

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
**«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
(ФГБОУ ВО «КубГУ»)

**Факультет управления и психологии**  
**Кафедра психологии личности и общей психологии**

**КУРСОВАЯ РАБОТА**

**СВЯЗЬ ТРЕВОЖНОСТИ И ОТВЕТСТВЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ С ЕЕ  
САМООЦЕНКОЙ**

Работу выполнила \_\_\_\_\_ А.Д. Карпова  
(подпись, дата)

Направление подготовки 37.03.01 – Психология 1 курс

Направленность (профиль) общий

Научный руководитель:  
Канд. психол. наук,  
доцент \_\_\_\_\_ П.Ю. Удачина  
(подпись, дата)

Нормоконтролер  
Канд. психол. наук,  
доцент \_\_\_\_\_ П.Ю. Удачина  
(подпись научного руководителя, дата)

Краснодар 2021

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
1 Теоретические аспекты исследования связи тревожности и ответственности с ее самооценкой.....	6
1.1 Исследование тревожности в психологической науке.....	6
1.2 Ответственность как психологический феномен.....	10
1.3 Сущность самооценки и ее место в структуре личности.....	13
1.4. Теоретические основы исследования связи тревожности и ответственности личности с ее самооценкой.....	16
2 Эмпирическое исследование связи тревожности и ответственности личности с ее самооценкой.....	21
2.1 Описание методик исследования.....	21
2.2 Результаты исследования тревожности и ответственности личности.....	23
2.3 Результаты исследования самооценки личности.....	25
2.4 Результаты исследования связи тревожности и ответственности личности с самооценкой.....	27
Заключение .....	29
Список использованных источников.....	32
Приложение А Результаты диагностики самооценки Ч.Д. Спилбергера, Л. Ханина (оценка ситуационной и личностной тревожности).....	35
Приложение Б Результаты методики «Когнитивная ориентация (локус контроля)» Дж. Роттера.....	37
Приложение В Результаты исследования самооценки личности по методике Р.В. Овчаровой «Тест на определение самооценки у подростков» .....	39

## ВВЕДЕНИЕ

Становление личности неразрывно связано с обществом, социальными и межличностными системами отношений, которые характеризуются разнообразием форм, содержаний, ценностей, структуре человеческих общностей. Являясь участником этих систем отношений, индивид проявляет себя как личность, оценивая при этом себя в системе отношений с другими.

Одной из актуальных проблем современной психологии представляется изучение самооценки как части самосознания личности: проведено множество эмпирических исследований, выявляющих формы проявления самооценки, ее регулятивной функции, связи самооценки с самоотношением личности и ее самопознанием, уровнем адекватности и устойчивости самооценки в различных возрастах [9, с. 617].

В психологии самооценка представлена как главное личностное образование и важнейший компонент «Я-концепции». Проблема развития самооценки находится в центре внимания отечественной и зарубежной науки. Существенный вклад в изучение данной проблемы, в частности в исследование возможных нарушений в самооценочной сфере личности, внесли такие исследователи, как Р. Бернс, Л.И. Божович, Л.С. Выготский, В.А. Горбачёва, И.С. Кон, О. Куперсмит, А.Н. Леонтьев, М.И. Лисина, А.И. Липкина, А.В. Петровский, Т.А. Репина, К. Роджерс, А.А. Рояк, С.Л.Рубинштейн, Д.Б.Эльконин и другие.

Одним из факторов, оказывающим негативное влияние на формирование самооценки, является тревожность. В последнее время проблема тревожности личности является одной из актуальных и фундаментальных в психологии. По данным Всемирной Организации здравоохранения, ежегодно около 100 млн. жителей нашей планеты обнаруживают признаки тревоги, связанной с разного рода стрессами. И особенно актуальной проблема тревожности является для подросткового и

юношеского возраста, что обусловлено специфическими психологическими особенностями «переходного возраста»: юноши и девушки остро и не всегда адекватно реагирует на изменения, происходящие в окружающем мире, осуществляя поиск способов «взрослого поведения».

Важной составляющей личности является ответственность. Ответственность широко исследуется как в зарубежной, так и в отечественной психологии. Среди существующих зарубежных теорий можно выделить теорию каузальной атрибуции Дж. Роттера, а также подходы к ответственности С. Шварца, Ф. Перлза, В. Франкла и других. В отечественной литературе исследования по проблемам ответственности представлены в трудах С.Л. Рубинштейна, К.А. Абульхановой-Славской, Л.И. Божович, К. Муздыбаева, В.П. Прядина и других. По мнению ученых, ответственность считается высшим личностным образованием, феноменом, характеризующим личностную и социальную зрелость.

Несмотря на большое количество работ, посвященных изучению самооценки, тревожности и ответственности личности, конкретные связи данных феноменов пока исследованы недостаточно. В связи с этим, проблема изучения взаимосвязи тревожности и ответственности личности с ее самооценкой приобретает актуальность.

Объект исследования: тревожность, ответственность и самооценка личности.

Предмет исследования: связь тревожности и ответственности старшеклассников с их самооценкой.

Цель исследования: изучить связь тревожности и ответственности старшеклассников с их самооценкой.

Задачи исследования:

1. Изучить теоретические и эмпирические подходы к исследованию тревожности в психологии.
2. Рассмотреть ответственность как психологический феномен.

3. Раскрыть сущность самооценки и ее место в структуре личности.

4. Провести эмпирическое исследование тревожности, жизнестойкости, самооценки личности старшеклассников.

5. Выявить взаимосвязи тревожности, ответственности и самооценки личности старшеклассников.

Гипотеза исследования: существуют особенности связи тревожности и ответственности личности старшеклассника с ее самооценкой.

Для решения поставленных задач и проверки гипотезы использовался комплекс методов исследования, взаимодополняющих друг друга:

– теоретические – анализ, сравнение и систематизация теоретических знаний;

– методики – методика диагностики уровня тревоги Ч.Д. Спилбергера, Л. Ханина (оценка ситуационной и личностной тревожности); методика «Когнитивная ориентация (локус контроля)» (Дж. Роттер); тест на определение самооценки у подростков по методике Р.В. Овчаровой.

– эмпирические методы - методы математической статистики – корреляционный анализ.

Структура курсовой работы: работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованной литературы и приложения.

# 1 Теоретические аспекты исследования связи тревожности и ответственности с их самооценкой

## 1.1 Исследование тревожности в психологической науке

Проблема изучения тревожности представляет собой сложный и многоаспектный феномен, который в последние годы находится в активном процессе изучения в отечественной и зарубежной психологической науке.

