

CƠ SỞ LÝ THUYẾT VÀ THỰC TRẠNG VỀ TỰ ĐÁNH GIÁ BẢN THÂN Ở LỨA TUỔI THIẾU NIÊN

Nguyễn Thị Huệ, Đặng Thị Lan

Khoa Tâm lý - Giáo dục, Trường Đại học Sư phạm Hà Nội

Bộ môn Tâm lý - Giáo dục, Trường Đại học Ngoại ngữ - Đại học Quốc gia Hà Nội

Tóm tắt. Tự đánh giá bản thân là ý thức về giá trị cái tôi, là một bước phát triển cao của ý thức cá nhân. Trong bối cảnh xã hội có nhiều sự thay đổi nhanh chóng như hiện nay, người làm công tác giáo dục lứa tuổi thiếu niên phải hiểu rõ về tự đánh giá của các em. Bài viết này trình bày khái quát về bản chất, vai trò, ý nghĩa, các thành phần cấu trúc tâm lý và các mô hình lý thuyết về tự đánh giá bản thân của cá nhân tuổi thiếu niên. Đồng thời, bài viết cũng chỉ ra thực trạng tự đánh giá của các em trong một số lĩnh vực cụ thể.

Từ khóa: Tự đánh giá bản thân, tự nhận thức, ý thức cá nhân, thái độ đối với bản thân, khuynh hướng ứng xử của bản thân, tuổi thiếu niên.

1. Mở đầu

Tự đánh giá bản thân có vai trò hết sức quan trọng đối với sự phát triển nhân cách cũng như xu hướng hoạt động của mỗi người. Sự hiểu biết về bản thân, tự đánh giá được những phẩm chất và năng lực của bản thân để so sánh với các yêu cầu của xã hội, của công việc... từ đó cố gắng rèn luyện, phấn đấu theo là con đường cơ bản để hoàn thiện nhân cách. Càng đánh giá đúng bản thân càng thể hiện trình độ phát triển cao của nhân cách.

Tuy nhiên, trong thực tế không phải ai cũng tự đánh giá đúng bản thân để hoàn thiện mình ngày một tốt hơn. Nếu tự đánh giá mình quá cao là tự kiêu, ngược lại đánh giá mình quá thấp là tự ti. Cả hai xu hướng đó đều không tốt cho sự phát triển nhân cách cá nhân.

Lứa tuổi thiếu niên (khoảng từ 11-15 tuổi) là lứa tuổi có nhiều thay đổi lớn về tâm sinh lý, đặc biệt là sự không ổn định về cảm xúc, tình cảm. Nếu để ý quan sát chúng ta dễ dàng thấy lứa tuổi này thoát vui, thoát buồn, dễ thân mật nhưng cũng dễ giận dữ, xa cách. Các em thường ít hài lòng về hình ảnh bản thân... Chính vì vậy, việc nghiên cứu về tự đánh giá của lứa tuổi thiếu niên là hết sức quan trọng đối với công tác giáo dục, nhất là trong bối cảnh xã hội có nhiều sự thay đổi nhanh chóng như hiện nay.

Bài viết này trình bày khái quát về bản chất, vai trò, ý nghĩa, các thành phần cấu trúc tâm lý và các mô hình lý thuyết về tự đánh giá bản thân của cá nhân tuổi thiếu niên. Đồng thời, bài viết cũng chỉ ra thực trạng tự đánh giá của các em trong một số lĩnh vực cụ thể.

Ngày nhận bài: 12/12/2014. Ngày nhận đăng: 15/3/2015.

Liên hệ: Nguyễn Thị Huệ, e-mail: huenguyentigd@gmail.com.

