Содержание

Введение

Глава 1. Теоретические основы изучения самооценки

.1 Разграничение понятий самосознание, «Я-концепция», самооценка

1.2 Основные подходы зарубежных и отечественных авторов к изучению самооценки

.3 Самооценка как важнейший компонент «Я-концепции»

Глава 2. Развитие самооценки в онтогенезе

.1 Поэтапное становление самооценки

.2 Основные факторы, влияющие на становление и развитие самооценки

Глава 3. Эмпирическое исследование уровня самооценки в подростковом возрасте

.1 Организация и методика проведения исследования

3.2 Результаты исследования

Заключение

Список использованной литературы

Введение

Самооценка является центральным звеном произвольной саморегуляции, определяет направление и уровень активности человека, его отношение к миру, к людям, к самому себе. Представляет собой сложный по психологической природе феномен. Она включена во множество связей и отношений со всеми психическими образованиями личности и выступает в качестве важной детерминанты всех форм и видов ее деятельности и общения. Истоки умения оценивать себя закладываются в раннем детстве, а развитие и совершенствование его происходит в течение всей жизни человека.

В психологической литературе как отечественной, так и зарубежной самооценке уделено большое внимание. Вопросы ее онтогенеза, структуры, функций, возможностей направленного формирования обсуждаются в работах Л.И. Божович, И.С. Кона, М.И. Лисиной, А.И. Липкиной, Э. Эриксона, К. Роджерса и других психологов. Самооценка интерпретируется как личностное образование, принимающее непосредственное участие в регуляции поведения и деятельности, как автономная характеристика личности, ее центральный компонент, формирующийся при активном участии самой личности и отражающий своеобразие ее внутреннего мира.

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

Объект исследования: процесс самосознания и его структура.

Предмет исследования: самооценка и ее развитие.

Целью данной работы является изучение развития самооценки и ее становления в подростковом возрасте.

Из настоящей цели вытекают следующие задачи:

. Изучить основные подходы зарубежных и отечественных авторов определения самосознания, «Я-концепции», самооценки;

. Изучить основные факторы, влияющие на становление и формирование самооценки;

. Провести эмпирические исследования, направленные на изучение уровня самооценки в подростковом возрасте.

Гипотеза: Самооценка у большинства учеников, возможно, будет завышенной, так как подростковому возрасту (периоду становление самооценки) характерно чувство взрослости, мешающее реальной оценке своих возможностей.

Особое значение исследование проблем развития и становления самооценки приобретает в условиях современной реформы образования, направленной на формирование творческой, всесторонне развитой личности. Развитие у учащихся способности к саморегуляции имеет определяющее значение для максимальной реализации их возможностей.

Глава 1. Теоретические основы изучения самооценки

.1 Разграничение понятий самосознание, «Я-концепция», самооценка

В психологии выделяют три сферы, в которых осуществляется становление формирование личности: деятельность, общение и самосознание.

В ходе социализации расширяются и углубляются связи общения человека с людьми, группами, обществом в целом, происходит становление в человеке образа его «Я». Образ «Я», или самосознание (представление о себе), не возникает у человека сразу, а складывается постепенно на протяжении его жизни под воздействием многочисленных социальных влияний [16].

Самосознание (англ. self-consciousness) - осознание человеком себя как индивидуальности. Сознание человека может быть направлено либо на внешний мир, окружающий человека (внешняя направленность), либо на самого субъекта (это и есть самосознание) - тело, поведение, потребности, чувства, характер, в том числе само сознание (интроспекция, рефлексия). [4]

Самосознание - самопознание, процессы, посредством которых индивид получает знание о самом себе (например, о том, каким образом он определяет свою самооценку, как получает знания о своих физических, умственных, эмоциональных, волевых, нравственных и иных качествах. Существует ряд гипотез относительно того, как осуществляются процессы самосознания, в частности, как человек распознаёт качество или модальность своих эмоций. В психоанализе самонаблюдение рассматривается как функция «супер-Эго». Синонимы: самоосознание, самопознание.

Результат самопознания, сумма знания самого себя; синоним: «Я-концепция». В психоанализе - осознавание себя как объекта собственного опыта; осознание возможности того, что кто-то другой тоже осознаёт себя [8].

С самосознанием иногда смешивают формы непосредственного самоотражения в виде самоощущений и самочувствия, которые, конечно, важны и необходимы для функционирования и возникновения самосознания, но не достаточны.

А.Н. Леонтьев указывал на необходимость различать:

) знание о себе (познание себя)

) осознание себя.

Так как знание о себе не может называться самосознанием, так как "представления о себе накапливаются уже в раннем детстве; в несознаваемых чувственных формах они, по-видимому, существуют и у животных" (Леонтьев). Чувственные формы и источники знания могут быть разными: ощущение, восприятие, эмоция, память, воображение, наглядно-действенное мышление. К осознанию ведет представление (выражение) знания в знаково-опосредствованной и социально-нормированной форме. Первоначально процесс осознания целиком включен в совокупную и совместную деятельности, в рамках которых с целью общения индивидуальный опыт (восприятия, мышления, эмоционального переживания и т.п.) выражается в значениях, благодаря чему субъект и может осознать его. Таким образом, в строгом и узком смысле самосознание - это один из уровней (процессов и результатов) познания человеком самого себя как индивидуальности, в т.ч. своего положения в мире и своих отношений к разнообразным явлениям и объектам.

Не следует также отождествлять самосознание и «Я-концепцию». «Я-концепция» - это восприятие человеком самого себя и его размышления по поводу своего «Я», собранные воедино и представляющие своеобразный центр управления внутри человека. Самосознание частично включает содержание «Я-концепции», которая в этом случае выступает как более или менее устойчивая (стабильная) часть самосознанием, но только в той степени, в какой «Я-концепция» потенциально осознается. Это разграничение имеет, прежде всего, чисто теоретический смысл, т.к. используемые методы выявления «Я-концепции» в большинстве своем как раз и ограничиваются самосознаваемой ее частью. Поэтому практически все, что известно о развитии и функциях «Я-концепции», в том числе о развитии и функциях самооценки, допустимо, без опасений ошибиться, переносить и на самосознание. Однако самосознание включает не только стабильное знание, но, кроме этого, процесс и результат непрерывного (перцептивного и умственного) мониторинга состояний и деятельности субъекта. [4]

В определении, принадлежащем Стейнсу, «Я-концепция» формулируется как существующая в сознании индивида система представлений, образов и оценок, относящихся к самому индивиду. Она включает: оценочные представления, возникающие в результате реакций индивида на самого себя (то есть его самооценку); представления о том, как он выглядит в глазах других людей, на основе которых формируются и представления о том, кем он хотел бы быть и как он должен себя вести.

По мнению Ф. Райса, «Я-концепция» - это сознательное когнитивное восприятие и оценка индивидом самого себя, мысли и мнения о себе. «Я-концепция - часть личности или характера человека, которая им осознается». [16]

В самосознании ряд авторов выделяет 3 компонента: самопознание, самооценку, саморегуляцию. В этом случае не проводится различие между разными уровнями самопознания, а также самооценки и саморегуляции. В частности, использование термина "саморегуляция" (в контексте самосознания) ведет к понятийной путанице, т.к. традиционно саморегуляцией называют процессы, происходящие независимо от сознания и воли человека: например, саморегуляция осуществляется в гомеостатической системе регуляции внутренней среды организма. В то же время несомненно, что самосознание составляет необходимое условие и управляющий компонент любой сознательной деятельности человека.

Еще И. Кант обозначил фундаментальную связь понятий личности и самосознание "То обстоятельство, что человек может обладать представлением о своем «Я», бесконечно возвышает его над всеми другими существами, живущими на земле. Благодаря этому он личность..." На эту же связь косвенно указывает и тот факт, что в некоторых контекстах вполне допустима синонимия терминов "самосознание" и "личность". Близко подходит к такому представлению и почти общепринятое понимание генезиса самосознания у ребенка; операциональным признаком самосознания традиционно считается употребление личного местоимения "я" (и др. рефлексивных слов). Но это только начальная точка. Очевидно, самосознание и содержательно, и операционально проходит большой путь развития.

Согласно Л.С. Выготскому, развитие самосознание включает примерно те же стадии, что и развитие высших психических функций (как в онтогенетическом, так и историческом аспектах); к нему применяется та же логика: сначала другие люди познают и осознают свойства и состояния данного субъекта; ориентировка на внутренние свойства и состояния ребенка включается взрослыми в содержание совокупной и совместной деятельности; затем субъект в ответ на внешние вызовы пытается выразить себя на том языке, на котором с ним общаются; по мере усвоения знаковых средств самовыражения он становится способным обратить усвоенные средства самовыражения на себя и для себя; таким образом, прежде чем самосознание становится индивидуальным фактом, оно уже существует как факт для других; в свою очередь, диалогическая природа самосознание сохраняется и в его индивидуальной форме.

Кроме того, в работах Выготского намечена многоэтапная траектория содержательного развития самосознания и связанного с ним самоовладения: от (возможности) осознания воспринимаемых физических качеств, движений и предметных действий до (возможности) осознания процессов мышления, эмоционально-мотивационных процессов, личностных качеств. Очевидно, однако, что развитие С. не завершается даже с появлением в школьном возрасте рефлексии. Этот процесс вообще не имеет конца: потому, что развитие самосознания происходит вместе с непрекращающимся развитием его объекта и субъекта (личности), а также потому, что полное сознание и самосознание равносильно божественному всезнанию. [4]

«Я-концепция» как совокупность установок человека, направленных на самого себя, включает, по исследованиям Р. Бернса, следующие уровни:

) образ «Я» - представления человека о самом себе, рефлексивная когнитивная схема;

) самооценка - эмоциональная оценка этого представления, поскольку конкретные черты образа «Я» могут вызывать более или менее сильные эмоции, связанные с их принятием или осуждением;

3) потенциальная поведенческая реакция, т.е. те конкретные действия, которые могут быть вызваны образом «Я» и самооценкой.

Предметом самовосприятия и самооценки человека могут стать и его тело, и его способности, и его социальные отношения, и множество других личностных проявлений. [16]

Самооценка - это оценка своих собственных качеств с позиций каких-то стандартов, посредством сравнения себя с другими людьми или собственными ожиданиями от самого себя либо своими представлениями идеальной личности (то есть самооценка может быть разной по своему психологическому генезису). Например, индивид может быть удовлетворён собой в повседневном плане, но ощущать недовольство собою в сравнении с тем, каким он должен или хотел бы быть.

Общая, интегральная оценка индивидом собственной личности, формирующаяся в раннем возрасте в результате принятия родительского к себе отношения или отношения замещающих родителей людей. В случаях снижения самооценка проявляется стойким комплексом неполноценности, который до известной степени может быть компенсирован жизненными успехами, либо комплексом превосходства, нарциссизмом, обычно значительно труднее поддающимся коррекции. [8]

1.2 Основные подходы зарубежных и отечественных авторов к изучению самооценки

Уильям Джемс первым из психологов начал разрабатывать проблематику «Я-концепции». Глобальное, личностное «Я» он рассматривал как двойственное образование, в котором соединяются «Я-сознающее» и «Я-как-объект». Это две стороны одной целостной личности, всегда существующие одновременно. Одна из них являет собой опыт («Я-сознающее»), а другая - содержание этого опыта («Я-как-объект»). «Я-как-объект» - это то, что человек может назвать своим. В этой области Джемс выделяет 4 составляющие: «духовное Я», «материальное Я», «социальное Я», «телесное, физическое Я». Самооценка человека зависит от того, кем он хотел бы стать, какое положение хотел бы занять в этом мире, именно это служит точкой отсчета в оценке им собственных успехов или неудач. Чтобы улучшить представление о себе, человеку надо либо добиваться успеха, либо снизить свой уровень притязаний. [16]

В теории 3игмунда Фрейда «Я» предстает как некое структурное единство, связанное со всеми другими аспектами личности. По его мнению, психика личности включает в себя три генетически и функционально различных компонента: «Оно», «Я» (Эго), «Сверх-Я» (Супер-эго). «Оно» представляет собой бессознательную сторону личности, является единственным источником психической энергии и руководствуется только «принципом удовольствия». Но преобладание этой сферы привело бы человека к гибели, поэтому, как считает 3. Фрейд, в процессе онтогенеза у индивида формируется «Эго» - сознательное начало, действующее на основе «принципа реальности» и выполняющее посреднические функции между иррациональными стремлениями «Оно», необходимостью физического мира и требованиями общества. Третий компонент, «Сверх-Я», возникает на основе «Эго» и воплощает в себе усвоенные индивидом моральные запреты и нормы, это интериоризованная, моральная цензура, совесть. Кроме «Супер-эго», истоки которого, по его мнению, лежат в негативных санкциях, он выделяет положительный «Эго-идеал» - особую часть «Эго», вырастающую из положительных идентификаций ребенка с заботливыми, любящими взрослыми. «Супер-эго» - чем человек должен быть, «Эго-идеал» - каким хочет стать. [14]

На представления человека о себе, на формирование его «Я-концепции» влияет и то, как его оценивают другие люди. В теории «зеркального Я» Ч. Кули подчеркивал, что мнения, оценки других людей качеств и способностей ребенка, человека являются главным источником данных о его собственном «Я». «Зеркальное Я» возникает на основе символического взаимодействия человека с разнообразными группами, членом которых он является. Непосредственные отношения между членами группы предоставляют человеку обратную связь для самооценки. «Я-концепция» формируется в процессе, в ходе которого усваиваются ценности, установки, роли.

