МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ

РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«ВОРОНЕЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ

УНИВЕРСИТЕТ»

КАФЕДРА ОБЩЕЙ И ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ

Курсовая работа

**«Особенности самооценки в подростковом возрасте**

**и ее влияние на учебные достижения»**

**Выполнил:** студент

заочной формы обучения

2 курса, 2 группы

гуманитарного факультета

Беззубцев Георгий Александрович

**Научный руководитель:**

доктор психологических наук

профессор кафедры общей

и педагогической психологии

Трофимова Наталия Борисовна

Воронеж 2021 г.

Содержание:

Введение

Глава I. Теоретические основы проблемы развития самооценки в подростковом возрасте.

* 1. Понятие самооценки. Её структура и виды.
	2. Особенности развития самооценки детей подросткового возраста.
	3. Самооценка как проблема психологии личности.

Глава II. Эмпирическое исследование уровня самооценки у подростков.

2.1. Методический подход к исследованию самооценки у подростков.

2.2. Анализ (обсуждение) результатов исследования.

2.3. Рекомендации.

Заключение.

Список литературы.

Приложение.

Введение

 Самооценка – важный компонент самосознания. Предполагает (включает) собственную оценку своей личности, её качеств, характеристик, будущего. Формируется под влиянием рациональных и эмоциональных факторов. На её формирование влияют знания человека о себе и его восприятие и оценка этих знаний.

**Актуальность данной темы** определяется целым рядом обстоятельств:

**Во-первых**, самооценка регулирует поведение человека, его активность во всех видах деятельности и в вопросах самоорганизации и самовоспитания.

**Во-вторых**, самооценка является одним из главных факторов формирования личности подростка. Опасность искажения самосознания - депривация структурных его звеньев, может привести к агрессивности, тревожности, трудностям в общении (недостаточность или полное отсутствие эмоциональных контактов), к утрате воли и даже к суициду.

То есть, важнейший компонент целостного самосознания личности, каким является самооценка, выступает необходимым условием гармонических отношении человека, как с самим собой, так и с другими людьми.

Экспериментальное исследование особенностей самооценки подростка является одной из наиболее актуальных психолого-педагогических проблем.

**Цель исследования:** изучение особенностей самооценки в подростковом возрасте. Теоретически обосновать и экспериментально доказать характер влияния самооценки подростков на успешность их учебной деятельности.

**Объект исследования:** самооценка подростка.

**Предмет исследования:** характер влияния самооценки на успешность учебной деятельности подростков. Взаимосвязь успехов в учебе и подростковой самооценки.

Для достижения цели исследования необходимо решить **следующие задачи:**

Познакомиться с основными точками зрения исследователей по данной проблеме.

Изучить особенности развития (формирования) самооценки в подростковом возрасте.

Выявить закономерности взаимодействия учебной деятельности и особенностей самооценки подростка.

Сформулировать рекомендации педагогам по формированию позитивной адекватной самооценки в подростковом возрасте.

**Глава I. Теоретические основы проблемы развития самооценки в подростковом возрасте**

* 1. **Понятие самооценки. Её структура и виды.**

*«Самооценка – это оценка личностью самой себя, своих возможностей, способностей, качеств и места среди других людей. Самооценка относится к фундаментальным образованиям личности. Она в значительной степени определяет ее активность, отношение к себе и другим людям»* [1, с 64].

Самооценка образует сложную систему, определяющую характер самоотношения индивида. Она включает в себя общую самооценку, которая отражает уровень самоуважения, целостное принятие или непринятие себя, и парциальные, частные самооценки, характеризующие отношение к отдельным сторонам своей личности, поступкам, успешности отдельных видов деятельности.

«***Выполняет регуляторную и защитную функцию****, влияя на поведение, деятельность и развитие личности, взаимоотношения человека с другими людьми. Основная функция состоит в том, чтобы регулировать поведение и деятельность личности. Высшая форма саморегулирования, таким образом, состоит в творческом отношении к собственной личности, в стремлении изменить, улучшить себя и в реализации этого стремления»*. [2, с 336]

 Защитная функция самооценки обеспечивает относительную стабильность и автономность (независимость) личности. Однако она может вести к искажению данных опыта и тем самым оказывать отрицательное влияние на развитие личности.

