои сильные стороны с различными задачами и требованиями окружающих людей.

Завышенная самооценка – неадекватно высокая оценка своих навыков и способностей. Люди с высокой самооценкой уделяют большое внимание общению, что в данном случае не имеет смысла. Они

с меньшей вероятностью будут выражать себя посредством продуктивной деятельности.

Заниженная самооценка – неадекватное недооценивание себя подростком, принижение своих достоинств. Данные многочисленных исследований показывают, что личности с низкой самооценкой подвержены депрессивным тенденциям [2]. Причем одни исследования выявили, что низкая самооценка предшествует депрессивным реакциям или является их причиной, а другие – что депрессивный аффект проявляется сначала, а затем инкорпорируется в низкую самооценку [2].

Подростковый возраст – это период между детством и взрослостью, который обычно начинается в примерно 10-12 лет и продолжается до 18-20 лет. В данный период начинается интенсивное развитие физических, эмоциональных, психологических и социальных сторон личности. Рассмотрим некоторые особенности, характерные для подростковой возрастной группы.

1. Физические изменения – подростки испытывают значительные изменения в своем телосложении и физическом развитии. Эти изменения могут вызывать неудовольствие или неуверенность в себе.

2. Поиск своей идентичности – подростки начинают задавать себе вопросы о своих ценностях, интересах, целях и жизненном пути, ищут свое место в обществе и пытаются определиться с тем, кем они хотят быть.

3. Эмоциональная нестабильность – подростки могут испытывать сильные эмоции и настроения, которые могут меняться очень быстро. Это связано с гормональными изменениями и поиском своего места в мире.

4. Социальная адаптация – в этом возрасте становится важным для подростков установление отношений с ровесниками и принадлежность к

определенной группе или сообществу.

5. Сепарация – подростки начинают стремиться к большей независимости от родителей и автономии в принятии решений. Они хотят иметь больше свободы и ответственности за свою жизнь, но могут сталкиваться с противоречиями, с родителями и взрослыми. Все эти особенности подростковой возрастной группы сказываются на их поведении, отношениях и самооценке.

В период подросткового возраста самооценка является сложным и противоречивым процессом. Подросток осознает свою уникальность и важность, иногда даже считает себя особенным и лучше других. Однако в то же время у него возникают сомнения, которые он старается скрыть не только от окружающих, но и от самого себя, чтобы не допустить их в свое сознание. Эта неуверенность и нестабильность в самопонимании проявляются через переживания, депрессию, плохое настроение и уменьшение активности.

Формирование самооценки у подростков происходит в процессе взаимодействия с другими людьми. Влияние на самооценку оказывает социальное окружение – друзья, одноклассники, родители, учителя. Суть процесса заключается в том, что сначала формируется отношение окружающих к подростку, а затем на основе этого формируются критерии для его собственной оценки. По мере развития личности подростка его самопонимание становится более четким, он лучше понимает себя, умеет определить свои сильные и слабые стороны, стремится к действиям, опираясь на свою самооценку, а не только на мнения окружающих.

Любительское театральное творчество может стать местом, где подростки смогут общаться друг с другом, развивать различные отношения (учебные, художественные, нравственные) и раскрывать

свои творческие способности при помощи психологических и педагогических методов. Это поможет им осознать и улучшить свой опыт в театральной деятельности, раскрыть свой потенциал, развить творческие черты личности и удовлетворить свои мотивы и потребности. Для успешного привлечения подростков к участию в театральной деятельности руководителю-педагогу важно учитывать интерес участников к различным видам деятельности. Как отмечает Е. Ю. Сазонов: «Что же значит – сочетать высокое творчество и творческий физический труд в условиях детского театра? Это значит сделать равноценными все виды театральной деятельности – от актерского искусства до искусства бутафора, осветителя или рабочего сцены. Для того чтобы это произошло, следует увидеть в каждом из этих ремесел некоторые объединяющие их признаки. Таковыми, без сомнения, являются именно те, которые соединяют их с искусством, с художественностью, этикой и эстетикой, в самом широком смысле – с Культурой» [3].

Обращаясь к творчеству, подросток выходит за пределы своей зоны комфорта. По мере роста самокритичности он начинает более объективно оценивать себя, проявляя важные моральные черты, способности и волю. Подростковая потребность в самопознании, творческом самовыражении и уникальности связана с желанием быть значимым как личность. Творческие подростки больше стремятся к личностной значимости, они уверены в собственных силах и способностях. Для воспитанников, находящихся на высоком уровне творческой активности, характерны сформированная система ценностей, оптимизм, целеустремленность, стремление к творческим достижениям [4].

Основываясь на вышесказанном, отметим, что формирование

адекватной самооценки подростков – сложный и длительный процесс, на который влияет большое количество различных факторов. В подростковом возрасте имеется большой риск формирования девиантного поведения, которое будет негативно сказываться на дальнейшей жизни человека. Исследователями найдено множество способов развития адекватной самооценки подростков, и один из них – любительская театральная деятельность. Благодаря особенностям и специфике любительской театральной деятельности у подростка формируется адекватная самооценка, которая в будущем будет играть положительную роль во всех сферах жизни.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Кваде, В., Трусов, В.П. Исследование возможности коррекции неадекватной самооценки школьника [Текст]. / В. Кваде [и др.] // Вопросы психологии // – 2010. – № 3. – С. 78.
2. Примаиченко, Н. Самооценка подростка // Вестник психологии URL: <https://psychologyjournal.ru/stories/samootsenka/samootsenka-podrostka/> (дата последнего обращения: 30.03.2024).
3. Сазонов, Е.Ю. Я преподаю театр // Научно-просветительский педагогический журнал «Педагогика культуры». Электронный ресурс. URL: [_http://www.pedagogika-cultura.ru/](http://www.pedagogika-cultura.ru/) (дата последнего обращения: 30.03.2024).
4. Яцкова, О.Ю. Влияние формирования творческого потенциала на развитие личности старшеклассника // Молодой ученый. – 2011. – № 12. – Т. 2. – С. 162–165.