

Исследование, проведенное в Harvard Business Review, показало, что компании, которые инвестируют в здоровье своих сотрудников, получают значительные преимущества: увеличение производительности и снижение текучести кадров [7].

Не стоит забывать и о повышении осведомленности. Проведение семинаров по теме выгорания и обучение сотрудников методам самопомощи может стать отличным шагом к его профилактике. Индивидуальное консультирование с психологом или коучем тоже может оказаться полезным – они помогут разобраться в причинах выгорания и предложат персонализированные решения.

Литература

- 1 Хофман, М. А. Эффективность когнитивно-поведенческой терапии: мета-анализ исследований / М. А. Хофман, М. Аснаар, М. Гросс. – М. : Наука, 2020. – 250 с.
- 2 Кабат-Зин, Дж. Осознанность как лекарство: о том, как медитация помогает справляться со стрессом и болезнью / Дж. Кабат-Зин. – СПб. : Питер, 2016. – 320 с.
- 3 Браун, А. Программа “Walk and Talk”: комбинированный подход к снижению стресса у студентов / А. Браун, С. Кларк. – Нью-Йорк : Academic Press, 2019. – 150 с.
- 4 Аллен, Д. Как приводить дела в порядок. Метод GTD / Д. Аллен. – М. : Альпина Паблишер, 2017. – 384 с.
- 5 Ялом, И. Групповая терапия: теория и практика / И. Ялом, Д. Лежч. – М. : Гауда, 2005. – 384 с.
- 6 Розенберг, М. Ненасильственное общение : Язык жизни / М. Розенберг. – М. : София Медиа, 2019 – 270 с.
- 7 Heskett, J. L. The Service Profit Chain: How Leading Companies Link Profit and Growth to Loyalty, Satisfaction, and Value / J. L. Heskett, W. E. Sasser, L. A. Schlesinger // Harvard Business Review Press. – 2008. – July–August. – P. 120–130.

УДК 159.9.07

Е. В. Шевченко

ПРИВЯЗАННОСТЬ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ К МАТЕРИ КАК КОРРЕЛЯТ САМООЦЕНКИ И УСПЕВАЕМОСТИ

В статье приводится анализ проблемы привязанности детей младшего школьного возраста к матери и ее взаимосвязи с самооценкой и успеваемостью. На основе теоретического анализа описаны основные элементы, которые непосредственно влияют на развитие и взаимосвязь успеваемости, привязанности и самооценки младшего школьника. Также в статье представлены результаты проведенного эмпирического исследования, в ходе которого было выявлено, что есть значимая взаимосвязь между успеваемостью и самооценкой младших школьников.

Успеваемость – это результат образовательной деятельности ученика, который выражается в оценках и показателях, полученных в ходе учебного процесса. Она определяется как успешностью выполнения учебных заданий, так и способностью интегрировать и применять полученные знания. Факторы, влияющие на успеваемость, следующие.

Психологические факторы: одним из самых значимых факторов успеваемости является психологическое состояние ребенка. Дети с высокой самооценкой и мотивацией к обучению показывают лучшие результаты. Также важно учитывать влияние эмоциональной поддержки со стороны родителей, которая способствует формированию положительного отношения к учебе.

Социальные факторы: среда, в которой растет ребенок, играет значительную роль в формировании его успеваемости. Наличие положительных социальных взаимодействий с учителями и сверстниками может способствовать повышению мотивации и улучшению учебных успехов [1, с. 333].

Методические факторы: подходы и методики, используемые в учебном процессе, также оказывают влияние на успеваемость. Исследования показывают, что активные методы обучения (групповые обсуждения, проекты и игры) способствуют лучшему усвоению материала [1, с. 335].

Физические факторы: здоровье и физическое состояние ребенка также могут оказывать значительное влияние на его учебные результаты. Усталость, болезнь и недостаток физической активности могут снижать концентрацию и продуктивность в учебе.

Таким образом, успеваемость младших школьников – это комплексное явление, на которое влияют разнообразные факторы. Понимание этих факторов и работа над их оптимизацией могут значительно повысить уровень успеваемости учеников. Важно создавать условия, способствующие формированию мотивации к обучению и поддерживающие психологическое благополучие ребенка.