**Виды самооценки**.

 В зависимости от того, по какому, параметру она характеризуется, выделяются следующие виды самооценки:

По уровню (величине) - высокая, средняя и низкая самооценка;

 По реалистичности - адекватная и неадекватная (завышенная и заниженная). *«Адекватная самооценка - реалистичная оценка человеком самого себя, своих способностей, нравственных качеств и поступков. Адекватная самооценка позволяет субъекту отнестись к себе критически, правильно соотнести свои силы с задачами разной трудности и с требованиями окружающих»* [2; с 283(339)]. Неадекватная самооценка бывает заниженной или завышенной и проявляется соответственно в недооценке или переоценке себя и своих возможностей.

 По особенностям строения - конфликтная и бесконфликтная;

По временной отнесенности - прогностическая, актуальная и ретроспективная самооценка.

 Формируясь в процессе деятельности, самооценка адресуется к разным ее этапам. Самооценка, отражающая этап ориентировки в своих возможностях в предстоящей деятельности, направлена на будущее и называется **прогностической.**

Самооценка, проявляющаяся по ходу деятельности и направленная на ее коррекцию, называется **процессуальной, или корригирующей.** Она парциальна, частична по своему характеру и связана с реализацией контрольных действий.

 Самооценка на завершающем этапе деятельности, содержание которой составляет оценка результатов деятельности, называется **ретроспективной.** Она может быть полной или неполной, объективной или неадекватной. По устойчивости - устойчивая и неустойчивая самооценка. Л.И. Божович определяет неустойчивость самооценки как зависимость от ситуации, частного успеха или неуспеха, оценок других.[[1]](#footnote-1)

Еще есть общая и частная. Частной самооценкой будет, например, оценка каких-то деталей своей внешности, отдельных черт характера. В общей, или глобальной самооценке отражается одобрение или неодобрение, которое переживает человек по отношению к самому себе. Она может быть правильной (адекватной), а может неправильной, то есть неадекватной.

Процесс формирования глобальной самооценки противоречив и неравномерен. Это обусловлено тем, что частные оценки, на основе которых формируется глобальная самооценка, могут находиться на разных уровнях устойчивости и адекватности. Кроме того, они могут по-разному взаимодействовать между собой: быть согласованными, взаимно дополнять друг друга или противоречивыми, конфликтными. В глобальной самооценке отражается сущность личности.

Итоговым измерением Я, формой существования глобальной самооценки является самоуважение личности. **Самоуважение** — устойчивая личностная черта, и поддержание его на определенном уровне составляет важную заботу личности. Самоуважение личности определяется отношением ее действительных достижений к тому, на что человек претендует, какие цели перед собой ставит.

Совокупность таких целей образует уровень притязаний личности. Впервые этот термин был введен в научный обиход **К. Левином.** В его основе лежит такая самооценка, сохранение которой стало для личности потребностью.[[2]](#footnote-2) Уровень притязаний – это тот практический результат, которого субъект рассчитывает достичь в работе. В своей практической деятельности человек обычно стремится к достижению таких результатов, которые согласуются с его самооценкой, способствуют ее укреплению, нормализации. Как фактор, определяющий удовлетворенность или неудовлетворенность деятельностью, уровень притязаний имеет большое значение для лиц, ориентированных на избежание неудач, а не на достижение успехов. Существенные изменения в самооценке появляются в том случае, когда сами успехи или неудачи связываются субъектом деятельности с наличием или отсутствием у него необходимых способностей.

Следовательно, функции самооценки и самоуважения психической жизни личности состоят в том, что они выступаю внутренними условиями регуляции поведения и деятельности человека. Благодаря включению самооценки в структуру мотивации деятельности личность постоянно соотносит свои возможности, психические ресурсы с целями и средствами деятельности.