2. Nội dung nghiên cứu

2.1. Khái niệm về tự đánh giá bản thân

Tìm hiểu các nghiên cứu ở trong và ngoài nước, chúng tôi thấy nổi lên một số quan niệm sau đây:

W. James nhà tâm lí học và triết học người Mĩ (1890) cho rằng, tự đánh giá bản thân là ý thức về giá trị cái tôi. Tự đánh giá bản thân là kết quả của mối liên hệ giữa những thành công đạt được và những tham vọng cá nhân muốn vươn tới trong những lĩnh vực mà cá nhân cho là quan trọng trong cuộc sống. Công thức đo sự đánh giá bản thân được ông trình bày như sau: Tự đánh giá = thành công/tham vọng. Ở một nghĩa khác, tự đánh giá bản thân là mối quan hệ giữa cái chúng ta làm và cái chúng ta muốn [Dẫn theo 3].

Năm 1973, nhà tâm lí học Levcovic cho rằng: “Tự đánh giá bản thân là giai đoạn phát triển cao của ý thức, nó bao gồm sự nhận thức về bản thân, sự đánh giá đúng sức lực và thái độ phê phán đối với bản thân” [7; 98].

Theo Lipkina (1976), “Tự đánh giá bản thân là thái độ của con người đối với những năng lực, những khả năng, những phẩm chất nhân cách cũng như toàn bộ mặt bên ngoài của mình” [8;7].

Năm 1979, Franz nhà tâm lí học Đức nghiên cứu về tự đánh giá đã đi đến kết luận: “Tự đánh giá bản thân là một dạng đặc biệt của hoạt động tự nhận thức của cá nhân. Đó là nhận thức về mức độ biểu hiện các hiện tượng tâm lí, thái độ đang tồn tại ở bản thân” [6; 38].

Một số tác giả khác (Susan Harter...) lại cho rằng, tự đánh giá bản thân là sự đánh giá tổng thể về giá trị bản thân với tư cách là con người. Đó là sự đánh giá mà cá nhân có được về giá trị của mình.

Tác giả Vũ Thị Nho cho rằng: “Tự đánh giá là một hoạt động nhận thức đặc biệt của con người, trong đó đối tượng nhận thức chính là bản thân chủ thể, là quá trình chủ thể thu thập, xử lí thông tin về chính mình, chỉ ra được mức độ, giá trị nhân cách tồn tại ở bản thân, từ đó có thái độ, hành động phù hợp nhằm tự điều chỉnh, tự giáo dục để hoàn thiện và phát triển”.

Đơn giản hơn, nhưng cũng khá cụ thể, tác giả Vũ Dũng quan niệm: “Tự đánh giá là cá nhân đánh giá chính mình về năng lực, phẩm chất, vị thế của mình so với người khác...” [1; 391-392].

Tóm lại, mặc dù mỗi tác giả đều đưa ra khái niệm khác nhau về tự đánh giá, người thì nhấn mạnh đến mặt nhận thức, người thì nhấn mạnh đến thái độ, có người lại nhấn mạnh đến mối quan hệ... , nhưng hầu hết đều thống nhất ở một điểm, coi tự đánh giá bản thân thực chất là tự nhận xét, đánh giá về bản thân mình, đó là giai đoạn phát triển cao của ý thức. Đánh giá bản thân bao gồm cả yếu tố bên ngoài và các phẩm chất tâm lí bên trong. Đối tượng của tự đánh giá chính là bản thân chủ thể, là sự biểu hiện thể giới nội tâm của mỗi người.

Như vậy, có thể hiểu rằng: tự đánh giá bản thân là hoạt động tự nhận thức của con người về chính bản thân mình, là trình độ phát triển cao của ý thức. Nói cách khác, đó là việc con người hướng vào nhận thức chính bản thân mình, tỏ thái độ đối với bản thân, đối chiếu bản thân với các yêu cầu bên ngoài...

Cá nhân đánh giá mình như thế nào phụ thuộc vào các môi tương tác, giao tiếp với những người xung quanh, những trải nghiệm của bản thân về những thành công hay thất bại trong cuộc sống.