С одной стороны, тревожность рассматривается с точки зрения адекватности уровня и определяется как внутренний фактор, способствующий формированию адаптивных способностей личности к непредвиденным ситуациям. А с другой стороны, тревожность изучается в рамках трудностей социально-психологической адаптации, возникающей в результате повышения уровня тревожности, что сказывается еще и на самооценке, самоотношении [5, с. 50].

При изучении тревожности стоит провести разграничительную линию между понятиями «тревожность» и «тревога».

Тревога определяется конкретным моментом переживания к внешним событиям, в который личность переживает состояние волнения. Это состояние характеризуется быстротечностью, после данного состояния наступает эмоциональная стабильность. Тревожность является устойчивой личностной характеристикой человека, присутствующая в обычной жизни, в обычных жизненных ситуациях, вызывающая сильные эмоциональные волнения [21, с. 176].

При рассмотрении данных понятий взгляды отечественных и зарубежных исследователей различны. Зарубежные психологи рассматривают понятие «тревога» как многоаспектную проблему, при этом понятие «тревожность» входит в понятие «тревога», являясь его видом. Отечественные психологи данные понятия разграничены, представлены

более линейно. Наиболее высокий интерес вызывают проблемы формирования тревожности, ее высокого уровня [5, с. 47].

Понятие «тревога» впервые озвучено в зарубежной психологии в 1925 году З. Фрейдом и рассматривается как неприятное эмоциональное состояние, которое переживается на сознательном уровне и сопровождается приобретением умений обращаться с опасностью [12, с. 44].

В работах А. Адлера тревога рассматривается как проявление невроза, основанного на поведенческих нарушениях. Невроз создает задержку в развитии социального интереса, что мы наблюдаем постоянно при пассивном стиле жизни.

Г. Айзенк, Д. Филлипс, Б. Мартин рассматривают тревогу с двух позиций: тревога как психическое состояние и тревога как устойчивая черта характера. При этом Г. Айзенк к проявлению тревоги относит эмоциональную нестабильность, а Д. Филлипс и Б. Мартин связывают проявление тревоги со стрессом.

Ч.Д. Спилбергер рассматривает в ином ключе тревожность, определяя ее как эмоциональное состояние или реакцию, имеющее некоторые особенности в виде интенсивности протекания, изменчивости во времени, осознаваемых неприятных переживаний напряженности, озабоченности, беспокойства, опасения, сопровождающееся одновременно выраженной активацией вегетативной нервной системы [19, с. 14].

В отечественной психологии тревожность рассматривается как переживание в состоянии аффекта, то есть длительную глубокую эмоцию, имеющую значение для личности. При этом чем важнее эмоциональное переживание для личности, тем выше уровень тревожности.

А.М. Прихожан определяет тревожность как синдром депрециации с широким спектром проявления: от легких странностей до глубоких потрясений [17, с. 64].

Тревожность, с точки зрения Р.С. Немова, – постоянное или временное, ситуативное свойство человека пребывать в эмоционально-возбужденном состоянии беспокойства, страха и тревоги в определенных социальных условиях [14].

Тревожность, по мнению В.М. Астапова, Е.Е. Малкова, необходимо изучать, отталкиваясь от понятия тревога, то есть изучать как сложный процесс, включающий когнитивные, аффективные и поведенческие реакции личности [2].

Изучая тревожность, зарубежные и отечественные психологи рассматривали различные виды и уровни тревожности.

Так, З. Фрейд описывал в своих работах три типа тревоги:

- реалистическая тревога – эмоциональный ответ на угрозу или понимание реальных опасностей внешнего мира;

- невротическая тревога – эмоциональный ответ на опасность того, что неприемлемые импульсы со стороны Ид станут осознанными;

- моральная тревога – это страх совести.

Совершенно с других позиций рассматривается два вида тревожности Ч.Д. Спилбергером:

- личностная тревожность – стабильная личностная черта, проявляющаяся в постоянной склонности к переживаниям тревоги в самых разных жизненных ситуациях, даже таких, которые объективно к этому не располагают. Она характеризуется состоянием безотчетного страха, неопределенным ощущением угрозы, готовностью воспринять любое событие как неблагоприятное и опасное. Человек, подверженный такому состоянию, постоянно находится в настороженном и подавленном настроении, у него затрудняются контакты с окружающим миром. Такие люди испытывают трудности в принятии решений. Говоря о личностной тревожности, мы можем отметить, что в этом случае говорим о личностном образовании.



– ситуативная тревожность – возникает в конкретных ситуациях, которые объективно вызывают беспокойство. Данное состояние может возникать у любого человека в преддверии возможных неприятностей. Это состояние характеризуется субъективно переживаемыми эмоциями, напряжением, беспокойством, озабоченностью, нервозностью. Оно может быть разным по интенсивности и динамичности [19].

А.М. Прихожан выделяет виды тревожности на основе ситуаций, связанных с процессом обучения (учебная тревожность); с представлениями о себе (самооценочная тревожность); с общением (межличностная тревожность). Также А.М. Прихожан были выделены открытые (острая, нерегулируемая тревожность; регулируемая и компенсирующая тревожность; культивируемая тревожность) и закрытые (агрессивность; чрезмерная зависимость; апатия; лживость; лень; чрезмерная мечтательность) формы тревожности [17, с. 65].

Л.И. Божович выделила два вида тревожности: адекватная (отражающая объективное отсутствие условий для удовлетворения тех или иных потребностей) и неадекватная (условия для удовлетворения потребностей имеются) [4].

Помимо разновидностей тревожности, рассматривается и её уровневое строение. И.В. Имедадзе выделяет два уровня тревожности: низкий и высокий. Низкий необходим для нормального приспособления к среде, а высокий вызывает дискомфорт человека в окружающем его социуме. Чрезмерно высокий уровень тревожности, так же, как и слишком низкий уровень (полное отсутствие тревожности) рассматриваются как явление, мешающее нормальной адаптации [11, с. 54].

Итак, мы видим, что в зарубежной и отечественной психологии существуют различные подходы к определению понятия «тревожность». В своем исследовании мы будем опираться на понятие «тревожность»

Р.С. Немова, который определяет ее как постоянное или временное, ситуативное свойство человека пребывать в эмоционально-возбужденном состоянии беспокойства, страха и тревоги в определенных социальных условиях.

## 1.2 Ответственность как психологический феномен

Ответственность широко исследуется как в зарубежной, так и в отечественной психологии. Среди существующих зарубежных теорий можно выделить теорию каузальной атрибуции Дж. Роттера, а также подходы к ответственности С. Шварца, Ф. Перлза, В. Франкла и др. В отечественной литературе исследования по проблемам ответственности представлены в трудах С.Л. Рубинштейна, К.А. Абульхановой-Славской, Л.И. Божович,

К. Муздыбаева, В.П. Прядеина и др. По мнению многих ученых, ответственность считается высшим личностным образованием, феноменом, характеризующим личностную и социальную зрелость.

