КУРСОВАЯ РАБОТА

Особенности самооценки личности подростков в связи с их уровнем притязаний

Введение

Актуальность исследования. Самооценке и ее развитию у человека в психологии посвящено значительное число работ. На сегодняшний день изучение самооценки сфокусировано, в большой степени, на изучении её уровня. Разработаны особые методические процедуры изучения самооценки.

Исследования уровня притязаний позволяют лучше понять мотивацию поведения человека и осуществлять направленное педагогическое воздействие, формирующее лучшие качества личности. В одних случаях важной становится задача повышения уровня притязаний личности: если личность невысоко оценивает себя и свои возможности, это приводит к устойчивой потере уверенности в успехе и деформации личности. Постоянные неудачи могут привести к общему снижению самооценки, сопровождающемуся тяжелыми эмоциональными срывами и конфликтами. Следовательно, становится особенно важным изучение проблемы влияния на личность и поведение конфликта самооценки в сторону е завышения или занижения, особенно в период возрастного кризиса.

Самооценка и уровень притязаний служат конструктами, которые длительно и интенсивно изучают психологи. Однако в спектре довольно многочисленных работ неоправданно мало внимания уделяется вопросу о характере взаимосвязи этих образований.

Разработанность проблемы. Проблемой самооценки и уровня притязаний личности занимались такие авторы как Б.Г. Ананьев, Р. Бернс, Л.И. Божович, У. Джемс, И.С. Кон, С.Л. Рубинштейн, В.В. Столин, А.Г. Спиркин, Х. Хекхаузен,

И.И. Чеснокова и проч.

В качестве проблемы нашего исследования мы рассматриваем выявление особенности самооценки личности подростка в зависимости от уровня притязаний.

В соответствии с проблемой была определена тема курсового исследования «Особенности самооценки личности подростков в связи с их уровнем притязания».

Объект исследования: личность подростка.

Предмет исследования: зависимость уровня притязаний личности подростка от самооценки.

Целью нашего исследования является - изучить особенности самооценки личности подростка в зависимости от уровня притязаний.

Исходя из поставленной цели, объекта и предмета исследования, нами были выдвинуты следующие задачи:

Теоретические:

. Изучить современные подходы к исследованию личности подростка;

. Изучить основные подходы к пониманию самооценки личности подростка;

. Изучить основные подходы к пониманию уровня притязаний личности подростка;

Эмпирические:

. Исследовать уровни самооценки личности подростков;

. Исследовать уровень притязаний личности подростков;

. Исследовать связь уровней самооценки и уровня притязаний личности подростка.

Гипотеза: существует зависимость уровня самооценки личности подростка от уровня притязаний.

Для проверки гипотезы и решения поставленных задач использовались следующие методы исследования: теоретический анализ научной литературы по проблемам исследования; констатирующий эксперимент, реализованный при помощи методики Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан для исследования самооценки и уровня притязаний.

Для статистического анализа результатов был использован ранговый коэффициент корреляции Спирмена.

Структура работы. Курсовая работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы и приложения.

1. Теоретические и методологические основания исследования самооценки личности подростков в связи с уровнем притязаний

.1 Современные подходы к исследованию личности подростка

самооценка притязание личность подросток

Изучение особенностей развития личности на различных этапах онтогенеза представляется наиболее актуальным и важным. Особый научный интерес представляет вопрос изучения факторов, влияющих на поведение подростка.

Важным фактором в регуляции поведения, как показали результаты теоретического исследования, является самооценка и уровень притязания личности.

В юношестве выделяют две фазы: одна на границе с детством (ранняя юность), другая - на границе со зрелостью (старший юношеский возраст), которую можно рассматривать в качестве начального звена зрелости. Для первой фазы юности характерна подготовка к самостоятельному жизненному пути (накопление необходимых знаний, умений, поиски, связанные с выбором профессии, приобретение тех или иных качеств личности и т. д.). Для второй - участие в производительном труде и использование приобретенных профессиональных умений и навыков, знаний, стремление к дальнейшему совершенствованию мастерства и нравственных качеств своей личности, как полагает Ильин В.А. [16].

Рост самосознания - это характерная особенность личности старшего школьника. Уровень самосознания определяет и уровень требования старших школьников к окружающим людям и к самим себе. Как полагает Ложкин Г.В., они становятся более критичными, предъявляют высокие требования к моральному облику взрослого и сверстника [27].

Самосознание - это знание к себе, отношение к этому знанию и как результат отношение к себе и проявляется оно в виде самооценки.

Самосознание лежит в основе самооценки, так как на определенной ступени развития самосознание становится самооценкой.

Высокий уровень развития самосознания старшего школьника, в свою очередь, приводит к самовоспитанию.

В подростковом возрасте последовательно проявляются две особые формы самосознания: чувство взрослости и «Я-концепция».

Чувство взрослости становится центральным новообразованием младшего подросткового возраста, а к концу периода, периода, примерно, в 15 лет, после поисков себя, после личностной нестабильности у него формируется «Я-концепция» - система внутренне согласованных представлений о себе. Образов «Я».

Самоанализ, иногда чрезмерный, переходящий в самокопание, приводит к недовольству собой. Самооценка в подростковом возрасте часто оказывается низкой по своему общему уровню и неустойчивой.

Роль самооценки в самовоспитании может быть как положительной, так и отрицательной. Адекватная самооценка позволяет правильно выбрать подростку те личные качества, оторые следует развивать в себе, воспитывать. Он правильно будет оценивать свои умственные и физические способности, не занижая их и в то же время не завышая. С помощью этого новообразования старшеклассник может выбрать профессию, которая ему будет интересна, а не потому что у него хорошие оценки по этому предмету и он легко ему дается.

Неадекватная заниженная самооценка тоже будет давать положительный результат, так ак подросток будет с большей строгостью относится к себе, с большей настойчивостью добиваться улучшения своих личных качеств, искать свое место в жизни. А вот неадекватная завышенная самооценка будет давать совсем противоположный результат по сравнению с адекватной и неадекватной заниженной самооценкой.

Завышенная самооценка обнаруживается в преувеличении своих умственных способностей и не только. Старшеклассник готов верить, что в любой умственной работе он будет на высоте положения. То же будет и с успехами в спорте, с признанием его окружающими, хотя на самом деле это будет всего каким-то единичным случаем. Все это приведет к отсутствию стремления к самовосприятию. Подросток будет считать, что у него нет недостатков, а если и есть, то они незначительны по сравнению с достоинствами.

Уровень притязания, как правило, выше уровня их авторских возможностей. Если учесть такие факторы, как диапазон разброса интересов, поверхность мышления, неопределенность во взглядах по многим вопросам, недостаток жизненного опыта и эрудиции, максимализм, возможность быстрой смены приоритетов, потребительская позиция, неспособность к долгой и кропотливой работе и к четкой аргументации своего мнения, по мнению Гордиенко Е.В. [10].