2.2. Cấu trúc tâm lý của tự đánh giá bản thân

2.2.1. Tự nhận thức về bản thân

Nhận thức là một trong ba mặt quan trọng của đời sống tâm lý con người. Nhận thức là cơ sở của tình cảm và hành động. Nhận thức về bản thân là ý thức về đặc điểm cơ thể của mình cũng như các phẩm chất, năng lực của cá nhân mình. Nếu con người nhận thức đúng về bản thân mình là điều kiện để thành công trong cuộc sống.

Để nhận thức đúng về bản thân, cá nhân phải thu thập thông tin về chính mình từ những nhận xét, đánh giá của người khác về mình, từ đó phân tích, tổng hợp, khái quát (xử lý thông tin) để rút ra kết luận về mình. Nhận thức về bản thân chính là nhận ra giá trị của bản thân trong mối quan hệ với người khác. Khi cá nhân biết được điểm mạnh, điểm yếu của mình sẽ là điều kiện để đi đến những thành công trong cuộc sống.

Tự nhận thức về bản thân của cá nhân ngày càng phát triển và dần dần sẽ gắn với sự tự đánh giá về bản thân.

2.2.2. Cảm xúc, thái độ đối với bản thân

Trên cơ sở nhận thức về các phẩm chất nhân cách đang có của bản thân, so sánh, đối chiếu với các giá trị, các chuẩn mực của xã hội để đánh giá mình đang ở mức nào, những phẩm chất, năng lực của mình là tốt hay xấu, tích cực hay tiêu cực, có phù hợp với các yêu cầu chuẩn mực của xã hội không?...

Khi cá nhân đã nhận thức rõ về bản thân, xác định mức độ giá trị nhân cách của mình, lúc đó cá nhân tỏ thái độ, cảm xúc với chính bản thân mình. Cá nhân cảm thấy hài lòng hay không hài lòng với chính bản thân mình, tự hào, phần khởi hay bi quan, chán nản, thấy mình là người có năng lực hay bất tài, vô dụng, thấy tự tin hay tự ti... .

Cá nhân có thể tự phê bình bản thân, đưa ra những dự định tương lai, chọn mẫu người lí tưởng để bắt chước, phấn đấu... Đó chính là những trạng thái cảm xúc nội tâm, thái độ đối với bản thân.

2.2.3. Hành vi - khuynh hướng ứng xử của bản thân

Khi cá nhân hiểu rõ về bản thân mình, cá nhân có thể kiểm soát và lựa chọn hành vi muốn biểu hiện. Nếu hiểu cảm xúc, suy nghĩ của mình cá nhân có thể lựa chọn cách hành động, phản ứng trước một tình huống nào đó. Sự lựa chọn đó được xem là sức mạnh nội tại trong hành động của mỗi người mà không ai có thể lấy đi được.

Hành vi-khuynh hướng ứng xử của mỗi người trong những điều kiện, hoàn cảnh khác nhau là sự phản ánh nhận thức và cảm xúc của cá nhân về bản thân mình. Nhận thức đúng đắn, suy nghĩ tích cực về bản thân sẽ tạo ra cảm nhận tích cực. Cảm nhận tích cực sẽ tạo ra hành động tích cực và hành động tích cực sẽ tạo ra kết quả tích cực. Đó là quá trình tự điều chỉnh, điều khiển hành vi cá nhân một cách tự giác theo mục đích đề ra.

2.3. Các mô hình lý thuyết về đánh giá bản thân

2.3.1. Mô hình bốn yếu tố

- Cái tôi thể chất là sự ý thức của cá nhân về cơ thể, vóc dáng của chính bản thân mình (đẹp hay xấu, cao hay thấp, cân đối hay không, có hình diện về cơ thể mình hay không...).

- Cái tôi chú quan, là cách một cá nhân nghĩ về chính mình và những gì người khác đánh giá về mình.

- Cái tôi lí tưởng, là cái tôi mà một cá nhân muốn trở thành, thường dựa theo một mẫu người được ngưỡng mộ hay ước muốn đi theo một lĩnh vực hoạt động có ích cho xã hội.