Одной из наиболее известных теорий в психологии признана концепция двух типов ответственности, представленных в теории каузальной атрибуции Дж. Роттера. Согласно этой теории, существуют два вида контроля, являющихся устойчивыми свойствами личности:

– интернальный – ответственность за свои собственные события жизни, объяснение их с точки зрения своих возможностей, способностей, особенностей характера;

– экстернальный – ответственность приписывается внешним факторам: другим людям, случайным обстоятельствам, социальному окружению [10].

С. Шварц определяет ответственность следующим образом: «Степень личной ответственности – это чувство определенной возможности контролировать совершение действия или его исход». При этом, исследуя ответственность как мотив оказания помощи другому человеку, С. Шварц

водит понятие «диффузия ответственности», под которым он понимает снижение личностной ответственности при оказании помощи, в ситуации, включающей присутствие других людей [21].

В теории К.А. Абульхановой-Славской ответственность определяется как присвоение личностью необходимости, при этом акцент ставится на добровольности, т.е. человек сам рассматривает себя ответственным лицом и сам определяет меру ответственности. Критерием полноты присвоения личностью ответственности может служить согласование необходимости с желаниями и потребностями личности, т.е. возникновение инициативы [1].

Согласно взглядам, В.П. Прядина ответственность является системным качеством личности и понимается как функциональное единство мотивационных, эмоциональных, когнитивных, динамических, регулятивных и продуктивных составляющих. В основе возникновения и функционирования ответственности как личностного феномена лежит самосознание [18].

Инфантилизм принято определять в качестве личностной незрелости индивида в сочетании с его эмоционально-волевой незрелостью. Он характеризует собой разрыв между социокультурным и биологическим взрослением молодежи, свидетельствует о факте нарушения механизма социализации и включенности молодежи в жизнь взрослых, предполагающее принятие им на себя ряда новых обязательств и обязанностей [10].

Такого рода незрелость, а также неподготовленность человека к совершению социальных осознанных действий находит свое проявление в отсутствии самостоятельности при принятии определенных решений, а также совершении действий, в неспособности индивида взять на себя ответственность. При этом совокупность подобных характеристик практически вычеркивает человека из спектра социальных взаимодействий в качестве активного субъекта, оставляя ему только роль некоего объекта для стороннего воздействия.

Необходимо подчеркнуть, что самостоятельная, а также социально зрелая личность, чаще всего, не подвержена конформизму, так как ее отличает внутренний локус контроля, умение и готовность сохранить здоровье, гражданская позиция, устойчивость социально-нравственных ориентаций, критическое отношение к реальности, наконец, отсутствие конформизма.

Локус контроля – это психологический фактор, который характеризует определенный тип личности. Он представляет собой склонность индивида приписывать ответственность за происходящие в его жизни события и результаты своей деятельности внешним силам (то есть экстернальный, внешний локус контроля) или же собственным усилиями и способностям (то есть это интернальный, внутренний локус контроля).

При этом личностей с внешним локусом контроля, которые склонны объяснять последствия своих поступков непосредственным влиянием обстоятельств, называют экстерналами, так как они ответственность за свою деятельность приписывают исключительно внешним условиям. В свою очередь, противоположным типом выступают интерналы. Личности этого типа считают ответственными за все результаты своей деятельности исключительно самих себя. Даже в том случае, когда обстоятельства неблагоприятны, интернал оправдывать себя за неудачи или ошибки не станет. Индивид, которые обладают внутренним локусом контроля, больше уверены в себе, настойчивы и последовательны в достижении поставленной цели, доброжелательны, уравновешены, а также независимы.

Таким образом, ответственность является важной составляющей личностной зрелости индивида. Согласно теории Дж. Роттера существуют два вида контроля, являющихся устойчивыми свойствами личности: интернальный, когда ответственность за свои собственные события жизни, объяснение их с точки зрения своих возможностей, способностей, особенностей характера; экстернальный, когда ответственность

приписывается внешним факторам – другим людям, случайным обстоятельствам, социальному окружению. Во втором случае экстернальный вид контроля является показателем личностной незрелости индивида.

### 1.3 Сущность самооценки и ее место в структуре личности

Проблематика самооценки широко изучается современной психологической наукой и практикой. Однако, ни в отечественной, ни в зарубежной литературе нет общепринятого определения понятия самооценки.

Самооценке как личностному образованию в психологии всегда уделялось внимание. Отечественные и зарубежные психологи проводили исследования проблемы самооценки личности: в зарубежной психологии выделяют труды У. Джемса, Э. Эриксона, Ч. Кули, Дж. Мида, К. Роджерса и других, в отечественной психологии – в трудах Б.Г. Ананьева, Л.И. Божович, И.С. Кона, М.И. Лисиной, А.И. Липкиной, В.В. Столина и другими. В своих трудах ученые рассматривали самооценку в онтогенезе ее развития, выделяли ее структуру, функции, виды и закономерности формирования.

Рассмотрим понимание самооценки в русле различных теоретических подходов в зарубежной и отечественной психологии.

Впервые изучение самооценки отмечается в западной психологии: У. Джеймс ввел термин «самооценка» в психологию в 1890 году. Рассматривая самооценку как проблему «Я», У. Джеймс определял ее как эмоциональное образование, в котором присутствует неудовлетворенность или удовлетворенность личности самим собой. Самооценку можно представить в виде дроби, в числителе которой находится успех, а в знаменателе – притязания личности. Следовательно, уровень самоуважения можно повысить, либо повышая успех (числитель дроби), либо понижая притязания (знаменатель) [7, с. 46].

В зарубежной психологии в трудах авторов психоаналитического направления понятие самооценки как таковое практически не встречается. Классический психоанализ З. Фрейда рассматривает происхождение различных по модальности и интенсивности эмоций, направленных на себя, таких как самоуважение, ненависть к себе, чувство вины и пр.

Психоаналитические теории Э. Фромма, К. Хорни в рамках данного подхода рассматривают возникновение самооценки под давлением конфликта между внутренними побуждениями и внешними запретами; из-за постоянного конфликта, адекватная самооценка не сможет существовать.

Э. Эриксон занимался исследованием самосознания, выделяя самооценку как основной элемент самосознания. Самооценка рассматривается в виде показателя уровня развития индивида, соединяющее в себе его начало и личностную сторону. С самооценкой отождествляются оценочные функции самосознания, включающие в себя эмоционально-ценностное отношение личности к себе.