.2 Самооценка личности подростка как предмет психологии развития

Включаясь в систему общественных отношений, взаимодействуя с людьми, человек выделяет себя из окружающей среды, ощущает себя субъектом своих физических и психических состояний, действий, процессов. В результате такого развития формируется образ собственного «Я» (Я-концепция) - итоговый продукт самопознания, т. е. совокупность представлений индивида о себе самом, сопряженная с их оценкой (Р. Бернс) [49].

Образ «Я» - это относительно устойчивая, в большей или меньшей степени осознанная система представлений индивида о самом себе, на основе которой он строит свое взаимодействие с другими. Образ «Я» включает в себя:

когнитивный компонент-представление о своих способностях, внешности, социальной значимости и т. д.;

эмоционально-оценочный компонент - переживание отношения к себе (самокритичность; самоуважение; себялюбие и т. д.);

поведенческий (волевой) компонент - стремление быть понятым; завоевать симпатии; уважение, повысить свой статус и т. д.

Степени адекватности «Я-образа» выясняется при изучении одного из важнейших его аспектов - самооценки личности.

Самооценку рассматривают и как элемент самоотношения, наряду с самоуважением, самосимпатией, самопринятием и т. п. [30,31].

Содержание самооценки у разных авторов наполняется различным содержанием. Многие авторы (Л.И. Божович [4], М.И. Боришевский [7], А.Г. Спиркин [40] определяют самооценку как центральное структурное образование самосознания. Существуют подходы, определяющие самооценку как итог интегративной работы основных структурных частей [44], единицу самосознания (В.В. Столин [41], механизм переработки знаний о себе (М.И. Лисина [25], А.И. Сильвестру [39]), одну из составляющих структуры самопознания (Р. Бернс [1], И.С. Кон [20]).

Анализ работ, затрагивающих тему места и роли самооценки в самопознании, свидетельствует о том, что в данной области нет четкой терминологии, отсутствует единый концептуальный аппарат. Об этом в своих работах пишут И.И. Чеснокова [42, 43,44], М.И. Лисина[26], А.И. Сильвестру [39].

Ведущее место в исследованиях 60-х годов ХХ века заняло такое понятие как «самоуважение» - производное от совокупности отдельных самооценок, общий знаменатель, итоговое измерение, выражающее меру приятия или неприятия человеком самого себя, как отмечает Спиркин А.Г. [40].

Именно эта обобщенная и относительно устойчивая самооценка и является предметом психологического анализа в большинстве исследований. Самооценка - оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. Это - наиболее существенная и н6аиболее изученная в психологии сторона самосознания личности.

Существуют несколько трактовок понятия самооценки. Дадим некоторые из них:

Самооценка - ценность, значимость, которой индивид наделяет себя в целом и отдельные стороны своей личности, деятельности, поведения [31].

Самооценка - это компонент структуры самосознания, включающий наряду со знаниями о себе, оценку человеком самого себя, своих способностей, нравственных качеств и поступков.

Самооценка - это оценка личностью самого себя, своих способностей, возможностей, места среди других людей.

Самооценка - это результат внутреннего сравнения человека с окружающими людьми, социально-психологическими стереотипами, опираясь на суждения и с учетом факторов воспитания, социальной позиции этого человека в обществе [30].

Большинство определений понятия «самооценка» характеризуется общим рядом положений, которые суммирует словарь «Психология»: «Самооценка - это оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. От самооценки зависят взаимоотношения человека с окружающими, его критичность, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам, тем самым самооценка влияет на эффективность деятельности человека и дальнейшее развитие его личности», как отмечает Петровский[33].

Основу самооценки составляет система личностных смыслов индивида, принятая им система ценностей.

Как полагает Зак А.З., самооценка представляется в качестве средства анализа и осознания субъектом собственных способов решения задач, на которых строится внутренний план действий, обобщенная схема деятельности личности [13]; основой внутренней мотивации и тесно связана с процессом познания, по мнению Ковель М.И. [19].

Уильям Джеймс был первым, кто ввел понятия «самооценка», «образ самого себя» в структура личности. В своей теории Джеймс разделил личность на три части. Имея в виду: 1. Ее составные элементы; 2.чувства и эмоции, вызываемые этими элементами (самооценка); 3. Поступки, вызываемые этими элементами личности (забота о самом себе и самосохранение) Основные слагаемые личности Джеймс подразделил на три класса: 1. Физическая личность; 2.социальная личность; 3. Духовная личность. После исследования составных элементов личности он рассмотрел чувства и эмоции, вызываемые этими элементами. А именно: самооценку. Самооценку, в свою очередь, он подразделил на два типа: самодовольство и недовольство собой, как отмечает Джемс У. [12].

Идеи Джеймса У. были подхвачены и развиты целой плеядой последующих психологов, таких, как А. Адлер, К. Роджерс, Э. Фромм, Э. Эриксон и др. Среди отечественных психологов можно перечислить имена таких ученых, как И.С. Кон, В.С. Магун, А.И. Липкина и др. Т.Ю. Андрущенко, А.В. Захарова, А.М. Прихожан, М.В. Резниченко, Г.Я. Розен и др.). В работах А.А. Кобенко, И.К. Радченко, Л.Н Уварова и др. анализируются регулятивные функции самооценки; А.И. Липкиной, В.С. Маралова, Л.С. Сапожниковой, В.Ф. Сафина, Е.А. Серебряковой, Л.С. Славиной, Л.Д. Столяренко, Т.И. Юфеевой, С.Г. Якобсона - уровни ее проявления, отмечает в своей книге Кашкина О.В. [17].

Прикладные аспекты проблемы представлены следующими направлениями исследований: возрастной динамикой самооценки и ее генезисом (А.Д. Андреева, Т.Ю. Андрущенко, А.В. Захарова, В.А. Кузьмин, Е.И. Савонько, М.М. Тульчинский, Т.И. Юфеева), влиянием самооценки на уровень притязаний личности (Е.А. Залученова, Н.В. Знаменская, З.В. Кузьмина).

Выделяют несколько функций самооценки: прогностическую (заключающуюся в регуляции активности личности на самом начальном этапе деятельности), корректирующую (направленную на контроль и осуществление необходимых подстроек) и ретроспективную (используется субъектом на заключительном этапе деятельности для подведения итогов, соотнесения целей, способов и средств выполнения деятельности с ее результатами [46]. Главными функциями, выполняемыми самооценкой являются: 1.регуляторная - на основе коей происходит решение задач личностного выбора; 2. Защитная - обеспечивающая относительную стабильность и независимость личности.

Самооценка не является постоянной, она изменяется в зависимости от обстоятельств. Зинченко А.Н. замечает, что уровень самооценки зависит от ведущего рода деятельности, от мнения окружающих людей и изменяется в процессе онтогенеза [15]. Как считают многие психологи, структура личности и основы самооценки формируются в первые пять лет жизни человека из книги Бернс Р.Я. [1]. И хотя истоки умения оценивать себя закладываются в раннем детстве, а развитие и совершенствование его происходит в течение всей жизни человека [51].