- Những cái tôi khác theo từng vai trò xã hội mà cá nhân đang đảm nhận theo từng thời điểm của cuộc sống, theo nghề nghiệp...

2.3.2. Mô hình của Petrovski và Iarosepxki

Vào năm 1990 hai tác giả này đã xác định nội dung tự đánh giá bản thân bao gồm:

- Cái tôi hiện thực (là quan niệm về bản thân trong thời điểm hiện tại).
- Cái tôi lí tưởng, là hình ảnh bản thân trong tương lai mà cá nhân muốn đạt tới, hướng tới.
- Cái tôi động cơ, là những gì chủ thể dự định trưởng thành.
- Cái tôi viễn tưởng là hình mẫu lí tưởng một người nào đó mà cá nhân muốn trở thành.

2.3.3. Mô hình của S. Harter

Theo S. Harter thì nội dung đánh giá bản thân bao gồm 9 lĩnh vực:

Khả năng học tập; Khả năng công việc; Khả năng thể thao; Hình thức thể lực; Sự chấp nhận xã hội của các bạn cùng lứa; Mỗi quan hệ bạn thân; Mỗi quan hệ tình yêu; Mỗi quan hệ với cha mẹ; Mỗi quan hệ với đạo đức.

2.3.4. Mô hình bảy yếu tố của A.M. Prikharan

Mô hình đánh giá bản thân trong khuôn khổ hoạt động trợ giúp tâm lí học đường ở các trường phổ thông tại Nga do bà Prikharan đưa ra gồm:

Sức khỏe; Trí tuệ, năng lực; Tính cách; Uy tín đối với bạn; Năng lực làm công việc bằng tay; Ngoại hình; Sự tự tin.

2.4. Một số kết quả nghiên cứu về thực trạng tự đánh giá bản thân ở lứa tuổi thiếu niên

Căn cứ vào các mô hình đánh giá nói trên, chúng tôi đã tiến hành nghiên cứu trên học sinh một số trường trung học cơ sở ở tỉnh Thanh Hóa và tỉnh Thái Nguyên. Sau đây là kết quả chúng tôi thu được.

2.4.1. Tự đánh giá về ngoại hình

Bảng 1: Tự đánh giá của thiếu niên về ngoại hình của bản thân

Các nhóm khách thể khảo sát	Các mức độ đánh giá									
	Cao		Trên TB		TB		Dưới TB		Thấp	
	TS	%	TS	%	TS	%	TS	%	TS	%
Khối 6 (624)	27	4,34	203	32,53	367	58,81	18	2,88	9	1,44
Khối 8 (596)	28	4,70	202	33,89	344	57,72	14	2,35	8	1,34
Nam (548)	26	4,74	180	32,85	321	58,58	11	2,01	10	1,82
Nữ (672)	29	4,32	225	33,48	390	58,04	21	3,13	7	1,04
Thanh Hóa (613)	29	4,73	204	33,28	353	57,59	17	2,77	10	1,63
Thái Nguyên (607)	26	4,28	201	33,11	358	58,98	15	2,47	7	1,15
$\Sigma(1220)$	55	4,51	405	33,20	711	58,28	32	2,62	17	1,39

Kết quả thu được cho thấy, thiếu niên đánh giá không cao về ngoại hình của bản thân (chỉ có dưới 5% thiếu niên đánh giá cao về ngoại hình bản thân). Đa số thiếu niên đánh giá ngoại hình bản thân ở mức trung bình và trên trung bình. Học sinh nữ có xu hướng đánh giá thấp hơn học sinh nam về ngoại hình bản thân, tuy nhiên sự khác biệt chưa có ý nghĩa thống kê. Giữa học sinh lớp 6 và học sinh lớp 9, học sinh của hai tỉnh, sự tự đánh giá về ngoại hình không có sự khác biệt. Tỷ lệ thiếu niên đánh giá thấp về ngoại hình của mình không đáng kể (hơn 1%).