В гуманистической теории А. Маслоу, Г. Олпорт, Р. Мэй, К. Роджерс придерживались такой точки зрения, согласно которой образ, складывающихся у индивида о самом себе, может быть неполным и даже искаженным. Мнения окружающих, усвоенные в детском возрасте представления, собственные притязания, всё это при определённых условиях складывается в картину, которая не совпадает с объективной структурой личности. Для того чтобы преобразовывать эту картину и добиться адекватной самооценки, нужно изменить реальную систему отношений, в которой она складывалась, а именно поменять социальную позицию и взгляды личности, на систему взаимоотношений с другими индивидами [16, с. 460].

А. Маслоу в иерархии потребностей связывает с самооценкой личности потребность в принадлежности и любви и потребность в самоуважении.

К. Роджерс рассматривал самооценку через «Я-концепцию» личности, которая формируется в процессе социализации личности благодаря взаимодействию со значимыми другими.

Бихевиористы Б. Скиннер, А. Бандура рассматривают самооценку с точки зрения научения. А. Бандура анализирует самооценку как подкрепляющий фактор действия, он определяет самооценку, как один из компонентов, регулирующих поведение, широкий спектр поведения индивида регулируется с помощью реакций самооценки, выражаемых в форме удовлетворённости собой, гордости своими успехами, а также самокритики и неудовлетворённости собой. Б. Скиннер в своей теории оперантного научения говорит об опыте взаимодействия человека с окружающей средой: в результате положительного опыта поведение повторяется, а в результате отрицательного – нет. Из этого опыта человек черпает представления о себе.

В отечественной науке самооценка изучалась в ракурсе проблемы развития и формирования самосознания. В этих исследованиях выделяются два подхода.

В рамках первого подхода с общетеоретической и методологической точки зрения проанализирован вопрос о становлении самосознания как компонентного элемента развития личности. Этот вопрос освещен в работах Б.Г. Ананьева, Г.К. Велицкаса, Ю.Б. Гиппенрейтера, А.Н. Леонтьева, С.Л. Рубинштейн, М.Н. Скаткина. Самооценка, в рамках данного подхода, рассматривается как сложный компонент самосознания, отличающийся многогранностью, иерархической структурой, включающейся во множество межсистемных связей с другими психическими образованиями, в разные виды деятельности, формы и уровни общения, в когнитивное, нравственное и эмоциональное развитие личности. При этом разграничиваются такие понятия как самопознание, самооценка, самосознание от интроспекции.

Другая точка зрения отечественных психологов характеризуется спецификой самооценки, ее взаимосвязью с окружающими. Здесь можно выделить работы Е.И. Савонько, А.И. Липкиной. По их мнению, самооценка является началом развития самосознания; это осознание человеком самого себя: отношение человека к своим способностям, возможностям, личностным качествам, к внешнему облику, к физическому развитию [13].

Рассмотрев различные точки зрения и подходы к понятию «самооценка», мы выделили следующие положения: самооценка как компонент самосознания имеет рефлексивную природу, содержит образ «Я – реального», «Я – идеального» и результат их сопоставления, отношение к этому результату. Самооценка является рефлексивным компонентом самосознания, который выполняет регулирующую функцию. Разные подходы к раскрытию сущности понятия «самооценка» не противоречат друг другу, а лишь показывают сложность и многозначность самооценки как психологического феномена, ее включенность в развитие и функционирование различных психических проявлений личности. В своей работе мы будем придерживаться определения А.И. Липкиной: самооценка – это необходимый компонент развития самосознания, т.е. осознание человеком самого себя, своих физических сил, умственных способностей, поступков, мотивов и целей своего поведения, своего отношения к окружающим, к другим людям и самому себе.

#### 1.4. Связь тревожности и ответственности личности с ее самооценкой

В настоящее время в условиях гуманизации процесса образования и воспитания роль самооценки в развитии личности является актуальной проблемой психологической науки и практики. Поскольку формирование самооценки зависит от множества факторов.



В исследовании А.О. Заводской рассматривается уровень самооценки как предпосылка возникновения тревожности. В результате воздействия неблагоприятных факторов, ведущих к повышению тревожности, у взрослых развивается неуверенность в себе, самоуничижительная установка на свои силы и возможности. Люди с повышенным уровнем эмоциональной тревожности склонны воспринимать угрозу своей самооценке. Как правило, у них формируется неадекватная заниженная самооценка. Типичным проявлением заниженной самооценки является повышенная эмоциональная тревожность, выражающаяся в склонности испытывать беспокойство в самых разных жизненных ситуациях, в том числе в таких, где объективные характеристики к этому не предрасполагают. Очевидно, что люди, имеющие такую самооценку, находятся в постоянно психическом перенапряжении, которое выражается в состоянии напряженного ожидания неприятностей, нарастающей, несдерживаемой раздражительности, эмоциональной неустойчивости, неуверенности и безынициативности [8, с. 123].

Исследуя взаимосвязь тревожности и самооценки, В.В. Гавриш отмечает, что существует взаимное влияние в соотношении высокой тревожности и низкой самооценки. Самая основная составляющая тревоги является бесконтрольное беспокойство. Индивиды, которые чаще чувствуют неопределённость и беспокойность, больше подвержены формированию тревожных расстройств. Это может выражаться в страхе перед самыми различными ситуациями, в негативизме, в сниженной мотивации обучения и деятельности, что сильнее всего отражается на самооценке личности. Неадекватная самооценка может разрушительно влиять на личность человека, на уровень жизни и психоэмоциональное состояние. Появляется необходимость в психологической помощи и психологической коррекции данного уровня самооценки. Поэтому очень важно своевременно обнаружить данную проблему и не допустить развитие тревожности [6, с. 218].

Г.А. Шурухиной, Г.В. Митиной, Э.Ш. Шаяхметовой изучена взаимосвязь ответственности и самооценки студентов. В своем исследовании они отмечают следующие положения:

– чем ниже самооценка студентов-выпускников, тем больше их ответственность направлена на обретение самостоятельности и независимости, выполнение личных планов, тем чаще они проявляют волевые усилия, смелость и самостоятельность и реально оценивают обстановку, максимально задействуют креативность, гармонизируют свое внутреннее состояние, стараются найти в себе позитивные характеристики, что, скорее всего, связано с компенсацией низкого уровня самооценки и стремлением повысить его;

– чем чаще ответственность выпускников побуждается чувством долга, желанием оказать помощь другим людям, тем ярче проявляются нравственные характеристики личности, воля, самостоятельность и реальность в оценке поступков, разнообразнее творческие проявления, устойчивее гармоничное состояние личности, позитивнее восприятие, прежде всего, своих личностных аспектов, что, скорее всего, необходимо выпускникам, стоящим на пороге самостоятельной жизни;

– чем ниже самооценка студентов-выпускников, тем больше они стремятся быть общественно признанными и успешными, тем самым, повышая свою значимость через общественное признание;

– при увеличении стремления самоутвердиться и почувствовать себя на высоте положения, желании испытать свои возможности, повышается самостоятельность и реальность в принятии каких-либо решений, а также увеличивается позитивное самопринятие;

– более глубокое понимание ответственности как обязательности и добросовестности человека, самоотчетность за свои дела и поступки, но в тоже время и как черту, имеющую наследственный фактор и передающуюся по наследству, способствует более активному проявлению волевых усилий и

более позитивному восприятию своих личностных качеств и гармонизации личности.

