**ВВЕДЕНИЕ**

Внутренний мир личности, ее самосознание всегда находились в центре внимания не только философов, ученых, но и писателей и художников. Интерес человека к себе, к своему внутреннему миру издавна являлся предметом особого внимания. Первоначально вопрос о «Я» соотносился главным образом с познанием человеком самого себя как существа мыслящего - в этом значении и надо понимать слова Декарта «Я мыслю, следовательно, существую». Но потом стало очевидно, что человеческое «Я» гораздо глубже и не исчерпывается только мыслительными свойствами. В состав «Я» входит все то самое дорогое, для человека, расставаясь с которым он как бы утрачивает частицу самого себя. Возможно, из этого интереса и возникла сама психология как наука.

«Есть только одна и только одна вещь во вселенной, о которой мы знаем больше, чем могли бы узнать в результате наблюдения извне, - сказал К.С.Льюис. - Эта вещь - мы сами. У нас есть, так сказать, внутренняя информация; мы в курсе дела». Поведение человека всегда, так или иначе, сочетается с его представлением о себе («образ «Я») и с тем, каким он хотел бы быть. Изучение свойств самосознания, адекватности самооценок, структуры и функций «образа «Я» представляет не только теоретический, но и практический интерес в связи с формированием жизненной позиции личности.

Цель данного исследования: изучить влияние самооценки юноши на его статусное положение в классе.

В данной работе нами решались следующие задачи:

Проанализировать литературные источники по данной проблеме.

На основе анализа источников исследовать межличностные отношения и самооценку учащихся юношеского возраста.

Подготовить и провести необходимые исследования, позволяющие подтвердить или опровергнуть гипотезу.

Обработать результаты и сделать соответствующие выводы.

Гипотеза: учащиеся с низким статусным положением имеют более высокую самооценку, чем учащиеся, имеющие высокий статус.

Предмет исследования: зависимость статуса учащегося в классе от уровня его самооценки

Объектом исследования являются ребята в возрасте 15 - 16 лет, в количестве 22 человек.

В процессе работы были изучены основные аспекты межличностных отношений в группе ребят юношеского возраста, даны представления о самооценке в данном возрасте.

В практической части на основе изучения межличностных отношений в группе ребят юношеского возраста был определен социальный статус каждого учащегося в группе, определен уровень самооценки каждого учащегося в группе, выявлена взаимосвязь между его статусным положением в группе и уровнем его самооценки.

Для изучения уровня самооценки каждого учащегося была использована методика диагностики самооценки психических состояний Г. Айзенка.

Для проведения диагностики межличностных отношений в классе была использована методика выявления социометрического статуса личности и структуры межличностных связей в группе (социометрия).

**1. ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ**

**.1 Краткая характеристика периода ранней юности**

Возрастная психология - это одна из наиболее развитых отраслей современной психологии, теснейшим образом связанная с общей психологией, раскрывающей природу и закономерности психологической жизни человека.

Возрастная психология изучает особенности психологического развития человека в онтогенезе. Предметом её исследования является возрастная динамика, закономерности и ведущие факторы развития психологических процессов и свойств личности человека на разных этапах его жизни. Основные характеристики отраслей возрастной психологии: детская психология, психология младшего школьника, психология подростка, психология юности, психология взрослого человека.

Мы выбрали для изучения психологию юности. В это период завершается подготовка к самостоятельной жизни человека, формирование ценностей, мировоззрения, выбор профессиональной деятельности и утверждение гражданской значимости личности. В результате и под воздействием этих социально-личностных факторов перестраивается вся система отношений юноши с окружающими его людьми и изменяется его отношение к самому себе. Из-за этой социальной позиции изменяется его отношение к школе, к общественно полезной деятельности и учёбе, устанавливается определённая взаимосвязь между интересами будущей профессии, учебными интересами и мотивами поведения.

В результате психологических исследований установлено, что индивидуальное развитие человека и формирование его личности происходит в первую очередь в результате активного взаимодействия с окружающей средой. В различные периоды жизни человека соотношение между социальным и биологическим неоднозначно. С возрастом влияние социального фактора на психологическое развитие человека усиливается.

Разновременная последовательность биологического и социального созревания находит выражение в противоречиях, которые чаще наблюдаются в юношеском возрасте.

В юношестве выделяют две фазы: одна на границе с детством -ранняя юность (15-16лет), другая - на границе со зрелостью - старший юношеский возраст (20-21год), 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 приобретённых профессиональных умений и навыков, знаний, стремление к дальнейшему совершенствованию мастерства и нравственных качеств своей личности.

Рост самосознания - это характерная особенность личности старшего школьника. Уровень самосознания определяет и уровень требования старших школьников к окружающим людям и к самим себе. Кон писал: «Рост самосознания и интереса к собственному «Я» у юношей связан не только с половым созреванием, как считала биогенетическая школа в психологии. Ребёнок рос, менялся, набирал силу и до переходного возраста, и тем не менее это не вызывало у него тяги к интроспекции. Если это происходит теперь, то, прежде всего потому, что физическое созревание является одновременно социальным симптомом, знаком повзросления, возмужания, на которое обращают внимание и за которым пристально следят другие, взрослые и сверстники. Противоречивость положения подростка, изменение его социальных ролей и уровня притязаний - вот что в первую очередь актуализирует вопрос: «Кто Я?»

**1.2 Проблема самосознания в работах отечественных психологов**

Проблеме самосознания посвящено немало исследований в отечественной психологии. Эти исследования сконцентрированы в основном вокруг двух групп вопросов. В работах Б.Г. Ананьева, Л.И. Божович, А.Н. Леонтьева, С.Л. Рубинштейна, И.И. Чесноковой, В.В. Столина, А.Г. Спиркина в общетеоретическом и методологическом аспектах проанализирован вопрос о становлении самосознания в контексте более общей проблемы развития личности. В другой группе исследований рассматриваются более специальные вопросы, прежде всего связанные с особенностями самооценок, их взаимосвязью с оценками окружающих. Исследования А.А. Бодалева по социальной перцепции заострили интерес к вопросу связи познания других людей и самопознания. Немало опубликовано и философско-психологических и собственно философских исследований, в которых анализируются проблемы, связанные с личной ответственностью, моральным самосознанием. Работы И.С. Кона, в которых были удачно синтезированы философские, общие и социально-психологические, историко-культурные аспекты, теоретические вопросы и анализ конкретных экспериментальных данных, открыли новые грани этой, пожалуй, одной из старейших проблем в психологии. Зарубежная литература по темам, имеющим отношение к психологии сознания, также чрезвычайно богата - эти вопросы, так или иначе, присутствуют в работах У. Джеймса, З. Фрейда, К. Роджерса, Эриксона, Р. Бернса, В. Франкла и многих других выдающихся ученых.

Самосознание - это сложная психологическая структура, включающая в себя в качестве особых компонентов, как считает В.С. Мерлин, во-первых, сознание своей тождественности, во-вторых, сознание своего собственного "я" как активного, деятельного начала, в-третьих, осознание своих психических свойств и качеств, в-четвертых, определенную систему социально-нравственных самооценок. Все эти элементы связаны друг с другом функционально и генетически, но формируются они не одновременно. Зачаток сознания тождественности появляется уже у младенца, когда он начинает различать ощущения, вызванные внешними предметами, и ощущения, вызванные собственным телом, сознание "я" - примерно с трех лет, когда ребенок начинает правильно употреблять личные местоимения. Осознание своих психических качеств и самооценка приобретают наибольшее значение в подростковом и юношеском возрасте. Но поскольку все эти компоненты взаимосвязаны, обогащение одного из них неизбежно видоизменяет всю систему.

А.Г. Спиркин дает следующее определение: " самосознание - это осознание и оценка человеком своих действий и их результатов, мыслей, чувств, морального облика и интересов, идеалов и мотивов поведения, целостная оценка самого себя и своего места в жизни. Самосознание - конституирующий признак личности, формирующийся вместе со становлением последней".

Самосознание имеет своим предметом сознание, следовательно, противопоставляет ему себя. Но в то же время сознание сохраняется в самосознании в качестве момента, поскольку ориентировано на постижение своей собственной сущности. Если сознание есть субъективное условие ориентировки человека в окружающем мире, то самосознание есть ориентировка человека в собственной личности, знание человека о самом себе, это своего рода "духовный свет, обнаруживающий и себя и другое ".

Благодаря самосознанию человек осознает себя как индивидуальную реальность, отдельную от природы и других людей. Он становится существом не только для других, но и для себя. Основным значение самосознания, по мнению А.Г. Спиркина, следует считать "просто сознание нашего наличного бытия, сознание собственного существования, сознание самого себя, или своего "я".

Самосознание является венцом развития высших психических функций, оно позволяет человеку не только отражать внешний мир, но, выделив себя в этом мире, познавать свой внутренний мир, переживать его и определенным образом относится к себе. Осознание себя в качестве некоторого устойчивого объекта предполагает внутреннюю целостность, постоянство личности, которая независимо от меняющихся ситуаций способна оставаться сама собой.

Однако А.Н. Леонтьев, характеризовавший проблему самосознания как проблему "высокого жизненного значения, венчающую психологию личности", расценивал в целом как "нерешенную, ускользающую от научно-психологического анализа".

**1.3 Самооценка и уровень притязаний**

Самооценка - ценность, значимость, которой индивид наделяет себя в целом и отдельные стороны своей личности, деятельности, поведения. Самооценка выступает как относительно устойчивое структурное образование, компонент Я-концепции, самопознания, и как процесс самооценивания. Основу самооценки составляет система личностных смыслов индивида, принятая им система ценностей. Рассматривается в качестве центрального личностного образования и центрального компонента Я-концепции.