Джордж Мид также отмечал, что становление человеческого «Я» как целостного психического образования, в сущности, есть не что иное, как происходящий «внутри» индивида социальный процесс, в рамках которого возникают «Я-сознающее» и «Я-как-объект». Через усвоение культуры (как сложной совокупности символов, обладающих общими значениями для всех членов общества) человек способен предсказать как поведение другого человека, так и то, как этот другой человек предсказывает наше собственное поведение. Самоопределение человека как носителя той или иной социальной роли осуществляется путем осознания и принятия тех представлений, которые существуют у других людей относительно этого человека.

Э. Эриксон отмечает, что «Я-идентичность» возникает у ребенка, когда он общается со взрослыми. Ребенок стремится во всем походить на значимого для него взрослого, таким образом, происходит формирование его «Я-концепции». Но самооценки, «Я-образ» динамично могут меняться, поэтому идентичность никогда не достигает завершенности, не является чем-то неизменным. [16]

Выделение самооценки как самостоятельного объекта психологического анализа чаще всего осуществляется путем разграничения в едином процессе самосознания двух аспектов: процесса получения знаний о себе (и самих этих знаний) и процесса самоотношения (вместе с более или менее устойчивым самоотношением как некоторой стабильной характеристикой субъекта). Всякая попытка человека себя охарактеризовать содержит в той или иной мере оценочный элемент, определяемый общепризнанными нормами, критериями и целями, представлениями об уровне достижений, моральными принципами, правилами поведения и т.д. Отсюда оба этих аспекта составляют целостную «Я-концепцию» которая определяется как совокупность всех представлений индивида о себе, сопряженная с их оценкой. Описательную составляющую «Я-концепции» чаще всего называют образом «Я» или представлением о себе. В обозначении аспекта, связанного с отношением к себе, имеет место гораздо меньшая терминологическая определенность. Это и самооценка, и самоуважение, и самопринятие, и эмоционально-ценностное отношение к себе, и, просто, самоотношение.

За данными различиями в словоупотреблении чаше всего не стоит каких-либо более или менее определенных и общепризнанных концептуальных разграничений. Их понятийный смысл можно уловить лишь в рамках конкретных исследований или теоретических построений. Так что прочной терминологической традиции в этой сфере пока не существует.

Понимание «Я-концепции» как совокупности установок «на себя» отчетливо зафиксировано, как уже говорилось ранее, Р. Бернсом. [1].

Так, Куперсмит называет самооценкой отношение индивида к себе, которое складывается постепенно и приобретает привычный характер; оно проявляется как одобрение или неодобрение, степень которого определяет убежденность индивида в своей самоценности, значимости. [15]

По мнению Розенберга, самооценка отражает степень развития у индивида чувства самоуважения, ощущения собственной ценности и позитивного отношения ко всему тому, что входит в сферу его «Я» Поэтому, низкая самооценка предполагает неприятие себя, самоотрицание, негативное отношение к своей личности. [13]

Обобщая представления о самооценке, И.С. Кон пишет, что она «является общим знаменателем, итоговым измерением «Я», выражающим меру принятия или непринятия индивидом самого себя, положительное или отрицательное отношение к себе, производное от совокупности отдельных самооценок». [9]

Гораздо более распространенной точкой зрения является представление о том, что различные сферы и особенности личности, которые могут выступать в качестве объектов самооценок, неравнозначны, и самооценки играют тем большую роль, чем более значимым является оцениваемый аспект. Истоки данных представлений исторически лежат во взглядах У. Джемса, который считал, что неуспех в малозначимых сферах мало влияет на общую самооценку [7].

Соответствующих представлений придерживались многие исследователи. Так, Куперсмит указывает, что обобщенная самооценка есть сумма частных самооценок, «взвешенных» по субъективной значимости, однако, при этом отмечает, что данных, прямо подтверждающих эту гипотезу, крайне мало.

Анализируя различные методы измерения глобальной самооценки, Р. Уайли пишет, что принцип простого суммирования частных самооценок, применяемый при построении диагностических процедур, является ничем иным, как проявлением теоретического невежества, и что должны быть предприняты шаги для учета значимости пунктов и их вклада в обобщенную самооценку. [15]

Розенбергом была предложена так называемая интерактивная гипотеза, согласно которой влияние специфического аспекта «Я» на самооценку варьирует в зависимости от уровня самооценки по этому аспекту и его значимости для значимых аспектов: их высокие уровни сильно увеличивают общую самооценку, в то время как низкие уровни частных значимых самооценок существенно снижают итоговое самоотношение.

Исходя из теории когнитивного баланса Фестингера, Узле и Марвелл считают, что если низкая оценка по отдельному качеству вступает в противоречие с потребностью иметь высокое общее самоуважение, то одним из возможных механизмов, с помощью которого индивид выходит из этой дилеммы, является снижение значимости тех аспектов, по которым субъект себя низко оценивает Розенбергом было получено подтверждение этой идеи, когда он обнаружил, что более высокая значимость приписывается индивидом именно тем аспектам, по которым он успешен. Однако, свобода манипулирования значимостью оказывается не безграничной, ведь многие критерии самооценки задаются объективной ситуацией жизнедеятельности. В соответствии с различными гипотезами о взаимодействии между уровнем самооценки и субъективной значимостью того или иного качества личности созданы различные модели взвешивания частичных самооценок при их интеграции в глобальную самооценку. [15]

.3 Самооценка как важнейший компонент « Я-концепции»

Одним из структурных важнейших компонентов «Я-концепции» личности являются самооценки. Самооценка определяется как ценность, значимостью которой человек наделяет себя в целом и отдельные стороны своей личности, деятельности, поведения.

Каждый из нас, намеренно или сам того не осознавая, нередко сравнивает себя с окружающими и в итоге вырабатывает довольно устойчивое мнение о своем интеллекте, внешности, здоровье, положении в обществе, то есть формирует «набор самооценок», от которого зависит, скромны мы или высокомерны, требовательны к себе или самоуспокоенны, застенчивы или кичливы.

У большинства людей проявляется тенденция оценивать себя чуть выше среднего. Это позволяет сделать вывод, что человеку свойственна потребность в достаточно высокой самооценке, т.е. каждому хочется уважать себя. Самоуважение - один из истоков психологической устойчивости, хорошего настроения. Допустим, человек совершил ошибку, сделал что-то не так. Если этот человек обладает достаточно высоким уровнем самооценки, он может успокоить себя: «Ничего страшного, ведь в целом я отнюдь не глупец, подобное для меня не характерно», т.е. срабатывает психологическая защита, и человек успокаивается.

У людей, страдающих неврозами, самооценка чаще бывает завышенной или заниженной, а иногда даже крайней (самый добрый, самый стеснительный, самый честный). Люди с истерическими проявлениями высказывают такие суждения: «Я гораздо умнее, красивее, добрее большинства людей, но я самый несчастный и самый больной».

Какие же трудности общения возникают у людей с завышенной самооценкой? Человек, считающий себя намного умнее других и тем более намеренно это подчеркивающий, неминуемо вызывает раздражение окружающих. Это естественно - ведь мысль «видите, какой я умный» подразумевает пренебрежительное отношение к окружающим. А кому приятно, чтобы его кто-то считал глупым? Неадекватное самомнение, подчеркивание своих достоинств, надменность, пренебрежение к другим - неиссякаемый источник негативизма окружающих. Нередко приходится общаться с людьми, которые из-за неадекватно высокой самооценки ревниво-завистливо относятся к успехам сослуживцев. «Самый худший и злобный вид зависти - зависть к умственному превосходству», - утверждал Д. Филдинг. Когда чьи-то способности и успехи не сопровождаются скромностью, они провоцируют зависть и негативное отношение окружающих. Завышенная самооценка способствует и такой черте характера, как чрезмерная обидчивость. Обида, как правило, - это чувство, возникающее в ответ на несправедливое к себе отношение окружающих. Но что значит для человека «несправедливое»? А то, что чье-то мнение о нем ниже его собственного мнения о себе. Отсюда ясно, что завышенная самооценка способствует обидчивости, нетерпимости к малейшим замечаниям (правда, бывает и другая крайность: с высоты своего «Я» человек даже серьезную критику не принимает близко к сердцу). Человек с неадекватно высокой самооценкой потенциально конфликтен в ситуациях, когда речь заходит о вознаграждениях и поощрениях за труд. Несовпадение ожидаемой и реальной наград закономерно выливается в обиду и зависть, которые накапливаются и, наконец, прорываются резким обвинением в чей-либо адрес.

С какими же трудностями в общении сталкивается человек с заниженной самооценкой? Представления о себе как о менее способном, некрасивом, невезучем, несчастном, больном присущи, в основном, людям с тревожным, застревающим и педантичным типами акцентуации характера, создают пониженный фон настроения, закрепляют «комплекс неполноценности». Стойкая излишне низкая самооценка влечет за собой чрезмерную зависимость от других, несамостоятельность и даже заискивание, проявляется робость, замкнутость, даже искаженное восприятие окружающих.

Как обычно человек реагирует на попытки окружающих снизить его самооценку упреками, критикой? Понятно, что удовольствия при этом он не испытывает, но эмоции его зависят от того, кто критикует, за что критикует, с какой целью и, главное, насколько высказанная оценка случившегося расходится с собственной. Редко обижаются на критику со стороны людей, мнением которых очень дорожат (их замечания не для того, чтобы унизить, а чтобы помочь). Подчас не принимают во внимание упреки со стороны случайных посторонних людей. Но у каждого есть какие-то особенно уязвимые стороны, критика которых вызывает резкие негативные эмоции. Для женщин почти всегда обидна негативная оценка их внешности, хозяйственности, опрятности, для мужчин - профессиональных качеств и традиционно мужских достоинств (силы, смелости, выдержки). Есть слова, которые, прозвучав, наносят такой ущерб взаимоотношениям, что все последующие «компенсирующие» действия не могут их исправить. Например, в пылу семейной ссоры муж заявил жене: «Я разлюбил тебя. Ты мне неприятна». И хотя это не так, что подтверждают дальнейшие поступки, подобные необдуманные слова уносят с собой тепло супружеских отношений. Следует учесть, что нельзя по конкретному поводу давать общую отрицательную оценку личности и в то же время нельзя изводить человека постоянными мелочными упреками. Иначе такая критика вызывает обиду, неприязнь, озлобление, желание оправдать себя и обвинить, напасть на надоевшего критика.

Как реагирует человек на попытки окружающих завысить его самооценку лестью, комплиментами, похвалой? Многие чувствуют себя неуютно, сталкиваясь с человеком, источающим непрерывные восторги в их честь. Дело в том, что в ситуации, когда один человек хвалит другого, они находятся в неравных отношениях: первый осознает свою цель и истинные чувства и четко понимает, что у него за этим кроется - лесть, комплимент или служенная похвала. Тот же, кто слушает, оказывается в более трудном положении, поскольку не всегда может уловить цель собеседника. Поэтому неудивительны настороженность и негативизм, с которым встречают хвалебный поток, особенно со стороны неспециалиста. Лесть - это явно преувеличенная похвала, произносимая с целью завоевать чье-либо расположение. Если она усваивается тем, кому адресуется, то наносит ему вред - делает его надменным, самодовольным и самоуспокоенным, а в последующем закономерно рождает неприязнь и насмешки окружающих.

Комплимент, в отличие от лести, не преследует выгоду и является следствием искреннего сиюминутного восторга или привычной вежливости. Своевременно сказанный комплимент, хоть и ненадолго, но повышает настроение человека.

Заслуженная похвала поддерживает и адекватно повышает уровень притязаний человека и тем самым побуждает его браться за более трудные задачи - вот в чем польза похвалы. Она произносится и реже, и убежденнее, без патетических восторгов, а если к тому же исходит от человека, чьим мнением дорожат, то доставляет удовольствие.

Сложившаяся у человека самооценка может быть адекватной (человек правильно, объективно оценивает себя) либо неадекватно завышенной или неадекватно заниженной. А это, в свою очередь, будет влиять на уровень притязаний личности, который характеризует степень трудности тех целей, к которым стремится человек и достижение которых представляется человеку привлекательным и возможным.

Уровень притязаний - тот уровень трудности задания, который человек обязуется достигнуть, зная уровень своего предыдущего выполнения. На уровень притязания оказывает влияние динамика неудач и удач на жизненном пути, динамика успеха и неуспеха в конкретной деятельности. Уровень притязания может быть адекватным (человек выбирает цели, которые реально может достичь, которые соответствуют его способностям, умениям, возможностям) либо неадекватно завышенным, заниженным. Чем адекватнее самооценка, тем адекватнее уровень притязаний.