Знания, накопленные человеком о самом себе, а также глобальная самооценка, формирующаяся на основе таких знаний, позволяют сформировать многомерное образование, которое называется Я - концепцией и составляет ядро личности. *«Я- концепция - это обобщенное представление человека о самом себе, система его установок относительно собственной личности».* [3; С.93]. Я - концепцию можно определить, как совокупность всех представлений человека о себе, которые получены в результате критического взгляда на себя, свои поступки, образ жизни и т. п. Описательную составляющую Я - концепции часто называют «образом Я». Я - концепция рассматривается как динамическая совокупность личных установок, направленных на саму личность. Самооценка не застывшее образование, она постоянно изменяется. Поскольку и сама личность меняется, изменяется и ее представление о себе и своих возможностях. Вот как определяет разницу между самооценкой, и Я - концепцией Н. Ньюком: *«В отличие от самооценки, Я - концепция носит описательный характер. Черный цвет волос, мягкость голоса - являются частью Я - концепции, но эти качества не воспринимаются как хорошие или плохие; они нейтральны.* [4; 168 с.] *Самооценка, напротив, связана с вынесением суждений относительно собственных качеств. Возьмем, к примеру, 12-летнего мальчика, который считает себя драчуном. Если он ценит в себе способность постоять за себя, наличие этого качества повысит его самооценку. Если его огорчает собственная драчливость, то это может снизить его самооценку».* [5; С.359.] Я - концепция играет важнейшую роль в формировании целостной личности. Представления человека о самом себе должны быть согласованными (не противоречащими друг другу), иначе произойдет фрагментация личности, и человек будет страдать от смешения ролей.

Таким образом, важнейший компонент целостного самосознания личности, каким является самооценка, выступает необходимым условием гармонических отношении человека, как с самим собой, так и с другими людьми, с которыми он вступает в общение и взаимодействие.

Знать самооценку человека очень важно для установления отношений с ним, для нормального общения, в которое люди, как социальные существа, неизбежно включаются.

Важность включенности учащегося как субъекта учебного труда в оценку процесса и результата этого труда показана в ряде исследований. В одной из московских школ учащиеся средних классов, выполняя домашние и классные задания, до того, как отдать на проверку учителю, оценивают их соответствующим баллом сами. После того, как работы проверял и оценивал учитель, обсуждались случаи несовпадения оценок, выяснялись основания, на которых строили самооценки учащиеся, и показатели, по которым оценивал работы учитель. Этот цикл исследований продемонстрировал, что включение подростков в оценку достигаемого ими результата играет важнейшую роль не только в усвоении требований, которым должны удовлетворять выполняемые учебные задания, но и в формировании у них критического отношения к получаемому результату, составлению верного представления об уровне своих возможностей в учении.

 Структура самооценки представлена двумя компонентами - когнитивным и эмоциональным. Первый отражает знания человека о себе, второй - его отношение к себе. В процессе само оценивания эти компоненты функционируют в неразрывном единстве: ни тот, ни другой не может быть представлен в чистом виде. Знания о себе человек приобретает через общение с другими людьми. Эти знания неизбежно обрастают эмоциями, сила и напряженность которых зависит от того, насколько значима для личности полученная информация. Качественное своеобразие когнитивного и эмоционального компонентов придает их единству внутренне дифференцированный характер.

1.2. **Особенности развития самооценки детей подросткового возраста**

Один из самых важных моментов в развитии личности подростка – формирование у него самосознания, потребности осознать себя как личность. У подростка возникает интерес к себе, своей внутренней жизни, качествам собственной личности, потребность в самооценке, сопоставлении себя с другими людьми. Он начинает всматриваться в самого себя, стремится познать сильные и слабые стороны своей личности. Потребность самосознания возникает из жизни, практической деятельности. У подростка возникает потребность оценить свои возможности, для того чтобы найти свое место в коллективе.

На первых порах в основе самосознания подростка лежат суждения о нем других - взрослых (учителей и родителей), коллектива, товарищей. Он словно смотрит на себя глазами окружающих. Установка на сравнение себя с другими людьми выражена у подростка очень ярко. Особое внимание привлекают поступки - себя и других людей. Подросток оценивает собственные поступки, пытаясь понять, к чему они привели или приведут в будущем. Он желает осознать свои особенности («Почему я такой»), выяснить свои недостатки - эта потребность возникает из необходимости «правильно вести себя в обществе», верно, построить свои отношения со сверстниками и взрослыми, быть в состоянии отвечать требованиям других людей и своим собственным. Знать себя - непременное условие достижения важных целей. Именно поэтому подросток сначала особенно озабочен своими недостатками, хочет избавиться от них. Он нацелен на положительное в другом человеке, готов брать с него пример. Такое внимание к своим недостаткам и потребность преодолеть их сохраняются на протяжении всего подросткового возраста.