В исследованиях А.З. Зака самооценка представляется в качестве средства анализа и осознания субъектом собственных способов решения задач, на которых строится внутренний план действий, обобщённая схема деятельности личности.

Т. Шибутани говорит о самооценке так: «Если личность - это организация ценностей, то ядром такого функционального единства является самооценка».

Ведущая роль самооценке отводится в рамках исследования проблем самосознания: она характеризуется как стержень этого процесса, показатель индивидуального уровня его развития, его личностный аспект, органично включённый в процесс самопознания. С самооценкой связываются оценочные функции самопознания, вбирающие в себя эмоционально - ценностное отношение личности к себе, специфика понимания личности самой себя.

Б.Г.. Ананьев высказал мнение, что самооценка является наиболее сложным и многогранным компонентом самосознания (сложный процесс опосредованного познания себя, развёрнутый во времени, связанный с движением от единичных, ситуативных образов через интеграцию подобных ситуативных образов в целостное образование - понятие собственного Я, являющимся прямым выражением оценки других лиц, участвующих в развитии личности. Самосознание принадлежит целостному субъекту и служит ему для организации его собственной деятельности, его взаимоотношений с окружающими и его общения с ними.

Самопознание - сложный многоуровневый процесс, индивидуализировано развёрнутый во времени. Условно можно выделить две стадии: познание своих особенностей через познание особенностей другого, сличение и дифференциацию; на стадии подключается психоанализ. Итоговый продукт самопознания Я - образ или Я - концепция, т.е. совокупность представлений индивида о себе самом, сопряжённая с их оценкой (Р. Бернс).

Самооценка - один из аспектов Я - концепции (собственного представления о себе или образа самого себя, то есть совокупности мнений о своём здоровье, внешности, характере, влиянии на окружающих, способностях и недостатках; поскольку она основана на собственном мнении, она не всегда соответствует действительности). Человек с высокой самооценкой воспринимает себя в позитивном свете, в то время как при низкой самооценке Я - концепция носит негативный характер.

Структура Я - концепции самооценка подростка И.Ю. Кулагина, В.Н. Колюцкий говорят, что формирование «Я» - концепции - важнейший этап в развитии самосознания.

Самооценку рассматривают и как элемент самоотношения, наряду с самоуважением, самосимпатией, самопринятием и т.п. Так И.С. Кон говорит о самоуважении, определяя его как итоговое измерение "Я", выражающее меру приятия или неприятия индивидом самого себя. А.Н. Леонтьев предлагает осмыслить самооценку через категорию "чувство" как устойчивое эмоциональное отношение, имеющее "выраженный предметный характер, который является результатом специфического обобщения эмоций".

Ковель М.И. (Самооценка как основа саморегуляции и внутренней мотивации). Cамооценка является основой внутренней мотивации и тесно связана с процессом познания. Учащиеся включаются в общественно значимую деятельность (учение, самообразование) при наличии внутренней мотивации и саморегуляции в ходе этой деятельности.

Гиппенрейтер Ю.Б. даёт отличие самопознания, самооценки, самосознания от интроспекции, говоря словами всемирно известного сказочника- Г.Х. Андерсена из сказки "Гадкий утенок": «Помните тот волнующий момент, когда утенок, став молодым лебедем, подплыл к царственным птицам и сказал: "Убейте меня!", все еще чувствуя себя уродливым и жалким существом. Смог бы он за счет одной "интроспекции" изменить эту самооценку, если бы восхищенные сородичи не склонили бы перед ним головы".

Структура самооценки представлена двумя компонентами - когнитивным и эмоциональным. Первый отражает знания человека о себе, второй - его отношение к себе как меру удовлетворённости собой. В деятельности самооценивания эти компоненты функционируют в неразрывном единстве: в чистом виде не может быть представлено ни то, ни другое. Знание о себе, приобретаемые субъектом в социальном контексте, неизбежно обрастают эмоциями, сила и напряженность которых определяется значимостью для личности оцениваемого содержания Основу когнитивного компонента самооценки составляют операции сравнения себя с другими людьми, сопоставление своих качеств с выработанными эталонами, фиксация возможной рассогласованности этих величин.

Самооценка характеризуется по следующим параметрам:

уровню - высокая, средняя, низкая,

соотношению с реальной успешностью - адекватная и неадекватная,

особенностям строения - конфликтная и бесконфликтная.

По характеру временной отнесённости выделяются прогностическая, актуальная и ретроспективная самооценка.

В психологическом словаре говорится: «Самооценка развитого индивида образует сложную систему, определяющую характер самоотношения индивида и включающую общую самооценку, отражающую уровень самоуважения, целостное принятие или непринятие себя, и парциальные, частные самооценки, характеризующие отношение к отдельным сторонам своей личности, поступкам, успешности отдельных видов деятельности. Самооценка может быть разного уровня осознанности »

Анализ самооценки как самооцениваний деятельности позволил выявить несколько её функций: 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 её результатами. Проанализируем самооценку с помощью понятий категорий деятельности - результат, средство, операции.

В качестве результата самооценки исследователями выделяются следующие характеристики: в результате осуществления самооценки индивид узнает, превосходит ли исполнение стандарт, равняется ему или не достигает его; личность сверяет себя с эталоном и, в зависимости от результатов проверки, оказывается довольна или недовольна собой; констатация личностью качественных, содержательных особенностей своего Я, своих физических сил, умственных способностей, поступков, своего отношения к окружающим и себе; самооценка бывает двух родов: самодовольство и недовольство собой; самооценка отвечает на вопрос: «не что я имею, а чего это стоит, что это значит".

Таким образом, результатом самооценки является либо констатация некоторых качеств, либо результат сопоставления этих качеств с некоторым эталоном, либо результат некоторого эмоционально-чувственного отношения.

Для изучения вопросов самооценки большое значение также имеют исследования средств самооценки. В качестве средств или стандартов самооценки применяются такие параметры как: ценностные ориентации, и идеалы личности (Петровский А.В.), мировоззрение (Рубинштейн С.Л.), уровень притязаний (Божович Л.И., Хекхаузен Х.И др.), "Я» - концепция (Соколова Е.Т., Столин В.В.), требования, предъявляемые коллективом (Савонько Е.И.).

Итак, в функции средств самооценки могут вступать 2 типа: когнитивные (Я-концепция или её отдельные стороны) и аффективные (ценности, идеалы, уровень притязаний, требования). Подводя итоги по этому пункту, можно заключить, что практически любой феномен бытия человека (в т.ч. и сама самооценка) может быть им самоценен, т.е. содержательное поле самооценки бесконечно.

В самооценке выделяют следующие операции: самопознания как построения образа "Я - реальное", сопоставление оцениваемого качества со стандартом, каузальная атрибуция результата сопоставления; реакция (отношение, самоприятие) на достигнутый результат. Каузальная атрибуция результата рассматривается как дополнительная процедура, которая может быть применима как к результату сопоставления, так и к результату самоотношения, если они чем-то не удовлетворяют оценивающего себя. Тогда оказывается, что в самооценке присутствуют лишь 2 типа фундаментальных операций: сопоставление и самоотношение, которые, помещаемые в разные контексты, приобретают разное звучание (например, на сопоставлении базируется проектирование "Я - реального" на "Я - идеальное", Петровский А.В.), самокритика. В качестве своей основы самоотношение имеет самоприятие (Бороздина Л, В, там же), самодовольство и недовольство собой.

Самооценка является доминирующей, а её выражением считается уровень притязаний, заключает Бороздина Л.В. То есть уровень притязаний считается проявлением самооценки в действии личности. Подобная проблема возникает и в различении понятий самооценки и мотивации достижения. Например, Хекхаузен Х. Утверждает, что "мотив достижения выступает как система самооценки".

По данным Е.А. Серебряковой, представления о своих возможностях делают субъекта неустойчивым в выборе целей: его притязания резко повышаются после успеха и столь же резко падают после неудачи.

Уровень притязаний - характеризует: 1) уровень трудности, достижение которого является общей целью серии будущих действий (идеальная цель); 2) выбор субъектом цели очередного действия, формирующейся в результате переживания успеха или неуспеха ряда прошлых действий (уровень притязаний в данный момент); 3) желаемый уровень самооценки личности (уровень Я). 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 снизить их, чтобы избежать неудачи. Переживание успеха (или неуспеха), возникающее вследствие достижения (или недостижения) уровня притязаний, влечет за собой смещение уровня притязаний в область более трудных (или более легких) задач. Снижение трудности избираемой цели после успеха или ее повышение после неудачи (атипичное изменение уровня притязаний) говорят о нереалистичном уровне притязаний или неадекватной самооценке.

Постулат, выдвинутый У. Джемсом, 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.

Самооценка интерпретируется как личностное образование, принимающее непосредственное участие в регуляции поведения и деятельности человека, как автономная характеристика личности, её центральный компонент, формирующийся при активном участии самой личности и отражающий своеобразие её внутреннего мира.

Истоки умения оценивать себя закладываются в раннем детстве, а развитие и совершенствование его происходит в течение всей жизни человека.

Как считают многие психологи, структура личности и основы самооценки формируются в первые пять лет жизни человека

Обычно мнение о себе основывается на отношении к нам других людей. 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.

Самооценка формируется и на базе оценки результатов собственной деятельности, а также на основе соотношения реального и идеального представлений о себе.

Низкая самооценка может быть обусловлена многими причинами: её можно перенять в детстве у своих родителей, не разобравшихся со своими личными проблемами; она может развиться у ребёнка из-за плохой успеваемости в школе; из-за насмешек сверстников или чрезмерного критицизма со стороны взрослых ; личностные проблемы, неумение вести себя в определённых ситуациях также формируют у человека нелестное мнение о себе.