Kết quả nghiên cứu này là phù hợp với đặc điểm lứa tuổi thiếu niên. Đây là lứa tuổi đang phát triển mạnh về hệ xương, tạo ra sự mất cân đối tạm thời về hình dáng. Vì vậy, đa số các em chưa thỏa mãn với ngoại hình của mình. Học sinh nữ thường đánh giá về ngoại hình của mình thấp hơn học sinh nam, vì lứa tuổi này học sinh nữ dậy thì sớm hơn học sinh nam khoảng một năm rưỡi, các em sớm chú ý đến ngoại hình của mình hơn và ít thỏa mãn với ngoại hình của bản thân.

Giữa học sinh lớp 6 và học sinh lớp 8 không có sự khác nhau về tự đánh giá ngoại hình, chứng tỏ sự phát triển ngoại hình của các em chưa có sự khác biệt nhiều.

Sự đánh giá của học sinh hai tỉnh cũng không có sự khác nhau, điều đó khẳng định, môi trường, điều kiện ở hai tỉnh cơ bản tương đồng nhau.

2.4.2. Tự đánh giá về năng lực học tập

Bảng 2: Tự đánh giá của thiếu niên về năng lực học tập của bản thân

Các nhóm khách thể khảo sát	Các mức độ đánh giá									
	Cao		Trên TB		TB		Dưới TB		Thấp	
	TS	%	TS	%	TS	%	TS	%	TS	%
Khối 6 (624)	181	29,01	243	38,94	182	29,17	18	2,88	0	0
Khối 8 (596)	178	29,87	246	41,28	164	27,52	8	1,34	0	0
Nam (548)	169	30,84	220	40,15	151	27,55	8	1,46	0	0
Nữ (672)	190	28,27	269	40,03	195	29,02	18	2,68	0	0
Thanh Hóa (613)	179	29,20	246	40,13	174	28,38	14	2,28	0	0
Thái Nguyên (607)	180	29,65	243	40,03	172	28,34	12	1,98	0	0
$\Sigma(1220)$	359	29,43	489	40,08	346	28,36	26	2,13	0	0

Từ kết quả thu được ở bảng 2 cho thấy, thiếu niên đánh giá khá cao năng lực học tập của bản thân. Đa số thiếu niên đánh giá năng lực học tập của bản thân từ mức trên trung bình đến cao. Số thiếu niên đánh giá thấp năng lực học tập của cá nhân rất ít (dưới 3%). Tự đánh giá năng lực học tập của học sinh lớp 6 thấp hơn so với học sinh lớp 8, học sinh nam có xu hướng đánh giá năng lực học tập bản thân cao hơn học sinh nữ. Tuy nhiên sự khác biệt này chưa có ý nghĩa thống kê. Kết quả cũng cho thấy, không có sự khác nhau trong đánh giá năng lực học tập của học sinh hai tỉnh.

Tìm hiểu sâu về vấn đề này, chúng tôi nhận thấy, học sinh tự đánh giá năng lực học tập của bản thân chủ yếu dựa vào đánh giá của nhà trường. Học sinh nào được nhà trường xếp học lực loại giỏi thường đánh giá mình có năng lực học tập cao. Tương ứng như thế, học sinh căn cứ vào kết quả học tập để tự đánh giá năng lực học tập của mình.

Sở dĩ học sinh lớp 6 đánh giá năng lực học tập bản thân thấp hơn so với học sinh lớp 8 là do các em mới chuyển từ tiểu học lên, chưa quen với môi trường và điều kiện học tập mới. Do đặc điểm giới tính, học sinh nam thường tự tin hơn học sinh nữ nên các em thường đánh giá bản thân cao hơn, trong đó có năng lực học tập.