– чем ниже самооценка, тем больше ответственность личности способствует успешному выполнению коллективных дел, а также уверенности в себе и своих силах, а при общественной направленности их ответственность способствует росту самостоятельности;

– чем чаще студенты-выпускники выполняют ответственно задания, даже если они не контролируются, тем нагляднее проявляются нравственные характеристики (порядочность, правдивость, честность и т.д.), волевые усилия, активнее происходит внутренняя гармонизация личности, повышается самооценка позитивных аспектов личности [20, с. 361].

Е.Н. Бичерова, Г.Ф. Голубева, Е.М. Фещенко отмечают связь ситуационно-специфических показателей интернального локуса контроля подростков с их самооценкой:

– подростки, имеющие высокий уровень субъективного контроля, демонстрируют в своем большинстве среднюю самооценку характера, внешности и умения что-либо делать своими руками; завышенную самооценку уверенности в себе; среднюю или завышенную самооценку умственных способностей, авторитета у сверстников;

– подростки, имеющие средний уровень субъективного контроля, проявляют в своем большинстве среднюю самооценку умственных способностей и уверенности в себе; завышенную самооценку характера; среднюю или завышенную самооценку умения делать что-либо своими руками; самооценка внешности и авторитета у сверстников разная по своей высоте, с некоторым преобладанием завышенных и средних показателей;

– подростки, имеющие низкий уровень субъективного контроля, демонстрируют в своем большинстве неадекватно заниженную и неадекватно завышенную самооценку: самооценка авторитета у сверстников, умения что-либо делать своими руками и самооценка внешности –

преимущественно заниженная; самооценка умственных способностей – чаще неадекватно завышенная; самооценка характера и уверенности в себе – неадекватно заниженная, реже – неадекватно завышенная [3, с. 58].

Итак, мы видим, что в настоящее время вопрос изучения связи тревожности и ответственности личности с ее самооценкой является актуальным. При этом нет системности в исследованиях, на которые можно было бы опираться.

## 2 Эмпирическое исследование связи тревожности и ответственности личности с ее самооценкой

### 2.1 Характеристика выборки, описание методик исследования

Цель исследования: выявить взаимосвязь тревожности и ответственности личности старшеклассника с ее самооценкой.

Эмпирические задачи исследования:

1. Выявить уровень личностной и ситуативной тревожности личности.
2. Определить направленность личности на внешние (экстерналы) или внутренние (интерналы) стимулы.
3. Определить уровень самооценки личности.
4. Выявить взаимосвязь тревожности и ответственности личности старшеклассника с ее самооценкой.

Гипотеза исследования: существуют особенности связи тревожности и ответственности личности старшеклассника с ее самооценкой.

Процедура проведения эмпирического исследования заключалась в последовательном предъявлении испытуемым комплекса методик. Затем проводилась качественная и количественная обработка статистических данных, анализировались полученные результаты и на их основании делались выводы.

Выборка подростков состоит из 14 юношей и 26 девушек.

Исследуемая группа представлена 40 подростками, возрастом 15-16 лет.

Подбор именно такой выборки испытуемых не случайный, данный возрастной диапазон выбран в связи с тем, что подростковый возраст – один из самых сложных периодов в онтогенезе человека. В этот период происходит коренная перестройка ранее сложившихся психологических структур, возникают новые образования, закладываются основы

сознательного поведения, формируется общая направленность в формировании нравственных представлений и социальных установок. В этой связи актуальными являются формирование самосознания подростка с опорой на внутренние критерии, а также коррекция самооценки и рефлексии. Неправильное формирование самооценки на самом уязвимом этапе становления – в подростковом возрасте – приводит к различным негативным изменениям личности, сказывается на характере общения, взаимодействии с другими людьми, становится непреодолимым барьером между потенциальными возможностями личности и их реализацией [3, с. 51].

Описание методов и методик исследования.

1. Методика диагностики самооценки Ч.Д. Спилбергера, Л. Ханина (оценка ситуационной и личностной тревожности).

Данный тест представлен в виде опросника из 40 вопросов. Тест является надежным источником информации о самооценке человеком уровня своей тревожности в данный момент (реактивная тревожность) и личностной тревожности (как устойчивой характеристики человека). Результаты подсчитываются по ключу, в соответствии с которым определяется:

- до 30 баллов – низкая тревожность;
- 31-45 балл – умеренная тревожность;
- 46 баллов и более – высокая тревожность.

2. Методика «Когнитивная ориентация (локус контроля)» (Дж. Роттер).

Методика позволяет выявлять направленность личности на внешние (экстерналы) или внутренние (интерналы) стимулы. Экстерналы убеждены, что их неудачи являются результатом невезения, случайностей, отрицательного влияния других людей. Интерналы же убеждены, что их успехи или неудачи не случайны и зависят от собственной компетентности, способностей, целеустремленности, т. е. от них самих. Они больше склонны к осмысливанию своего поведения и, в отличие от экстерналов, менее склонны подчиняться давлению других людей, сильнее реагируют на утрату

личной свободы, активнее ищут информацию, необходимую для принятия решения, более уверены в себе. Методика состоит из 29 утверждений, на каждое из которых нужно выбрать вариант ответа «а» или «б».

3. Тест на определение самооценки у подростков по методике Р.В. Овчаровой.

Чтобы определить уровень самооценки, школьнику предлагается ответить на 16 вопросов. В каждом из них возможно 3 варианта: «да», «нет» или «трудно сказать». Последний следует выбирать только в крайних случаях. За каждый положительный ответ испытуемому присуждается 2 балла, а за ответ «трудно сказать» – 1 балл. В случае отрицания любого из утверждений ребенок не получает за него ни одного балла. Итоговая сумма полученных баллов поможет определить результат:

- 24-32 балла – высокий уровень самооценки;
- 12-24 балла – средний;
- 0-12 баллов – низкий.

Методы математической обработки данных. Для математико-статистической обработки данных, была использована программа SPSS version 22.0. Для выявления взаимосвязи взаимосвязь тревожности и ответственности личности старшеклассника с ее самооценкой, был применен критерий Спирмена.

Обратимся к результатам исследования.