Санфорд и Донован, подтверждая сказанное Ч.Т. Фолкэном, говорят, что оценка пришла со стороны - от родителей, "которые делали вам замечания, говорили, что вы плохая, сверстников, которые потешались над вашими рыжими волосами, вашим носом или тем, что вы не могли быстро справляться с математикой… Никто не может приобрести низкую самооценку в изоляции, - указывает Санфорд, - и никто из нас не в состоянии изменить ее в одиночестве...».

Р.Бернс аналогично высказывается по этому поводу: «Если родители, выступающие для ребёнка как социальное зеркало, проявляют в обращении с ним любовь, уважение и доверие, ребёнок привыкает сам относиться к себе как к человеку, достойному этих чувств».

И.Ю. Кулагина, В.Н. Колюцкий подчёркивают, что у детей с завышенной или заниженной самооценкой изменить её уровень крайне сложно.

Куперсмит отмечает, что для формирования положительной самооценки необходимы три условия: полное внутреннее принятие родителями своего ребёнка; ясные и последовательные требования; уважение индивидуальности ребёнка в рамках установленных ограничений

Чак Т. Фолкэн говорит, что если человек занимается любимым делом, со временем он приобретает опыт и мастерство, которыми имеет право гордиться. Это одно из условий составляющих нормальную самооценку. Каждый человек создаёт для себя образ идеального "Я". Оно обладает качествами, имеющими ценность в глазах родителей, сверстников, учителей и людей, пользующихся авторитетом. Оно может изменяться в зависимости от окружения. Если реальные качества соответствуют идеалу или приближаются к нему, у человека будет высокая самооценка. Трезвое и объективное отношение к себе составляет основу нормальной самооценки.

Подводя итоги, можно сделать заключение: самооценка - компонент самосознания, имеет рефлексивную природу, включает в себя такие элементы как: образ "Я-реального", "Я-идеального", результат сопоставления этих образов и самоотношение к результату сопоставления. Самооценка является рефлексивным компонентом самосознания, выполняющим регулирующую функцию. Самооценка есть отношение личности к результатам сопоставления своих образов реального и идеального "Я".

**1.4 Влияние самооценки на социальное поведение личности**

Самооценка играет очень важную роль в организации результативного управления своим поведением, без нее трудно или даже невозможно самоопределиться в жизни.

От самооценки зависят взаимоотношения человека с окружающими, его критичность, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам. Самооценка тесно связана с уровнем притязаний человека, т. е. степенью трудности целей, которые он ставит перед собой. 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).

Первым, кто выделил тип семейной ситуации, формирующей у ребёнка положительную Я-концепцию, был Скотт. Исследовав 1800 подростков, он установил, что те из них, у кого дома царит атмосфера взаимного уважения и доверия между родителями и детьми, готовность принять друг друга, в жизни более приспособлены, независимы, у них выше самооценка. Напротив, подростки из семей, где царит разлад, менее приспособлены.

Вирджиния Н. Квинн высказывается по данному вопросу так: «Дети с низкой самооценкой не уверены в себе, у них слабо развито чувство собственного достоинства. У них чаще возникают трудности при общении с другими детьми, которые, в свою очередь, неохотно их принимают. В результате у детей с негативными «Я» - концепциями часто возникают поведенческие проблемы, из-за чего к ним хуже относятся сверстники, учителя, спортивные тренеры и другие групповые лидеры. А это ещё больше «подрывает» самооценку таких детей. Бывали случаи, когда проблемы с «Я» - концепцией, возникавшие в первом классе, повлияли на всю дальнейшую жизнь ребёнка».

Таким образом, высокая самооценка развивается у детей в семьях, отличающихся сплочённостью и солидарностью. Более позитивно здесь отношение матери к мужу. В глазах ребёнка родителям всегда сопутствует успех. Он с готовностью следует задаваемым ими образцам поведения, настойчиво и успешно решает встающие перед ним повседневные задачи, так как чувствует уверенность в своих силах. Он менее подвержен стрессу и тревожности, доброжелательно и реалистично воспринимает окружающий мир и себя самого.

У мальчиков с высокой самооценкой уровень притязаний выше. Таким образом, дети с высокой самооценкой ставят перед собой более высокие цели и чаще добиваются успеха. И, наоборот, для детей с заниженной самооценкой характерны весьма скромные цели и неуверенность в возможности их достижения.

Куперсмит так описывает мальчиков с высокой самооценкой: они независимы, самостоятельны, коммуникабельны, убеждены в успехе любого порученного им дела. Эта вера в себя помогает им придерживаться своего мнения, позволяет в спорных ситуациях отстаивать свои взгляды и суждения, делает их восприимчивыми к новым идеям. Уверенность в себе, наряду с ощущением собственной значимости, рождает убеждённость в своей правоте и смелость в выражении убеждений. Эта установка и соответствующие ожидания обеспечивают им не только более независимый статус в социальных отношениях, но и немалый творческий потенциал, способность к энергичным и позитивным социальным действиям. В групповых дискуссиях они обычно занимают активную позицию. По собственному признанию, они не испытывают особых затруднений, сближаясь с новыми людьми, готовы выразить своё мнение, зная, что оно будет встречено враждебно. Важной особенностью детей с высокой самооценкой является то, что они меньше заняты своими внутренними проблемами.

«Высокая самооценка,- говорит Р.Бернс,- обеспечивает хорошее владение техникой социальных контактов, позволяет индивиду показать свою ценность, не прилагая особых усилий. Ребёнок приобрёл в семье способность к сотрудничеству, уверенность в том, что он окружён любовью, заботой и вниманием. Всё это создаёт прочную основу для его социального развития».

Поведение людей с высокой самооценкой противоположно хорошо известной психотерапевтам картине поведения людей, испытывающих депрессивное состояние. Для последних характерна пассивность, неуверенность в себе, в правильности своих наблюдений и суждений, они не находят в себе сил, чтобы влиять на других людей, противостоять им, не могут с лёгкостью и без внутренних колебаний выразить своё мнение.

Неверная самооценка, считают Санфорд и Донован, лежит в основе многих проблем, которые могут быть у женщин: от переедания до алкоголизма. "Если мы не любим себя, мы выходим замуж за мужчин, недостойных нас, выбираем работу, слишком простую для наших возможностей, и совершаем другие ошибки, начиная от отравления себя наркотическими средствами до слишком большой терпимости, в основе которой, - замечает Санфорд, - лежит наше мнение, что мы этого заслуживаем". Исследования показывают, что самоуничижающее поведение ("если бы только…"), например фокусирование внимания на собственных недостатках или преувеличение роли неудачи, имеет связь с депрессией. По материалам Американской психологической ассоциации, невысокое мнение о себе совершенно очевидно является важным фактором в развитии депрессии. На заниженную самооценку указывают как на фактор, оказывающий влияние на большую распространённость депрессии среди женщин, которые страдают депрессией в два раза чаще, чем мужчины.

«Самооценка является важным фактором, поскольку отражает уверенность человека в своих профессиональных и личных силах, его самоуважение и адекватность происходящему. Оптимальна - высокая самооценка, уважение к себе при трезвой (реалистичной) оценке своих возможностей и способностей. Заниженная самооценка приводит к "выученной беспомощности" - человек заранее опускает руки перед трудностями и проблемами, так как всё равно ни на что не способен. Завышенная самооценка чревата чрезмерными претензиями на внимание к своей персоне и опрометчивыми решениями».

Многое из того, что делает человек или отказывается делать, зависит от уровня собственного достоинства человека. Т. Шибутани говорит об этом так: «Те, кто сам не считает себя особенно талантливым, не стремятся к очень высоким целям и не проявляют огорчения, когда им не удаётся что-то хорошо сделать…Человек, который думает о себе как о никчёмном, ничего не стоящем объекте, часто неохотно прилагает усилия, чтобы улучшить свою судьбу. С другой стороны, те, кто высоко себя ценит, часто склонны работать с большим напряжением. Они считают ниже своего достоинства работать недостаточно хорошо.

Л. Пепло, М. Мицели и Б. Морали высказывают мнение о том, что низкая самооценка может быть и причиной и следствием одиночества. Ими говорится, что низкая самооценка - это некая совокупность мнений и поведения, мешающая установлению или поддержанию удовлетворительных социальных отношений. Люди с низкой самооценкой интерпретируют социальные взаимодействия самоуничижительно. Они склонны относить неудачи в общении за счёт внутренних, самообвиняющих факторов. Такие люди более остро реагируют на призыв к общению и отказ в нём… Индивиды с низкой самооценкой особенно отзывчивы по отношению к партнёрам-друзьям и особенно враждебно настроены по отношению к отвергнувшим их партнёрам… Люди с низкой самооценкой интерпретируют неоднозначный социальный обмен в большей мере как негативный, нежели люди с высокой самооценкой.

«Низкая самооценка,- продолжают Л. Пепло, М. Мицели и Б. Морали, - влияет на социальное поведение людей. Люди с низкой самооценкой в большей мере испытывают социальную неуверенность и менее предрасположены к риску в социальных вопросах, а поэтому и менее склонны к установлению новых взаимоотношений или углублению существующих».

Вышеуказанные авторы заключают, что низкая самооценка воплощается во взаимосвязанной совокупности самоуничижительного сознания и поведения, которая искажает социальную компетентность, подвергая людей риску одиночества.

Кутрон, Рассел и Пепло установили, что самооценка играет важную роль в том, испытывают ли студенты - новички лишь временное одиночество или же остаются одинокими на протяжении семи месяцев. Студенты с высокой самооценкой уже в начале нового учебного года значительно более предрасположены к преодолению своего одиночества и успешному социальному приспособлению в колледже, нежели студенты с низкой самооценкой.