2.4.3. Tự đánh giá về các năng lực khác

Bảng 3: Tự đánh giá của thiếu niên về các năng lực khác của bản thân

Các nhóm khách thể khảo sát	Các mức độ đánh giá									
	Cao		Trên TB		TB		Dưới TB		Thấp	
	TS	%	TS	%	TS	%	TS	%	TS	%
Khối 6 (624)	31	4,97	86	13,78	407	65,22	84	13,46	16	2,57
Khối 8 (596)	29	4,87	82	13,76	394	66,11	80	13,42	11	1,84
Nam (548)	28	5,11	76	13,87	371	67,70	63	11,50	10	1,82
Nữ (672)	32	4,76	92	13,69	430	63,99	101	15,03	17	2,53
Thanh Hóa (613)	30	4,89	85	13,87	402	65,58	83	13,54	13	2,12
Thái Nguyên (607)	30	4,94	83	13,67	399	65,73	81	13,34	14	2,32
$\Sigma(1220)$	60	4,92	168	13,77	801	65,66	164	13,44	27	2,21

Năng lực khác của lứa tuổi học sinh thường được hiểu là những năng lực ngoài lĩnh vực học tập như nghệ thuật, thể thao, tổ chức hoạt động... Thiếu niên tự đánh giá không cao các năng lực khác của bản thân (dưới 5% thiếu niên đánh giá cao các năng lực khác của mình). Chủ yếu thiếu niên đánh giá năng lực khác của bản thân ở mức trung bình. Học sinh nam có xu hướng đánh giá cao hơn đôi chút so với học sinh nữ. Học sinh lớp 6 và học sinh lớp 8; học sinh hai tỉnh không có sự khác nhau trong tự đánh giá các năng lực khác của bản thân.

Kết quả này phù hợp với thực tế ở địa phương chúng tôi khảo sát. Học sinh tuổi thiếu niên ở đây ngoài thời gian học tập ở trường, về nhà hầu hết các em phải lao động phụ giúp gia đình rất vất vả, không có thời gian để tham gia các hoạt động nghệ thuật, thể dục, thể thao. Vì thế các em không có điều kiện để trải nghiệm và tự đánh giá đúng năng lực của mình.

Trong thực tế, có một số học sinh học không giỏi nhưng trong các lĩnh vực khác lại hoạt động khá tốt. Những học sinh này được mệnh danh là có "tài lẻ" và thường được nhiều bạn bè quý mến, tán phục.

2.4.4. Tự đánh giá uy tín của bản thân đối với bạn bè, thầy cô giáo

Bảng 4: Tự đánh giá của thiếu niên về uy tín của bản thân đối với bạn bè, thầy cô giáo

Các nhóm khách thể khảo sát	Các mức độ đánh giá									
	Cao		Trên TB		TB		Dưới TB		Thấp	
	TS	%	TS	%	TS	%	TS	%	TS	%
Khối 6 (624)	53	8,49	204	32,69	294	47,12	52	8,33	21	3,37
Khối 8 (596)	55	9,23	200	33,56	273	45,81	50	8,39	18	3,02
Nam (548)	49	8,94	180	32,85	259	47,26	44	8,03	16	2,92
Nữ (672)	59	8,78	224	33,33	308	45,83	58	8,63	23	3,42
Thanh Hóa (613)	55	8,97	199	32,46	286	46,66	53	8,65	20	3,26
Thái Nguyên (607)	53	8,73	205	33,77	281	46,29	49	8,07	19	3,13
$\Sigma(1220)$	108	8,85	404	33,11	567	46,48	102	8,36	39	3,20

Học sinh THCS nơi chúng tôi nghiên cứu có xu hướng đánh giá tương đối tích cực mối quan hệ với bạn bè và thầy cô giáo. Tuy nhiên, các em thường đánh giá uy tín của bản thân trước bạn bè và thầy cô giáo không cao, nhất là đối với thầy cô giáo. Giữa các đối tượng so sánh không thấy có sự khác biệt nhau. Một số học sinh có tính nhút nhát thường đánh giá thấp uy tín của mình trước bạn bè và thầy cô giáo. Những học sinh này thường thiếu tự tin khi đứng trước đám đông và trước giáo viên.