## 2.2 Результаты исследования тревожности и ответственности личности

Результаты диагностики самооценки Ч.Д. Спилбергера, Л. Ханина (оценка ситуационной и личностной тревожности) представлены в приложении (приложение Г). Рассмотрим ниже результаты исследований представленные для наглядности в виде рисунка 1.

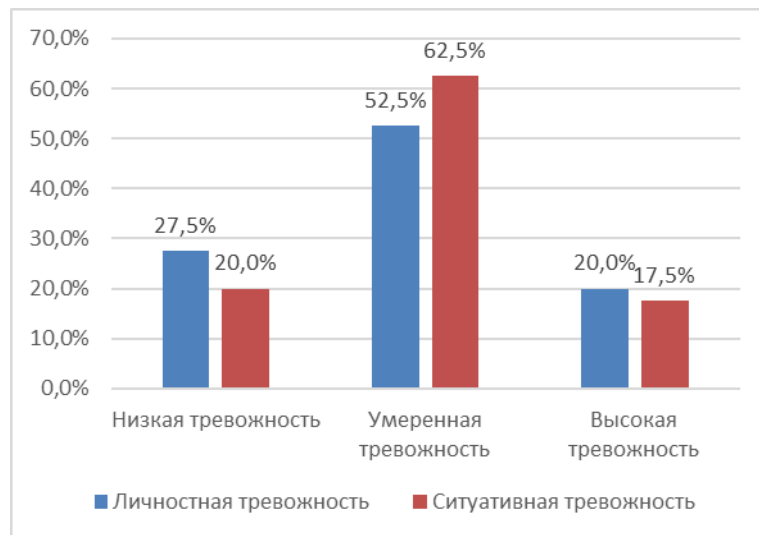


Рисунок 1 – Выраженность личностной и ситуативной тревожности старшекласников

Мы видим, что у старшекласников выявлена личностная и ситуативная тревожность. Высокий уровень личностной тревожности проявляется у 20% учащихся (8 человек), средний уровень – у 52,5% учащихся (21 человек), низкий уровень – у 27,5% учащихся (11 человек). То есть старшекласники, имеющие средний и высокий уровень, зачастую воспринимают многие ситуации как угрожающие, и испытывают на эти ситуации состояние сильной тревоги. Высокая личностная тревожность может быть причиной невротического конфликта, эмоционального срыва и психосоматического заболевания.

Высокий уровень ситуативной тревожности выявлен у 17,5% старшекласников (7 человек), средний уровень – у 62,5% старшекласников (25 человек), низкий уровень – у 20% старшекласников (8 человек). Старшекласники, имеющие низкий и средний уровни ситуативной тревожности, испытывают состояние, характеризующееся субъективно переживаемыми эмоциями: напряжением, беспокойством, озабоченностью, нервозностью. Это состояние возникает как эмоциональная реакция на



стрессовую ситуацию и может быть разным по интенсивности и динамичности во времени.

Результаты методики «Когнитивная ориентация (локус контроля)» Дж. Роттера представлены в приложении (приложение Д). Рассмотрим ниже результаты.



Рисунок 2 – Направленность локус контроля старшеклассников

Из рисунка видно, что у 65% старшеклассников (26 человек) выявлена экстернальная направленность личности, у 35% старшеклассников (14 человек) – интернальная направленность личности. То есть большая часть учащихся склонна перекладывать ответственность за происходящие события на внешние факторы, лишь четверть учащихся берут ответственность за события на себя. Таким образом, в зависимости от жизненных ситуаций у обучающихся могут проявляться как интернальные типы возложения ответственности, так и экстернальные типы возложения ответственности.

### 2.3 Результаты исследования самооценки личности

Результаты исследования самооценки личности по методике Р.В. Овчаровой «Тест на определение самооценки у подростков»

представлены в приложении (приложение Е). Отообразим результаты ниже на рисунке 3.

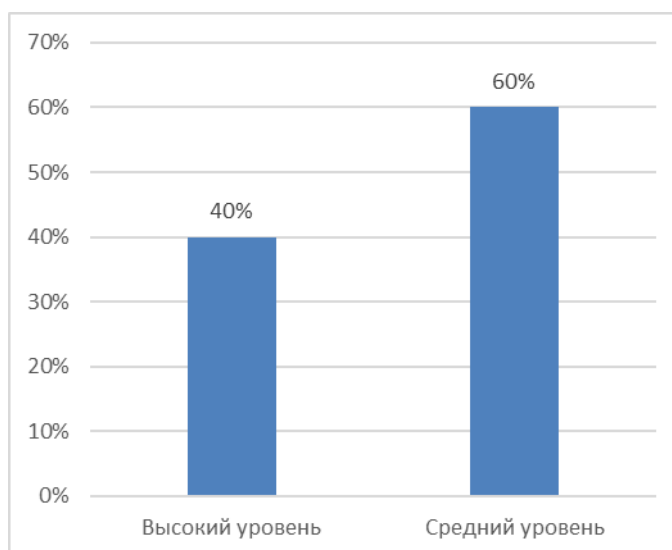


Рисунок 1 – Уровни самооценки личности старшеклассников

У 60% старшеклассников (16 человек) преобладает средний уровень самооценки, то есть учащиеся уважают себя, знают свои слабые стороны, которые нужно развивать, обращаются за помощью к окружающим и сами готовы помочь, не боятся показаться незнающими в каком-либо вопросе.

Высокий уровень самооценки выявлен у 40% старшеклассников (14 человек). Учащиеся с высоким уровнем самооценки не воспринимают критику со стороны окружающих, их раздражает чужое мнение, имеют чувство превосходства над остальными, считая себя во всем правыми, отвергают поддержку и помощь, в своих неудачах и невзгодах обвиняют других.

Низкий уровень самооценки у старшеклассников не выявлен.

Итак, мы видим, что для старшеклассников в целом характерен средний уровень самооценки.

## 2.4 Взаимосвязь тревожности и ответственности личности с ее самооценкой

Для установления связи тревожности и ответственности личности с ее самооценкой, был применен коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

Рассмотрим полученные корреляционные связи (таблица 1).

Таблица 1 – матрица связи показателей тревожности и ответственности личности старшеклассников с их самооценкой (метод ранговой корреляции Спирмена)

		Ситуативная тревожность	Личностная тревожность	Интернальность	Экстернальность
Уровень самооценки	Коэффициент корреляции	-0,393*	0,262	-0,5**	0,454**
	Знач. (2-х сторонняя)	0,012	0,103	0,001	0,003

Примечание: \*\*. Корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя); \*. Корреляция значима на уровне 0,05 (двухсторонняя).

Так как выборка мала, полученные данные были подвергнуты качественному анализу.