Структура самооценки представлена двумя компонентами - когнитивным и эмоциональным. Первый отражает знания человека о себе, второй - его отношение к себе как меру удовлетворенности собой.

Основу когнитивного компонента самооценки составляет операции сравнения себя с другими людьми, сопоставление своих качеств с выработанными эталонами, фиксация возможной рассогласованности этих величин, замечает Корнеева Л.И. [23].

Как полагает Чеснакова И.И., в деятельности самооценивания эти компоненты функционируют в неразрывном единстве: в чистом виде не может быть представлено ни то, ни другое [42].

Самооценка формируется под влиянием трех факторов:

с раннего детства под влиянием оценки родителей,

под влиянием оценки сверстников,

под влиянием успеха или неуспеха деятельности.

С помощью самооценки происходит регуляция поведения личности, поскольку личность в процессе общения постоянно сверяет себя с неким эталоном, отмечает Яшная Ю.В. [48].

Уже сложившиеся оценки собственного «Я» есть результат постоянного сопоставления того, что личность наблюдает в себе, с тем, что видит в других людях. Другими словами, у личности всегда имеется круг людей, с которыми она считается, среди которых черпает свои ценностные ориентации.

Можно выделить несколько источников формирования самооценки, которые меняют вес значимости на разных этапах становления личности: оценка других людей; круг значимых других или референтная группа; актуальное сравнение с другими; - сравнение реального и идеального «Я», замечает Квинн В.Н. [18].

Люди являются референтными или значимыми, поскольку их идеалы являются идеалами этой личности, их интересы - ее интересами, отмечает в своей книге Бордовская Н.В. [6].

Различают общую и частную самооценку. Частной самооценкой будет, например, оценка своей внешности, различных черт характера. В общей, или глобальной самооценке отражается одобрение или неодобрение, которое переживает человек по отношению к самому себе.

Самооценка характеризуется по следующим параметрам:

Уровень: высокая-средняя-низкая;

Соотношение с реальной успешностью: адекватная и неадекватная;

Особенности строения: конфликтная и бесконфликтная [15,45].

|  |
| --- |
| Самооценка |
| Адекватная | Неадекватная |
| -Правильно соотносит свои способности и возможности; - Достаточно критичен; - Стремится реально смотреть на свои неудачи и успехи; - Ставит достижимые цели; - .Грамотно, уважительно общается.  | Завышенная - Идеализирует свою личность и возможности; - Низкая критичность к себе; - Игнорирует неудачи (для сохранения самооценки); - Эмоционально «отталкивает» все, что нарушает представление о себе; - Цели нереально завышены; - Конфликты с другими из-за пренебрежения к людям. | Заниженная - Не верит в свои возможности, не может реализовать свои способности; - .Слишком критичен к себе и другим; - Очень болезненно реагируют на неудачи, успех-случайность; - Обыденные, простые цели; - - Конфликты с людьми из-за чрезмерной критичности других. |

Рисунок 1 - Параметры самооценки

Объективная верная самооценка дает возможность точно определить круг тех профессиональных задач, которые способен решить человек, вовремя отказаться от иллюзорных, несбыточных целей. Благодаря соответствию самооценки реальным возможностям личности она в состоянии достигнуть внутренней гармонии с собой, самоуважения, рассогласованность с реальным положением дел ведет к внутренним конфликтам, порой к невротическому состоянию. Отсутствие самооценки приводит как бы к потере личностью самой себя, возрастанию для личности значимости оценки других, полагает Деркач А.А. [11].

.3 Характеристика уровня притязаний личности подростка

Самооценка и отношение к себе связаны с уровнем притязаний, мотивацией и самооценка тесно связана с уровнем притязаний человека, т. е. степенью трудности целей, которые он ставит перед собой, отмечает Петровский А.В. [34].

Так как, образов - Я очень много (реальное, идеальное, зеркальное и др.), считается, что высокая степень совпадения реального - Я с идеальным - Я - есть важный показатель психического здоровья и высокой самооценки. При формировании самооценки важно, как, по мнению человека, его оценивают другие. Наконец, реальные достижения личности в самых разнообразных видах деятельности существенно влияют на формирование самооценки: чем больше достижения, тем выше самооценка [2; 47].

Уровень притязаний - стремления индивида к цели такой сложности, которой, по его мнению, соответствуют его способности, а также достижения в определенном виде действия, сфере общения, на которую рассчитывает человек при оценке своих возможностей.

Термин «уровень притязаний» введен Куртом Левином. Уровень притязаний как психологическая характеристика личности впервые был экспериментально изучен в 20-х годах под руководством К. Левина немецким психологом К. Хоппе.

Было показано, что выбор задачи определенной трудности зависит от успеха или неудачи в решении предыдущих задач: успех способствует выбору более трудных задач (повышение уровня притязаний), неудачи - наоборот, более легких (снижение ровня притязаний). Выяснилось также, что среди испытуемых существуют лица, которые в случае возникновения риска озабочены не тем, чтобы добиться успеха, а тем, чтобы избежать неудачи.

Если им приходится осуществлять выбор между задачами различной степени трудности, они выбирают, либо самые легкие задачи, либо самые трудные. Первые - потому, что убеждены в успехе (элемент риска минимален); вторые - потому, что неудача в этом случае будет оправдана исключительной трудностью задачи (при этом самолюбие и самооценка не окажутся уязвленными). Эксперименты Хоппе в различных модификациях были впоследствии повторены многими исследователями.

Результаты позволили выявить следующую закономерность: обычно личность устанавливает свой уровень притязаний между очень трудными и очень легкими задачами и целями таким образом, чтобы сохранить на должной высоте свою самооценку, замечает Левин К. [24].

Более того, склонность интерпретации действий человека в условиях свободного выбора степени трудности конкретного задания определяется еще и тем, что необходимо рассматривать мотивы подобного выбора, исходя из того, что личность, принимая какое-либо решение и его реализуя, стоит, по сути дела, перед двумя, хоть и взаимосвязанными, но при этом и вполне самоценными задачами - задачей собственно предметной («это необходимо сделать») и задачей личностной («смогу - ли я?», а по существу - «кто я?», «какой я?»).

Из этого следует, что ситуативный уровень притязаний напрямую связан с глубинной личностной установкой на достижение либо избегание неудач, а также с самооценкой.

В зарубежной психологической литературе, касающейся проблемы уровня притязаний, наиболее всеохватывающей является статья под названием «Уровень притязаний», написанная группой авторов в 1944 году. Авторы статьи К. Левин и его сотрудники: Т. Дембо, Л. Фестингер и П. Сире на основе экспериментальных данных выделяют целый ряд направлений в изучении феномена выбора притязаний. Авторы рассматривают определение уровня притязаний, факторы детерминирующие выбор цели, индивидуальные различия в уровне притязаний, механизмы формирования цели, затрагивают вопрос о развитии уровня притязаний в детстве, намечают линии прикладного использования техники диагностики притязаний.

К проблеме самооценки и уровню притязаний обращались многие отечественные психологи. [5; 8; 22; 28;].