Дж. Боулби был первым, кто установил связь между адаптацией и выживанием ребенка и развитием привязанности. Наличие чувствительного периода ранней привязанности между ребенком и матерью, который влияет на последующие отношения в диаде, определяется гормональными изменениями в организме матери в послеродовой период, которые в этологии рассматриваются как связующий механизм (М. Клаус, Дж. Кенелл). Для характеристики этой связи было придумано выражение «бондинг».

В настоящее время одной из самых известных является теория Дж. Боулби–М. Эйнсворт, которая активно развивалась на протяжении последних 30–40 лет. Эта теория возникла на стыке психоанализа и этологии и ассимилировала многие другие концепции развития – поведенческую теорию научения, репрезентативные модели Ж. Пиаже и др., опосредованные отношениями между двумя людьми, что в дальнейшем определяет весь душевный склад личности [2, с. 29]. Основным понятием в теории привязанности является «объект привязанности». Для большинства детей первичным объектом влечения является мать, но генетическое родство не играет в данном случае решающей роли.

Вначале объектом привязанности служит только один близкий взрослый, но чем сильнее привязанность к нему, тем сильнее он будет сравниваться с другими членами семьи.

Большое значение для понимания природы материнской привязанности у детей имеет положение Л. С. Выготского [3, с. 487]. Отношение ребенка – это неизбежно отношение окружающего его человека к другому человеку, его взаимодействие с миром во всех ситуациях, явно присутствующих или имплицитных других людей. Развитие привязанности младенцев к родителям в первые месяцы жизни основываются в определенные инстинктивные формы поведения детей, интерпретируемые взрослыми как знаки общения. В теории привязанности Дж. Боулби–М. Эйнсворт такие фигуры действия носят название «паттернов привязанности» [4, с. 155; 5, с. 166].

Самооценка может быть достаточной или недостаточной, сравнительно высокой или низкой, устойчивой или неустойчивой и т. п. Дифференцированная самооценка – это черта зрелых личностей; человек с этой чертой способен определить и отличить те стороны жизни и деятельности, в которых он преуспевает и может преодолеть значительные препятствия, от тех, в которых он лишь средний.

У. Джеймс, американский психолог и философ, был первым, кто включил идеи «самооценки» и «самовосприятия» в структуру личности. Теория У. Джеймса разделила личность на три части: ее фундаментальные компоненты; чувства и эмоции, которые вызывают эти компоненты (самооценка); и поведение, которое вызывают эти компоненты (забота о себе и самосохранение) [6, с. 234].

Самооценка – это ценность, которую человек придает как общим, так и частным сторонам своей личности, деятельности и поведения. По мнению ученых, первые годы обучения в школе имеют решающее значение для развития самооценки.

Например, Л. С. Выготский [3, с. 477] считал, что самооценка ребенка, или его дифференцированное отношение к себе, начинает развиваться в возрасте семи лет. На отношение ребенка к себе, а также на то, как он взаимодействует с другими, влияет самооценка. Способность контролировать собственное поведение с точки зрения нормативных стандартов и выработать всеохватывающее социально приемлемое поведение зависит от чувства собственного достоинства. Особенности различных эмоций, отношение человека к самовоспитанию, уровень притязаний, который определяется степенью сложности целей, которые человек ставит перед собой, – все это влияет на отношение к себе.

Таким образом, можно сделать вывод, что самооценкой является оценка личности самой себя, своих качеств и возможностей, физических сил, умственных способностей, мотивов и поступков, своего отношения к окружающим, а также определение своего места среди других людей.

Целью нашего исследования явилось определение характера взаимосвязи успеваемости, привязанности и самооценки младших школьников. Наше исследование проходило на базе ГУО «Средняя школа № 1 г. Гомеля». В нем приняли участие 98 респондентов, учащиеся 3–4 классов.

В ходе исследования применялись следующие методики: методика диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан; опросник оценки типов привязанности к матери (Е. В. Пупырева, Г. В. Бурменская). Успеваемость школьников оценивалась на основе среднего балла за текущий учебный год по основным предметам. В качестве методов математической статистики использовался критерий Спирмена.

Рассмотрим результаты корреляционного анализа данных (таблица 1).