Ф. Зимбардо пишет о том, что то, что мы думаем о себе оказывает глубокое влияние на всю нашу жизнь. «Люди, осознающие собственную значимость, как правило, распространяют вокруг себя ореол удовлетворённости. Они менее зависимы от поддержки и одобрения окружающих, поскольку научились сами себя стимулировать. Такие люди своей предприимчивостью и инициативой заставляют вращаться социальный механизм, и соответственно им достаётся львиная доля предоставляемых обществом благ.

Люди с высокой самооценкой не огорчаются, когда их критикуют, и не опасаются быть отвергнутыми. Они скорее готовы поблагодарить за «конструктивный совет». Получив отказ, они не воспринимают его как унижение своей персоны. Причины его они рассматривают иначе: следовало приложить больше усилий, не идти на пролом; просьба была чрезмерна или, наоборот, несущественна; время и место были выбраны неудачно; человек, давший отказ, сам страдает от каких-то проблем и потому нуждается в понимании. В любом случае причины отказа - не в них, а вне их; эти причины следует проанализировать, чтобы перегруппировать свои силы и предпринять новое наступление более надёжными средствами. Таким людям легко быть оптимистами: они чаще добиваются своего, чем проигрывают.

Человек с низкой самооценкой, напротив, выглядит потерянным. Он (она), как правило, более пассивен, внушаем и менее популярен. Такие люди чрезмерно чувствительны к критике, считая её подтверждением своей неполноценности. Они с трудом воспринимают и комплименты… Исследователи отмечают в целом более высокую невротичность людей с низкой самооценкой по сравнению с теми, у кого самооценка высока... Весьма одарённые люди могут выступать сами для себя злейшими врагами, если их самооценка занижена. Если человек застенчив, как правило, он страдает низкой самооценкой; - пишет Ф. Зимбардо, - там, где самооценка высока, нет и речи о застенчивости».

Вирджиния Н. Квинн пишет об исследованиях, проведённых Левануэем и Уайли, позволивших заключить, что люди с положительными «Я» - концепциями склонны терпимее относиться к окружающим, им легче смириться со своими неудачами, которые у них происходят реже, так как работают они эффективнее людей с низкой самооценкой; высокая самооценка обычно сочетается с такими качествами, как самостоятельность и искренность; люди с положительными представлениями о себе склонны полагаться на самих себя и потому охотнее принимают критику и советы.

Продолжая опираться в своих суждениях на исследования вышеприведённых авторов, Вирджиния Н. Квинн говорит, что люди с низкой самооценкой болезненно воспринимают критику и склонны во всех неудачах винить себя; они легко поддаются давлению, - «… поскольку им не хватает уверенности в себе, ими обычно можно манипулировать; они падки на лесть и критикуют других, чтобы вырасти в собственных глазах; большинство людей с низкой самооценкой предпочитают работать над простыми задачами, так как тогда они уверены в успехе. Некоторые исследования показывают, что низкая самооценка является фактором, способствующим возникновению склонности к мошенничеству, употреблению наркотиков и многим видам правонарушений».

Т. Шибутани говорится: «Когда человек не может принимать себя таким, каков он есть на самом деле, основные усилия направляются скорее на самозащиту, чем на самопознание».

Том Шрайтер пишет: «То, как мы себя видим, определяет, как мы думаем, и определяет решения, которые мы принимаем. Если вы зарабатываете пятьдесят долларов, то вы, соответственно, имеете самооценку на пятьдесят долларов. Если вы зарабатываете десять тысяч долларов в месяц, то вы имеете самооценку на десять тысяч»,- хотя со вторым утверждением данного автора я не вполне согласна, так как в жизни людей встречаются ситуации, когда данное заключение себя не оправдывает.

Именно самооценка выполняет функцию регуляции поведения и деятельности, так как она может соотносить потребности и притязания человека с его возможностями. Обобщая взгляды различных исследователей, можно прийти к заключению, что все они едины в своём мнении по поводу негативного влияния неадекватной либо заниженной самооценки на социальное поведение человека, то есть на поведение человека в обществе.

**1.5 Становление самосознания в ранней юности как источник формирования я-концепции**

" Периодом возникновения сознательного ""я", - пишет И.С. Кон, - "как бы постепенно ни формировались отдельные его компоненты, издавна считается подростковый и юношеский возраст "Развитие самосознание - центральный психический процесс переходного возраста. Практически все отечественные психологи называют этот возраст "критическим периодом формирования самосознания".

Развитие самосознания в подростковом и раннем юношеском возрасте настолько ярко и наглядно, что его характеристика и оценка значения для формирования личности в эти периоды практически едина у исследователей разных школ и направлений. Авторы достаточно единодушны в описании того, как протекает процесс развития самосознания в этот период. Примерно в 11 лет у подростка возникает интерес к собственному внутреннему миру, затем отмечается постепенное усложнение и углубление самопознания, одновременно происходит усиление его дифференцированности и обобщенности, что приводит в раннем юношеском возрасте (15-16 лет) к становлению относительно устойчивого представления о самом себе, Я-концепции; к 16-17 годам возникает особое личностное новообразование, которое в психологической литературе обозначается термином "самоопределение". С точки зрения самосознания субъекта оно характеризуется осознанием себя в качестве члена общества и конкретизируется в новой, общественно значимой позиции.

Рост самосознания и интереса к собственному "я" у подростков вытекает непосредственно из процессов полового созревания, физического развития, которое является одновременно социальными символам, знаками повзросления и возмужания, на которые обращают внимание и за которыми пристально следят другие, взрослые и сверстники. Противоречивость положения подростка и юноши, изменение структуры его социальных ролей и уровня притязаний - эти факторы актуализируют вопрос: " Кто я? "

Постановка этого вопроса - закономерный результат всего предшествующего развития психики. Рост самостоятельности означает ни что иное, как переход от системы внешнего управления к самоуправлению. Но всякое самоуправление требует информации об объекте. При самоуправлении это должна быть информация объекта о самом себе, т. е самосознание.

Ценнейшее психологическое приобретение ранней юности -открытие своего внутреннего мира. Для ребенка единственной сознаваемой реальностью является внешний мир, куда он проецирует и свою фантазию. Вполне сознавая свои поступки, ребенок обычно еще не осознает собственных психических состояний. Напротив, для подростка и юноши, внешний, физический мир только одна из возможностей субъективного опыта, сосредоточением которого является он сам. Обретая способность погружаться в себя и наслаждаться своими переживаниями, подросток открывает целый мир новых чувств, красоту природы, звуки музыки, ощущение собственного тела. Юноша 14-15 лет начинает воспринимать и осмысливать свои эмоции уже не как производные от каких-то внешних событий, а как состояния своего собственного "я". Даже объективная, безличная информация нередко стимулирует молодого человека к интроспекции, размышлению о себе и своих проблемах.

Юность особенно чувствительна к "внутренним", психологическим проблемам. Чем старше (не по возрасту только, а по уровню развития) подросток, тем больше его волнует психологическое содержание происходящего действия, действительность и тем меньше для него значит "внешний" событийный контекст.

Открытие своего внутреннего мира очень важное, радостное и волнующее событие, но оно вызывает также много тревожных и драматических переживаний. Вместе с сознанием своей уникальности, неповторимости, непохожести на других приходит чувство одиночества. Юношеское "я" еще не определено, расплывчато, диффузно, оно нередко переживается как смутное беспокойство или ощущение внутренней пустоты, которую чем-то необходимо заполнить. Отсюда растет потребность в общении и одновременно повышается избирательность общения, потребность в уединении.

До подросткового возраста свои отличия от других привлекали внимание ребенка только в исключительных, конфликтных обстоятельствах. Его "я" практически сводится к сумме его идентификаций с разными значимыми другими людьми. У подростка и юноши положение меняется. Ориентация одновременно на нескольких значимых других делает его психологическую ситуацию неопределенной, внутренне конфликтной. Бессознательное желание избавиться от прежних идентификаций делает его активным в рефлексии, а также активизирует чувство своей особенности, непохожести на других, что вызывает весьма характерное для ранней юности чувство одиночества или страх одиночества.

Развитие самосознания, как и любого сложного психического новообразования, проходит ряд сменяющих друг друга стадий. С этой точки зрения ранний юношеский возраст можно охарактеризовать как начало формирования нового уровня самосознания, как период развития и углубления интегративных качеств. Интенсивное развитие того уровня самосознания будет осуществляться в юношеском возрасте. Его специфические черты - повышение значимости для формирования Я-концепции системы собственных ценностей и усиление личностного, психологического, динамического аспекта восприятия - позволяют оценивать его как уровень, характерный для зрелой личности.

Одним из основных механизмов самопознания подростком или юношей самого себя, своего внутреннего мира является личностная рефлексия, которая, в отличие от логической рефлексии, направленной на решение задач, понимается как деятельность личного самопознания, как особый исследовательский акт, при котором человек не просто исследует свой внутренний мир, но при этом еще исследует и себя как исследователя. Феноменом личностной рефлексии являются рефлексивные ожидания, которые понимаются как представления человека о том, что о нем думают люди, составляющие круг его общения другие люди.

В качественном развитии рефлексивного анализа, лежащего в основе образования рефлексивных ожиданий, наблюдаются следующие возрастные изменения:

) Рефлексивный анализ касается в основном отдельных поступков ребенка (9-12 лет), причем даже в такой форме он проявляется лишь у незначительной части детей.

) Рефлексивный анализ касается характера самого человека. Начиная с 12-13 лет, основным в рефлексивном анализе становятся исследования своего характера, особенностей своей личности.

) Рефлексивный анализ проводится с самопристрастием, наблюдается всплеск самокритичности, в результате чего выявляются собственные негативные черты характера, аффективные переживания по поводу собственных отрицательных черт (13-14 лет).