В частности, исследуется влияние успеха и неуспеха на уровень, изменения уровня притязаний в норме и патологии, соотношение уровня притязаний и характеристик интеллекта и связь его с некоторыми психическими процессами, возрастные особенности уровня притязаний, связь между самооценкой, уровнем притязаний и некоторыми свойствами темперамента, роль уровня притязаний в процессах целеполагания и принятия решений, индивидуально-типические особенности уровня притязаний, влияние уровня притязаний на мотивацию и саморегуляцию личности.

С 30-х годов именно такой ракурс анализа уровня притязаний - его изучение в составе проблемы самооценки - приобретает наибольшую устойчивость в отечественной литературе. Связь притязаний и самооценки подчеркивает Б.В. Зейгарник, указывая, в частности, на занижение уровня притязаний при низкой самооценке.

По данным Е.А. Серебряковой, неясные представления о своих возможностях делают субъекта неустойчивым в выборе целей: его притязания резко повышаются после успеха и столь же резко падают после неудачи. Стабильная самооценка продуцирует сформированный уровень притязаний, мало подверженный ситуационным влияниям успеха и столь же резко падают после неудачи. Стабильная самооценка продуцирует сформированный уровень притязаний, мало подверженный ситуационным влияниям успеха и неудачи. [38].

Тесную взаимосвязь двух конструктов отмечают очень многие авторы, и такое представление оказывается настолько неколебимым, что сами термины «самооценка» и «уровень притязаний» иногда употребляются синонимично, а текст на притязания часто рассматривается как прямой самооценочный индикатор, по параметрам которого проводится классификация видов самооценки.

Нередко оба конструкта объединяют в одно стержневое образование личности, где на первый план выдвигается либо уровень притязаний, самооценка же выступает как одна из его сторон, либо доминирует самооценка, а уровень притязаний считается ее выражением - это более принятая точка зрения.

Бороздина Л.В. полагает, что самооценка является доминирующей, а ее выражением считается уровень притязаний [9]. То есть уровень притязаний считается проявлением самооценки в действии личности.

Помимо этого, термин «уровень притязаний» нередко употребляют для описания желаемого уровня самооценки, когда между идеалом, формируемым как перспектива развития, и реальной самооценкой (на данный момент) существует определенное расхождение, стимулирующее самоусовершенствование.

Уровень притязаний - характеризует:

уровень трудности, достижение которого является общей целью серии будущих действий (идеальная цель);

выбор субъектом цели очередного действия, формирующейся в результате переживания успеха или неуспеха ряда прошлых действий (уровень притязаний в данный момент);

желаемый уровень самооценки личности (уровень Я).

Уровень притязаний может быть заниженным или завышенным, т. е. он не всегда соответствует объективной оценке способностей индивида.

Формирование уровня притязаний определяется не только предвосхищением успеха или неудачи, но прежде всего трезвым, а иногда смутно осознаваемым учетом и оценкой прошлых успехов и неудач.

Стремление к повышению самооценки в условиях, когда. человек свободен в выборе степени трудности очередного действия, приводит к конфликту двух тенденций - тенденции повысить притязания, чтобы одержать максимальный успех, и тенденции повысить притязания, чтобы избежать неудачи [50].

Переживание успеха (или неуспеха), возникающие вследствие достижения (или не достижения) уровня притязаний, влечет за собой смещение уровня притязаний в область более трудных (или более легких) задач.

Адекватной реакцией на успех является завышение трудности вновь выбираемой задачи и снижение актуального уровня притязаний в ситуации предшествующего неуспеха. Традиционно принято интерпретировать обратную реакцию (повышение сложности выбираемой очередной задачи после предшествующей этому неудачи и понижения уровня притязаний после успеха) как неадекватную, что говорит о нереалистичном уровне притязаний или неадекватной самооценке [50].

Люди, обладающие реалистичным уровнем притязаний, отличаются уверенностью в своих силах, настойчивостью в достижении цели, большей продуктивностью, критичностью в оценке достигнутого.

Восприятие индивидом себя как дееспособной личности критически важно в плане формирования адекватной самооценки и реалистичного уровня притязаний в силу того, что «увеличение дееспособности предполагает способность регулировать свои потребности в зависимости от ситуации, планировать будущую деятельность, проявлять толерантность по отношению к неудачам и разочарованиям» [37].

Последнее особенно важно с точки зрения формирования адекватного и гибкого уровня притязаний личности, поскольку именно низкая толерантность к неудачам часто лежит в основе нереалистичных притязаний. Причем, это в равной степени справедливо как в случае установки явно заниженных, так и явно завышенных целей личностной активности.

Если человек выдвигает нереалистические притязания, он часто сталкивается с непреодолимыми препятствиями на пути к достижению цели, терпит неудачи, испытывает фрустрацию.

Фрустрации - специфические эмоциональные состояния человека, возникающие в случае появления непреодолимых препятствий на пути к достижению желаемой цели. Фрустрация проявляется как агрессия, озлобленность, которая может быть направлена на других («агрессивная фрустрация»), либо на себя (обвинение в неудачах самого себя - «регрессивная фрустрация»).

Уровень притязаний носит общий и частный характер. Частный уровень притязаний относится к достижениям в отдельных областях деятельности (в спорте, музыке и т. п.) или человеческих отношений (стремление занять определенное место в коллективе, в дружеских, семейных или производственных отношениях и т. п.). В основе такого уровня притязаний лежит самооценка в соответствующей области.

Уровень притязаний носит общий характер, если он относится ко многим областям жизни и деятельности человека и прежде всего, к тем, в которых проявляются его интеллектуальные и нравственные качества.

Таким образом, мы видим. Что существует зависимость между самооценкой и уровнем притязаний. Чем адекватнее самооценка, тем адекватнее уровень притязаний.

Постулат, выдвинутый У. Джемсом, [1]. звучит так:

«Самооценка прямо пропорциональна успеху и обратно пропорциональна притязаниям, то есть потенциальным успехам, которых индивид намеревался достичь», в виде формулы это может быть представлено таким образом:

Самооценка = притязания / возможности.

Несовпадение реального и идеального «Я» - вполне нормальное, естественное следствие роста самосознания и необходимая предпосылка целенаправленного самовоспитания.

Обобщая взгляды различных исследователей, можно прийти к заключению, что самооценка и уровень притязаний являются стержневыми личностными образованиями, выполняющими регуляторные функции, выступают необходимым внутренним условием организации личностью своего поведения, деятельности, отношений.

Основы самовосприятия закладываются в детстве и могут оказывать влияние на весь дальнейший ход жизни.

Между самооценкой и уровнем притязаний существует тесная взаимосвязь, но на сегодняшний день механизмы связи, взаимодействия самооценки и уровня притязаний личности нельзя считать до конца исследованными.

2. Эмпирическое исследование особенностей самооценки личности подростков в связи с их уровнем притязаний

.1 Организация и методы исследования

Для изучения вопросов связанных с самооценкой и уровнем притязания используются следующие методики:

Методика исследования самооценки личности С.А. Будасси;

Методика изучения самооценки качеств личности Столяренко;

Методика «Самооценка личности» (О.И. Мотков, модификация методики Б.А. Сосновского); [29].