Nói chung thiếu niên có quan hệ tốt với bạn bè cùng trang lứa và tương đối tự tin trước bạn bè, tuy nhiên đối với giáo viên các em lại dè dặt khi tiếp xúc và thường thấy mình ít có uy tín trước giáo viên.

2.4.5. Tự đánh giá về mức độ tự tin của bản thân

Sự tự tin là điều kiện tâm lý quan trọng có ảnh hưởng trực tiếp đến sự thành công hay thất bại trong hoạt động của cá nhân. Ở tuổi thiếu niên, nếu các em thiếu tự tin sẽ ảnh hưởng nghiêm trọng đến kết quả học tập và nhiều hoạt động khác. Việc đánh giá đúng bản thân cũng là một biểu hiện cụ thể của sự tự tin.

Chúng tôi đánh giá mức độ tự tin của học sinh lứa tuổi thiếu niên ở các lĩnh vực cuộc sống sinh hoạt hằng ngày, trong công việc, trong nhiệm vụ được giao. Sau đây là kết quả chúng tôi đã thu được qua khảo sát.

Bảng 5: Tự đánh giá của thiếu niên về mức độ tự tin của bản thân

Các nhóm khách thể khảo sát	Các mức độ đánh giá									
	Cao		Trên TB		TB		Dưới TB		Thấp	
	TS	%	TS	%	TS	%	TS	%	TS	%
Khối 6 (624)	61	9,78	245	39,26	273	43,75	32	5,13	13	2,08
Khối 8 (596)	60	10,07	238	39,93	258	43,29	29	4,87	11	1,85
Nam (548)	56	10,22	215	39,24	243	44,34	24	4,38	10	1,82
Nữ (672)	65	9,67	268	39,88	288	42,86	37	5,51	14	2,08
Thanh Hóa (613)	61	9,95	243	39,64	268	43,72	31	5,06	10	1,63
Thái Nguyên (607)	60	9,88	240	39,54	263	43,33	30	4,94	14	2,31
$\Sigma(1220)$	121	9,92	483	39,59	531	43,52	61	5,00	24	1,97

Từ kết quả thu được cho thấy, mức độ tự tin của thiếu niên không cao (chủ yếu ở mức trung bình và trên trung bình). Mức độ tự tin của học sinh lớp 8 có xu hướng cao hơn so với học sinh lớp 6; học sinh nam có xu hướng cao hơn học sinh nữ (tuy nhiên sự khác biệt này chưa có ý nghĩa thống kê).

Còn một tỉ lệ khoảng 7% thiếu niên cảm thấy mình thiếu tự tin. Qua quan sát, chúng tôi nhận thấy những học sinh này rất nhút nhát, ít tham gia các hoạt động tập thể, năng lực học tập cũng như các hoạt động khác thấp hơn các bạn. Đây là đối tượng cần được sự quan tâm giáo dục nhiều hơn của giáo viên và tập thể.

2.4.6. Tự đánh giá về mức độ hạnh phúc

Bảng 6: Tự đánh giá của thiếu niên về mức độ hạnh phúc của bản thân

Các nhóm khách thể khảo sát	Các mức độ đánh giá									
	Cao		Trên TB		TB		Dưới TB		Thấp	
	TS	%	TS	%	TS	%	TS	%	TS	%
Khối 6 (624)	33	5,29	209	33,49	315	50,48	51	8,17	16	2,56
Khối 8 (596)	26	4,36	198	33,22	308	51,68	49	8,22	15	2,52
Nam (548)	28	5,11	190	34,67	275	50,18	43	7,85	12	2,19
Nữ (672)	31	4,61	217	46,13	348	51,79	57	8,48	19	2,83
Thanh Hóa (613)	30	4,89	205	33,44	308	50,24	52	8,48	18	2,94
Thái Nguyên (607)	29	4,78	202	33,28	315	51,89	48	7,91	13	2,14
$\Sigma(1220)$	59	4,84	407	33,36	623	51,07	100	8,20	31	2,54