Таблица 1 – Результаты оценки корреляционной связи самооценки и успеваемости с помощью критерия r_s Спирмена

Взаимосвязь самооценки и успеваемости			
Параметр	Значение критерия r_s – Спирмена	Критическая точка при $P = 0,01$	Значимость корреляции
Самооценка	0,296	0,27	значима

Результаты, представленные в таблице 1, показывают, что существует статистически значимая положительная корреляция между уровнем самооценки и успеваемостью респондентов. Положительная корреляция ($r_s = 0,296$) указывает на то, что чем выше уровень самооценки у ребенка, тем лучше его академическая успеваемость.

Данная связь является статистически значимой, что подтверждает гипотезу о важной роли самооценки в учебной деятельности младших школьников.

Современные исследования также подтверждают, что высокая самооценка способствует развитию уверенности в своих силах, мотивации к обучению и способности преодолевать трудности, что положительно сказывается на успеваемости.

Результаты, представленные в таблице 2, демонстрируют отсутствие статистически значимой связи между типом привязанности и успеваемостью. Ни один из рассмотренных типов привязанности (ненадёжная, умеренно надёжная, надёжная) не показал значимой корреляции с успеваемостью.

Таблица 2 – Результаты оценки корреляционной связи привязанности и успеваемости с помощью критерия r_s Спирмена

Взаимосвязь привязанности и успеваемости			
Параметр	Значение критерия r_s – Спирмена	Критическая точка при $P = 0,05$	Значимость корреляции
Ненадёжная	–0,117	0,44	не значима
Умеренно надёжная	0,269	0,36	не значима
Надёжная	0,106	0,29	не значима

Проведенный статистический анализ подтвердил значимую положительную связь между самооценкой и успеваемостью у младших школьников. Это может объясняться несколькими факторами:

1 Мотивация. Дети с высокой самооценкой обычно более мотивированы к учебе, уверены в своих силах и стремятся достигать успеха.

2 Устойчивость к трудностям. Такие дети легче переносят неудачи и неудачные результаты, воспринимая их как временные препятствия, что позволяет им продолжать стараться и искать новые способы решения задач.

3 Активное участие. Высокая самооценка может способствовать большей активности ребенка в классе, включая участие в обсуждениях, задавание вопросов и выполнение домашних заданий, что, в свою очередь, улучшает их понимание материала.

4 Социальные навыки. Дети с высокой самооценкой чаще имеют хорошие социальные навыки, что помогает им строить положительные отношения с учителями и сверстниками, а также просить о помощи, если это необходимо.

5 Эмоциональное благополучие. Более высокая самооценка связана с более высоким уровнем общего эмоционального благополучия, что создает более благоприятные условия для обучения. В то же время, тип привязанности не продемонстрировал значимой корреляции с успеваемостью, что может быть связано с влиянием других факторов на академическую деятельность. Полученные данные подчеркивают важность формирования высокой самооценки и комплексного подхода к поддержке развития детей.

Успеваемость, привязанность и самооценка – ключевые параметры, оказывающие значительное влияние на развитие личности младших школьников. Исследования в данной области помогают понять, как эти факторы взаимосвязаны и как они влияют на учебу и социализацию детей.

Литература

1 Обухова, Л. Ф. Возрастная психология : учебное пособие / Л. Ф. Обухова. – М. : Юрайт, МГППУ 2016. – 460 с.

2 Смирнова, Е. О. Детская психология: учебник для вузов / Е. О. Смирнова. – М. : Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2008. – 80 с.

3 Выготский, Л. С. Психология развития ребенка / Л. С. Выготский. – М. : Эксмо, 2005. – 512 с.

4 Психология привязанности и ранних отношений : тексты / сост. и перевод с англ. М. Л. Мельниковой ; под ред. С. Ф. Сироткина. – Ижевск : ERGO, 2005. – 362 с.

5 Веракса, Н. Е. Детская психология : учебник / Н. Е. Веракса, А. Н. Веракса. – М. : Юрайт, 2014. – 445 с.

6 Классики мировой психологии. У. Джеймс. Психология // под ред. Л. А. Петровской. – М. : Педагогика, 1991. – 368 с.