Методика оценки уровня притязаний Бороздиной [9].;

Методика «Оценка уровня притязаний (структура мотивации) В.К. Горбачевского (использовавшим для этого все субъекты шкалы Веслера (wais));

Методика исследования уровня притязаний Зейгарник - Бежанишвили. [3; 14].

Моторная проба Шварцландера.

К методикам, направленным на исследование самооценки и уровня притязаний личности, следует отнести и методику, разработанную С.Я. Рубинштейн [36]. Она представляет собой вариант методики Т.В. Дембо, которая применялась для выявления «представления о счастье», но С.Я. Рубинштейн использует ее значительно шире для выявления самооценки и уровня притязаний.

Заключается методика в следующем: перед испытуемым кладут бланк (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1) и просят испытуемого отметить свое место знаком «-» по состоянию здоровья среди всех людей, размещенных на этой черте (от самых здоровых - вверху, до самых больных - внизу).

Затем испытуемому предлагается аналогичная задача: его просят отметить знаком «-» свое место среди всех людей по характеру (вторая вертикальная черта); после этого - по уму (третья вертикальная черта), по способностям, по авторитету, по красоте и по уверенности в себе (четвертая, пятая, шестая и седьмая вертикальные черты соответственно).

Когда испытуемый выполнил все эти задания, его просят представить, каким должно было быть это качество, сторона личности, чтобы он был удовлетворен собой, чувствовал гордость за себя и отметить это на каждой линии знаком «х».

В индивидуальной беседе необходимо попросить испытуемого рассказать, каких людей он считает счастливыми, несчастливыми, глупыми, умными и т. д. Таким образом, в конечном итоге выявляется соотношение самооценки испытуемых с их представлением об этих категориях. По данным С.Я. Рубинштейн, у здоровых людей независимо от их самооценки обнаруживается тенденция к «точке чуть выше середины».

Обработке подлежат результаты на шкалах 2-7. Шкала «Здоровье» рассматривается как тренировочная и в общую оценку не входит. При необходимости, данные по ней анализируются отдельно.

Методика может проводится, как фронтально с целым классом (или группой), так и индивидуально. При фронтальной работе необходимо проверить, как каждый ученик заполнил первую шкалу. Надо убедиться, правильно ли применяются предложенные значки, ответить на вопросы. После этого испытуемый работает самостоятельно. Время, отводимое на заполнение шкалы вместе с чтением инструкции, 10-12 мин.

Следует отметить, что, несмотря на то, что эта методика - одна из самых простых методик, у нее есть важная особенность. Психолог, проводящий исследования самооценки и уровня притязаний по Дембо-Рубинштейн, вынужден одновременно контролировать несколько процессов. Необходимо поддерживать и направлять беседу и одновременно анализировать ответы, и думать о том, какой вопрос задать дальше, и протоколировать то, что происходит между ним и вашим испытуемым. Она позволяет получить важный навык концентрации на испытуемом [35].

2.2 Изложение результатов исследования

Исходя из гипотезы, наше исследование взаимосвязи самооценки и уровня притязаний личности подростка было спланировано следующим образом:

этап-исследование самооценки и уровня притязаний личности подростков;

этап - обработка, анализ, интерпретация итогов исследования;

этап - формулирование выводов.

Наше исследование проводилось среди студентов 2 курса Кемеровский коммунально-строительный техникум г. Кемерово. Средний возраст испытуемых 16 лет. Определение уровня притязаний и самооценки проводилось по «методике Дембо-Рубинштейн» в модификации А.М. Прихожан.

Исследование проводилось в групповом и индивидуальном режиме, в привычной обстановке.

Средние показатели самооценки и уровня притязания личности подростков по методике Дембо-Рубинштейн представлены в Таблице 1. (Статистическая корреляция, см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)

Таблица 1. Методика Дембо-Рубинштейн

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Имя | СО(-) | УП(х) | Деф |
| 1. | Ксения О. | 44,5 | 87,5 | 43 |
| 2. | Полина Л. | 83,2 | 93,8 | 10,6 |
| 3. | Юлия Д. | 64,3 | 86,3 | 22 |
| 4. | Оксана П. | 57,1 | 75 | 29,5 |
| 5. | Анна Х. | 67,1 | 90,3 | 24,8 |
| 6. | Яна Т. | 84,5 | 76,1 | 26,5 |
| 7. | Анастасия П. | 57,1 | 68,3 | 37,8 |
| 8. | Мария Ф. | 53,5 | 66 | 24,6 |
| 9. | Татьяна Б. | 77,5 | 95,8 | 18,3 |
| 10. | Алена А. | 61,8 | 98 | 36,1 |
| 11. | Кристина Б. | 50 | 84,1 | 34,1 |
| 12. | Алена В. | 50,3 | 72,6 | 17 |
| 13. | Дарья Т. | 77,3 | 84,5 | 14,5 |
| 14. | Жанна К. | 57,5 | 78,6 | 20,2 |
| 15. | Елена К. | 52,5 | 81,5 | 19 |
| 16. | Вера Л. | 60,3 | 96,6 | 41,3 |
| 17. | Кристина Я. | 61,1 | 77 | 15,8 |
| 18. | Лидия С. | 52 | 75,8 | 23,8 |
| 19. | Арина Т. | 53,1 | 66,6 | 13,8 |
| 20. | Мария Ч. | 67,5 | 93,5 | 26 |
| 21. | Дарья Л. | 49,5 | 73,2 | 23,7 |
| 22. | Екатерина Т. | 48,7 | 98,6 | 50 |
| 23. | Наталья П. | 79,2 | 98,2 | 19 |
| 24. | Сергей В. | 57 | 81,2 | 24,1 |
| 25. | Алексей М. | 56,5 | 66,8 | 11,5 |
| 26. | Юлия К. | 51,5 | 88,3 | 36,8 |
| 27. | Ирина Г. | 91,5 | 98,7 | 7,2 |
| 28. | Анна С. | 72 | 88 | 16 |
| 29. | Валентина А. | 89,5 | 98,3 | 8,8 |
| 30. | Елена П. | 76 | 90,2 | 14,3 |

Распределение по уровням самооценки и притязаниям личности подростков показало следующие результаты (см. Приложение 3, таблица 2):

Таблица 2. Оптимальное соотношение уровня самооценки и уровня притязаний:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Таб. № 2 | Таб. № 1 | Имя | СО(-) | УП(х) |
| 1. | 3. | Юлия Д. | С | В |
| 2. | 4. | Оксана П. | С | С |
| 3. | 5. | Анна Х. | В | В |
| 4. | 6. | Яна Т. | ОВ | В |
| 5. | 7. | Анастасия П. | С | С |
| 6. | 9. | Татьяна Б. | В | ОВ |
| 7. | 10. | Алена А. | С | ОВ |
| 8. | 13. | Дарья Т. | В | В |
| 9. | 14. | Жанна К. | С | С |
| 10. | 15. | Елена К. | С | В |
| 11. | 16. | Вера Л. | С | ОВ |
| 12. | 17. | Кристина Я. | С | С |
| 13. | 18. | Лидия С. | С | С |
| 14. | 20. | Мария Ч. | В | ОВ |
| 15. | 23. | Наталья П. | В | ОВ |
| 16. | 24. | Сергей В. | С | В |
| 17. | 28. | Анна С. | В | В |
| 18. | 30. | Елена П. | В | В |

Наиболее благоприятными с точки зрения личностного развития являются следующие результаты: средний (С), высокий (В) или очень высокий (ОВ), (но не выходящий за пределы шкалы), уровень притязаний, сочетающийся со средней (С) или высокой (В) самооценкой при уменьшенном (У) расхождении этих уровней.