Cảm thấy hạnh phúc hay bất hạnh có ảnh hưởng lớn đến đời sống tâm lí của mỗi cá nhân, đặc biệt là lứa tuổi thiếu niên. Tuổi thiếu niên do mất cân bằng trong sự phát triển nên thường không làm chủ được cảm xúc. Việc nghiên cứu mức độ tự đánh giá về hạnh phúc cá nhân tuổi thiếu niên có nhiều ý nghĩa trong thực tiễn. Kết quả chúng tôi thu được như sau:

Hơn một nửa học sinh cảm thấy mình hạnh phúc ở mức trung bình. Chưa đến 5% học sinh cảm thấy mình hạnh phúc ở mức cao. Sự khác biệt giữa các đối tượng đánh giá không rõ ràng. Tuy nhiên học sinh nam có xu hướng đánh giá mức độ hạnh phúc của cá nhân cao hơn học sinh nữ.

Có khoảng 10% học sinh cảm thấy mình không được hạnh phúc (mức dưới trung bình và thấp). Đây là con số các nhà giáo dục, các bậc cha mẹ phải lưu ý để động viên, giáo dục kịp thời. Tình trạng học sinh thiếu niên bỏ nhà đi, nghiện, tự tử...đều liên quan đến vấn đề này.

3. Kết luận

Tự đánh giá bản thân là hoạt động tự nhận thức của con người về chính bản thân mình, là trình độ phát triển cao của ý thức.

Căn cứ vào các mô hình lí thuyết về tự đánh giá bản thân chúng tôi đã đưa ra 6 lĩnh vực cơ bản để thiếu niên tự đánh giá. Kết quả thu được cho thấy, thiếu niên tự đánh giá về bản thân chủ yếu ở mức trung bình. Lĩnh vực được học sinh đánh giá cao nhất là năng lực học tập. Lĩnh vực học sinh tự đánh giá thấp nhất là ngoại hình và sự tự tin. Nhìn chung, thiếu niên tự đánh giá về bản thân chưa thật chính xác, chủ yếu nặng về cảm xúc. Đây là vấn đề đặt ra để các nhà giáo dục chú ý trong việc nâng cao khả năng tự đánh giá bản thân cho thiếu niên.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1] Vũ Dũng cb, 2000. *Từ điển tâm lí học*. NXB Khoa học Xã hội.
- [2] R.V. Kail, (2006. *Nghiên cứu về sự phát triển con người*. NXB Văn hóa Thông tin, Hà Nội.
- [3] Đỗ Ngọc Khanh. *Về khái niệm "Tự đánh giá bản thân"*. Tạp chí Tâm lí học số 6, 6/2004.

- [4] Vũ Thị Nho, 1998. *Tự đánh giá*. Tạp chí Tâm lý học số 3/1988.
- [5] David Shaffer, (1992). *Developmental Psychology Childhood and Adolescence (Second Edition)*. New York.
- [6] Franz .S, 1979. *Unterschung zur Befahigung von Schulrn der Klassen 5, 7 und 9 ihr Lern – und Kollektivverhalten selbst adaaquat einzusscahtzen*. Dissertation B.PH.Potssdam.
- [7] Levkovich V.P., 1973. *Tự đánh giá và vai trò của nó trong quá trình hình thành nhân cách*. Nhà xuất bản giáo dục Xô viết, No. 6, tr. 97-107.
- [8] Livkina L.I. và Rubak L.A., 1968. *Tính phê phán và tự đánh giá trong hoạt động học tập*. Nhà xuất bản Giáo dục Matxcơva.

ABSTRACT

The theory and reality of self-assessment among youths

Self-assessment is a valuation of oneself which reflects a rather high stage of development of an individual's consciousness. In the context of the rapid changes which are taking place today, the education of teens should include to ability to self-assess. This article presents an overview of the nature, role and significance, and the structural components of psychological and theoretical models of self-assessment among teenagers. The article also presents the status of the field youth self-assessment.

Keywords: Self-assessment, self-awareness, personal awareness, attitudes towards oneself, tendency to behave oneself, youth.