Заниженный уровень притязаний, когда человек выбирает слишком простые, легкие цели (хотя он мог бы достичь значительно более высоких целей), возможен при низкой самооценке (человек не верит в себя, низко оценивает свои способности, возможности, чувствует себя «неполноценным»), но также возможен и при высокой самооценке (когда человек знает, что он умный, способный, но цели выбирает попроще, чтобы не «перетруждаться», «не высовываться», проявляя своеобразную «социальную хитрость»).

Завышенный уровень притязаний, когда человек ставит перед собой слишком сложные, нереальные цели, объективно может приводить к частым неудачам, к разочарованию, фрустрациям. В юности часто выдвигаются завышенные, нереалистические притязания, переоцениваются свои способности, в результате эта беспочвенная самоуверенность часто раздражает окружающих, вызывает конфликты, неудачи, разочарования. Только путем многочисленных проб и ошибок человек постигает меру своих реальных возможностей. Но, как ни неприятна бывает юношеская самоуверенность, психологически гораздо опаснее пониженное самоуважение, заниженный уровень социальных притязаний человека, побуждающий его уклоняться от всякой деятельности, отказываться от достижения поставленных целей, избегать людей (так как он не верит в себя, боится критики, насмешки) либо быть послушным орудием в руках других людей. Для таких ребят нужно постараться создавать ситуации, в которых бы они получали ощутимое доказательство своей социальной и человеческой ценности, «поверили в себя», чтобы блокировать этот опасный для личности процесс.

Самоуважение - обобщенное отношение личности к самой себе - прямо пропорционально количеству достигнутых успехов и обратно пропорционально уровню притязаний (самоуважение - успех - притязание), т.е. чем выше притязание, тем большими должны быть достижения человека, чтоб он мог себя уважать. [16]

Глава 1. Развитие самооценки в онтогенезе

.1 Поэтапное становление самооценки

В рамках стадий психического развития человека, следующих одна за другой, происходит формирование самооценки. Рассматривая процесс развития ребенка, возрастная психология предлагает характеристику разных возрастных периодизаций. (Приложение 1, 2)

Учитывая общепринятые периодизации, для изучения развития самооценки выделим основные возрастные этапы: младенческий возраст, дошкольный возраст, младший школьный возраст, подростковый возраст, юношеский возраст и зрелость.

Для индивидуальной психической жизни новорожденного характерны два момента: преобладание нерасчлененных переживаний и отсутствие выделения себя из среды. В первый месяц жизни все раздражения, все окружающее он переживает как субъективные состояния. [5]

Телесное выделение себя из окружающего мира начинается в младенчестве и завершается к двум годам, когда ребенок понимает, что его тело существует независимо от внешнего мира и принадлежит только ему. Двухлетний ребенок способен узнавать себя в зеркале, устанавливает границы своих владений («мой ботинок», «моя кукла»), выделяя себя и другого ребенка как отдельных существ. [16]

В раннем возрасте у детей отмечается слабое развитие когнитивного компонента самооценки, в образе самого себя превалирует эмоциональная составляющая, отражающая глобально-позитивное отношение ребенка к себе, заимствованное из отношения взрослых. [12]

Развитие самосознания в раннем детстве связано с отделением себя от своих действий, с осознанием своих желаний. Ребенок начинает отделять действия от предмета и себя от своих действий. Развивается подлинная самостоятельность, о чем говорит проявление целеполагания и целеустремленности. Возникает гордость за собственные достижения - личностное новообразование раннего детства. В соответствии с новым уровнем сознания изменяется общение со взрослым - начинает формироваться ситуативно-деловое, а к трем годам - внеситуативно-познавательное (М.И. Лисина). Ребенок сравнивает себя со взрослыми и хочет быть похожим на них во всем. [5]

По мере того как дети узнают, кто они и что собой представляют и начинают расценивать себя как активную силу в своем окружении, они создают из разрозненных знаний когнитивную теорию себя, или «личный сценарий», помогающий им интегрировать свое поведение. Наиболее сильное влияние на развивающийся у ребенка «Я-образ» обычно оказывают родители, поскольку именно они снабжают детей определениями правильных и неправильных действий, образцами поведения и оценками поступков, и все это кладется в основу собственных представлений ребенка. Происходит процесс интернализации, в ходе которого ребенок делает социальные правила и нормы поведения частью самого себя, т.е. принимает их как собственные ценности. Как дети интернализуют эти ценности? Вначале ребенок может просто копировать словесные формулировки родителей: например, рисуя мелком на стене, ребенок говорит себе: «Нельзя, нельзя, нельзя!», то есть ребенок делает то, что ему хочется, и в то же время пытается сдержать себя, говоря, что этого делать не следует. Через несколько месяцев он, вероятно, сможет настолько контролировать себя, что не поддастся побуждению, которое сейчас еще не способен побороть. Развивающаяся «Я-концепция» и формирующиеся социальные понятия способствуют попыткам детей управлять своим поведением. [16]

Вступая в дошкольный возраст, ребенок осознает только сам факт, что он существует. Пока еще он по-настоящему ничего не знает о себе, о своих качествах. Стремясь быть, как взрослый, ребенок трех-четырех лет не учитывает своих реальных возможностей. Он попросту приписывает себе все положительные, одобряемые взрослыми качества, часто даже не зная, в чем они заключаются. [12]

Самосознание формируется к концу дошкольного возраста благодаря интенсивному интеллектуальному и личностному развитию, оно обычно считается центральным новообразованием дошкольного детства. Возникает критическое отношение к оценке взрослого и сверстника. Оценивание сверстника помогает ребенку оценивать самого себя.

Самооценка появляется во второй половине периода на основе первоначальной чисто эмоциональной самооценки («я хороший») и рациональной оценки чужого поведения.

О моральных качествах ребенок судит главным образом по своему поведению, которое или согласуется с нормами, принятыми в семье и коллективе сверстников, или не вписывается в систему этих отношений. Его самооценка, поэтому практически всегда совпадает с внешней оценкой, прежде всего - оценкой близких взрослых.

К концу дошкольного возраста складывается правильная дифференцированная самооценка, самокритичность. Развивается способность мотивировать самооценку. Появляется осознание себя во времени, личное сознание. [5]

Развитие подлинной самооценки начинается с реалистических оценок детьми своих умений, результатов своей деятельности и конкретных знаний. Менее объективно в этот период дети оценивают качества своей личности. Дошкольники склонны переоценивать себя, на что их направляют по преимуществу положительные оценки окружающих их взрослых.

Для того чтобы научиться правильно оценивать себя, ребенок должен сначала научиться оценивать других людей, на которых он может смотреть как бы со стороны. А это происходит далеко не сразу. В этот период, оценивая сверстников, ребенок просто повторяет мнения, высказанные о них взрослыми. То же самое происходит и при оценивании себя. ("Я хороший, потому что мама так говорит").

Считая самооценку наиболее сложным продуктом сознательной деятельности ребенка, Б.Г. Ананьев отмечал, что ее исходные формы являются прямым отражением оценок взрослых, а подлинная самооценка появляется тогда, когда она наполняется новым содержанием, благодаря "личному участию" в ее производстве самого ребенка. По мере интеллектуального развития ребенка преодолевается прямое принятие оценок взрослых, начинается процесс опосредствования их собственным знанием себя.

Старшие дошкольники в основном, верно осознают свои достоинства и недостатки, учитывают отношение к ним со стороны окружающих. Это имеет огромное значение для дальнейшего развития личности, сознательного усвоения норм поведения, следования положительным образцам. К концу дошкольного возраста соотношение эмоционального и когнитивного компонентов несколько гармонизируется. Создаются благоприятные условия для развития когнитивного компонента самооценки, для интеллектуализации отношения ребенка к себе, преодоления прямого воздействия на его самооценку со стороны взрослых. С возрастом ребенок овладевает более совершенными способами оценивания, его знания о себе расширяются и углубляются, интегрируются, становятся более осознанными, усиливается их побудительно-мотивационная роль; эмоционально-ценностное отношение к себе также дифференцируется, становится избирательным и приобретает стабильность. [12]

В младшем школьном возрасте интенсивно развивается самосознание. Становление самооценки младшего школьника зависит от успеваемости и особенностей общения учителя с классом. Большое значение имеет стиль семейного воспитания, принятые в семье ценности. У отличников и некоторых хорошо успевающих детей складывается завышенная самооценка. У неуспевающих и крайне слабых учеников систематические неудачи и низкие отметки снижают уверенность в себе, в своих возможностях. У них возникает компенсаторная мотивация. Дети начинают утверждаться в другой области - в занятиях спортом, музыкой.

Ценностные ориентации на имя становятся нормой жизни. Важно, чтобы ребенок принимал и другой тип обращения к нему - по фамилии. Это обеспечивает ребенку чувство собственного достоинства, уверенность в себе. Потребность в самоутверждении. Большое значение имеет авторитет взрослых. Существенное значение имеет место, которое занимает ребенок в семье. [5]

В школьном возрасте происходит существенное изменение «Я-образа» в зависимости от успехов/неудач в учебе, от отношения учителей, родителей и сверстников к ребенку. Если ребенок способен добиться успеха в учебе, он включает трудолюбие в качестве составной части в свой «Я-образ». А дети, неуспевающие в школе, могут начать чувствовать себя неполноценными по сравнению со сверстниками, и это чувство может остаться у них на всю жизнь, особенно обостряясь в ситуациях оценивания. Если, однако, они все же смогут преуспеть в чем-то, что ценится в их среде (в спорте, музыке, искусстве или иных занятиях), у них есть еще шанс сохранить трудовой настрой, положительный «Я-образ» и желание доводить дела до конца. Способность видеть себя отличным от других людей, обладающим определенными свойствами, составляет «Я-образ». Самоуважение означает видение себя человеком, обладающим положительными качествами, т.е. человеком, способным достигать успеха в том, что является для него важным. В младшем школьном возрасте самоуважение в значительной степени связано с уверенностью в своих академических способностях, которая соотносится со школьной успеваемостью. Дети, которые хорошо учатся в школе, имеют более высокую самооценку, чем неуспевающие ученики. Если ребенок принадлежит к социальной среде, где образованию не придается большого значения, его самоуважение может быть вообще не связано с достижениями в учебе. [16]

Один из самых сложных аспектов в психологии - это проблема формирования самосознания в подростковом возрасте (Приложение 3). Формирование самосознания подростка заключается в том, что он начинает постепенно выделять качества из отдельных видов деятельности и поступков, обобщать и осмысливать их как особенности своего поведения, а затем и качества своей личности. Предметом оценки и самооценки, самосознания и сознания являются качества личности, связанные, прежде всего с учебной деятельностью и взаимоотношениями с окружающими. Это центральная точка всего переходного возраста.

Самосознание есть последняя и самая верхняя из всех перестроек, которым подвергается психология подростка (Л.С. Выготский).

Активное формирование самосознания и рефлексии рождает массу вопросов о жизни и о себе. Постоянное беспокойство «Какой я?» вынуждает подростка искать резервы своих возможностей. Психологи связывают это со становлением «Я»-идентичности. В этот период «...как бы восстанавливаются все детские идентификации, включаясь в новую структуру идентичности, позволяющую решать взрослые задачи. «Я»идентичность обеспечивает целостность поведения, поддерживает внутреннее единство личности, обеспечивает связь внешних и внутренних событий и позволяет солидаризироваться с социальными идеалами и групповыми стремлениями».

В.И. Слободчиков замечает, что при всех трудностях определения конкретных путей преодоления кризиса развития в подростковом возрасте можно сформулировать общее психолого-педагогическое требование его благополучного разрешения - наличие общности, совместности в жизни ребенка и взрослого, сотрудничества между ними, в процессе которого происходит становление новых способов их социального взаимодействия. Создание общности в жизни взрослого и подростка, расширение сферы их сотрудничества и содержательных контактов составляют необходимые условия преодоления кризиса отрочества. [5]

Л.С Выготский первым в советской детской психологии выдвинул возникновение самосознания в качестве центрального новообразования всего подросткового периода, понимая его как результат длительного социального формирования. Относя формирование самосознания к концу подросткового возраста, Л.С. Выготский подчеркивал: «То же, что принято обычно называть личностью, является не чем иным, как самосознанием человека, возникающим именно в эту пору: новое поведение человека становиться поведением человека для себя, человек сам осознает себя как известное единство. Это конечный результат и центральная точка всего переходного возраста». [18]

Самооценка складывается под влиянием собственной результативности, которая зарождается в новообразовании раннего детства - чувстве гордости за свои достижения, из оценок индивида со стороны окружающих и развития чувства собственной ценности. Самооценка ребенка отражает родительскую оценку его достоинств, которая интериоризируется ребенком или присваивается в символическом взаимодействии. Взрослея, подросток оценивает самого себя, свои качества и возможности. Реалистическая самооценка способствует развитию самопринятия и самоодобрения, обеспечивает связь между реальными и идеальными представлениями о себе.