Продуктивным является также такой вариант отношения к себе, при котором высокая (В) и очень высокая (ОВ) самооценка сочетается с очень высоким (ОВ) уровнем притязаний при умеренном расхождении между притязаниями и самооценкой.

Таблица 3. Конфликт уровня притязаний и самооценки в сторону занижения самооценки, но нормальным уровнем притязаний

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Таб. № 3 | Таб. № 1 | Имя | СО(-) | УП(х) |
| 1. | 1. | Ксения О. | Н | В |
| 2. | 11. | Кристина Б. | Н | В |
| 3. | 12. | Алена В. | Н | С |
| 4. | 21. | Дарья Л. | Н | С |
| 5. | 26. | Юлия К. | Н | В |

Таблица 4. Конфликт уровня притязаний и самооценки в сторону занижения самооценки и очень высоким уровнем притязаний

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Таб. № 4 | Таб. № 1 | Имя | СО(-) | УП(х) |
| 1. | 22. | Екатерина Т. | Н | ОВ |

Неблагоприятными для личностного развития и для обучения являются все случаи низкой (Н) самооценки. Слишком завышенная и заниженная самооценки и уровень притязаний играют отрицательные роли в жизни человека.

Что происходит с подростками, у которых наблюдаются более высокие притязания по сравнению с самооценкой?

Внешне их жизнь складывается вполне благополучно. Таких подростков отличает стремление достичь хороших результатов в учебе, и, как правило, проявляя активность и самостоятельность, они добиваются своего. Исследования показывают, что в последующем эти ребята становятся более успешными в учебной и / или профессиональной деятельности. Но пониженная самооценка относительно уровня притязаний порождает сильное эмоциональное напряжение из-за возможности потерпеть неудачу, риск который очень велик с точки зрения самого подростка.

Возможна и другая ситуация, когда высокие притязания являются компенсацией низкой самооценки, которая обусловлена возрастными особенностями подростка.

Таблица 5. Конфликт уровня притязаний и самооценки в сторону занижения уровня притязаний при средней (нормальной самооценки)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Таб. № 5Таб. № 1ИмяСО(-)УП(х) |  |  |  |  |
| 1. | 8. | Мария Ф. | С | Н |
| 2. | 19. | Арина Т. | С | Н |
| 3. | 25. | Алексей М. | С | Н |

Теперь обратимся к противоположной ситуации: когда у подростков проявляется повышенная самооценка относительно уровня притязаний. Подобный дисбаланс ведет к тем же последствиям. В чем же тогда принципиальная разница?

В психологических «механизмах», которые порождают проблемы.

В случае, когда самооценка доминирует над амбициями, тревожность возникает по причине того, что учебные достижения подростка в итоге оказываются более низкими по сравнению с теми, на которые он мог бы выйти, если бы оставил более высокие цели. В этой ситуации не возникает чувства подлинного успеха, а напряжение только возрастает из-за неудовлетворенности достигнутым. Но, стремясь получить гарантированный результат и минимизировать риск, подросток перестраховывается, выбирая цели пониженной сложности.

Дело в том, что подростки со сниженными притязаниями малоактивны в учебе и в жизни. Отсюда типичные жалобы родителей и педагогов в их адрес: «ленится», «не хочет достичь хороших результатов в работе», не прикладывает сил для улучшения результатов учебы».

С отсутствием конфликта при очень высоком уровне самооценки и очень высоком уровне притязаний:

Очень высокая (ОВ) самооценка, сочетающаяся с предельно высокими (ОВ) притязаниями, со слабым (С) расхождением между притязаниями и самооценкой, обычно свидетельствует, что старшеклассник по разным основаниям (защита, инфантилизм, самодостаточность и др.) «закрыт» для внешнего опыта, нечувствителен ни к своим ошибкам, ни к замечаниям окружающих. Подобная самооценка является непродуктивной, препятствует обучению и шире - конструктивному личностному развитию. (Ирина Г., Валентина А., Полина Л.) - (показатели расхождения очень близки к слабым).

Необходимо отметить особые случаи показателей самооценки и уровня притязаний. И низкие и высокие показатели самооценки и / или уровня притязаний могут быть обусловлены многими причинами.

Чем выше самооценка в целом, тем в большей степени можно предполагать повышение эмоционального фона настроения. Настроение - это что-то, что действует на все остальное, оно является неким фоном общего самочувствия, поэтому оно должно влиять на проявления по всем шкалам. Если устойчивое повышение доходит до уровня верхнего интервала, то здесь, скорее всего, мы можем говорить о нереалистичности самооценки, или даже неадекватности. (Ирина Г., Валентина А.).

Чрезмерная высота актуальной самооценки является одним из признаков нереалистичности. Видя очень высокую самооценку по какой-либо шкале, можно косвенно подвергнуть ее сомнению в форме уточняющего вопроса.

Поэтому в сложных случаях, в качестве дополнительных показателей используется анализ поведения во время эксперимента и результаты специально проведенной беседы.

У некоторых подростков наблюдалось равномерное снижение самооценки. (Самооценка считается пониженной, если большинство отметок актуальной самооценки стоят ниже средней отметки).

Середина (точа середины шкалы) может интерпретироваться двумя способами:

. Снижение самооценки, потому что никто не хочет быть «средним».

. Но середина еще особенна тем, что это «домик», в который можно спрятаться. То есть, для других (не для себя) мы вполне можем казаться средними. Иногда люди ставят себя в середину, потому что не хотят показать, какие они на самом деле. Иногда это результат формального отношения к обследованию, или попытка «спрятаться».

С данными подростками также проводилась индивидуальная беседа для уточнения данных исследования.

Соотношение между высотой самооценки и уровнем притязаний (идеальной самооценки). Данное соотношение показывает степень удовлетворенности собой. Чем меньше расстояние между актуальной и идеальной самооценкой, тем больше удовлетворенность собой. Многие специалисты даже считают, что именно удовлетворенность собой и есть главное содержание самооценки.