) Рефлексивный анализ касается характера человека, особенностей общения (15-16 лет). При том самокритичность отходит на задний план, отношение к себе спокойное, благожелательное. Различные сложности в отношениях объясняются непониманием окружающих. При переходе от подросткового к раннему юношескому возрасту, личностная рефлексия теряет аффективную окрашенность по отношению к "я" человека и проходит на более спокойном эмоциональном фоне.

Глубина и интенсивность юношеской рефлексии зависят от многих социальных (социальное происхождение и среда, уровень образования), индивидуально-типологических (степень интраверсии-экстраверсии) и биографических (условия семейного воспитания, отношения со сверстниками, характер чтения) факторов, соотношение которых еще недостаточно изучено.

Развитие личностной рефлексии отражается на особенностях Я-концепции в ранней юности..

**1.6 Особенности я-концепции в ранней юности**

Психологические исследования становления Я-концепции человека в процессе его жизнедеятельности идут по нескольким направлениям. Прежде всего, изучаются сдвиги в содержании Я-концепции и ее компонентов - какие качества сознаются лучше, как меняется с возрастом уровень и критерии самооценок, какое значение придается внешности, а какое умственным и моральным качествам. Далее исследуется степень его достоверности и объективности, прослеживается изменение структуры образ Я в целом - степень его дифференцированности (когнитивной сложности), внутренней последовательности (цельности), устойчивости (стабильности во времени), субъективной значимости, контрастности, а также уровень самоуважения. По всем этим показателям переходный возраст заметно отличается как от детства, так и от взрослости, имеется грань в этом отношении и между подростком и юношей.

В ранней юности происходит постепенная смена "предметных" компонентов Я-концепции, в частности, соотношение телесных и морально-психологических компонентов своего "я". Юноша привыкает к своей внешности, формирует относительно устойчивый образ своего тела, принимает свою внешность и соответственно стабилизирует связанный с ней уровень притязаний. Постепенно на первый план выступают теперь другие свойства "я" - умственные способности, волевые и моральные качества, от которых зависит успешность деятельности и отношения с окружающими.

Судя по имеющимся данным, когнитивная сложность и дифференцированность элементов образа Я последовательно возрастают от младших возрастов к старшим, без заметных перерывов и кризисов. Взрослые различают в себе больше качеств, чем юноши, юноши - больше, чем подростки, подростки - больше, чем дети. По данным исследований Бернштейна (1980) способность старших подростков реконструировать личностные качества основывается на развитии в этом возрасте более фундаментальной когнитивной способности - абстрагирования.

Интергативная тенденция, от которой зависит внутренняя последовательность, цельность образа Я, усиливается с возрастом, но несколько позже, чем способность к абстрагированию. Подростковые и юношеские самоописания лучше организованы и структурированы, чем детские, они группируются вокруг нескольких центральных качеств. Однако неопределенность уровня притязаний и трудности переориентации с внешней оценки на самооценку порождают ряд внутренних содержательных противоречий самосознания, которые служат источником дальнейшего развития. Дописывая фразу "я в своем представлении...", многие юноши подчеркивают именно свою противоречивость: " я в своем представлении - гений + ничтожество".

Данные об устойчивости образа Я не совсем однозначны. В принципе она, как и устойчивость прочих установок и ценностных ориентаций, с возрастом увеличивается. Самоописания взрослых менее зависят от случайных, ситуативных обстоятельств. Однако в подростковом и раннем юношеском возрасте самооценки иногда меняются очень резко.

Что касается контрастности, степени отчетливости образа Я, то здесь также происходит рост: от детства к юности и от юности к зрелости человек яснее осознает свою индивидуальность, свои отличия от окружающих и придает им больше значения, так что образ Я становится одной из центральных установок личности, с которой она соотносит свое поведение. Однако с изменением содержания образа Я существенно меняется степень значимости отдельных его компонентов, на которых личность сосредоточивает внимание. В ранней юности масштаб самооценок заметно укрупняется: "внутренние" качества осознаются позже "внешних", зато старшие придают им большее значение. Повышение степени осознанности своих переживаний нередко сопровождается также гипертрофированным вниманием к себе, эгоцентризмом. В ранней юности это бывает часто

Исследования содержания образа Я, проведенные под руководством И.В. Дубровиной, показали, что на границе подросткового и раннего юношеского возрастов в развитии когнитивного компонента Я-концепции происходят существенные изменения, характеризующие переход самосознания на новый более высокий уровень.

Возрастные сдвиги в восприятии человека включают увеличение количества используемых описательных категорий, рост гибкости и определенности в их использовании; повышение уровня избирательности, последовательности, сложности и системности этой информации; использование более тонких оценок и связей; рост способности анализировать и объяснять поведение человека; появляется забота о точном изложении материала, желание сделать его убедительным. Аналогичные тенденции наблюдаются и в развитии самохарактеристик, которые становятся более обобщенными, дифференцированными и соотносятся с большим числом "значимых лиц". Самоописания в раннем юношеском возрасте имеют гораздо более личностный и психологический характер, чем в 12-14 лет, и одновременно сильнее подчеркивают отличия от остальных людей.

Представление подростка или юноши о себе всегда соотносится с групповым образом "мы" - типичного сверстника своего пола, но никогда не совпадает с этим "мы" полностью. Образы собственного "я" оцениваются старшеклассниками гораздо тоньше и нежнее группового "мы". Юноши считают себя менее сильными, менее общительными и жизнерадостными, но зато более добрыми и способными понять другого человека, чем их ровесники. Девушки приписывают себе меньшую общительность, но большую искренность, справедливость и верность.

Свойственное многим подросткам преувеличение собственной уникальности с возрастом обычно проходит, но отнюдь не ослаблением индивидуального начала. Напротив, чем старше и более развит человек, тем более находит он различий между собой и "усредненным" сверстником. Отсюда напряженная потребность в психологической интимности, которая была бы одновременно самораскрытием и проникновением во внутренний мир другого. Осознание своей непохожести на других логически и исторически предшествует пониманию своей глубокой внутренней связи и единства с окружающими людьми.

Наиболее заметные изменения в содержании самоописаний, в образе Я, обнаруживаются в 15-16 лет. Эти изменения идут по линии большей субъективности, психологичности описаний. Известно, что и в восприятии другого человека психологизация описания после 15 лет резко увеличивается, усиление субъективности самоописаний обнаруживается в том, что с возрастом увеличивается количество испытуемых, указывающих на изменчивость, ситуативность своего характера, на то, что они ощущают свой рост, взросление.

В исследованиях когнитивного диссонанса образа Я обнаружено, что самоописания и описания другого человека по указанному параметру существенно различаются (Нисбет, по В.П. Трусову). Себя человек описывает, подчеркивая изменчивость, гибкость своего поведения, его зависимость от ситуации; в описаниях другого, напротив, преобладают указания на устойчивые личностные особенности, стабильно определяющие его поведение в самых разнообразных ситуациях. Иными словами, взрослый человек склонен воспринимать себя, ориентируясь на субъективные характеристики динамичности, изменчивости, а другого - как объект, обладающий относительно неизменчивыми свойствами. Такое "динамическое" восприятие себя возникает в период перехода к раннему юношескому возрасту в 14-16 лет.

Становление нового уровня самосознания в ранней юности идет по направлениям, выделенным еще Л.С. Выготским, - интегрированию образа самого себя, "перемещению" его "извне вовнутрь". В этот возрастной период происходит смена некоторого "объективистского" взгляда на себя "извне" на субъективную, динамическую позицию "изнутри".

В.Ф. Сафин характеризует это существенное различие во взгляде на себя младших и старших подростков следующим образом: подросток ориентирован прежде всего на поиск ответа, "каков он среди других, насколько он похож на них", старший подросток - "каков он в глазах окружающих, насколько он отличается от других и насколько он похож или близок к своему идеалу". В.А. Алексеев подчеркивает, что подросток - это "личность для других", в то время как юноша - "личность для себя". В теоретическом исследовании И.И. Чесноковой указывается на наличие двух уровней самопознания: низшего - "Я и другой человек" и высшего "Я и Я"; специфика второго выражается в попытке соотнесения своего поведения "с той мотивацией, которую он реализует и которая его детерминирует".

Мы уже отмечали, что, составляющие Я-концепции, поддаются лишь условному концептуальному разграничению, поскольку в психологическом плане они неразрывно взаимосвязаны. Потому когнитивный компонент самосознания, образ Я, его формирование в раннем юношеском возрасте, напрямую связан как с эмоционально-оценочной составляющей, самооценкой, так и с поведенческой, регуляторной стороной Я-концепции.

В период перехода от подросткового к раннему юношескому возрасту в рамках становления нового уровня самосознания идет и развитие нового уровня отношения к себе. Одним из центральных моментов здесь является смена оснований для критериев оценки самого себя, своего "я" - они сменяются "извне вовнутрь", приобретая качественно иные формы, сравнительно с критериями оценки человеком других людей. Переход от частных самооценок к общей, целостной (смена оснований) создает условия для формирования в подлинном смысле слова собственного отношения к себе, достаточно автономного от отношения и оценок окружающих, частных успехов и неудач, всякого рода ситуативных влияний и т.п. Важно отметить, что оценка отдельных качеств, сторон личности играет в таком собственном отношении к себе подчиненную роль, а ведущим оказывается некоторое общее, целостное "принятие себя", "самоуважение". Именно в ранней юности (15-17 лет) на основе выработки собственной системы ценностей формируется эмоционально-ценностное отношение к себе, т.е. "оперативная самооценка" начинает основываться на соответствии поведения, собственных взглядов и убеждений, результатов деятельности.