Самооценка подростков зависима от социального контекста, в котором, несмотря на общий относительный характер социального окружения, выделяются значимые для каждого конкретного подростка зоны успешности. [6]

Важнейший психологический процесс юношеского возраста - становление самознания и устойчивого образа «я». Биогенетическая школа в психологии выводила рост самосознания и интереса к собственному «я» у подростков и юношей непосредственно из процессов полового созревания. Половое созревание, скачок в росте, нарастание физической силы, изменение внешних контуров тела и т.п. действительно активизируют у подростка интерес к себе и своему телу. Но ведь ребенок рос, менялся, набирал силу и до переходного возраста, что тем не менее не вызывало у него тяги к интроспекции. Если это происходит теперь, то, прежде всего потому, что физическое созревания является одновременно социальным символом, знаком повзросления, возмужания, на который обращают внимание и за которым пристально следят другие, взрослые и сверстники. Противоречивость положения подростка, изменение структуры его социальных ролей и уровня притязаний - вот что в первую очередь актуализирует вопрос: «Кто я?».

Ценнейшее психологическое приобретение ранней юности - открытие своего внутреннего мира, которое равнозначно для юноши настоящей коперниковской революции.

Обретая способность погружаться в себя и наслаждаться своими переживаниями, подросток и юноша открывают целый мир новых чувств, красоту природы, звуки музыки, ощущении собственного тела.

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 неопределенно, 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.

Свойства человека как индивида формируются и осознаются раньше, чем личностные свойства. Отсюда - неодинаковое соотношение «телесных» и морально-психологических компонентов «я». Подростки и юноши особенно чувствительны к особенностям своего тела и внешности, они сопоставляют свое развитие с развитием товарищей.

Юноши и девушки придают важное значение тому, насколько их тело и внешность соответствуют стереотипному образцу «маскулинности» или «фемининности». При этом юношеский эталон красоты и просто «приемлемой» внешности нередко бывает завышенным, нереалистическим.

Поскольку наружность - важный элемент юношеского самосознания, учителям и родителям полезно знать, какие аспекты ее чаще всего вызывают у ребят беспокойство (в острых случаях нужна консультация психотерапевта).

У мальчиков самым частым источником тревоги является недостаточный, по их мнению, рост, с которым, ассоциируется общая «маскулинность», и т.д. Много неприятностей доставляет старшеклассникам кожа. Многие юноши и девушки болезненно реагируют на появление прыщей, угрей и т. п.

Важной проблемой является ожирение, избыточный вес. Юношеские стереотипы красоты в этом отношении не отличаются от взрослых. Но, не говоря уже о конституциональных особенностях, как раз накануне полового созревания у многих подростков образуются жировые накопления, составляющие своего рода энергетический резерв организма. Полноту, даже временную, болезненно переживают и девочки, и мальчики.

С возрастом озабоченность внешностью обычно уменьшается. Человек привыкает к своей внешности, принимает ее и соответственно стабилизирует связанный с ней уровень притязаний. На первый план выступают теперь другие свойства «я» - умственные способности, волевые и моральные качества, от которых зависит успешность деятельности и отношения с окружающими.

Насколько объективны, адекватны человеческие самооценки и как меняется это свойство с возрастом? Проверку адекватности самооценочных суждений затрудняют различия в объектах и способах самооценки.

В общем и целом адекватность самооценок с возрастом, по-видимому, повышается. Самооценки взрослых по большинству показателей более реалистичны и объективны, чем юношеские, а юношеские более объективны, чем подростковые. Сказывается больший жизненный опыт, умственное развитие и стабилизация уровня притязаний. Но тенденция эта не является линейной. Надо учитывать изменение с возрастом самих критериев самооценки.

Психологи предпочитают изучать возрастную динамику не отдельных самооценок, а структуры образа «я» в целом.

Судя по имеющимся данным, когнитивная сложность и дифференцированностъ 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: растет и обобщенность осознаваемых качеств, причем это тесно связано с развитием интеллекта.

Интегративная тенденция, от которой зависит внутренняя последовательность, целостность образа «я», также усиливается с возрастом, но несколько позже. 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.

Данные об устойчивости образа «я» не совсем однозначны. В принципе она, как и устойчивость прочих установок и ценностных ориентаций, с возрастом увеличивается. Описывая себя через определенные промежутки времени, взрослые делают это более последовательно, чем юноши подростки и дети. Самоописания взрослых меньше зависят от случайных, ситуативных обстоятельств. Однако в подростковом возрасте и ранней юности самооценки иногда меняются очень резко. Кроме того, личностные черты, из которых складывается образ «я», обладают, как мы видели, объективно разной степенью устойчивости, да и разные индивиды меняются далеко не в одинаковой степени. Это серьезно затрудняет получение достоверных, сопоставимых результатов.

То же нужно сказать и о контрастности, степени отчетливости «я». 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, главных установок личности, с которой она соотносит все свое поведение. Однако с изменением содержания образа «я» существенно меняется степень значимости отдельных его компонентов, на которых личность сосредоточивает внимание. В юношеском возрасте 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, озабоченностью собой и тем впечатлением, которое индивид производи т на окружающих, и, как следствие этого, застенчивость. В ранней юности это бывает часто. [10]

Исходя из выше сказанного, можно сделать вывод, что в отрочестве и юности самооценки принимают более отвлеченный характер, появляется заметная озабоченность тем, как их воспринимают окружающие. Найти себя, собрать из мозаики знаний о себе собственную идентичность становится для подростков и юношей первостепенной задачей. Именно в этот период их интеллект достигает такого уровня развития, который позволяет им задумываться над тем, что представляет собой окружающий мир и каким ему следует быть.

С 12 лет у подростков возникает интерес к собственному внутреннему миру, они размышляют о себе, познают себя, анализируют свои личностные качества. С обнаружением в себе этих новых познавательных способностей юноши и девушки развивают эго-идентичность - целостное, связное представление о себе, формируется «Я-образ» к 15-16 годам.

Было выявлено, что в раннем подростковом возрасте девочки чаще имеют низкую самооценку по сравнению с мальчиками, и эти различия усиливаются к концу периода юности. На основании представления о себе как личности у подростка к 16-17 годам возникает особое личностное новообразование - психологическая готовность к самоопределению.

Л.И. Божович определяет это возрастное образование личности подростка с точки зрения самосознания субъекта: самоопределение характеризуется осознанием себя в качестве члена общества и конкретизируется в новой, общественно значимой позиции. Самоопределение личности предполагает не только знание субъекта о себе, но и деятельность его, осуществляемую в соответствии с этими знаниями. [16]

Нормальная самооценка напрямую связана с лучшим самочувствием, адекватным поведением, более низкими уровнями депрессии и в целом большими успехами в жизни. Молодёжь имеет еще низкую самооценку, а люди среднего возраста уважают себя больше. По мере взросления люди все больше начинают уважать себя, но ко времени выхода на пенсию самооценка начинает резко падать. Средний возраст для большинства людей является периодом стабильной работы и временем расцвета в окружении семьи или с любимым человеком. Именно поэтому общее благополучие в середине жизни ассоциируется с нормальной самооценкой. В пожилом возрасте человек испытывает серьёзные изменения своего социального статуса, выходя на пенсию, разлучаясь с членами семьи и испытывая ухудшение здоровья. Соответственно у пожилых людей падают и показатели самоуважения. [19]

2.2 Основные факторы, влияющие на становление и развитие самооценки

В качестве основных условий развития самооценки психологи выдвигают такие факторы, как общение с окружающими и собственная деятельность ребенка. В общении усваиваются формы, виды и критерии оценок, в индивидуальном опыте происходит их апробация, наполнение личностными смыслами. Из оценок себя окружающими ребенок постепенно вычленяет критерии и способы оценивания другого и переносит их на себя. "Наложение" друг на друга критериев оценки и способов оценивания и порождает деятельность самооценивания.

По мнению Л.И. Божович, правильное формирование самооценки - один из важнейших факторов развития личности ребенка.

На формирование самоуважения и самооценки влияют многие факторы, действующие уже в раннем детстве, - отношение родителей, положение среди сверстников, отношение педагогов. Сопоставляя мнение о себе окружающих людей, человек формирует самооценку себя, причем любопытно, что человек вначале учится оценивать других, а потом уже оценивать себя. И лишь к 14-15 годам подросток овладевает умением самоанализа, самонаблюдения и рефлексии, анализирует достигнутые собственные результаты и тем самым оценивает себя («Если я не спасовал в трудной ситуации, значит, я не трус», «Если смог осилить трудную задачу, значит, я способный» и т.п.). [16]

Можно выделить три области в отношениях с родителями, которые особенно значимы как источники обратной связи, влияющие на формирование самооценки у детей:

знание родителями друзей ребенка;

заинтересованность родителей в результатах учебы ребенка;

взаимодействие родителей с ребенком в общей беседе за столом.

Взаимоотношения в этих трех сферах могут служить показателем заинтересованности в благополучии и развитии ребёнка.

В младшем школьном и подростковом возрасте эмоциональная жизнь ребенка во многом определяется кругом его друзей, которые могут выступать как основное продолжение его самого. Поэтому реакция родителей на друзей сына или дочери является косвенным показателем их интереса к ребенку. Явное равнодушие родителей способствует формированию у ребенка низкой самооценки.

Заинтересованность в результатах учебы ребенка - важный показатель общей заинтересованности родителей в ребенке. Одну из возможностей судить о том, как идут дела ребенка в школе, дает школьный дневник. Поэтому реакция родителей на текущие записи в дневнике характеризует их отношение к учебе ребенка в целом, к его способностям и личным качествам. [15]

Первоначально положение ребенка среди сверстников определяется учителем. Ребенок обучается и воспитывается не с глазу на глаз с педагогом, а в коллективе, в котором происходит постоянное, подкрепляемое оценками учителя, сравнение детей между собой. Поэтому неуспевающий, как и все другие дети, выставляется постоянно как бы на социальное «обозрение», оказывается в оценочной ситуации. Поскольку оценки учителя (в особенности в младших классах) являются мерилом, принимаемым всеми детьми, то для неуспевающего эта ситуация оказывается весьма неблагоприятной. Он сразу же в смысле своей социальной позиции - позиции ученика - оказывается рангом ниже других. [11]

Особый вариант самооценки в подростковом возрасте. Оценка подростком своих качеств (даже таких как физическая сила, и связанных с половым развитием) происходит сточки зрения степени взрослости. Подросток как бы выделяет «эталон взрослости», оценивает себя и смотрит на себя через этот эталон. [17]

Н. Гекас, изучая ситуационную изменчивость самооценки у подростков, доказал влияние социальных контекстов. Выяснилось, что поддержка родителей значимо влияет на самооценку подростков, но только в присутствии взрослых, тогда как в ситуациях общения со сверстниками такая зависимость не прослеживается. Наиболее важным оказался контекст общения - сверстники, а наименее значимым - школа. Изменчивость самооценки проявляется в ощущении своих возможностей влиять на обстоятельства. При этом ощущение собственной ценности остается достаточно стабильным и к концу подростничества все меньше подвержено влиянию окружения. [6].

Глава 3. Эмпирические исследования становления самооценки в подростковом возрасте

.1 Организация и методика проведения исследования

Исследование проводились в Муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении СОШ № 19 в 9Г классе, всего в классе 24 человек, из них 10 девочек, 10 мальчиков. Отсутствовало на классном часе 4 ученика. Участникам тестирования было предложено выбрать 10 качеств идеального человека, согласно методике. Тестирование было анонимное, желающим узнать свой результат, предлагалось подписать бланк ответов.

Для изучения самооценки в школьном коллективе использовались методики С.А. Будасси и Дебо-Рубинштейна (Приложение 4, 5).

Цели методик созвучны, что позволяет сопоставить полученные данные. Данные методики исследования самооценки личности (по С.А. Будасси) позволяют проводить количественное исследование самооценки личности, то есть ее измерение. В основе данной методики лежит способ ранжирования. В предложенной методике исследования самооценки ее уровень и адекватность определяются как отношение между Я идеальным, и Я реальным.

Методика Дебо-Рубинштейна более поверхностная, но помогает респонденту задумать о собственной значимости и самосовершенствовании.

По результатам тестирования мы можем анализировать поведения личности в зависимости от ее самооценки (Приложение 6).

.2 Результаты исследования

Всего в тестировании приняли участие 20 человек.

Из предложенного спискакачеств (бланк по С.А. Будасси), ученики выбрали 10 присущие, на их взгляд идеальному человеку. Из выбранных 10 слов, согласно методике, отметили эти качества в порядке от 1 до 10 в колонке «идеал» и в колонке «Реальное Я». Полученные данные были занесены в протокол (Приложение 7).

Коэффициент ранговой корреляции r (показатель уровня самооценки личности) может находиться в интервале от -1 до + 1.

Если полученный коэффициент составляет не менее -0,37 и не более +0,37 (при уровне достоверности равном 0,05), то это указывает на слабую незначительную связь (или ее отсутствие) между представлениями человека о качествах своего идеала и о реальных качествах.