С возрастом подросток учится самостоятельно анализировать и оценивать собственную личность. Но поскольку подросток еще не обладает достаточным умением правильно анализировать собственные личностные проявления, то на этой основе возможны конфликты, порождаемые противоречием между уровнем притязаний подростка, его мнением о себе и его реальным положением в коллективе, отношением к нему со стороны взрослых и товарищей.

Таким образом, подростковый возраст отмечен более высоким уровнем развития самооценки по сравнению с другими периодами детства. Она поднимается на качественно новую ступень, обогащается новым содержанием, приобретает новые функции. Самое важное: именно в этом возрасте ребенок начинает осознавать себя как личность, обладающую определенными психическими качествами, включенными в определенную систему социальных отношений. Знания подростка о себе приобретают обобщенный характер. Познавая себя в постоянном сравнении с другими людьми, он начинает активно выделять и усваивать нормы и эталоны взаимоотношений; в сферу осознаваемого включаются все виды его деятельности и взаимоотношений с окружающими.[[3]](#footnote-3)

**Описывая особенности самооценки у подростков, многие исследователи отмечают ее ситуативность, неустойчивость, подверженность внешним воздействиям в младшем подростковом возрасте и большую устойчивость, многосторонность охвата различных сфер жизнедеятельности в старшем подростковом возрасте**.

Так, в одиннадцать лет - у школьника возникает желание понять, лучше узнать себя и появляется потребность в самооценке. Вместе с тем он чувствует, что не умеет, не может оценить себя, не знает, как, с помощью каких критериев это сделать. Поэтому для школьника становиться важной объективная оценка его деятельности. Это отражается на самооценке способностей подростка: помимо интереса к тому или иному учебному предмету на нее начинает действовать новый фактор - ориентация на реальные достижения.

В двенадцать лет интерес к собственному внутреннему миру еще больше усиливается. У семиклассников формируется умение думать и говорить о себе, они находят необходимые слова для этого, у них развивается личностная рефлексия. Представления о собственных возможностях, интересах составляют основу самооценки подростков этого возраста, являются главным предметом их гордости, служат основой для чувства собственного достоинства.

Многие авторы указывают на возраст между двенадцатью и четырнадцатью годами как на период, на протяжении которого происходит кардинальная перестройка отношения подростка к себе. По данным ряда специальных исследований, именно период то двенадцати до четырнадцати оценивается как момент наибольшего «смятения» «сумятицы», связанной с «Я».[[4]](#footnote-4)

С максимальной неустойчивостью представлений подростка о себе, его «Я - концепции» связаны многие особенности развития этой сферы в данный период. В подростковом возрасте наиболее актуальными и «аффективно заряженными», эмоционально значимыми оказываются «Я - прошлое» и «Я - будущее», к которым подросток испытывает амбивалентное отношение: и то и другое одновременно и притягивает, и отталкивает. «Я - настоящее» как бы постоянно примеряется то к первому, то ко второму.

Кроме того, среди основных Я - концепция включает такие установки индивида по отношению к себе, как «Я - реальное» и «Я - идеальное». Представления о своих способностях, своей внешности, свои личностных качествах образуют «Я-реальное». «Я - идеальное» включает в себя представление о том, каким человек хотел бы быть. Эта структура является собирательным образом тех людей (как реально существующих, так и виртуальных, литературных героев), на которых хочет походить подросток.

С особенностями «Я - идеального» и «Я - реального», их соотношения и реализации также связан характер самооценки. Нестабильность, ситуативность самооценки, которая может изменяться от неадекватно завышенной до неадекватно низкой, связана во многом с содержанием «Я идеального». [[5]](#footnote-5)

*«Стремление соответствовать тем идеалам, которые избирает для себя подросток, фрустрация значимых мотивов снижает самооценку. Актуализация новой мотивации, успех, соответственно, повышают ее».* [6; С.300]

Слишком большой разрыв между идеальными представлениями и реальными возможностями может привести к неуверенности подростка в себе, что выражается в обидчивости, агрессивности.[[6]](#footnote-6) Но, когда идеальный образ представляется достижимым, подросток адекватно оценивает свои возможности и выстраивает определенную систему действий для достижения образца.