В 15-16 лет особенно сильно актуализируется проблема несовпаденияреального Я и идеального Я. По мнению И.С. Кона, это несовпадение вполне нормальное, естественное следствие когнитивного развития. При переходе от детства к отрочеству и далее самокритичность растет. Так, в изученных Е.К. Матлиным сочинениях десятиклассников, описывающих собственную личность, в 3,5 раза больше критических высказываний, чем у пятиклассников. Ту же тенденцию отмечают психологи ГДР. Чаще всего в ранней юности жалуются на слабоволие, неустойчивость, подверженность влияниям и т.п., а также на такие недостатки как капризность, ненадежность, обидчивость.

Расхождение Я-реального и Я-идеального образов - функция не только возраста, но и интеллекта. У интеллектуально развитых юношей расхождение между реальным Я и идеальным Я, т.е. между теми свойствами, которые индивид себе приписывает, и теми, которыми он хотел бы обладать, значительно больше, чем у их сверстников со средними интеллектуальными способностями.

Одним из важных показателей поведенческой составляющей Я-концепции служит динамика уровня притязаний под влиянием успеха или неуспеха при выполнении заданий различной степени трудности. Начиная с классической работы Ф.Хоппе, уровень притязаний рассматривается как порождаемый двумя противоречивыми тенденциями: с одной стороны, поддерживать свое "я", самооценку на максимально высоком уровне и, с другой, снижать свои притязания, чтобы избежать неудачи и тем самым не нанести ущерба самооценке. Некоторые исследователи считают, что для подросткового возраста типично активное стремление различными путями реализовать лишь первую из названных тенденций, в то время как для зрелой личности, напротив, характерно умение развести эти тенденции в ходе деятельности, прежде всего за счет того, что успешность или неуспешность в конкретной деятельности воспринимается именно как конкретный неуспех, а не крах самооценки в целом. По данным проведенных исследований при переходе в раннем юношеском возрасте происходит изменение особенностей уровня притязаний в сторону большей личностной зрелости. Важно отметить, что оно идет в направлении, как бы обратном тем изменениям, которые происходят в этот период в самопознании, образе Я и отношении к себе. Если последние характеризуются, как было показано выше, все большей целостностью, интегративностью, то отношение к результатам собственной деятельности - дифференцированностью, формирование способности отделять успешность или неуспешность в конкретной деятельности от оценки себя как личности. Таким образом, в раннем юношеском возрасте в рамках становления нового уровня самосознания происходит становление относительно устойчивого представления о себе, Я-концепции. К 16-17 годам возникает особое личностное новообразование, которое в психологической литературе обозначается термином "самоопределение".

**1.7 Факторы, влияющие на формирование самооценки старшеклассников**

Взаимоотношения со взрослыми. Одной из главных особенностей подросткового и раннего юношеского возраста является смена значимых лиц и перестройка взаимоотношений со взрослыми.

Из факторов социализации, рассматриваемых по отдельности, самым важным и влиятельным была и остается родительская семья как первичная ячейка общества, влияние которой ребенок испытывает раньше всего, когда он наиболее восприимчив. Семейные условия, включая социальные условия, род занятий, материальный уровень, образование родителей, в значительной мере предопределяют жизненный путь ребенка. Кроме сознательного, целенаправленного воспитания, которое дают ему родители, на ребенка воздействует вся внутренняя атмосфера, причем эффект этого воздействия накапливается с возрастом, преломляясь в структуре личности.

Нет практически ни одного социального и психологического аспекта поведения подростков и юношей, который не зависел бы от их семейных условий в настоящем или в прошлом.

Но меняется характер этой зависимости.

Так, если в прошлом школьная успеваемость ребёнка и продолжительность его обучения зависела главным образом от материального уровня семьи, то теперь этот фактор менее влиятелен. Зато огромную роль играет уровень образования родителей.

Так же сильно влияет на судьбу подростков и юношей состав семьи и характер взаимоотношений между её членами. Неблагоприятные семейные условия характерны для подавляющего большинства так называемых трудных подростков.

Значительное влияние на личность подростка оказывает его стиль взаимоотношений с родителями, который лишь отчасти обусловлен их социальным положением.

Наилучшие взаимоотношения старшеклассников с родителями складываются обычно при демократическом стиле воспитания.

Этот стиль в наибольшей степени способствует воспитанию самостоятельности, активности, инициативы и социальной ответственности.

Поведение ребёнка направляется в этом случае последовательно и вместе с тем четко и рационально:

родители всегда объясняют мотивы своих требований и поощряют их обсуждение подростком;

власть используется ими в меру необходимости;

в ребёнке ценится не только послушание, но самостоятельность;

родители устанавливают правило и твёрдо приводят их в жизнь, но не считают себя непогрешимыми;

родители прислушиваются к мнению ребёнка, но не руководствуются только его желаниями.

Крайние стили воспитания, независимо от того авторитарный ли это стиль, или попустительский, дают плохие результаты. Авторитарный стиль вызывает отчуждение у детей от родителей, чувство своей незначительности и нежелательности в семье. Родительские требования, если они кажутся необоснованными, вызывают, либо протест и агрессию, либо апатию и пассивность. Попустительский стиль воспитания вызывает у подростка ощущение, что родителям нет до него дела. Кроме того, пассивные и незаинтересованные родители не могут быть предметом подражания и идентификации, а другие влияния - школы, сверстников, средств массовой информации не могут восполнить этот пробел, оставляя ребёнка без надлежащего руководства и ориентации в сложном и меняющемся мире. Ослабление родительского внимания и его гипертрофия, способствует формированию личности со слабым «Я».

Как ни велико влияние родителей на формирование личности, пик его приходится не на переходный возраст, а на первые годы жизни. К старшим классам взаимоотношения с родителями давно уже сложились, и «отменить» эффект прошлого опыта не возможно.

К старшим классам автономия в поведении, как правило, уже достаточно велика: старшеклассник самостоятельно распределяет своё время, выбирает друзей, способы досуга и т.д. В семьях с более или менее авторитарным стилем общения эта автоматизация иногда вызывает острые конфликты.

Добиваясь расширения своих прав, старшеклассники нередко предъявляют к родителям завышенные требования, в том числе и материальные. Во многих обеспеченных семьях дети не знают источники дохода и не заботятся об этом. Почти девять десятых опрошенных девяти- и десятиклассников надеются, что их желания иметь определённые вещи осуществятся, причём две трети уверены, что осуществить эти желания - дело родителей («родители купят»). Поведение и запросы этих старшеклассников почти автономны, поскольку желания их совпадают с мнениями родителей лишь в 10% случаев. Тем не менее, дети уверены, что их желаниям будет отдано предпочтение.

Степень идентификации с родителями в юности меньше, чем в детстве. Хорошие родители, тем не менее, остаются для старшеклассников важным эталоном поведения. Однако родительский пример уже не воспринимается так абсолютно и некритично, как в детстве. У старшеклассников есть и другие авторитеты, кроме родителей. Чем старше ребёнок, тем вероятнее, что идеалы он находит не только в ближнем окружении, но и в более широком кругу лиц: общественно-политические деятели, герои книг, кино и т.д. Зато все недостатки и противоречия в поведении близких и старших воспринимаются остро и болезненно. Особенно это касается расхождения слова и дела. Сами старшеклассники отмечают, что они замечают существенные расхождения между тем, чему их учат родители, близкие родственники и учителя, и тем, как они поступают в повседневной жизни. Это не только подрывает авторитет взрослых, но и является практическим уроком приспособленчестве и лицемерия.

«Значимость» для юношей и девушек их родителей и сверстников принципиально неодинакова в разных средах деятельности. Наибольшая автономия от родителей при ориентации на сверстников наблюдается в среде досуга, развлечений, свободного общения, потребительских ориентаций.

Больше всего старшеклассникам хотелось бы видеть в своих родителях друзей и сверстников. При всей их тяге к самостоятельности, юноши и девушки остро нуждаются в жизненном опыте и помощи старших. Многие волнующие их темы они вообще не могут обсуждать со сверстниками, так как им мешает самолюбие. Семья же остаётся тем местом, где подросток и юноша чувствуют себя наиболее спокойно и уверенно.

Наравне с семьёй можно поставить и школу, так как в этом возрасте имеет большое значение окружение юноши вне семьи. Учение - ведущая деятельность старшеклассника. Но мотивы учения с возрастом меняются. Для старшеклассника учёба, приобретение знаний становится теперь, прежде всего средством подготовки к будущей деятельности. Но далеко не у всех. Старшеклассники определяют школу более функционально, как «учебное заведение, где дают знания и воспитывают из нас культурных людей».

Круг интересов и общения старшеклассников всё больше выходит за пределы школы, делая её только частью, но существенной частью, его окружающего мира. В средних классах школьников, главные интересы которых сосредоточены вне школы, сравнительно не много, и такие факты воспринимаются как тревожный сигнал. В девятых, десятых классах это уже статистически нормальное явление. Школьная жизнь рассматривается как временная, имеющая ограниченную ценность. Хотя старшеклассники ещё принадлежат школе, референтные группы, с которыми он мысленно соотносит своё поведение, всё чаще находятся вне её.

Значительно более сложными и дифференцированными становятся в юношеском возрасте отношение к учителям и с учителями. Как и родители, учитель имеет в сознании ребёнка несколько «ипостасей», соответствующих выполняемым учителем функциям:

замена родителей;

власть, распоряжающаяся наказаниями и поощрениями;

авторитетный источник знаний в определённой области, старший товарищ и друг.

В принципе старшеклассник готов удовлетвориться более или менее специализированными отношениями интеллектуального порядка. Учитель, который отлично знает и преподаёт свой предмет, пользуется уважением, даже если у него нет эмоциональной близости с учениками. Вместе с тем старшекласснику очень хочется встретить в лице учителя настоящего друга, причём уровень его требований к такой дружбе всегда высок.