Значение коэффициента корреляции от +0,38 до +1 - свидетельство наличия значимой положительной связи между Я идеальным и Я реальным. Это можно трактовать как проявление адекватной самооценки или, при r от +0,39 до +0,89, как тенденция к завышению. Значения же от +0,9 до +1 часто выражают неадекватно завышенное самооценивание.

Значение коэффициента корреляции в интервале от -0,38 до -1 говорит о наличии значимой отрицательной связи между Я идеальным и Я реальным (отражает несоответствие или расхождение представлений человека о том, каким он хочет быть, и тем, какой он в реальности). Это несоответствие предлагается интерпретировать как заниженную самооценку. Чем ближе коэффициент к -1, тем больше степень несоответствия.

Далее ученикам был предложен следущий бланк с двумя вертикальным параллельными линиями, между которыми расстояние в 10 клеток (Дебо-Рубинштейна). В самой верхней точке находятся те, кто считают себя самыми добрыми, в самой нижней - те, кто считают себя самыми злыми. Между ними - все остальные. Ученикам надо было отметь точкой, куда бы они поставили себя на этой вертикальной линии? И так 10 вопросов, согласно методике. Вопросы с 11 по 14 заданы для того, чтобы опрашиваемый школьник задумался о самосовершенствовании, эти ответы статистической обработке не подлежат. Все полученные данные были занесены в протоколы (Приложение 8).

Значения до 40 баллов, говорят о заниженной самооценке. Значения в интервале от 40 до 70 об адекватной самооценки. От 70 до 80 идет тенденция к завышению. Сумма баллов более 80 свидетельствует о завышенной самооценки.

По результатам данной методики аналогичная ситуация: у большинства учеников завышенная самооценка. Случаи проявление адекватной самооценки чуть более выражены, это связанно с более конкретизированной постановкой вопросов о качествах личности непосредственно самого опрашиваемого.

Из предложенных качеств доминируют дружелюбность и заботливость, что обусловлено психологическими особенностями подросткового возраста. Минимальный средний балл из предложенных качеств у трудолюбия.

Все результаты исследования подтвердили гипотезу, установленную в начале исследования.

Заключение

Познав и оценив себя, человек может более сознательно, а не стихийно управлять своим поведением и заниматься самовоспитание.

Чрезмерно самоуверенные люди часто не склонны к самоанализу Совмесно с некритичностью мышления, недисциплинированностью, отсутствием необходимого самоконтроля это ведет к принятию ошибочных решений и осуществлению рисковых поступков. Дальнейшая утрата чувства необходимой осторожности отрицательно влияет на безопасность, надежность и эффективность всей жизнедеятельности человека. Отсутствие или недостаточная потребность в самосовершенствовании затрудняет включение их в процесс самовоспитания.

В целом адекватность самооценок с возрастом претерпевает изменения и стабилизируется. Самооценки взрослых по большинству показателей более реалистичны и объективны, чем подростковые. Сказывается больший жизненный опыт, умственное развитие, а также изменение и конкретизация уровня притязаний.

Список использованной литературы

1. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. - М., 1986

. Белобрыкина О.А. Влияние социального окружения на развитие самооценки старших дошкольников. // Вопросы психологии, № 4, 2001.

. Божович Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте. Психологическое исследование. - М.: Просвещение, 1968.

. Большой психологический словарь. Сост. Мещеряков Б., Зинченко В. Олма-пресс. 2004.

. Возрастная психология: учеб. пособие для студ. вузов, обучающихся по специальности 031000 «Педагогика и психология» / О.Б. Дарвиш ; под ред. В.Е. Клоч- ко. - М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2005.

. Возрастная психология: учеб. пособие для студ. учреждений высш.проф. образования/ Т.Д. Марцинковская и др.; под ред. Т.Д. Марцинковской. - М.: Издательский центр «Академия», 2011.

. Джемс У. Психология. - М., 1991

. Жмуров В.А. Большая энциклопедия по психиатрии, 2-е изд., 2012 г.

. Кон И.С. Открытие «Я». - М., 1978

. Кон И. С. Психология старшеклассника. - М.: Просвещение, 1982.

. Липкина А.И. Самооценка школьника. М., 1976 г

. Лисина М.И. Проблемы онтогенеза общения / НИИ общей и педагогической психологии АПН СССР. - М., Педагогика, 1986.

. Немов Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. - 3-е изд. - М, 2000. -608 с.

. Обухова Л.Ф. Возрастная психология. М., 2001.

. Психология самосознания. Хрестоматия / - Самара, 2003

. Психология личности / Л.Д. Столяренко, С.И. Самыгин. - Изд. 2-е - Ростов н/Д: Феникс, 2011.

. Столин В.В. Самосознание личности. - М., 1983

. Эльконин Д.Б. Возрастные и индивидуальные особенности младших подростков// Избр. психол. тр. - М., 1989 г.

Приложение 1

Периодизации детского развития

Переход из одного возраста в другой связан с изменением физических данных и психических характеристик человека, с перестройкой его организма и поведения. Каждый ребенок (взрослый) имеет свой путь развития, свои индивидуальные особенности.

В отечественной и зарубежной психологии довольно много классификаций периодизации возрастного развития. Наиболее распространенными являются периодизации развития в детстве и отрочестве. В то же время существует и периодизация развития взрослого человека.

Приведем некоторые из них.

В основу периодизации детского развития, разработанной Л.С. Выготским, легло представление о динамике возраста:

Таблица 1

|  |  |
| --- | --- |
| Кризис новорожденности | Младенческий возраст (2 мес.-1 год) |
| Кризис одного года | Раннее детство (1-3 года) |
| Кризис 3 лет | Дошкольный возраст (3-7 лет) |
| Кризис 7 лет | Школьный возраст (8-12 лет) |
| Кризис 13 лет | Пубертатный возраст (14-18 лет) |
| Кризис 17 лет |  |

Идеи Л.С. Выготского о возрасте были развиты в отечественной психологии Д.Б. Элькониным. Он предложил рассматривать каждый психологический возраст на основе:

социальной ситуации развития - той конкретной формы отношений, в которые вступает ребенок со взрослыми в данный период;

психологических новообразований, возникающих в этот период.

Д.Б. Эльконин выделил шесть периодов детского развития. Каждому из них соответствует свой ведущий тип деятельности:

Таблица 2

|  |  |
| --- | --- |
| Младенческий (0-1 год) возраст | Непосредственно-эмоциональное общение |
| Раннее детство (1-3 года) | Предметно-манипулятивная деятельность |
| Дошкольное детство (3-7 лет) | Сюжетно-ролевая игра |
| Младший школьный возраст (7-10 лет) | Учебная деятельность |
| Подростковый возраст (10-15 лет) | Общение |
| Ранняя юность (15-17 лет) | Учебно-профессиональная деятельность |

Далее Д.Б. Эльконин вводит деление психики на две сферы - мотивационно-потребностную сферу и сферу операционально-технических возможностей. Тем самым реализуется тезис о противоречии между потребностями ребенка и его возможностями как движущей силе развития.

Согласно его гипотезе, в процессе развития ребенка на каждом этапе сначала должно происходить освоение мотивационной стороны деятельности (иначе предметные действия не имеют смысла), а затем - операционально-технической.

В человеческом действии всегда нужно видеть две стороны: с одной стороны, оно ориентировано на общество, с другой, - на способ исполнения. Эта микроструктура человеческого действия отражается и в макроструктуре периодов психического развития.

Д.Б. Элькониным был открыт закон чередования, периодичности разных типов деятельности: за деятельностью одного типа, ориентации в системе отношений следует деятельность другого типа, в которой происходит ориентация в способах употребления предметов. Каждый раз между этими двумя типами ориентации возникают противоречия. Они и становятся причиной развития.

Этот закон позволяет по-новому представить периоды (эпохи) в стадии онтогенеза психики:

) период (эпоху) раннего детства Д.Б. Эльконин делит на две стадии - младенчество (с освоением мотивационно-потребностной сферы), открывающееся кризисом новорождённости, и ранний возраст (с освоением операционально-технической сферы) с кризисом 1-го года жизни;

) период детства делится на дошкольный (М-П) возраст, открывающийся кризисом 3 лет, и младший школьный (0-Т) с его кризисом 7 лет;

) период отрочества делится на подростковый возраст (М-П) с кризисом 11-12 лет и раннюю юность (0-Т) с кризисом 15 лет.

Приложение 2

Периодизация развития личности Д.Б. Эльконина

Д. Б. Эльконин рассматривал ребенка как целостную личность, активно познающую окружающий мир. Психические новообразования возникают в ведущей деятельности, специфичной на каждом возрастном этапе, но сочетающей в себе две стороны: познавательную и мотивационную. Эти две стороны деятельности развиваются неравномерно, чередуясь по темпу развития в каждом возрастном периоде. В момент максимального расхождения между уровнями развития познавательной и мотивационной сторон деятельности, по мнению Д.Б. Эльконина, возникает кризис. Его появление объясняется необходимостью изменить деятельность так, чтобы дать возможность другой стороне достичь необходимого для данного возраста уровня, поскольку большой разрыв между операциональной и мотивационной сторонами деятельности может вызвать нарушения в поведении ребенка. Формирование личности ребенка происходит в процессе его деятельности внутри систем «ребенок-общественный предмет» и «ребенок - общественный взрослый». Сменяющие друг друга ведущие деятельности определяют чередование этих двух систем в онтогенезе (рис. ).

Периодизация Д.Б. Эльконина отражает периодичность детского развития, которая позволяет выделить новое содержание возрастных кризисов. Так, ученый выделяет сходные по причинам возникновения и значению кризисы 3 и 13 лет, которые являются кризисами отношений, поскольку отстающая мотивационная сторона деятельности в эти периоды становится ведущей. Похожи между собой и кризисы 1 года и 7 лет, которые Д.Б. Эльконин определял как кризисы мировоззрения, когда отстающая операциональная сторона деятельности начинает догонять мотивационную.

Приложение 3

Особенности развития общения в подростковом и юношеском возрасте

В подростковом возрасте общение выступает условием успешной социализации и формирования идентичности. Оно играет важнейшую роль в формировании чувства взрослости - одного из основных достижений данного возрастного периода.

Группа сверстников является ведущей для становления идентичности. Сверстники, переживающие сходные проблемы, помогают друг другу сохранять уверенность в себе, осознавать и принимать те изменения, которые с ними происходят. В данном возрасте влияние сверстников на ценности и установки подростков часто сильнее, чем влияние взрослых и других социальных структур. В результате совместного экспериментирования в новых условиях подросток учится разделять новые убеждения, действовать в соответствии с новой системой ценностей, что помогает формированию новой идентичности. Общение способствует становлению дифференцированного и адекватного представления о самом себе.

Сначала у подростка формируется так называемый «Мы-образ», который служит предпосылкой для возникновения качественно нового «Я-образа». Главной характеристикой «Мы-образа» подростка является его включенность в группу сверстников.

Освоение подростками гендерных ролей и соответствующего им поведения, принятие моделей взаимодействия с представителями противоположного пола также происходит через общение подростка в группе сверстников.

Также общение влияет на формирование мировоззрения и направленности личности и поведения человека. В юношеском возрасте результатом общения становится формирование целостного мировоззрения, системы ценностей, которые помогают в дальнейшем осуществить основные жизненные выборы и определиться в сфере общения.

В результате проведения значительного времени в неформальных группах, следуя нормам, правилам, ценностям этой группы, у подростка формируется направленность поведения, которое может быть как просоциальным, так и асоциальным.

Таким образом, основная цель общения подростков - социализация во взрослом обществе, формирование идентичности и направленности личности.

Одно из необходимых условий успешного развития общения - признание со стороны сверстников. Фрустрированная потребность быть значимым в своей референтной группе может вызвать серьезные отклонения в социализации и личностном росте.

Особенности взаимоотношений подростков со сверстниками во многом определяются их взаимоотношениями с родителями. Как отмечают многие исследователи, одним из факторов, влияющих на общение, является стиль воспитания, принятый в семье. Он определяет не только успешность общения подростка со взрослыми, но и влияет на общение со сверстниками. Отмечено, что авторитетный стиль, подразумевающий принятие и эмоциональную заинтересованность, благоприятно влияет и на общение подростка с родителями и со сверстниками.

Одним из факторов общения выступает уровень развития, ценностные ориентации подростка и той группы, в которую он входит. Отношения со сверстниками приобретают первостепенную значимость. Само общение становится более глубоким и содержательным, расширяется область их общения, появляются такие эмоционально насыщенные формы взаимодействия, как дружба и любовь. Одним из ведущих мотивов является потребность в принадлежности какой-нибудь группе. Ориентация на нормы группы и стремление им соответствовать повышают конформность, которая, по мнению психологов, наиболее высока в 12-13 лет. Стремление соответствовать нормам референтной группы, приобрести уважение и высокое статусное место - один из ведущих мотивов деятельности подростка, который наполняет процесс социализации конкретным содержанием.