Расхождение между реальным и идеальным «Я» также влияет на эмоциональную составляющую Я - концепции. Подросток перестает себе нравиться, отвергает себя. Как правило, отвергается не какая-то конкретная черта, а образ себя в целом.

У подростков наблюдается своеобразное сочетание конкретной, частной и общей самооценки. Каждая положительная и каждая отрицательная частная самооценка мгновенно приобретает глобальный характер. Причем очень часто самооценка колеблется между крайними полюсами: либо все, либо ничего - середины нет. Если успешность в чем-либо будет откланяться от некоего, выбранного самим подростком, часто максимального стандарта, то она мгновенно рушится. Другими словами, или реализация «Я - идеального» или ничего.

Возникает вопрос, что же является источником развития самооценки подростка? На первый план выдвигаются 2 основных источника: познание других людей и их оценка результатов своей деятельности и поведения.

Обнаружилось, что круг осознаваемых подростком качеств личности в суждениях о себе и о своих друзьях почти не отличается. Однако суждения о другом человеке более самостоятельны, конкретны и содержательны. Если же перед ребенком ставится задача сравнить себя с товарищем, то оказывается, что и характеристика самого себя становится у подростка более содержательной и конкретной; она по своему уровню как бы подтягивается к характеристике товарища. Следовательно, оценка другого человека, несколько опережая самооценку, выступает в качестве ее опоры и источника.

Что касается оценки деятельности и поведения подростка с другими людьми, в частности взрослыми, то она выполняет двоякую функцию: с одной стороны, в ней отражено соответствие или несоответствие его поведения требованиям общества, то есть она регулирует и поведение ребенка, и его отношение к себе; с другой - она способствует тому, чтобы подросток выделил те или иные свои качества и сделал их предметом осознания и оценки.

**Формирование самооценки у подростка оказывает большое влияние на весь ход его дальнейшего психического развития.**

На основе оценки окружающих у ребенка формируется система требований к себе. Из этого следует, что основа самооценки, в конечном счете, социальна по своей природе, требования, предъявляемые подростком к себе, имеют своим источником общественные требования.

Среди четырех источников социальной поддержки: родители, учителя, одноклассники, близкие друзья. Отношение одноклассников и родительская поддержка наиболее полно влияют на самооценку подростка.

Результаты многочисленных исследований показали, что специфическим новообразованием подросткового возраста является способность к рефлексии родительского мнения и выработке собственной позиции по отношению к родительской оценке. Смысл этой рефлексии состоит в том, что родительская точка зрения начинает восприниматься лишь как некоторая возможная точка зрения на «себя».

Однако при всем этом нельзя сказать, что у подростков происходит отчуждение от родителей.

**Исследования выявили, что поддержка семьи и принятие ребенка и его устремлений родителями в наибольшей степени влияют на уровень его общей самооценки, а школьные успехи и некоторые факторы, связанные с учителями значимы лишь для самооценки способностей**.[[7]](#footnote-7)

В исследованиях также отмечалось, что теплое, внимательное отношение родителей является основным условием формирования и дальнейшего подкрепления положительной самооценки подростков. Жесткое негативное отношение родителей имеет обратное действие: такие дети, как правило, сфокусированы на неудачах, они боятся рисковать, избегают участия в соревнованиях, кроме того, им присущи такие черты характера, как агрессивность и грубость, а также высокий уровень тревожности.

**Правильная самооценка зависит не только от родителей подростка, но и от суждений взрослых и, прежде всего учителя, а также от мнений сверстников.**

Влияние педагога на учащихся очень велико, поэтому важно, чтоб его суждения надлежащим образом воспринимались ими. Достигают воспитательной цели те указания учителя, которые помогают учащимися осознать положительные и отрицательные стороны их поведения, объясняют последствия плохих поступков, дают возможность исправить недостатки, добиться успехов.

В отечественной психологии вопрос влияния педагогической оценки на самооценку подростков был всесторонне исследован Б.Г. Ананьевым. Ученый **выделил две основные функции педагогической оценки: ориентирующую (воздействие на интеллектуальную сферу) и стимулирующую (воздействие на аффективно-волевую сферу личности).** Сочетание этих двух функций формирует знание ребенка о самом себе и переживание им собственных качеств, то есть самосознание и самооценку.