Показатель «Уровень самооценки» находится в прямой зависимости с показателем «Экстернальность» ( $r=0,454$ ;  $p \leq 0,05$ ). Это значит, что чем больше проявляется у старшеклассников не восприятие критики со стороны окружающих, раздражение от чужого мнения, отвержение поддержки и помощи и обвинение в своих неудачах и невзгодах других, тем больше учащиеся склонны перекладывать ответственность за происходящие события на внешние факторы.

Показатель «Уровень самооценки» находится в обратной зависимости с показателем «Ситуативная тревожность» ( $r=-0,393$ ;  $p \leq 0,05$ ), «Интернальность» ( $r=-0,5$ ;  $p \leq 0,05$ ). То есть чем меньше проявляется у

старшеклассников не восприятие критики со стороны окружающих, раздражение от чужого мнения, отвержение поддержки и помощи и обвинение в своих неудачах и невзгодах других, тем больше у них выражено состояние, характеризующееся субъективно переживаемыми эмоциями: напряжением, беспокойством, озабоченностью, нервозностью; тем больше учащиеся несут ответственность за свои успехи и неудачи, надеются только на свои силы и возможности.

Итак, мы можем сделать вывод, что существуют связь тревожности и ответственности личности старшеклассников с их самооценкой.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Данная работа была предпринята с целью изучения взаимосвязи тревожности и ответственности личности с ее самооценкой.

Нами были рассмотрены теоретические подходы к изучению проблемы тревожности, ответственности и самооценки личности, а также их связей между собой. Мы отметили, что в зарубежной и отечественной психологии существуют различные подходы к определению понятия «тревожность». Наиболее приемлемый для нашего исследования подход к понятию тревожность – определение Р.С. Немова. Тревожность – это постоянное или временное, ситуативное свойство человека пребывать в эмоционально-возбужденном состоянии беспокойства, страха и тревоги в определенных социальных условиях.

Важной составляющей личностной зрелости личности является ответственность. Согласно теории Дж. Роттера ответственность проявляется через два вида контроля, являющихся устойчивыми свойствами личности: интернальный, когда ответственность за свои собственные события жизни, объяснение их с точки зрения своих возможностей, способностей, особенностей характера; экстернальный, когда ответственность приписывается внешним факторам – другим людям, случайным обстоятельствам, социальному окружению. Во втором случае экстернальный вид контроля является показателем личностной незрелости индивида.

Рассмотрев различные точки зрения и подходы к понятию «самооценка», мы выделили следующие положения: самооценка как компонент самосознания имеет рефлексивную природу, содержит образ «Я – реального», «Я – идеального» и результат их сопоставления, отношение к этому результату. Самооценка является рефлексивным компонентом самосознания, который выполняет регулирующую функцию. Разные подходы к раскрытию сущности понятия «самооценка» не противоречат друг

другу, а лишь показывают сложность и многозначность самооценки как психологического феномена, ее включенность в развитие и функционирование различных психических проявлений личности.

Мы установили, что в настоящее время вопрос изучения связи тревожности и ответственности личности с ее самооценкой является актуальным. При этом нет системности в исследованиях, на которые можно было бы опираться.

С целью изучения взаимосвязи тревожности и ответственности личности старшеклассника с ее самооценкой нами было проведено эмпирическое исследование.

В качестве респондентов выступали 40 подростков возрастом 15-16 лет (14 юношей и 26 девушек).

В результате описательной статистики было установлено следующее:

– у старшеклассников выявлен высокий, средний и низкий уровни тревожности личностной и ситуативной тревожности. Старшеклассники, имеющие средний и высокий уровень, зачастую воспринимают многие ситуации как угрожающие, и испытывают на эти ситуации состояние сильной тревоги, испытывают состояние, характеризующееся субъективно переживаемыми эмоциями: напряжением, беспокойством, озабоченностью, нервозностью. Это состояние возникает как эмоциональная реакция на стрессовую ситуацию и может быть разным по интенсивности и динамичности во времени. Высокая личностная тревожность может быть причиной невротического конфликта, эмоционального срыва и психосоматического заболевания.

– большая часть учащихся склонна перекладывать ответственность за происходящие события на внешние факторы, лишь четверть учащихся берут ответственность за события на себя;

– у старшеклассников преобладает средний уровень самооценки, то есть учащиеся уважают себя, знают свои слабые стороны, которые нужно

развивать, обращаются за помощью к окружающим и сами готовы помочь, не боятся показаться незнающими в каком-либо вопросе. Учащиеся с высоким уровнем самооценки не воспринимают критику со стороны окружающих, их раздражает чужое мнение, имеют чувство превосходства над остальными, считая себя во всем правыми, отвергают поддержку и помощь, в своих неудачах и невзгодах обвиняют других. Низкий уровень самооценки не выявлен.

В корреляционном анализе были выявлены особенности взаимосвязи тревожности и ответственности личности старшеклассника с ее самооценкой. В результате корреляционного анализа нашло свое подтверждение гипотеза: существуют особенности связи тревожности и ответственности личности старшеклассника с ее самооценкой.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абульханова-Славская, К. А. Типология активности личности / К. А. Абульханова-Славская // Психологический журнал. – 1985. – Т. 6. – № 5. – С. 3-18.
2. Астапов, В. М. Эмоциональные нарушения в детском и подростковом возрасте. Тревожные расстройства / В. М. Астапов, Е. Е. Малкова. – М.: Издательство Юрайт, 2018. – 273 с.
3. Бичерова, Е. Н. Ситуационно-специфические показатели интернального локуса контроля подростков с разной самооценкой / Е. Н. Бичерова, Г. Ф. Голубева, Е. М. Фещенко // Теоретическая и экспериментальная психология. – 2019. – № 1. – С. 51-60.
4. Божович, Л. И. Проблемы формирования личности. Избранные психологические труды / Л. И. Божович. – М., 1995. – 349 с.
5. Васюк, А. Г. Тревожность как индивидуальная психологическая особенность человека: психологический аспект / А. Г. Васюк, О. Л. Даник // Материалы научно-практической конференции, посвященной 80-летию со дня рождения В. Д. Альперовича. – Directmedia, 2018. – С. 50-53.
6. Гавриш, В. В. Исследование взаимосвязи уровня тревожности и самооценки студентов высших учебных заведений / В. В. Гавриш // Устойчивое развитие науки и образования. – 2019. – № 5. – С. 213-219.
7. Жокина, П. А. О некоторых научных подходах к изучению самооценки и уверенности в себе в зарубежной психологии / П. А. Жокина // Психолого-педагогическая поддержка детей с ограниченными возможностями здоровья. – М.: ГАОУ ВО МГПУ. – 2016. – С. 46-59.
8. Завадская, А. О. Самооценка как предпосылка возникновения тревожности у взрослых / А. О. Завадская // Содружество наук. Барановичи-2018: материалы XIV Междунар. науч.-практ. конф. молодых



исследователей, Барановичи, 17 мая 2018 года: в 3 ч. – Барановичи: БарГУ, 2018. – 2018. – С. 123-124.

