Дата поступления рукописи в редакцию: 10.04.2026 г.
Дата принятия рукописи в печать: 27.05.2026 г.
DOI: 10.24412/2782-3849-2026-5-404-409

УКРОЖЕНКО Дарья Сергеевна,

преподаватель кафедры биотехнологии и пищевых продуктов, Уральский государственный аграрный университет,

e-mail: darya.ukrozhenkozoo@mail.ru

НЕВЕРОВА Ольга Петровна,

кандидат биологических наук, доцент кафедры биотехнологии и пищевых продуктов, Уральский государственный аграрный университет,

e-mail: opneverova@mail.ru

РАЖИНА Ева Валерьевна,

кандидат биологических наук, доцент кафедры биотехнологии и пищевых продуктов Уральский государственный аграрный университет,

e-mail: eva.mats@mail.ru

СМИРНОВА Екатерина Сергеевна,

кандидат сельскохозяйственных наук, доцент кафедры биотехнологии и пищевых продуктов Уральский государственный аграрный университет,

e-mail: ekaterina-kazantseva@list.ru

ПАВЛОВА Яна Сергеевна,

кандидат сельскохозяйственных наук, старший преподаватель кафедры биотехнологии и пищевых продуктов, Уральский государственный аграрный университет,

e-mail: yana.laborant.pavlovova@mail.ru

КАНЕВ Прокопий Николаевич,

преподаватель кафедры физического воспитания и спорта, Уральский государственный аграрный университет,

e-mail: kanevxok@mail.ru

ФОРМИРОВАНИЕ САМООЦЕНКИ У ШКОЛЬНИКОВ

Аннотация. *В статье представлен теоретический анализ проблемы формирования самооценки у школьников в контексте современных психолого-педагогических исследований. Актуальность темы обусловлена требованиями Федеральных государственных образовательных стандартов, ориентирующих на развитие личностных и метапредметных результатов, среди которых ключевое место занимает формирование адекватной самооценки как основы саморегуляции и успешной социализации. Рассматриваются теоретико-методологические подходы к пониманию самооценки в структуре самосознания, выделяются ее когнитивный, эмоциональный и регулятивный компоненты. Анализируются виды самооценки (адекватная, завышенная, заниженная) и механизмы ее становления: интериоризация внешних оценок, социальное сравнение, самоатрибуция, отраженная самооценка. Особое внимание уделено возрастным особенностям развития самооценки на разных этапах школьного обучения — от младшего школьного до юношеского возраста, а также переходу от внешней оценки к внутренней саморегуляции. Выявлены ключевые факторы, влияющие на формирование самооценки школьников. Проанализированы деформации самооценки, связанные со школьной дезадаптацией, и их последствия для личностного развития. Обоснованы педагогические условия развития адекватной самооценки.*

Определены перспективы дальнейших исследований.

Ключевые слова*: самооценка, школьники, учебная деятельность, школьная дезадаптация, педагогические условия.*

UKROZHENKO Daria Sergeevna,

Lecturer, of the Department of Biotechnology and Food Products, Ural State Agrarian University

NEVEROVA Olga Petrovna,

Candidate of Biological Sciences, Associate Professor of the Department of Biotechnology and Food Products Ural State Agrarian University

RAZHINA Eva Valerievna,

Candidate of Biological Sciences, Associate Professor of the Department of Biotechnology and Food Products Ural State Agrarian University

SMIRNOVA Ekaterina Sergeevna,

Candidate of Agricultural Sciences, Associate Professor of the Department of Biotechnology and Food Products Ural State Agrarian University

PAVLOVA Yana Sergeevna,

Candidate of Agricultural Sciences, Senior Lecturer, Department of Biotechnology and Food Products, Ural State Agrarian University

KANEV Prokopiy Nikolaevich,

Lecturer, Department of Physical Education and Sports, Ural State Agrarian University