При оценке знаний учащихся, их поведения важно учитывать особенности отношения к себе. Дифференцированная оценка в зависимости от завышения или занижения учащимися своих качеств оказывает значительное воспитательное воздействие.

Существенное значение для формирования адекватной самооценки имеет и взаимное оценивание учащихся. Оно является важным способам самопознания.

Взаимооценивание особенно импонирует подросткам, поскольку у них развита потребность в познании внутреннего мира другого человека и своего собственного. В этом возрасте они склонны откровенно выражать свои мысли о товарищах, учатся осознавать и оценивать не только их качества, но и свои собственные, быть требовательными к себе и к окружающим.

Тяготение подростков друг к другу содействует тому, что мысли сверстников охотно принимаются. Учащиеся особенно дорожат мнением тех, кого они сами ценят. Сравнение своего поведения с действиями и поступками сверстников содействуют более глубокому самопознанию, пониманию расхождения между реальным и желаемым поведением.

Особенности самооценки оказывают существенное влияние на возникновение взаимоотношений в коллективе. Благодаря оценке товарищей по классу создается общественное мнение, являющееся одним из признаков прочности, воспитанности ученического коллектива. Общественное мнение основывается на однородности суждений многих учащихся, общности их оценок касательно каждого. Одним из условий формирования общественного мнения в классе является знание и учет **учителем особенностей оценочных отношений учащихся.[[8]](#footnote-8)**

Адекватные оценочные отношения формируются в тех случаях, когда воспитательный процесс правильно организован, когда учащиеся имеют возможность лучше осознать себя, осмыслить, соответствует ли их поведение принятым в обществе нормам.

Правильное воспитание влечет за собой самовоспитание - показатель высокого уровня нравственного развития школьника.

 **Так как же добиться высокого уровня самосознания, самоорганизации подростка, которые помогут ему серьёзно относиться к своей учебной деятельности, повышать её успешность? Каковы закономерности взаимодействия учебной деятельности и особенностей самооценки подростка.**

* 1. **Самооценка как проблема психологии личности**

Проблема самооценки является одной из наиболее сложных в психологии личности. Существует большое количество различных теорий самооценки, взглядов на ее природу, развитие, методов ее исследования. Некоторые из них пересекаются в трактовке самооценки, другие же предлагают иные варианты ее определения. Анализ литературы по проблеме самооценки приводит к заключению о многоаспектности данного феномена и многозначности его определений. Рассмотрение психолого-педагогической литературы свидетельствует о том, что изучению самооценки посвящено существенное количество трудов в отечественной и зарубежной психологии.

 Самооценка в отечественной психологии изучалась в связи с проблемой развития личности, формирования самосознания и Я - концепции. Особенно стоит отметить труды Б.Г. Ананьева, Л.И. Божович, А.В. Захарова, А.Н. Леонтьева, И.С. Кона, С.Л. Рубинштейна и других. Самооценка включает в себя оценку самого себя, своей деятельности, своего положения в коллективе, своего отношения к другим его членам. Содержание самооценки сложно, так как многоаспектна сама личность. Процесс установления самооценки не может быть конечным, поскольку сама личность постоянно развивается, а, следовательно, меняются и ее представления, понимание о себе, эмоционально-ценностные отношения к себе. Все это приводит к изменению способов выражения самооценки, содержания, меры ее участия в регуляции поведения. И соответственно, все эти аспекты становятся предметом исследования психологов и педагогов.

 Возрастная динамика самооценки привлекала к себе внимание таких ученых, как Л.И. Божович, Л.С. Выготский.

В зарубежной психологии при исследовании самооценки значительное внимание уделялось сопоставлению образа реального Я с образом идеального Я, то есть с представлением о том, каким человек хотел бы быть. В классической концепции Джемса представление об актуализации идеального Я положено в основу понятия самооценки, которое определяется как математическое отношение реальных достижений индивида к его притязаниям. Итак, кто достигает в реальности характеристик, определяющих для него идеальный образ Я, тот должен иметь высокую самооценку. Если же человек ощущает разрыв между этими характеристиками и реальностью своих достижений, его самооценка, по всей вероятности, будет низкой. Когда Джемс определил самооценку с помощью оригинальной формулы: он, фактически, указал на два пути повышения самооценки. В самом деле, индивид может улучшить представление о себе, либо, увеличивая числитель этой дроби, либо уменьшая ее знаменатель, поскольку для самооценки важно лишь соотношение этих показателей.