Сильное расхождение между притязаниями и реальными возможностями человека ведет к тому, что он начинает неправильно себя оценивать, вследствие чего его поведение становится неадекватным (возникают эмоциональные срывы, повышенная тревожность и др.). самооценка получает объективное выражение в том как человек оценивает возможности и результаты деятельности других (например, принижает их при завышенной самооценке).

Заключение

В первой главе данной работы мы раскрыли теоретические основы изучения проблемы самооценки и уровни притязаний личности.

Согласно работам, проведенным вышеуказанными исследователями, можно заключить: самооценка является центральным звеном произвольной саморегуляции, определяет направление и уровень активности человека, его отношение к миру, людям, к самому себе; выступает в качестве важной детерминанты всех форм и видов деятельности и социального поведения человека.

Она выполняет регуляторную и защитную функции, влияя на развитие личности, ее деятельность, поведение и ее взаимоотношения с другими людьми. Отражает степень удовлетворенности или неудовлетворенности собой, уровень самоуважения. Самооценка создает основу для восприятия собственного успеха или неуспеха, достижения целей определенного уровня, то есть уровня притязаний личности.

Гармоничное сочетание уровней оценки себя и притязаний сопровождается уравновешенностью личности, эмоциональным комфортом, самоприятием, в то время как их различие характеризуется ростом личностной тревожности, агрессивности, изменением типа реакции на фрустрацию.

Во второй главе данной работы дан анализ эмпирического исследования связи самооценки и уровня притязаний. Организовав эмпирическое исследование, мы апробировали в нем выдвинутую гипотезу о том, что существует зависимость уровня самооценки личности подростка от уровня притязаний

В целом обследовано 30 подростков на выявление уровня притязаний и самооценки личности. Для изучения зависимоти между этими признаками мы использовали метод корреляционного анализа Спирмена.

Таким образом, на выборке студентов ККСТ г. Кемерово существует прямая корреляция между уровнем притязаний и самооценкой личности (rs=0.488). Показатели от 0 до +1, говорят о том, что при увеличении значения одной переменной увеличивается значение другой переменной. (См. приложение 2).

Сделаем вывод, что уровень притязаний и самооценка личности коррелирует между собой на уровне значимости р=0,01.

В работе получены различные сочетания самооценки и уровня притязаний. Возможны как синхронные соположения: средний или высокий уровень самооценки и средний или высокий уровень притязаний, так и соотношения по типу: низкий уровень самооценки и высокий уровень притязаний, низкий уровень самооценки и очень высокий уровень притязаний, средний уровень притязаний и низкий уровень притязаний.

Данный результат порождает гипотезу об автономности рассматриваемых явлений, их независимости друг от друга.

Можно предположить, что имеет место косвенная взаимосвязь (когда два явления сильно коррелируют с третьим, поэтому между собой так же имеют корреляцию).

Имеющиеся данные позволяют высказать предположение, что одной из возможных причин возникновения несоответствия самооценки и уровня притязаний являются тревожность, фрустрированность, агрессивность, тип межличностных отношений.

Так, например известно, что разведение высотных уровней самооценки и притязаний связанно с определенными свойствами темперамента, для понимания природы и источников того или иного соотношения самооценки и уровня притязаний существенное значение имеет анализ связи их сочетания по изучаемым параметрам с темпераментными характеристиками.

Следует отметить, однако, что такого рода исследований проведено мало; они являются скорее, исключением из правил. Большинство же авторов диагностируют самооценку через механизм уровня притязаний. (Алексеева, Бурова, Суворова и др.).

Мы склонны объяснять невысокую степень корреляции тем, что данная выборка не достаточна для выявления достоверной взаимосвязи между самооценкой и уровнем притязаний личности подростка.

Тем не менее, рассогласование самооценки и уровня притязаний может быть причиной, приводящей к внутреннему конфликту, которые являются одним из важных составляющих дискомфорта личности.

Проведенные исследования также дают материал для дальнейшего, более глубокого изучения влияния личностных качеств на самооценку, как в данном возрасте - подростка, так и в других возрастах, при условии дополнительного изучения особенностей соответствующего возраста предполагаемых испытуемых.

Таким образом, экспериментально установленный уровень притязаний личности в какой-нибудь конкретной деятельности должен быть проанализирован в соотношении с самооценкой личности. Только тогда он может стать фактом, вскрывающим какие-то реальные личностные отношения испытуемого, вскрыть условия, способствующие или тормозящие формирование самооценки личности.

Во-вторых, работа педагогов, направленная на повышение самооценки и формирование такого уровня притязаний, который был бы не только реалистичным, но и способствовал укреплению веры ученика в собственные силы (необходима разработка и внедрение в учебный процесс соответствующих технологий).

Список используемой литературы

1. Бернс Р.Я. Я - концепция и Я - образы. Самосознание и защитные механизмы личности[Текст] /Р.Я. Бернс.-Самара. Изд. Дом «Бахрах», 2003. - 656 с.

. Бернс Р.Я. Развитие Я - концепции и воспитание. / Пер. с англ. [Текст]/Бернс Р.Я.М.:Прогресс, 1986.-с. 30.

. Бежанишвили Б.И. Исследования эмоционально-волевой сферы психически больных методом «уровня притязаний»/В кн.:» Психологические методы исследования в клинике». [Текст]/Б.И. Бежанишвили.-Л-д, 1967.-с. 123.

. Божович Л.И. Этапы формирования личности в онтогенезе[Текст]/ Л.И. Божович. // Вопросы психологии. - 1979. - № 4.С. 22-34.

. Божович Л.И. Проблемы формирования личности [Текст] / Л.И. Божович, под ред. Д.И. Фельдштейна. 2-ое изд., М.:Изд-во «Институт практической психологии», Воронеж: НПО МОДЭК, 1997.-с. 176.

. Бордовская Н.В. Психология и педагогика[Текст]:учебник для вузов./Н.В. Бордовская, А.А. Реан, С.И. Розум.-С-Пб.:» Питер», 2000.-с. 432.

. Боришевский М.И. [Текст] / Психологические особенности самосознания подростка/М.И. Боришевский, Т.В. Говорун, Л.С. Сапожникова; под ре. М.И. Боришевского.-Киев: Вища шк., 1980. - с. 168.

. Бороздина Л.В., Видинска Л. Притязания и самооценка[Текст] /Л.В. Бороздина, Л. Видинска // Вестн. Моск. Ун-та. Серия 14. Психология. - 1986. - № 3.-С. 21-30.

. Бороздина Л.В. Исследование уровня притязаний[Текст] /Л.В. Бороздина. - Учебное пособие. М.: Институт психологии РАН РФ, 1993.-с. 141.

. Гордиенко Е.В. Возрастная и педагогическая психология[Текст]: учебное пособие/Е.В. Гордиенко; Краснояр. Гос. Пед. Ун-т.-Красноярск: КГПУ, 2003.-с. 230.

. Деркач А.А. Самооценка как структурообразующая акмеологического развития[Текст] / А.А. Деркач // Мир психологии. М.-Воронеж, 2005. - № 3.с. 139-146.

. Джеймс У. Психология. [Текст] /У. Джеймс.-М.:Педагогика, 1991.86 с.