FORMATION OF SELF-ESTEEM IN SCHOOLCHILDREN

Annotation. *This article presents a theoretical analysis of the development of self-esteem in schoolchildren within the context of contemporary psychological and pedagogical research. The relevance of this topic stems from the requirements of Federal State Educational Standards, which focus on the development of personal and meta-subject outcomes, among which the formation of adequate self-esteem occupies a key place as the basis for self-regulation and successful socialization. Theoretical and methodological approaches to understanding self-esteem within the structure of self-awareness are considered, highlighting its cognitive, emotional, and regulatory components. Types of self-esteem (adequate, inflated, and understated) and the mechanisms of their development are analyzed: internalization of external assessments, social comparison, self-attribution, and reflected self-esteem. Particular attention is paid to the age-related characteristics of self-esteem development at different stages of school education—from primary school to adolescence—as well as the transition from external assessment to internal self-regulation. Key factors influencing the development of self-esteem in schoolchildren are identified. Self-esteem distortions associated with school maladjustment and their consequences for personal development are analyzed. Pedagogical conditions for developing adequate self-esteem are substantiated. Prospects for further research are identified.*

Key words: *self-esteem, schoolchildren, educational activities, school maladjustment, pedagogical conditions.*

В условиях модернизации системы образования и перехода к личностно-ориентированной парадигме проблема формирования самооценки у школьников приобретает особую значимость. Самооценка выступает не просто как центральное новообразование личности, но и как ключевой регулятор учебной деятельности, социального поведения и эмоционального благополучия ребенка. Современные требования к метапредметным и личностным результатам образования (в соответствии с ФГОС) актуализируют необходимость осмысления того, как в школьные годы закладываются основы адекватного, критичного и устойчивого отношения человека к себе. Несмотря на обилие

эмпирических исследований, остается открытым вопрос о системном представлении факторов и механизмов, обеспечивающих гармоничное развитие самооценки на разных этапах обучения.

В современной психологии понятие самооценки традиционно рассматривается в более широком контексте структуры самосознания, которое понимается исследователями как сложная, многокомпонентная и открытая саморегулирующаяся система. Как отмечает И. В. Арендачук, обобщая теоретические подходы, самосознание личности представляет собой уровневое образование, развивающееся от группового уровня («Я — Другие») к личностному («Я — Я») и формирующееся в динамическом взаимодействии структурной и функциональной подсистем. В структурной подсистеме выделяются три взаимосвязанных компонента: когнитивный, связанный с процессами самопознания и формированием многообразных Я-образов; эмоциональный, отражающий ценностное отношение к себе и находящий свое выражение в самоотношении; а также поведенческий, реализующийся через саморегуляцию и стремление к самосовершенствованию. Самооценка в этой структуре занимает особое место, выступая интегративным образованием, которое соединяет знания о себе (когнитивный компонент) с эмоционально-ценностным отношением к ним. Самооценка не сводима лишь к аффективному отклику или к простой фиксации знаний о себе; она выполняет регулятивную функцию, обеспечивая связь между самопознанием и саморегуляцией поведения. В контексте функциональной подсистемы, представленной идентичностью и Я-концепцией, самооценка участвует в механизмах рефлексии, способствуя интеграции опыта личности и ее самоопределению в системе социальных отношений. Таким образом, в теоретико-методологических подходах самооценка понимается не как изолированная характеристика, а как ключевой динамический компонент самосознания, отражающий единство процесса познания себя и эмоционально-ценностного принятия собственной личности [1, 5].

В возрастной периодизации становление самооценки и самоотношения приобретает качественное своеобразие на разных этапах онтогенеза, что наиболее отчетливо проявляется при сравнении юношеского и зрелого возраста. В юношеском возрасте (18–21 год) самооценка находится в стадии активного становления: для молодых людей характерен поиск идентичности через референтную группу, переоценка ценностей и неустойчивость оценочной системы. Показатели глобального самоотношения, самоуважения и самоуверенности находятся в среднем или низком диапазоне, что отражает сомнения в собственных силах и ожидание негативной оценки со стороны окружающих. В зрелом возрасте (40–60 лет) самоотношение приобретает принципиально иные характеристики: высокие показатели глобального самоотношения, самоуважения, самопонимания и ожидаемого положительного отношения от других свидетельствуют об устойчивости и адекватности оценки себя. Накопленный жизненный опыт, реализованные проекты и расширение социальных связей укрепляют веру в собственные силы, позволяют контролировать жизнь и принимать ответственность. При этом такие компоненты, как аутосимпатия и самообвинение, не обнаруживают значимых возрастных различий, оставаясь относительно стабильными на протяжении всей жизни. Генезис самооценки характеризуется переходом от неустойчивой, внешне обусловленной системы в юности к интегрированной, реалистичной и внутренне согласованной структуре в зрелости [2].