Таким образом, главной отличительной особенностью общения подростков является общение в группе сверстников. Группа сверстников - это относительно устойчивое образование, сохраняющее свое единство, члены которого взаимодействуют друг с другом и разделяют общие внутригрупповые ценности. В группе существуют статусные различия: некоторые дети являются лидерами, а некоторые - ведомыми.

Важный момент развития группы - наличие внутригрупповых действующих правил. Сначала их не существует, затем они возникают и начинают регулировать общение в группе. Растут взаимные ожидания и влияние ее членов друг на друга, складываются групповые традиции.

Внутригрупповые нормы, правила общения и существования группы могут совпадать, а могут кардинально отличатся от общепринятых норм общения в данном обществе.

Значение группового общения для детей к 11-12 годам возрастает. Основной целью общения является социальное сравнение. В начале подросткового возраста оно осуществляется через общение в многочисленных группах, ориентированных на внешние показатели: внешность, некоторые особенности личности. Такие группы отличаются недостатком близости, доверительности. Здесь дети хотят определить, что они собой представляют и кем они хотят стать. Социальное сравнение меняется в позднем подростковом возрасте. Теперь подростки ищут друзей, с которыми их объединяют общие интересы и совместная деятельность в условиях равенства. При выборе друга подростки чаще ориентируются не на внешние факторы (место жительство, учеба в одном классе и др.), а на внутренние особенности личности сверстника, его интересы, способности и т.д.

Группы развиваются в направлении разделения по половому признаку. Для каждого пола характерны свои интересы, род занятий и формы взаимодействия. В начале подросткового периода общение сохраняет гомосоциальный характер, т.е. дети предпочитают общаться с ровесниками того же пола. Позднее связи приобретают гетеросоциальный уклон, при котором возникает потребность в общении с представителями обоих полов.

Не менее значимым для психического развития является общение со взрослыми. Большинство исследований отмечают, что подростки склонны принимать родительские ценности, нормы, взгляды в тех сферах, где эти ценности и нормы достаточно устойчивы, а также в тех случаях, когда они имеют долговременные последствия, и ориентироваться на сверстников там, где речь идет о достаточно изменчивых моделях и нормах, непосредственно влияющих на повседневную жизнь.

Повышенную конфликтность подростков в общении объясняют наличием противоречия между потребностью в любви и поддержке и потребностью быть самостоятельным индивидом, равным в правах со взрослыми. Потребность в любви, принятии и признании со стороны родителей важны для подростка, депривация этой потребности ведет к серьезным отклонениям в их поведении. Подростки прибегают к конфликту и бунтарству как к средству достижения автономии и независимости от родителей.

Таким образом, основная цель общения подростков - социализация во взрослом обществе, формирование идентичности и системы ценностей.

Основным условием и результатом успешного общения является признание со стороны сверстников, отношения с которыми приобретают первостепенную значимость. Одним из ведущих мотивов выступает потребность в принадлежности группе. Группы сверстников развиваются в направлении установления внутригрупповых норм и правил общения, увеличения значимости группового общения и изменения содержания общения, развития группы от неформальной к формальной. Также группы в зависимости от возраста развиваются в направлении разделения по половому признаку и изменяются от ролевой неопределенности к четкой ролевой дифференциации.

На развитие общения влияют ценностные ориентации подростка и тех групп, в которые он входит; особую значимость приобретает стиль общения родителей и значимых взрослых.

Общение со взрослым имеет большое значение для развития подростка. Повышенную конфликтность подростков в общении со взрослым многие исследователи объясняют наличием противоречия между потребностью в любви и поддержке, с одной стороны, и потребностью быть самостоятельным индивидом, равным в правах со взрослыми, - с другой.

Приложение 4

Методика исследования самооценки личности по С.А. Будасси

Описание. Методика С.А. Будасси позволяет проводить количественное исследование самооценки личности, то есть ее измерение. В основе данной методики лежит способ ранжирования. В предложенной методике исследования самооценки ее уровень и адекватность определяются как отношение между Я идеальным, и Я реальным. Представления человека о самом себе, как правило, кажутся ему убедительными независимо от того, основываются ли они на объективном знании или на субъективном мнении, являются ли они истинными или ложными. Качества, которые человек приписывает самому себе, далеко не всегда адекватны.

Цель. Изучение уровня самооценки.

Процесс самооценивания может происходить двумя путями:

) сопоставления уровня своих притязаний с объективными результатами своей деятельности;

) сравнения себя с другими людьми.

Однако независимо от того, лежат ли в основе самооценки собственные суждения человека о себе или интерпретации суждений других людей, индивидуальные идеалы или культурно-заданные стандарты, самооценка всегда носит субъективный характер; при этом ее показателями могут выступать адекватность и уровень.

Самооценка связана с одной из центральных потребностей человека - потребностью в самоутверждении, со стремлением человека найти свое место в жизни, утвердить себя как члена общества в глазах окружающих и в своем собственном мнении.

Под влиянием оценки окружающих у личности постепенно складывается собственное отношение к себе и самооценка своей личности, а также отдельных форм своей активности: общения, поведения, деятельности, переживаний.

Стимульный материал аккуратность, беспечность, вдумчивость, вспыльчивость, гордость, грубость, доброта, жадность, жизнерадостность, завистливость, застенчивость, злопамятность, искренность, капризность, легковерие, мечтательность, нежность, непринужденность, нерешительность, несдержанность, обидчивость, осторожность, педантичность, подозрительность, принципиальность, высокомерие, радушие, развязность рассудочность, решительность, сдержанность, стыдливость, терпеливость, трудолюбие, трусость, увлекаемость, упорство, уступчивость, упрямство, черствость, честность, чуткость, эгоизм.

Инструкция

этап: «Выберите из предложенного списка10 качеств, которые на Ваш взгляд должны быть присущи идеальному человеку. Проставьте рядом с выбранными качествами галочки (во 2 колонке)»

этап: «Из выбранных 10 слов выберите наиболее неприятное для Вас. Поставьте напротив этого слова (в колонке «идеал») цифру 1. Далее из оставшихся 9 слов так же выберите наиболее неприятное качество и поставьте напротив этого слова цифру 2. И так далее…»

этап: «Из этих же 10 слов выберите качество, наименее характерное для Вас. И поставьте напротив этого качества в колонке «Реальное Я» цифру 1. Далее из оставшихся 9 слов так же выберите наименее характерное для Вас качество и поставьте напротив этого слова цифру 2. И так далее…»

Бланк

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Идеал  | Качества  | Реальное Я  |
|  | Аккуратность  |  |
|  | Беспечность  |  |
|  | Вдумчивость  |  |
|  | Вспыльчивость  |  |
|  | Гордость  |  |
|  | Грубость  |  |
|  | Добродушие  |  |
|  | Жадность  |  |
|  | Жизнерадостность  |  |
|  | Завистливость  |  |
|  | Застенчивость  |  |
|  | Искренность  |  |
|  | Капризность  |  |
|  | Мечтательность  |  |
|  | Нежность  |  |
|  | Обидчивость  |  |
|  | Общительность |  |
|  | Осторожность  |  |
|  | Педантичность  |  |
|  | Принципиальность  |  |
|  | Высокомерие  |  |
|  | Радушие  |  |
|  | Решительность  |  |
|  | Сдержанность  |  |
|  | Терпеливость  |  |
|  | Трудолюбие  |  |
|  | Трусость  |  |
|  | Уверенность |  |
|  | Упорство  |  |
|  | Уступчивость  |  |
|  | Упрямство  |  |
|  | Черствость  |  |
|  | Честность  |  |
|  | Чуткость  |  |
|  | Эгоизм  |  |

Расшифровка качеств личности

Аккуратность - соблюдение во всем порядка, тщательность работы, исполнительность.

Беспечность - такой, который ни о чем не беспокоится, не заботится;

Вдумчивость - глубокое проникновение в суть дела.

Вспыльчивость - способность легко приходить в раздражение, гнев, озлобление.

Гордость - чувство собственного достоинства.

Грубость - хамское, некультурное действие или высказывание

Добродушие - мягкость характера, расположение к людям.

Жадность - неумеренное желание владения или потребления

Жизнерадостность - постоянство чувства радости, отсутствие уныния.

Искренность - выражение подлинных чувств, правдивость, откровенность.

Нежность - проявление любви, ласки.

Общительность - способность легко входить в общение.

Педантичность - предельная точность и аккуратность в каких-либо действиях; чрезмерная склонность к соблюдению формальных требований, правил ит.п.

Принципиальность - умение придерживаться твердых принципов, убеждений, взглядов на вещи и события.

Радушие - сердечное, ласковое отношение, соединенное с гостеприимством, с готовностью чем-нибудь услужить.

Решительность - непреклонность, твердость в поступках, способность быстро принимать решения, преодолевая внутренние колебания.

Сдержанность - умеренность в действиях и проявлении эмоций, торможение внутренних побуждений.

Трудолюбие - любовь к труду, общественно полезной деятельности, требующей напряжения.

Уверенность - вера в правильность поступков, отсутствие колебаний, сомнений.

Уступчивость - соглашательство с другими людьми по каким-то вопросам.

Черствость - суровость по отношению к кому-либо или склонность к такому отношению.

Чуткость - отзывчивость, сочувствие, способность легко понимать людей.

Честность - прямота, искренность в отношениях и поступках.

Эгои́зм - поведение, целиком определяемое мыслью о собственной пользе, выгоде, когда человек ставит свои интересы выше интересов других.

Обработка. Из отобранных испытуемым ранее свойств личности постройте субъективный ряд d2, в котором расположите данные свойства по мере убывания их выраженности (10-й ранг - качество, присущее испытуемому в наибольшей степени, 9-й - качество, характерное для испытуемого несколько меньше, чем первое, и т.д.).

Протокол исследования

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер ранга эталона d1 | Свойства личности | Номер ранга субъекта d2 | Разность рангов d | Квадрат разности рангов d2 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  | Σd2 = |

Мера связи устанавливается с помощью коэффициента ранговой корреляции. Чтобы высчитать коэффициент, необходимо вначале найти разность рангов d=d1-d2 по каждому качеству и занести полученный результат в колонку d в протокол исследования. Затем каждое полученное значение разности рангов d возвести в квадрат (d1 - d2)2 и записать результат в колонке d2. Подсчитайте общую сумму квадратов разности рангов Σd2 и внесите ее в формулу:

r = 1 - 0,00075 x Σd2,[1]

где r - коэффициент корреляции (показатель уровня самооценки личности).

Либо вычислите по формуле Спирмена

r =1 - (6Σd2 /(n3-n)), [2]

где n - число рассматриваемых свойств (в нашем случае n=10)
Учитывая, что в данном варианте методики n=10? то вычисления легче производить по формуле [1].

Интерпретация.

Коэффициент ранговой корреляции r может находиться в интервале от -1 до + 1.

Если полученный коэффициент составляет не менее -0,37 и не более +0,37 (при уровне достоверности равном 0,05), то это указывает на слабую незначительную связь (или ее отсутствие) между представлениями человека о качествах своего идеала и о реальных качествах. Такой показатель может быть обусловлен и несоблюдением испытуемым инструкции, но если она выполнялась, то низкие показатели означают нечеткое и недифференцированное представление человеком о своем идеальном Я и Я реальном.

Значение коэффициента корреляции от +0,38 до +1 - свидетельство наличия значимой положительной связи между Я идеальным и Я реальным. Это можно трактовать как проявление адекватной самооценки или, при r от +0,39 до +0,89, как тенденция к завышению. Значения же от +0,9 до +1 часто выражают неадекватно завышенное самооценивание.

Значение коэффициента корреляции в интервале от -0,38 до -1 говорит о наличии значимой отрицательной связи между Я идеальным и Я реальным (отражает несоответствие или расхождение представлений человека о том, каким он хочет быть, и тем, какой он в реальности). Это несоответствие предлагается интерпретировать как заниженную самооценку. Чем ближе коэффициент к -1, тем больше степень несоответствия.

Адекватность самооценивания выражает степень соответствия представлений человека о себе объективным основаниям этих представлений. Уровень самооценки выражает степень реальных и идеальных, или желаемых, представлений о себе. Адекватную самооценку (с тенденцией к завышению) можно приравнять к позитивному отношению к себе, к самоуважению, принятию себя, ощущению собственной полноценности.

Низкая самооценка (с тенденцией к занижению), наоборот, может быть связана с негативным отношением к себе, неприятием себя, ощущением собственной неполноценности.

В процессе формирования самооценки важную роль играет сопоставление образов реального Я и Я идеального. Поэтому тот, кто достигает в реальности характеристик, соответствующих идеалу, будет иметь высокую самооценку. Если же человек «эффективно» рефлексирует разрыв между этими характеристиками и реальностью своих достижений, его самооценка, по всей вероятности, будет низкой.

Самооценка и отношение человека к себе тесно связаны с уровнем притязаний, мотиваций и эмоциональными особенностями личности. От самооценки зависит интерпретация приобретенного опыта и ожидания человека относительно самого себя и других людей.