Привязанность к любимому учителю часто имеет характер страстного увлечения и безоговорочной преданности. Но таких привязанностей не может быть много. У большинства старшеклассников тесная эмоциональная связь существует с одним - двумя учителями, и с возрастом этим отношения становятся всё более избирательными.

Юношеский возраст - не фаза «подготовки к жизни», а чрезвычайно важный, обладающий самостоятельной, абсолютной ценностью этап жизненного пути. Будут ли юношеский годы счастливыми и творческими или же останутся в памяти старшеклассника как заполненные мелкими конфликтами, унылой зубрёжкой и скукой, - во много зависит от атмосферы, царящей в школе, от его отношений с учителями.

Психологические последствия школьных конфликтов иногда очень серьёзны. Преодолеть отрицательный прошлый опыт очень трудно. Поэтому критические замечания старшеклассников в адрес школы требуют самого серьёзного к себе отношения.

Мы пришли к выводу вывод, что родители и учителя, старшее поколение, более взрослые опытные люди играют основную роль в развитии ребёнка, какими были родители в детстве у ребёнка, их отношение к нему, таким человек станет и в юношестве, с тем он и войдёт в жизнь. Какими были его учителя, таким же учителем будет он для своих детей. Взрослые влияют на формирование личности ребёнка, на становление его самооценки и определение его личностного «Я».

Взаимоотношения со сверстниками

Окружение сверстников юноши играет особенную роль. Желание иметь друзей верных и преданных неизменно открывает список важнейших жизненных ценностей 15-17-летних, часто опережая среди таковых даже любовь.

В основе юношеской тяги к дружбе - страстная потребность в понимании другого, себя другим и самораскрытие. Эта потребность, тесно связанная с ростом самосознания, появляется уже у подростков, которые жадно ищут реального или хотя бы воображаемого собеседника.

Для ранней юности типична идеализация друзей и самой дружбы. По экспериментальным данным, представление о друге в этом возрасте значительно ближе к идеальному «Я» испытуемого, к его нравственному и человеческому идеалу, нежели к его представлению о собственном «Я». А связь между идеалом испытуемого и его друга теснее, чем между его идеалом и образом собственного «Я».

Для измерения сравнительной степени психологической близости испытуемого с ближайшими друзьями и другими значительными лицами (отец, мать, другие члены семьи, классный руководитель, любимый учитель, и другие) были применены три отдельных показателя: «понимание» (вопрос: «Насколько хорошо понимает вас перечисленные лица?»), «доверительность» (вопрос: «Делитесь ли вы с этими людьми своими сокровенными мыслями и переживаниями?»), и «субъективная лёгкость общения» (вопрос: «Насколько легко вы себя чувствуете в общении с перечисленными людьми?»). Оценки, которые дали юноши и девушки пониманию их окружающими людьми, в целом оказались довольно высокими: почти во всех случаях они стоят ближе к положительному полюсу. Однако во всех возрастах, и у юношей и у девушек, «ближайший друг» (как правило - сверстник своего пола) занимает ведущее положение.

Психологическая близость девятиклассников с разными значимыми людьми были изучены и посредством методики самооценки. Каждый испытуемый оценивал себя по 16 качествам, а затем должен был предсказать, как оценят его по тем же параметрам мать, отец, ближайший друг, любимый учитель и одноклассники. Очевидно, что чем выше предполагаемая у испытуемого степень понимания его определённым лицом, тем ближе будут ожидаемые им оценки со стороны этого лица к собственной самооценке. Наибольшее совпадение оказалось опять-таки в случае с другом. Более того, друг оказался единственным человеком, от которого девятиклассник ждёт более высоких оценок, чем его собственная самооценка. Это можно считать косвенным указанием на то, что одной из ключевых функций юношеской дружбы является поддержание самоуважения личности.

Для понимания психологических отличий дружбы взрослых людей от юношеской дружбы особенно важны три момента: относительное завершение формирования самопознания; расширение и дифференциация среды общения и деятельности; проявление новых интимных привязанностей.

Образ «Я», который у юноши ещё только формируется, у взрослого человека уже сложился в определённую устойчивую структуру. Жизненный опыт позволяет ему более или менее реалистично оценивать себя, свои достижения и возможности. Взрослый человек умеет соизмерять свои притязания с потребностями, его сознание более предметно, менее эгоцентрично, нежели юношеское, поэтому потребность в психологическом «зеркале» у него снижается. Функция самопознания, столь важная в юношеской дружбе, теперь отходит на задний план, и дружеское общение в значительной мере теряет свою исповедальность. Чтобы разрешить многие проблемы и трудности, обусловленные преувеличением собственной уникальности, не похожести на других, юноше иногда достаточно сказать вслух, поделиться с другом. Проблемы, волнующие взрослого человека значительно сложнее, простым разговором их не разрешить. Поэтому его общение с друзьями имеет более предметный характер.

В юности дружба занимает привилегированное положение, поскольку она складывается, когда у человек нет ещё ни собственной семьи, ни профессии, ни любимой. Единственный «соперник» юношеской дружбы - любовь к родителям, но эти чувства находятся в разных плоскостях. С появлением новых, «взрослых» привязанностей дружба постепенно утрачивает своё привилегированное положение.

Таким образом, в развитии личных отношений есть свои закономерности. Один вид отношений подготавливает другой, более сложный, но может и препятствовать ему. Например, слишком тёплые отношения в семье, дающие застенчивому подростку максимум психологического комфорта, иногда тормозят его вхождение в общество сверстников, где за положение и понимание надо бороться. Тесная юношеская дружба порой также создаёт конфликтные ситуации. Пример - судьба «последнего в компании», который настолько поглощен своими друзьями и совместной с ними деятельностью, что не ищет других привязанностей. Его друзья один за другим влюбляются, женятся, а тот, кто полнее всего идентифицировался с группой как целое, остался один. Он запоздал с переходом в следующую стадию.

**2. ПРАКТИЧЕСКОЕ ИЗУЧЕНИЕ ВЛИЯНИЯ САМООЦЕНКИ НА СТАТУСНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ ПОДРОСТКА В ГРУППЕ**

В качестве экспериментальной группы были выбраны учащиеся 9 класса СОШ №65, в количестве 22 человек (12 девочек и 10 мальчиков). Возраст ребят 15-16 лет. Особенность этого класса в том, что данный коллектив учащихся является «сборным», то есть дети стали учиться вместе только с пятого класса.

В ходе исследования были использованы методы наблюдения, тестирования.

Исходя из гипотезы, исследование было спланировано следующим образом:

этап - изучение самооценки.

этап - исследование межличностных взаимоотношений и установление социального статуса каждого учащегося в классе.

этап - анализ, обработка, интерпретация итогов исследования.

**2.1 Методика изучения самооценки Г. Айзенка**

В процессе данного исследования была применена методика диагностики самооценки психических состояний Г. Айзенка. Методика предполагает следующую процедуру проведения: ученикам был предложен тест, включающий в себя десять вопросов о наиболее часто встречающихся психических состояниях. Ребятам надо было выбрать один из трех вариантов ответов: да, иногда, нет (см. Приложение 1).

После обработки данных мы получили следующие результаты:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Фамилия, имя ученика | Кол-во баллов | Самооценка |
| Алиев Б. | 7 | Высокая |
| Баранов А. | 10 | Средняя |
| Баранов С. | 7 | Высокая |
| Бобылёв Н. | 8 | Средняя |
| Быкова В. | 7 | Высокая |
| Орлова О. | 6 | Высокая |
| Маркелов Ю. | 9 | Средняя |
| Потапова В. | 8 | Средняя |
| Снегирёва З. | 7 | Высокая |
| Ивашкин О. | 9 | Средняя |
| Бахаев В. | 6 | Высокая |
| Соловьёв А. | 7 | Высокая |
| Ляпунова Ю. | 7 | Высокая |
| Калашникова К. | 9 | Средняя |
| Рудомётова А. | 8 | Средняя |
| Лисичкин Н. | 6 | Высокая |
| Коваленко Д. | 7 | Высокая |
| Соловьёва Л. | 9 | Средняя |
| Митрофанов М. | 7 | Высокая |
| Евсюткина Е. | 10 | Средняя |
| Евсиков А. | 6 | Высокая |
| Клеменов Р. | 6 | Высокая |

Проанализировав полученные данные, мы выяснили, что 41% учащихся имеет среднюю самооценку, у 59% учащихся самооценка высокая. Ребят с заниженной самооценкой нет. Рассмотрев отдельно мальчиков и девочек, мы видим, что у 60% мальчиков уровень самооценки высокий, у 40% - средний; 58% девочек имеют высокую самооценку, 42% - среднюю.

**2.2 Социометрический эксперимент**

Для того чтобы получить более полную картину о самооценке в юношеском возрасте, мы проведем социальное исследование, с помощью которого можно узнать, насколько адекватна самооценка у юношей и девушек в данном классе.

Для того чтобы использовать количественные характеристики при изучении социальных взаимодействий в группе применяется так называемая социометрическая процедура, или социометрия (впервые предложенная в 30-х годах Д. Морено).

Социометрия - это система некоторых приёмов, дающих возможность выяснить количественное определение предпочтений, безразличий или неприятий, которые получают индивиды в процессе межличностного общения и взаимодействия. Данные социометрического анализа широко используют при исследовании самочувствия личности в группе, при определении структуры первичных групп, при исследовании способов и форм распределения авторитета и власти в малых группах, при диагностике уровня деловой активности и т.д. Социометрический метод, как замечает К. К. Платонов, предполагает анализ осмысленных ответов членов группы на ряд поставленных вопросов различного типа и характера, например: "С кем бы ты хотел сидеть за одной партой?"; "…готовиться вместе к контрольной работе?" и т.д.