Формирование самооценки в младшем школьном возрасте определяется совокупностью внешних и внутренних факторов, среди которых ведущая роль принадлежит учебной деятельности и оценочным воздействиям значимых взрослых. Включение ребенка в общественно значимую и публично оцениваемую деятельность запускает механизмы рефлексии и самоконтроля, что ведет к постепенной автономизации самооценки от мнения окружающих. Учебная успешность выступает центральным фактором: осознание собственной компетентности в учении напрямую связано со становлением адекватной самооценки. Однако решающее значение имеет то, как результаты учебной деятельности интерпретируются учителем и родителями. Оценочные воздействия педагога выступают мощным регулятором: важна не только отметка, но и содержательное сопровождение оценки, а также создание положительного эмоционального фона. Наряду со школой, существенное влияние оказывает стиль семейного воспитания. В семьях, где родители привлекают детей к обсуждению семейных вопросов, уважительно относятся к их мнению и поощряют инициативу, формируется более высокая и устойчивая самооценка. Критически важно преобладание поощрения над порицанием и оценка конкретного поступка, а не личности ребенка. К завершению младшего школьного возраста самооценка, изначально завышенная и целостная, под влиянием учебных и семейных факторов становится более дифференцированной, рефлексивной и самостоятельной [8].

Переход от внешней оценки к саморегуляции опирается на несколько психологических механизмов. Интериоризация превращает оценки значимых других (родителей, учителей) во внутреннее достояние личности. Социальное сравнение позволяет оценивать себя через сопоставление с другими. Самоатрибуция связывает успехи и неудачи с внутренними или внешними причинами, влияя на самооценку. Отраженная самооценка формирует представление о себе через предполагаемое мнение окружающих. Целеполагание укрепляет самоэффективность и способность к саморегуляции. В этом процессе складываются два уровня: эксплицитная (осознаваемая) и имплицитная (неосознаваемая, основанная на раннем опыте) самооценка. Их гармоничное сочетание обеспечивает устойчивость личности к внешним оценкам, а рассогласование ведет к внутренним конфликтам. Внешние оценки трансформируются в сложную систему осознаваемых и неосознаваемых установок, позволяющую личности самостоятельно оценивать себя [10].

Структура самооценки школьника включает три взаимосвязанных элемента. Когнитивный элемент связан с усвоением критериев оценки и формированием представлений о себе. Эмоциональный элемент охватывает потребности, мотивы, ценности, а также чувства и эмоции, сопровождающие самооценивание. Регулятивный элемент обеспечивает целеполагание, практические навыки самооценки и самоконтроль. По характеру соотношения с реальностью самооценка делится на адекватную и неадекватную (завышенную или заниженную). В младшем школьном возрасте преобладает целостная и часто завышенная самооценка, к подростковому периоду она становится более дифференцированной. Исследования показывают, что в пятом классе ведущим фактором, влияющим на самооценку, выступает не учебная успешность, а социально-психологическое положение в группе сверстников (корреляция с социометрическим статусом достигает 0,774), что подтверждает переход ведущей деятельности к интимно-личностному общению. Познавательная самооценка как разновидность общей выполняет информационно-оценочную, рефлексивную, мотивирующую, регулирующую и системообразующую функции, обеспечивая связь между когнитивной, эмоциональной и регулятивной сферами личности [4, 9].

Деформации самооценки тесно связаны со школьной дезадаптацией, которая проявляется в неуспеваемости, снижении учебной мотивации, тревожности, конфликтах и невротических расстройствах. Наиболее опасны отдаленные последствия, ведущие к искажению образа «Я» ребенка. Деформируются все составляющие: когнитивная (ошибочные представления о себе), оценочная (негативная самооценка, зависимость от мнения других) и поведенческая (стремление завоевать признание либо уклонение от оценки). Это приводит к потере интереса к познанию, доверия к взрослым, а в подростковом возрасте — к потере интереса к жизни и рискованному поведению. Причины деформации кроются в рассогласовании между современными детьми и традиционной школой. Дети, воспитанные в гуманном, личностно-ориентированном стиле, активны и привыкли выражать себя. В школе же они сталкиваются с жесткими правилами, авторитарным стилем и подавлением инициативы, что вызывает протест и конфликт. Система оценивания, используемая как инструмент манипуляции, формирует зависимость от внешней оценки. Педагоги, профессионально выгоревшие или некомпетентные, могут сами становиться источником буллинга, разрушая самоотношение ученика. Кроме того, современные дети, имеющие свободный доступ к информации, перестают воспринимать знания взрослых как безусловный авторитет. То есть, деформации самооценки являются следствием несоответствия образовательной системы потребностям детей, что требует перехода к гуманистическому и личностно-ориентированному подходу, где ребенок становится субъектом собственного развития [6].