. Зак А.З. Диагностика основных компонентов творческого мышления[Текст] / А.З. Зак // Психодиагностика и школа // Тезисы симпозиум. Таллин, 1980. с. 106-108.

. Зейгарник Б.В. Патопсихология[Текст]/ Б.В. Зейгарник.-М.: Изд-во Московского Университета, 1986.-с. 280. (библ.).

. Зинченко А.Н. Психологический словарь[Текст]/ А.Н. Зинченко; под ред. А.Н. Зинченко.-М.:2002.-с. 325.

. Ильин В.А. Археология детства: Психологические механизмы семейной жизни. [Текст]/ В.А. Ильин.-М.:, 2002.-с. 287-293.

. Кашкина О.В. Я-концепт сквозь призму самооценочных высказываний[Текст]/ О.В. Кашкина // Вестник Воронежского Государственного Университета. - 2004.-N1.-с. 47-53.

. Квинн Вирджиния Н. Прикладная психология[Текст] /Вирджиния Н. Квинн.-Спб., М.: Харьков, Минск: Изд. «Питер», 2000.-284 с.

. Ковель М.И. Самооценка как основа саморегуляции и внутренней мотивации: [Электронный ресурс]/М.И. Ковель //http:www.cross-edu.ru/IpkCdoSt12/htm.

. Кон И.С. Категория «Я» в психологии т. 2 [Текст]/ Кон И.С.-М.: Политиздат; 1978.-367 с.

. Кон И.С. Открытие Я[Текст]/ И.С. Кон // Психология.1978. - № 3.-с. 25-38.

. Кон И.С. Самосознание: открытие «Я». Психология ранней юности. [Текст] // И.С. Кон.-М.:1989.-с. 84-105.

. Корнеева Л.И.: [Электронный ресурс]/ Л.И. Корнеева //http://psi.lib.ru/detsad/sbor/saodshv.htm.

. Левин К. Динамическая психология[Текст] / под общ. Ред. Д.А. Леонтьева и Е.Ю. Патяевой; Сост., пер. с нем. и англ. яз. и науч. ред. Д.А. Леонтьев Е.Ю. Патяева.-М.: Смысл, 2001.-с. 572.

. Лисина М.И. Общение детей с взрослыми и сверстниками. Общее и разное[Текст] /М.И. Лисина // Исследование по проблемам возрастной и педагогической психологии. М., 1980.-с. 3-32.

. Лисина М.И. Общение детей с взрослыми и сверстниками. Общее и разное. [Текст]/ М.И. Лисина. // Исследование по проблемам возрастной и педагогической психологии. М., 1980.-с. 18.

. Ложкин Г.В. Феномен телесности в Я-структуре старшеклассников и содержании их жизненных проектов[Текст]/ Г.В. Ложкин А.Ю. Рождественский // психологический журнал. - 2004.-Том 25, № 2.-с. 27-33.

. Менчинская Н.А. Проблемы обучения и психологического развития ребенка[Текст] / Н.А. Менчинская; под ред. Е.Д. Божович.-М.: Изд-во «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «МОДЭК», 1998. - с. 150.

. Сосновский Б.А. Лабораторный практикум по общей психологии. [Текст]/ Б.А. Сосновский.-М.:Просвещение, 1979, - с. 87-91.

. Психологический словарь[Текст]/М.: Педагогика - Пресс, 2001.-343 с.

. Психологический словарь [Электронный ресурс] - Режим доступа www.psi.webzone.ru/st/102000.htm

. Психолого-педагогический практикум «Методики диагностики личности» [Текст]: для студентов Института психологии, педагогики и управления образованием ГОУ ВПО «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева», обучающихся по специальности 031000 «Педагогика и психология»/ М-во образования и науки РФ, ГОУ ВПО «Краснояр. Гос. Пед. Ун-т им В.П. Астафьева»; [сост. Т.Л. Ядрышникова [и др.].-Красноярск: КГПУ, 2004. - 158 с.

. Петровский А.В. Психология. Словарь. [Текст]/ А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский.-М.: Издательство политической литературы, 1990. - 352 с.

. Петровский А.В. Психология: Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений - 2-е изд., стереотип. - [Текст]/ А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский. - М.: Издат. Центр «Академия»; Высшая школа, 2001. С. 352.

. Романова Е.С. Графические методы в психологической диагностике [Текст] / Е.С. Романова, О.Ф. Потемкина. М.: Изд. «Дидакт», 1992.-302 с.

. Рубинштейн С.Я. Экспериментальные методики патопсихологии и опыт применения их в клинике (практическое руководство). [Текст]/ Рубинштейн С.Я.-М.: Просвещение, 1970. - 403 с.

. Сатир В. Психотерапия семьи. [Текст] / В. Сатир.-СПб.: 1999.-с. 83.

. Серебрякова Е.А. Уверенность в себе и условия ее формирования у школьников[Текст] // Е.А. Серебрякова.-Ученые записки Тамбовского пед. инст-та, 1956.-Вып.10, 173 с.

. Сильвестру А.И. Основные факторы развития образа самого себя у дошкольников[Текст]/ А.И. Сильвестру // исследования по проблемам возрастной и педагогической психологии. М.: Политиздат; 1980.-с. 119-139.

. Спиркин А.Г. Сознание и самосознание. [Текст]/ А.Г. Спиркин.-М.: Политиздат, 1999. - 303 с.

. Столин В.В. Самосознание личности. [Текст]/В.В. Столин.-М, 1983. - 284 с.

. Чеснокова И.И. Проблема самосознания в психологии[Текст]/ И.И. Чеснокова.-М.:Наука, 1977. - 142 с.

. Чеснокова И.И. Принцип развития в психологии. [Текст]/ И.И. Чеснокова. М.:Наука, 1978. - 26-27 с.

. Чеснокова И.И. Самосознание личности. Теоретические проблемы психологии личности. [Текст]/ И.И. Чеснокова.-М: Наука, 1974. - 209 с.

. Шапарь В.Б. Словарь практического психолога. [Текст]/ В.Б. Шапарь.-М.: АСТ; Харьков: Торсинг, 2005. - 344 с.

. Шафажинская Н.Е. Личностная и профессиональная самооценка студента педвуза[Текст]/ Н.Е. Шафажинская. М.: Просвещение 1986.с. 22-23.

. Шибутани Т. Я-концепция как персонификация [Текст] // Т. Шибутани. Социальная психология. Пер. с англ. В.Б. Ольшанского.: Ростов н/Д.; 1988.-с. 220.

. Яшная Ю.В. Самооценка личности [Текст]/Ю.В. Яшная.-М.: 2003. - 275 с.

. Алексей Карманов, автор-составитель психологический словарь [Электронный ресурс] - Режим доступа http:// azps.ru/articles/pers/pers5.html.

. Суверова Э.И. (МОСУ) Самооценка в дошкольном возрасте [Электронный ресурс] - Режим доступа http://psi.lib.ru/detsad/sbor/saodshv.htm