Приложение 5

Методика определения самооценки Дебо-Рубинштейна

Цель. Изучение уровня самооценки черт характера.

Материал. На листе бумаги в клетку чертят две вертикальные параллельные линии, между которыми расстояние в 10 клеток. С левого края чертят первую вертикальную линию (пробную), соединяющую обе горизонтали.

Бланк

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Инструкция

Вы знаете, что есть разные люди, честные и лживые, добрые и злые, справедливые и не очень, трудолюбивые и ленивые, вежливые и грубые.

1. В самой верхней точке находятся те, кто считают себя самыми добрыми, в самой нижней - те, кто считают себя самыми злыми. Между ними - все остальные. Отметь точкой, куда бы ты поставил себя на этой вертикальной линии?

. В самой верхней точке - самые щедрые люди, в самой нижней - самые жадные. Где находишься ты?

. Честность.

. Дружелюбие.

. Справедливость.

. Находчивость.

. Трудолюбие.

. Самостоятельность.

. Заботливость.

. Организованность.

. Нравишься ли ты себе, какой ты есть?

. Хотел бы ты стать еще лучше: вежливее, трудолюбивее, справедливее и т.д.?

. Что нужно сделать, чтобы стать лучше?

. Ты так уже делаешь?

Форма протокола

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № респондента | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Общее кол-во балов | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| … |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Средний бал |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Приложение 6

самооценка подростковый учащийся саморегуляция

Характеристика поведения личности в зависимости от ее самооценки

Люди с завышенной самооценкой гипертрофированно оценивают свои достоинства, ставят перед собой более высокие цели, чем те, которые они могут реально достигнуть, у них высокий уровень притязаний, не соответствующий их реальным возможностям.

Здоровые качества личности: достоинство, гордость, самолюбие - перерождаются в высокомерие, тщеславие, эгоцентризм.

Неадекватная самооценка своих возможностей и завышенный уровень притязаний обуславливают чрезмерную самоуверенность. Развитие излишней самоуверенности может выступать следствием соответствующего стиля воспитания в семье и школе. Незаслуженные похвалы и поощрения способствуют формированию у такого человека сознания исключительности, искаженного представления о собственных возможностях, необъективной оценки результатов своей деятельности.

Самоуверенные люди не склонны к самоанализу. В купе с некритичностью мышления, недисциплинированностью, отсутствием необходимого самоконтроля это ведет к принятию ошибочных решений и осуществлению рисковых поступков. Дальнейшая утрата чувства необходимой осторожности отрицательно влияет на безопасность, надежность и эффективность всей жизнедеятельности человека. Отсутствие или недостаточная потребность в самосовершенствовании затрудняет включение их в процесс самовоспитания.

Люди с заниженной самооценкой обычно ставят перед собой более низкие цели, чем те, которые могут достигнуть, преувеличивая значение неудач. При заниженной самооценке человек характеризуется другой крайностью, противоположной самоуверенности, - чрезмерной неуверенностью в себе. Неуверенность, часто объективно необоснованная, является устойчивым качеством личности и ведет к формированию у человека таких черт, как смирение, пассивность, «комплекс неполноценности». Это отражается и во внешнем виде человека: голова втянута в плечи, походка нерешительная, он хмур, неулыбчив. Окружающие иногда принимают такого человека за сердитого, злого, неконтактного и следствием этого становится изоляция от людей, одиночество.
Развитию неуверенности в себе могут способствовать и некоторые субъективные факторы: тип высшей нервной деятельности, черты темперамента и т.д.

Например, неуверенность выступает в качестве одной из характеристик тревожности. Преодоление неуверенности через процесс самовоспитания затруднено из-за неверия человека в свои возможности, перспективы и конечный результат.

Наиболее благоприятна адекватная самооценка, предполагающая равное признание человеком как своих достоинств, так и недостатков. В основе оптимальной самооценки, выражающейся через положительное свойство личности - уверенность, лежат необходимый опыт и соответствующие знания. Уверенность в себе позволяет человеку регулировать уровень притязаний и правильно оценивать собственные возможности применительно к различным жизненным ситуациям. Уверенного человека отличают решительность, твердость, умение находить и принимать логические решения, последовательно их реализовывать.
Уверенный человек критически относится к допущенным ошибкам, анализируя их причины, с тем, чтобы не повторить их вновь. Отсюда вывод: надо стремиться развивать у себя адекватную самооценку на основе самопознания.

Познав и оценив себя, человек может более сознательно, а не стихийно управлять своим поведением и заниматься самовоспитание.

Приложение 7

Респондент №1 неверно заполнил бланк, обработка данных невозможна.

Протокол исследования 2

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер ранга эталона d1 | Свойства личности | Номер ранга субъекта d2 | Разность рангов d | Квадрат разности рангов d2 |
| 1 | Упорство | 1 | 0 | 0 |
| 4 | Уступчивость | 2 | 2 | 4 |
| 6 | Уверенность | 3 | 3 | 9 |
| 9 | Осторожность | 4 | 5 | 25 |
| 2 | Педантичность | 5 | -3 | 9 |
| 10 | Эгоизм | 6 | 4 | 16 |
| 7 | Жизнерадостность | 7 | 0 | 0 |
| 5 | Радушие | 8 | -3 | 9 |
| 3 | Терпеливость | 9 | -6 | 36 |
| 8 | Честность | 10 | -2 | 4 |
| r = 1 - 0,00075 x Σd2 r =0,92275 | Σd2 =103 |

Значения от +0,9 до +1 часто выражают неадекватно завышенное самооценивание.

Протокол исследования 3

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер ранга эталона d1 | Свойства личности | Номер ранга субъекта d2 | Разность рангов d | Квадрат разности рангов d2 |
| 1 |  Осторожность | 1 | 0 | 0 |
| 7 | Общительность | 2 | 5 | 25 |
| 3 | Добродушие  | 3 | 0 | 0 |
| 4 | Чуткость | 4 | 0 | 0 |
| 5 | Честность | 5 | 0 | 0 |
| 2 | Вдумчивость | 6 | -4 | 16 |
| 8 | Мечтательность | 7 | 1 | 1 |
| 6 | Трудолюбие | 8 | -2 | 4 |
| 9 | Решительность | 9 | 0 | 0 |
| 10 | Жизнерадостность | 10 | 0 | 0 |
| r = 1 - 0,00075 x Σd2 r =0,96625 | Σd2 =45 |

Значения от +0,9 до +1 часто выражают неадекватно завышенное самооценивание.

Протокол исследования 4

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер ранга эталона d1 | Свойства личности | Номер ранга субъекта d2 | Разность рангов d | Квадрат разности рангов d2 |
| 7 |  Осторожность | 1 | 6 | 36 |
| 3 | Терпеливость | 2 | 1 | 1 |
| 8 |  Уступчивость | 3 | 5 | 25 |
| 1 | Аккуратность | 4 | -3 | 9 |
| 2 | Чуткость | 5 | -3 | 9 |
| 5 | Уверенность | 6 | -1 | 1 |
| 10 | Искренность | 7 | 3 | 9 |
| 9 | Честность | 8 | 1 | 1 |
| 6 |  Добродушие  | 9 | -3 | 9 |
| 4 | Жизнерадостность | 10 | -6 | 36 |
| r = 1 - 0,00075 x Σd2 r =0,898 | Σd2 =136 |

Значение коэффициента корреляции от +0,38 до +1 - свидетельство наличия значимой положительной связи между Я идеальным и Я реальным. Это можно трактовать как проявление адекватной самооценки или, при r от +0,39 до +0,89, как тенденция к завышению.

Протокол исследования 5

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер ранга эталона d1 | Свойства личности | Номер ранга субъекта d2 | Разность рангов d | Квадрат разности рангов d2 |
| 7 | Решительность | 1 | 6 | 36 |
| 6 |  Уверенность | 2 | 4 | 16 |
| 5 | Общительность | 3 | 2 | 2 |
| 1 | Нежность | 4 | -3 | 9 |
| 2 | Жизнерадостность | 5 | -3 | 9 |
| 4 | Гордость | 6 | -2 | 4 |
| 3 | Аккуратность | 7 | -4 | 16 |
| 10 | Искренность | 8 | 2 | 4 |
| 8 | Добродушие  | 9 | -1 | 1 |
| 9 | Честность | 10 | -1 | 1 |
| r = 1 - 0,00075 x Σd2 r =0,9265 | Σd2 =98 |

Значения от +0,9 до +1 часто выражают неадекватно завышенное самооценивание.

Респондент №6 не верно заполнил бланк, обработка данных невозможна.

Протокол исследования 7

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер ранга эталона d1 | Свойства личности | Номер ранга субъекта d2 | Разность рангов d | Квадрат разности рангов d2 |
| 8 |  Решительность | 1 | 7 | 49 |
| 9 | Уверенность | 2 | 7 | 49 |
| 10 | Беспечность | 3 | 7 | 49 |
| 1 | Общительность | 4 | -3 | 9 |
| 6 | Нежность | 5 | 1 | 1 |
| 7 | Мечтательность | 6 | 1 | 1 |
| 2 |  Радушие | 7 | -5 | 25 |
| 3 | Принципиальность | 8 | -5 | 25 |
| 4 | Добродушие  | 9 | -5 | 25 |
| 5 | Жизнерадостность | 10 | -5 | 25 |
|  r = 1 - 0,00075 x Σd2 r =0,8065 | Σd2 =258 |

Значение коэффициента корреляции от +0,38 до +1 - свидетельство наличия значимой положительной связи между Я идеальным и Я реальным. Это можно трактовать как проявление адекватной самооценки или, при r от +0,39 до +0,89, как тенденция к завышению.

Протокол исследования 8

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер ранга эталона d1 | Свойства личности | Номер ранга субъекта d2 | Разность рангов d | Квадрат разности рангов d2 |
| 1 |  Аккуратность | 1 | 1 | 1 |
| 2 | Принципиальность | 2 | 0 | 0 |
| 9 | Общительность | 3 | 6 | 36 |
| 5 | Жизнерадостность | 4 | 1 | 1 |
| 6 |  Добродушие  | 5 | 1 | 1 |
| 10 | Сдержанность | 6 | 4 | 14 |
| 8 | Упорство | 7 | 1 | 1 |
| 4 | Честность | 8 | -4 | 16 |
| 3 | Высокомерие | 9 | -6 | 36 |
| 7 |  Искренность | 10 | -3 | 9 |
| r = 1 - 0,00075 x Σd2 r =0,91375 | Σd2 =115 |

Значения же +0,9 до +1 часто выражают неадекватно завышенное самооценивание.

Протокол исследования 9

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер ранга эталона d1 | Свойства личности | Номер ранга субъекта d2 | Разность рангов d | Квадрат разности рангов d2 |
| 1 |  Аккуратность | 1 | 0 | 0 |
| 10 | Гордость | 2 | 8 | 64 |
| 4 | Жизнерадостность | 3 | 1 | 1 |
| 3 | Добродушие  | 4 | 1 | 1 |
| 6 | Решительность | 5 | 1 | 1 |
| 5 | Общительность | 6 | -1 | 1 |
| 8 |  Уверенность | 7 | 1 | 1 |
| 9 | Честность | 8 | 1 | 1 |
| 2 | Терпеливость | 9 | -5 | 25 |
| 7 | Трудолюбие | 10 | -3 | 9 |
|  r = 1 - 0,00075 x Σd2 r =0,922 | Σd2 =104 |

Значения от +0,9 до +1 часто выражают неадекватно завышенное самооценивание.

Протокол исследования 10

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер ранга эталона d1 | Свойства личности | Номер ранга субъекта d2 | Разность рангов d | Квадрат разности рангов d2 |
| 6 | Упорство | 1 | 5 | 25 |
| 4 |  Аккуратность | 2 | 2 | 4 |
| 1 | Решительность | 3 | -2 | 4 |
| 3 | Чуткость | 4 | -1 | 1 |
| 10 | Трудолюбие | 5 | 5 | 25 |
| 7 | Общительность | 6 | -1 | 1 |
| 5 |  Добродушие  | 7 | -2 | 4 |
| 8 | Искренность | 8 | 0 | 0 |
| 2 |  Жизнерадостность | 9 | -5 | 25 |
| 9 | Честность | 10 | -1 | 1 |
| r = 1 - 0,00075 x Σd2 r =0,9325 | Σd2 =90 |

Значение коэффициента корреляции от +0,38 до +1 - свидетельство наличия значимой положительной связи между Я идеальным и Я реальным. Значения же от +0,9 до +1 часто выражают неадекватно завышенное самооценивание.