Развитие адекватной самооценки требует дифференцированного подхода к организации учебной деятельности с учетом уровня подготовки и интересов учащихся. Для школьников с недостаточными навыками эффективно интервью как структурированная форма общения, где предварительное знакомство с этическими нормами создает безопасную среду и формирует положительный опыт взаимодействия. Для учащихся со средним уровнем подготовки подходит «Круглый стол», сочетающий подготовленные высказывания со спонтанностью: обсуждение актуальных тем позволяет каждому проявить себя и почувствовать ценность своего мнения. Для наиболее подготовленных школьников эффективна дискуссия, требующая самостоятельного размышления и аргументации, что укрепляет уверенность в своих интеллектуальных способностях. Ключевым условием выступает учет интересов учащихся и привлечение молодых педагогов, способных установить доверительные отношения. Атмосфера психологического комфорта, где внешняя оценка уступает место содержательному общению, позволяет

школьникам освободиться от страха неудачи и формировать адекватное представление о своих возможностях [7].

Изучение самооценки остается актуальным в связи с введением образовательных стандартов, изменивших позицию ученика. Цель образования — формирование «умения учиться» — напрямую связана с воспитанием здоровой самооценки, поскольку овладение действиями самоконтроля невозможно без передачи функций оценивания самому ребенку. Если контроль ограничивается проверкой предметных знаний, условия для развития самооценки не создаются. Перспективные направления исследований: формирование самооценки у детей с ОВЗ и поведенческими нарушениями, роль семьи, корреляционные зависимости, влияние учебной деятельности на самооценку младших школьников. Практические рекомендации: педагогу необходимо уважать мнение ребенка, развивать рефлексивные действия, использовать критериальную систему оценивания, учитывающую не только учебные достижения, но и личные ценности ребенка. Важно согласовывать оценки учителей и родителей, создавать ситуации успеха для неуспевающих школьников, организовывать совместную деятельность со сверстниками [3].

Заключение. Самооценка является центральным компонентом самосознания школьника, выполняющим регулятивную и рефлексивную функции. Ее формирование представляет собой сложный процесс, в котором переплетаются внешние оценки и внутренние механизмы интериоризации и социального сравнения. Возрастная динамика характеризуется переходом от неустойчивой системы в младшем возрасте к интегрированной структуре в зрелости. Деформации самооценки связаны со школьной дезадаптацией и могут приводить к искажению образа «Я» и потере учебной мотивации. Перспективы исследований связаны с изучением формирования самооценки у детей с ОВЗ и влияния семьи. Практические рекомендации ориентированы на создание системы оценивания, где ребенок становится активным субъектом оценочной деятельности.

Список литературы:

[1] Арендачук, И. В. Структурно-функциональный подход к процессу формирования самосознания личности / И. В. Арендачук // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Акмеология образования. Психология развития. – 2017. – Т. 6, вып. 2 (22). – С. 110–118.

[2] Виноградова, А. И. Возрастно-психологические особенности самоотношения личности в юношеском и зрелом возрасте / А. И. Виноградова // Вестник науки. – 2025. – № 6 (87). – С. 1000–1011.

[3] Курбатова, А. С. Изучение самооценки как актуальное направление психолого-педагогических исследований / А. С. Курбатова, А. Г. Пухова, Т. К. Беляева // Перспективы науки и образования. – 2019. – № 1 (37). – С. 251–261. – DOI: 10.32744/pse.2019.1.18. – EDN: YXRKIX.