9. Захарова, Т. Н. Формирования субъектности участников образовательных отношений в условиях совместной продуктивной деятельности / Т. Н. Захарова // Сборник материалов Ежегодной международной научно-практической конференции «Воспитание и обучение детей младшего возраста». – 2016. – № 5. – С. 617-619.

10. Ильин, Е. П. Психология взрослости / Е. П. Ильин. – СПб: Питер, 2012. – 544 с.

11. Имедадзе, И. В. Тревожность как фактор учения в дошкольном возрасте / И. В. Имедадзе // Психологические исследования. Тбилиси: Мецнисреба. – 1960. – С. 54–57.

12. Кузнецова, Ю. С. Подходы к изучению тревожности в зарубежной и отечественной литературе / Ю. С. Кузнецова // Студенческий. – 2019. – № 29-2(73). – С. 44–46.

13. Липкина, А. И. Самооценка школьника и его память / А. И. Липкина // Вопросы психологии. – 1981. – № 3. – С. 79–88.

14. Немов, Р. С. Психология. Книга 1. Общие основы психологии. – М.: Владос, 2013. – 687 с.

15. Нехорошкова, А. Н. Проблема тревожности как сложного психофизиологического явления / А. Н. Нехорошкова, А. В. Грибанов, Ю. С. Джос // Экология человека. – 2014. – №6. – С. 47–54.

16. Пастухова, М. В. Теоретические аспекты психологического изучения самооценки личности / М. В. Пастухова // Известия Самарского научного центра РАН. – 2010. – №5-2. – С. 460–462.

17. Прихожан, А. М. Тревожность: явление, причины, диагностика / А. М. Прихожан // Школьный психолог. – 2004. – № 8. – С. 64–73.

18. Прядеин, В. П. Ответственность как системное качество личности / В. П. Прядеин. – Екатеринбург: УрГПУ, 2001. – 209 с.

19. Спилбергер, Ч. Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги / Стресс и тревога в спорте. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – С. 12-24.
20. Шурухина, Г. А. Взаимосвязь ответственности и самооценки студентов в контексте личностно-ориентированного образования / Г. А. Шурухина, Г. В. Митина, Э. Ш. Шаяхметова // Проблемы современного педагогического образования. – 2017. – № 7. – С. 361–369.
21. Яковлева, Д. О. Тревожность как причина дисгармоничности личности / Д. О. Яковлева // Современная наука: актуальные вопросы, достижения и инновации. – 2019. – С. 176–178.
22. Schwartz, S. H. Normative evaluations A helping behavior: A critique, proposal end empirical test. *Journal of Experimantal Social Psychology*, 1973, v. 9, p. 353.

## Приложение А

Результаты диагностики самооценки Ч.Д. Спилбергера, Л. Ханина (оценка ситуационной и личностной тревожности)

Таблица А.1 – Первичные данные респондентов по методике Ч.Д. Спилбергера, Л. Ханина (оценка ситуационной и личностной тревожности)

№ п/п	Пол	Ситуативная тревожность	Личностная тревожность
1	ж	27	35
2	ж	39	37
3	ж	36	32
4	ж	56	64
5	м	35	37
6	м	24	28
7	ж	54	64
8	м	34	38
9	ж	37	41
10	м	33	39
11	м	39	32
12	ж	36	30
13	ж	23	35
14	ж	35	23
15	м	23	33
16	ж	35	31
17	м	33	23
18	ж	49	50
19	м	41	47
20	ж	66	69
21	ж	55	62
22	ж	31	35
23	ж	29	30
24	ж	37	26
25	м	28	25
26	ж	26	23
27	м	42	45
28	ж	56	59
29	ж	23	30
30	м	39	40
31	ж	38	42

Продолжение таблицы А.1

32	ж	42	29
33	ж	38	27
34	м	39	26
35	ж	44	48
36	ж	37	36
37	м	47	41
38	ж	32	32
39	м	29	32
40	ж	32	33

## Приложение Б

### Результаты методики «Когнитивная ориентация (локус контроля)»

Дж. Роттера

Таблица Б.1 – Первичные данные респондентов по методике «Когнитивная ориентация (локус контроля)» Дж. Роттера

№ п/п	Пол	Интернальность	Экстернальность
1	ж	10	17
2	ж	8	14
3	ж	3	15
4	ж	18	10
5	м	10	14
6	м	11	16
7	ж	16	7
8	м	16	12
9	ж	5	10
10	м	11	16
11	м	8	16
12	ж	5	12
13	ж	3	17
14	ж	6	14
15	м	9	16
16	ж	8	11
17	м	5	16
18	ж	15	8
19	м	9	16
20	ж	15	11
21	ж	14	11
22	ж	7	14
23	ж	7	17
24	ж	9	13
25	м	11	15
26	ж	6	12
27	м	15	3
28	ж	14	6
29	ж	4	11
30	м	7	15
31	ж	11	15
32	ж	13	3
33	ж	16	2

Продолжение таблицы Б.1

34	м	14	5
35	ж	11	6
36	ж	5	16
37	м	14	5
38	ж	10	16
39	м	9	14
40	ж	8	15

## Приложение В

Результаты исследования самооценки личности по методике  
Р.В. Овчаровой «Тест на определение самооценки у подростков»

Таблица В.1 – Первичные данные респондентов по методике

№ п/п	Пол	Баллы	Уровень самооценки
1	ж	26	Высокий
2	ж	26	Высокий
3	ж	25	Высокий
4	ж	19	Средний
5	м	30	Высокий
6	м	26	Высокий
7	ж	20	Средний
8	м	26	Высокий
9	ж	30	Высокий
10	м	30	Высокий
11	м	31	Высокий
12	ж	29	Высокий
13	ж	31	Высокий
14	ж	26	Высокий
15	м	24	Высокий
16	ж	26	Высокий
17	м	24	Высокий
18	ж	22	Средний
19	м	27	Высокий
20	ж	22	Средний
21	ж	22	Средний
22	ж	27	Высокий
23	ж	25	Высокий
24	ж	28	Высокий
25	м	26	Высокий
26	ж	24	Высокий
27	м	15	Средний
28	ж	22	Средний
29	ж	30	Высокий
30	м	29	Высокий
31	ж	29	Высокий
32	ж	23	Средний

Продолжение таблицы В.1

33	ж	28	Высокий
34	м	27	Высокий
35	ж	17	Средний
36	ж	27	Высокий
37	м	17	Средний
38	ж	31	Высокий
39	м	26	Высокий
40	ж	26	Высокий