Протокол исследования 11

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер ранга эталона d1 | Свойства личности | Номер ранга субъекта d2 | Разность рангов d | Квадрат разности рангов d2 |
| 8 | Решительность | 1 | 7 | 49 |
| 1 | Чуткость | 2 | -1 | 1 |
| 4 | Гордость | 3 | -1 | 1 |
| 7 | Педантичность | 4 | 3 | 9 |
| 2 | Аккуратность | 5 | -3 | 9 |
| 9 | Терпеливость | 6 | -3 | 9 |
| 10 | Трудолюбие | 7 | -3 | 9 |
| 6 | Осторожность | 8 | -2 | 4 |
| 3 | Вдумчивость | 9 | -6 | 16 |
| 5 | Нежность | 10 | -5 | 25 |
|  r = 1 - 0,00075 x Σd2 r =0,901 | Σd2 =132 |

Значение коэффициента корреляции от +0,38 до +1 - свидетельство наличия значимой положительной связи между Я идеальным и Я реальным. Значения же от +0,9 до +1 часто выражают неадекватно завышенное самооценивание.

Протокол исследования 12

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер ранга эталона d1 | Свойства личности | Номер ранга субъекта d2 | Разность рангов d | Квадрат разности рангов d2 |
| 4 | Общительность | 1 | 3 | 9 |
| 3 | Жизнерадостность | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Гордость | 3 | -1 | 1 |
| 1 | Принципиальность | 4 | -3 | 9 |
| 7 | Искренность | 5 | -2 | 4 |
| 5 |  Добродушие  | 6 | -1 | 1 |
| 6 | Терпеливость | 7 | -1 | 1 |
| 10 | Мечтательность | 8 | 2 | 4 |
| 8 | Уверенность | 9 | -1 | 1 |
| 9 | Вдумчивость | 10 | -1 | 1 |
|  r = 1 - 0,00075 x Σd2 r =0,976 | Σd2 =32 |

Значение коэффициента корреляции от +0,38 до +1 - свидетельство наличия значимой положительной связи между Я идеальным и Я реальным. Значения же от +0,9 до +1 часто выражают неадекватно завышенное самооценивание.

Протокол исследования 13

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер ранга эталона d1 | Свойства личности | Номер ранга субъектаd2 | Разность рангов d | Квадрат разности рангов d2 |
| 2 | Нежность | 1 | 1 | 1 |
| 6 | Уверенность | 2 | 4 | 16 |
| 1 | Аккуратность | 3 | -2 | 4 |
| 3 | Мечтательность | 4 | -1 | 1 |
| 5 | Жизнерадостность | 5 | 0 | 0 |
| 8 | Добродушие  | 6 | 2 | 4 |
| 4 | Трудолюбие | 7 | -3 | 9 |
| 9 | Искренность | 8 | 1 | 1 |
| 10 | Честность | 9 | 1 | 1 |
| 7 | Общительность | 10 | -3 | 9 |
|  r = 1 - 0,00075 x Σd2 r =0,9655 | Σd2 =46 |

Значение коэффициента корреляции от +0,38 до +1 - свидетельство наличия значимой положительной связи между Я идеальным и Я реальным. Значения же от +0,9 до +1 часто выражают неадекватно завышенное самооценивание.

Протокол исследования 14

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер ранга эталона d1 | Свойства личности | Номер ранга субъекта d2 | Разность рангов d | Квадрат разности рангов d2 |
| 4 | Осторожность | 1 | 3 | 9 |
| 5 | Трудолюбие | 2 | 3 | 9 |
| 9 | Жизнерадостность | 3 | 6 | 36 |
| 3 | Добродушие | 4 | -1 | 1 |
| 1 | Эгоизм | 5 | -4 | 16 |
| 6 | Упорство | 6 | 0 | 0 |
| 7 | Уверенность | 7 | 0 | 0 |
| 2 | Упрямство | 8 | -6 | 36 |
| 10 | Решительность | 9 | 1 | 1 |
| 8 | Общительность | 10 | -2 | 4 |
|  r = 1 - 0,00075 x Σd2 r =0,944 | Σd2 =112 |

Значение коэффициента корреляции от +0,38 до +1 - свидетельство наличия значимой положительной связи между Я идеальным и Я реальным. Значения же от +0,9 до +1 часто выражают неадекватно завышенное самооценивание.

Протокол исследования 15

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер ранга эталона d1 | Свойства личности | Номер ранга субъекта d2 | Разность рангов d | Квадрат разности рангов d2 |
| 4 | Осторожность | 1 | 3 | 9 |
| 5 | Обидчивость | 2 | 3 | 9 |
| 1 | Эгоизм | 3 | -2 | 4 |
| 2 | Грубость | 4 | -2 | 4 |
| 9 | Общительность | 5 | 4 | 16 |
| 6 | Решительность | 6 | 0 | 0 |
| 3 | Трудолюбие | 7 | -4 | 16 |
| 10 | Честность | 8 | 2 | 4 |
| 8 | Искренность | 9 | -1 | 1 |
| 7 | Нежность | 10 | -3 | 9 |
|  r = 1 - 0,00075 x Σd2 r =0,958 | Σd2 =56 |

Значение коэффициента корреляции от +0,38 до +1 - свидетельство наличия значимой положительной связи между Я идеальным и Я реальным. Значения же от +0,9 до +1 часто выражают неадекватно завышенное самооценивание.

Протокол исследования 16

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер ранга эталона d1 | Свойства личности | Номер ранга субъекта d2 | Разность рангов d | Квадрат разности рангов d2 |
| 5 | Искренность | 1 | 4 | 16 |
| 3 | Жизнерадостность | 2 | 1 | 1 |
| 1 | Терпеливость | 3 | -2 | 4 |
| 2 | Честность | 4 | -2 | 4 |
| 7 | Уверенность | 5 | 2 | 4 |
| 9 | Упорство | 6 | 3 | 9 |
| 6 | Общительность | 7 | -1 | 1 |
| 4 | Добродушие | 8 | -2 | 4 |
| 10 | Трудолюбие | 9 | 1 | 1 |
| 8 | Аккуратность | 10 | -2 | 4 |
|  r = 1 - 0,00075 x Σd2 r =0,964 | Σd2 =48 |

Значение коэффициента корреляции от +0,38 до +1 - свидетельство наличия значимой положительной связи между Я идеальным и Я реальным. Значения же от +0,9 до +1 часто выражают неадекватно завышенное самооценивание.

Протокол исследования 17

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер ранга эталона d1 | Свойства личности | Номер ранга субъекта d2 | Разность рангов d | Квадрат разности рангов d2 |
| 7 | Аккуратность | 1 | 6 | 36 |
| 1 | Осторожность | 2 | -1 | 1 |
| 4 | Жизнерадостность | 3 | 1 | 1 |
| 8 | Трудолюбие | 4 | 4 | 16 |
| 6 | Вдумчивость | 5 | 1 | 1 |
| 5 | Терпеливость | 6 | -1 | 1 |
| 9 | Гордость | 7 | 2 | 4 |
| 10 | Честность | 8 | 2 | 4 |
| 3 | Искренность | 9 | -6 | 36 |
| 2 | Уверенность | 10 | -8 | 64 |
|  r = 1 - 0,00075 x Σd2 r =0,877 | Σd2 =164 |

Значение коэффициента корреляции от +0,38 до +1 - свидетельство наличия значимой положительной связи между Я идеальным и Я реальным. Это можно трактовать как проявление адекватной самооценки или, при r от +0,39 до +0,89, как тенденция к завышению.

Протокол исследования 18

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер ранга эталона d1 | Свойства личности | Номер ранга субъекта d2 | Разность рангов d | Квадрат разности рангов d2 |
| 2 | Вдумчивость | 1 | 1 | 1 |
| 3 | Аккуратность | 2 | 1 | 1 |
| 6 | Сдержанность | 3 | 3 | 9 |
| 7 | Трудолюбие | 4 | 3 | 9 |
| 5 | Добродушие | 5 | 0 | 0 |
| 9 | Уверенность | 6 | 3 | 9 |
| 8 | Решительность | 7 | 1 | 1 |
| 4 | Упорство | 8 | -4 | 16 |
| 1 | Эгоизм | 9 | -8 | 64 |
| 10 | Гордость | 10 | 0 | 0 |
|  r = 1 - 0,00075 x Σd2 r =0,895 | Σd2 =140 |

Значение коэффициента корреляции от +0,38 до +1 - свидетельство наличия значимой положительной связи между Я идеальным и Я реальным. Это можно трактовать как проявление адекватной самооценки или, при r от +0,39 до +0,89, как тенденция к завышению.

Протокол исследования 19

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер ранга эталона d1 | Свойства личности | Номер ранга субъекта d2 | Разность рангов d | Квадрат разности рангов d2 |
| 10 | Трудолюбие | 1 | 9 | 81 |
| 4 | Аккуратность | 2 | 2 | 4 |
| 5 | Искренность | 3 | 2 | 4 |
| 2 | Жизнерадостность | 4 | -2 | 4 |
| 1 | Решительность | 5 | -4 | 16 |
| 6 | Уверенность | 6 | 0 | 0 |
| 7 | Упорство | 7 | 0 | 0 |
| 3 | Общительность | 8 | -5 | 25 |
| 8 | Чуткость | 9 | -1 | 1 |
| 9 | Терпеливость | 10 | -1 | 1 |
|  r = 1 - 0,00075 x Σd2 r =0,898 | Σd2 =136 |

Значение коэффициента корреляции от +0,38 до +1 - свидетельство наличия значимой положительной связи между Я идеальным и Я реальным. Это можно трактовать как проявление адекватной самооценки или, при r от +0,39 до +0,89, как тенденция к завышению.

Протокол исследования 20

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер ранга эталона d1 | Свойства личности | Номер ранга субъекта d2 | Разность рангов d | Квадрат разности рангов d2 |
| 10 | Общительность | 1 | 9 | 81 |
| 9 | Решительность | 2 | 5 | 25 |
| 8 | Сдержанность | 3 | 5 | 25 |
| 7 | Терпеливость | 4 | 3 | 9 |
| 5 | Застенчивость | 5 | 0 | 0 |
| 6 | Мечтательность | 6 | 0 | 0 |
| 1 | Эгоизм | 7 | -6 | 36 |
| 2 | Упрямство | 8 | -6 | 36 |
| 3 | Упорство | 9 | -6 | 36 |
| 4 | Уверенность | 10 | -6 | 36 |
|  r = 1 - 0,00075 x Σd2 r =0,787 | Σd2 =284 |

Значение коэффициента корреляции от +0,38 до +1 - свидетельство наличия значимой положительной связи между Я идеальным и Я реальным. Это можно трактовать как проявление адекватной самооценки или, при r от +0,39 до +0,89, как тенденция к завышению.

Приложение 8

Форма протокола 1 (по Дебо-Рубинштейну)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № респондента | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Общее кол-во балов |
| 1 | 9 | 9 | 8 | 9 | 7 | 8 | 8 | 8 | 10 | 9 | 85 |
| 2 | 7 | 3 | 9 | 10 | 10 | 7 | 3 | 3 | 8 | 10 | 70 |
| 3 | 6 | 5 | 9 | 6 | 9 | 8 | 7 | 5 | 2 | 8 | 65 |
| 4 | 8 | 7 | 9 | 10 | 8 | 6 | 1 | 6 | 8 | 10 | 73 |
| 5 | 8 | 10 | 10 | 10 | 8 | 6 | 8 | 8 | 9 | 8 | 85 |
| 6 | 6 | 8 | 8 | 8 | 8 | 6 | 8 | 8 | 8 | 8 | 76 |
| 7 | 5 | 5 | 7 | 7 | 9 | 7 | 7 | 6 | 9 | 5 | 67 |
| 8 | 10 | 8 | 9 | 10 | 7 | 6 | 1 | 9 | 10 | 5 | 75 |
| 9 | 6 | 6 | 8 | 6 | 8 | 7 | 10 | 9 | 8 | 8 | 76 |
| 10 | 6 | 6 | 8 | 8 | 6 | 8 | 7 | 9 | 10 | 9 | 77 |
| 11 | 8 | 9 | 7 | 8 | 7 | 8 | 7 | 8 | 9 | 6 | 77 |
| 12 | 7 | 4 | 4 | 7 | 10 | 10 | 5 | 9 | 8 | 8 | 72 |
| 13 | 9 | 8 | 8 | 10 | 9 | 9 | 8 | 9 | 9 | 10 | 89 |
| 14 | 8 | 10 | 4 | 10 | 9 | 10 | 6 | 10 | 10 | 8 | 84 |
| 15 | 6 | 7 | 8 | 7 | 5 | 6 | 6 | 8 | 10 | 8 | 71 |
| 16 | 8 | 7 | 7 | 9 | 8 | 8 | 8 | 9 | 8 | 9 | 81 |
| 17 | 9 | 7 | 8 | 8 | 10 | 8 | 8 | 9 | 9 | 8 | 84 |
| 18 | 8 | 10 | 6 | 5 | 10 | 8 | 6 | 7 | 8 | 9 | 77 |
| 19 | 7 | 6 | 6 | 9 | 8 | 9 | 4 | 4 | 8 | 6 | 67 |
| 20 | 5 | 10 | 6 | 10 | 10 | 6 | 1 | 6 | 6 | 10 | 70 |
| Средний бал | 146 | 145 | 149 | 167 | 158 | 151 | 119 | 150 | 167 | 157 |  |