Подобные вопросы называются социометрическими критериями, они охватывают различные стороны деятельности и общения личностей внутри групп. Такие критерии могут быть связаны с выполнением какой-либо задачи, с учебой, общественными нагрузками, отдыхом, совместным времяпрепровождением и т.д. Различают сильные и слабые критерии выбора. Сильные критерии касаются наиболее важных и значимых для испытуемого сторон его жизни. Слабые критерии - это круг вопросов, связанных с сиюминутными, ситуативными факторами.

В работах современных психологов названы следующие сильные критерии: 1) ролевой ("Представь себе, что ты капитан команды КВН и с позиции данной роли оцени или выбери себе партнеров"); 2) перцептивный ("если группе будет предложено выбрать капитана КВН, как ты думаешь, кто назовет твое имя?"); 3) функциональный ("Ваш класс будет участвовать в соревновании клуба веселых и находчивых. Кто из одноклассников, по твоему мнению, может быть капитаном команды КВН?"); 4) выбор "действием" ("Положи эти открытки тем ребятам из своего класса, которых ты бы хотел обязательно поздравить с Новым годом"). В практике социометрического эксперимента используется, как правило, 5-7 критериев (Н.Г. Валентинова, И.П. Волков, Е.С. Кузьмин), реже 2-3 (Е. Дженнингс, Д. Морено, Л. Фестингер).

Существенное значение для точности эксперимента имеет число выборов, которыми располагают испытуемые. Выборы могут быть свободными ("Назови тех одноклассников, которых ты пригласил бы к себе на день рождения") и фиксированными ("Назови тех пять одноклассников, которых ты бы пригласил к себе на день рождения").

В обоих случаях опрашиваемого обычно просят установить последовательность своего выбора, следуя порядку предпочтения. Порядок выборов имеет при анализе характера и закономерностей межличностного общения. В группах до 10-15 человек более целесообразно количество выборов не ограничивать, в группах же до 30-40 человек лучше позволить делать 3-5 выборов.

Социометрическая процедура требует от экспериментатора четкого определения критериев выборов и их количества, исходя из целей и задач исследования. Результатом этого является карточка опроса. Её содержание составляет обращение к испытуемому, объяснение смысла опроса, инструкцию по заполнению, перечень вопросов, гарантию сохранения тайны ответов, благодарность, шифр.

Ход социометрических исследований зависит также в значительной мере от личности экспериментатора, от его умения войти в контакт с членами группы, объяснить им смысл и важность предстоящих измерений. Вначале необходимо потратить определенное время на знакомство с группой. Этот период называется социометрической разминкой.

Результаты ответов переносят на так называемые матрицы выбора. Их число соответствует числу критериев. Матрица выбора является основой для социометрического анализа. Для удобства обработки данных каждый член группы получает свой номер и далее на протяжении всех этапов эксперимента фигурирует под ним. При исследовании школьного класса номера учащимся присваиваются согласно алфавитному списку.

Исходя из данных матрицы, можно определить величину социометрического статуса любого члена группы. Она рассчитывается путем пропорции, измеряется в процентах

Социограмма наглядно показывает картину эмоциональных тяготений внутри группы, для обнаружения которой путем наблюдений потребовалось бы длительное время.

По теории, у большинства самооценка в этом возраст адекватна и устойчива и совпадает с социальным положением в группе. Хотя, как писал И.С. Кон, юноша всё-таки рассчитывает на то, что оценки его самого его же лучшим другом будет выше, чем его собственная. Мы с этим согласны, и предполагаем, что оценки окружающими должны совпадать с оценкой самого себя.

Методика предполагает следующую процедуру проведения: учащимся предложили ответить на три вопроса:

. «Кого из класса ты пригласил/а бы к себе на день рождения?»;

. «С кем из класса ты стал/а бы готовиться к экзамену?»;

. «С кем из класса ты стал/а бы готовиться к внеклассному мероприятию?».

Вопросы подобранны с учётом различной сферы деятельность, то есть личная сфера, внутри класса и общественная. Каждый должен был выбрать и написать несколько человек.

Проанализировав полученные данные, мы выделили четыре статусных категории учащихся:

- «лидеры»: 3 учащихся, рейтинг которых составляет 73%, 50% и 36%.

- «предпочитаемые»: 11 учащихся, рейтинг которых колеблется от 23% до 32%.

- «принебрегаемые»: 7 учащихся, рейтинг которых колеблется от 14% до 18%.

- «отверженные»: 1 учащийся, рейтинг которого составляет 0%.

Исходя из полученных данных, можно сделать вывод, что 36% учащихся имеют неблагоприятный статус в классе, а 64% относятся к 1 и 2 статусным категориям.

юность самосознание самооценка айзенк

**2.3 Интерпретация полученных результатов**

Сопоставляя статусное положение каждого учащегося с присущим ему уровнем самооценки, мы получили следующие результаты из общего количества учащихся первой категории (лидеры) 33% имеют высокий уровень самооценки и 67% имеют средний уровень самооценки;

из всех учащихся, относящихся во второй категории (предпочитаемые) 45% имеют средний уровень самооценки и 55% имеют высокую самооценку;

% учащихся, относящихся к третьей статусной категории (принебрегаемые) имеют средний уровень самооценки и 86% имеют высокий уровень самооценки;

один учащийся, находящийся в четвертой статусной категории (отверженные) имеет средний уровень самооценки.

Проанализировав результаты двух тестов, мы видим, что наша гипотеза подтверждается: учащиеся с низким статусным положением имеют более высокую самооценку, чем учащиеся, имеющие, более высокий статус. Отсюда можно сделать вывод о том, что 32 % учащихся данного класса оценивают себя неадекватно. Их высокая самооценка не соответствует их социальному статусу в группе. Это, прежде всего, связано с тем, что у этих учащихся не до конца завершился переход в юношеский возраст, они все еще находятся в подростковом возрасте. 72% ребят с завышенной самооценкой составляют мальчики. А они, как нам известно, от природы немного отстают в развитии по сравнению с девочками, что и подтверждают результаты нашего исследования. Несмотря на то, что в юности самооценка адекватна в большинстве случаев, нельзя забывать и о том, что неадекватная самооценка тоже встречается.

Открытие себя как неповторимо индивидуальной личности неразрывно связано с открытием социального мира, в котором этой личности предстоит жить. Юношеская рефлексия есть, с одной стороны, осознание собственного «Я» («Кто я? Какой я? Каковы мои способности? За что я могу себя уважать?»), а с другой стороны - осознание своего положения в мире («Каков мой жизненный идеал? Кто мои друзья и враги? Кем я хочу стать? Что я должен сделать, чтобы и я сам, и окружающий мир стал лучше?»). Первые обращенные к себе вопросы ставит, не всегда сознавая это, уже подросток. Общие, мировоззренческие вопросы ставит юноша, у которого самоанализ становится элементом социально-нравственного самоопределения. Этот самоанализ часто иллюзорен, как во многом иллюзорны жизненные юношеские планы. Но сама потребность в самоанализе - необходимый признак развитой личности и целенаправленного самовоспитания.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Обухова Л.Ф «Возрастная психология», 1996.

2. Белановская О.В. «Психология развития человека», 1998.

. Шаповаленко И.В. «Возрастная психология», 2001.

. Гальперин П.Я. Введение в психологию. - Ростов на Дону, 1999.

. Психология. / Под ред. А.А. Крылова. - М., 2001.

. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. - СПб., 2000.

. Эриксон Э. Детство и общество. - М., 1996.

. Еникеев М.И. Общая и социальная психология. - М.: НОРМА - ИНФРА, 2000. 624 с.

**ПРИЛОЖЕНИЕ**

**Методика изучения самооценки Г. Айзенка**

. Нередко мне кажутся безвыходными ситуации, из которых можно найти выход

а) да;

б) иногда;

в) нет.

. Неприятности меня сильно расстраивают, я падаю духом

а) да;

б) иногда;

в) нет.

. При больших неприятностях я склонен(на) без достаточных оснований винить себя

а) да;

б) иногда;

в) нет.

. Несчастья и неудачи ничему меня не учат

а) да;

б) иногда;

в) нет.

. Я часто отказываюсь от борьбы, считая ее бесплодной

а) да;

б) иногда;

в) нет.

. Я нередко чувствую себя беззащитным

а) да;

б) иногда;

в) нет.

. Иногда у меня бывает состояние отчаяния

а) да;

б) иногда;

в) нет.

.Чувствую растерянность перед трудностями

а) да;

б) иногда;

в) нет.

. В трудные минуты жизни иногда веду себя по-детски, хочу чтобы меня пожалели

а) да;

б) иногда;

в) нет.

.Считаю недостатки своего характера неисправимыми

а) да;

б) иногда;

в) нет.ОЦИОМЕТРИЯ

Для того чтобы получить более полную картину о самооценке в юношеском возрасте, мы проведем социальное исследование, с помощью которого можно узнать, насколько адекватна самооценка у юношей и девушек в данном классе.

Методика предполагает следующую процедуру проведения: учащимся предложили ответить на три вопроса:

. «Кого из класса ты пригласил/а бы к себе на день рождения?»;

. «С кем из класса ты стал/а бы готовиться к экзамену?»;

. «С кем из класса ты стал/а бы готовиться к внеклассному мероприятию?».

Вопросы подобранны с учётом различной сферы деятельность, то есть личная сфера, внутри класса и общественная. Каждый должен был выбрать и написать несколько человек.

Весь класс берется за 100% (в нашем случае 22-100%), рейтинг учащегося равен количеству выборов одноклассников, сделанных в его пользу в процентах. Рейтинг каждого ученика вычисляется путем пропорции: 22 - 100%, кол-во выборов - рейтинг (в процентах).