[4] Ларина, А. Б. Структура и функции познавательной самооценки младшего школьника / А. Б. Ларина // Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. Серия: Филология, педагогика, психология. – 2010. – № 11. – С. 130–135.

[5] Литвиненко, И. Ю. Самоотношение: явление и понятие (теоретико-методологические изыскания) / И. Ю. Литвиненко, Р. В. Переверза, Л. А. Шаповалова // Человек. Искусство. Вселенная. – 2021. – № 1. – С. 30–35. – EDN: NIJRUH.

[6] Лурье, М. С. Школьная дезадаптация как фактор искажения структуры образа «Я» / М. С. Лурье // Психологические проблемы смысла жизни и акме. – 2020. – № XXV. – С. 118–121.

[7] Миннахметова, Л. Т. Педагогические условия формирования адекватной самооценки подростков в процессе учебной деятельности / Л. Т. Миннахметова, О. Г. Дигуева, У. П. Агеева // Проблемы современного педагогического образования. – 2023. – № 81–2. – С. 446–449.

[8] Фатуллаева, А. Т. Факторы, влияющие на развитие самооценки в младшем школьном возрасте / А. Т. Фатуллаева // Ученые записки университета Лесгафта. – 2009. – № 9. – С. 97–100.

[9] Чернявская, В. С. Самооценка школьников в школах разных типов (на примере пятиклассников) / В. С. Чернявская, Е. Ф. Арсеньева // МНКО. – 2015. – № 3 (52). – С. 269–272.

[10] Чжу, Л. Имплицитная и эксплицитная самооценка: механизмы формирования и влияние на психологическое благополучие личности / Л. Чжу // Мир науки. Педагогика и психология. – 2024. – Т. 12, № 4. – EDN: IAPULL.

References:

[1] Arendachuk, I.V. Structural and functional approach to the process of forming self-awareness of a person/I.V. Arendachuk//Izvestia Saratov University. New series. Series: Acmeology of Education. Developmental psychology. – 2017. - T. 6, no. 2 (22). - S. 110-118.

[2] Vinogradova, A.I. Age-psychological features of personality self-relationship in adolescence and adulthood/A.I. Vinogradova//Bulletin of Science. – 2025. – № 6 (87). - S. 1000-1011.

[3] Kurbatova, A. S. The study of self-esteem as an actual direction of psychological and

pedagogical research/A. S. Kurbatov, A. G. Pukhova, T. K. Belyaeva//Prospects of science and education. – 2019. – № 1 (37). - S. 251-261. – DOI: 10.32744/pse.2019.1.18. – EDN: YXRKIX.

[4] Larina, A. B. Structure and functions of cognitive self-esteem of a younger student/A. B. Larina//Bulletin of the Baltic Federal University named after I. Kant. Series: Philology, pedagogy, psychology. – 2010. – № 11. - S. 130-135.

[5] Litvinenko, I. Yu. Self-relationship: phenomenon and concept (theoretical and methodological research)/I. Yu. Litvinenko, R. V. Pereverza, L. A. Shapovalova//Man. Art. Universe. – 2021. – № 1. - S. 30-35. – EDN: NIJRUH.

[6] Lurie, M. S. School maladjustment as a factor in distorting the structure of the image “I “/M. S. Lurie//Psychological problems of the meaning of life and acme. – 2020. – № XXV. - S. 118-121.

[7] Minnakhmetova, L. T. Pedagogical conditions for the formation of adequate self-esteem of adolescents in the process of educational activity/L. T. Minnakhmetova, O. G. Digueva, U. P. Ageev//Problems of modern pedagogical education. – 2023. – № 81–2. - S. 446-449.

[8] Fatullaeva, A.T. Factors affecting the development of self-esteem in primary school age/A.T. Fatullaeva//Scientific notes of Lesgaft University. – 2009. – № 9. - S. 97-100.

[9] Chernyavskaya, V. S. Self-esteem of schoolchildren in schools of different types (on the example of fifth graders)/V. S. Chernyavskaya, E. F. Arsenyeva//MNKO. – 2015. – № 3 (52). - S. 269-272.

[10] Zhu, L. Implicit and explicit self-esteem: mechanisms of formation and influence on the psychological well-being of the individual/L. Zhu// World of Science. Pedagogy and psychology. – 2024. - T. 12, NO. 4. – EDN: IAPULL.