Второй фактор, важный для формирования самооценки, связан с интериоризацией социальных реакций на данного индивида. Иными словами, человек склонен оценивать себя так, как, по его мнению, его оценивают другие. Такой подход к пониманию самооценки был сформулирован и развит в работах Ч.Х. Кули и Д.Г. Мида. Джорджем Гербертом Мидом было исследовано формирование человеческого «Я» в процессе реального взаимодействия индивида с другими людьми в рамках определенных социальных групп и в зависимости от выполняемых личностью ролей. Мид утверждает, что самосознание - это процесс, в основе которого лежит практическое взаимодействие индивида с другими людьми. Индивид познает себя как такового не прямо, а только косвенно, с частных точек зрения других членов данной социальной группы или с обобщенной точки зрения всей группы, к которой он принадлежит.[[9]](#footnote-9)

 *«Чтобы успешно взаимодействовать с другими людьми, необходимо предвидеть реакцию партнера на то или иное твое действие; рефлексия на себя есть, по сути дела, не что иное, как способность поставить себя на место другого, усвоить отношение других к себе».* [7; С.50.] Р. Бернс, определяет понятие Я - концепция как совокупность всех представлений индивида о себе, связанную с их оценкой. ***Самооценка, по Бернсу, одна из составляющих «Я - концепции» человека, связанная с отношением к себе или отдельным своим качествам, т.е. это*** аффективная ***оценка представления человека о самом себе. А Предметом самооценки и определенного само восприятия может, в частности, стать тело человека, его способности, социальные отношения и множество других личностных проявлений.*** Таким образом, самооценка, независимо от того, лежат ли в ее основе собственные суждения индивида о себе или интерпретации суждений других людей, индивидуальные идеалы или культурно заданные стандарты, всегда носит субъективный характер.

ВЫВОД ПО I ГЛАВЕ

Изучив исследования различных психологов о проблеме самооценки в подростковом возрасте, можно сделать ряд выводов.

1. В подростковом возрасте активно формируется самосознание, вырабатывается собственная независимая система эталонов самооценивания и самоотношения.
2. В  его сознании происходит постепенная  переориентация с внешних оценок (преимущественно родительских) на внутренние. Таким образом, постепенно у подростка формируется своя Я-концепция, которая способствует дальнейшему, осознанному или неосознанному, построению поведения молодого человека.
3. Формирование самооценки связано с активными действиями, с самонаблюдением и самоконтролем. Игра, занятия, общение постоянно обращают его внимание на самого себя, ставят его в ситуацию, когда он должен как-то отнестись к себе - оценить свои умения что-то делать, подчиняться определенным требованиям и правилам, проявлять те или иные качества личности
4. Решающее влияние  на формирование самооценки оказывают  два фактора: отношение окружающих и осознание самим ребенком особенностей своей деятельности, ее хода и результатов.
5. Подросток нуждается в поддержке старших — родителей и учителей, пусть он даже сам не осознает этой необходимости. Родители и учителя должны сделать все возможное, чтобы помочь сформировать правильную самооценку подростка.
6. Адекватная высокая самооценка подростка поможет ему быстрее сформироваться как личности и достичь в жизни счастья и успеха.

Задача родителей, школы, всего социального окружения подростка состоит в формировании у него адекватной положительной самооценки, которая станет залогом успешной адаптации его в обществе.

В главе второй предполагаю использовать – методику самооценки Т. Дембо – С. Рубинштейна, тест «Идеал – не идеал», опросник самоотношения В.В. Столина и С.Р. Пантелеева а так же «самооценку личности» О.И. Моткова. Проблема акцентирована в конце второго параграфа главы 1.

1. Божович Л.И. Проблемы формирования личности. - М.: Просвещение, 1995. - 352 с. [↑](#footnote-ref-1)
2. Петровский А.В., Абраменкова В.В. Социальная психология: учебное пособие для студентов пед. Институтов. - М.: Просвещение, 1987. – 147с. [↑](#footnote-ref-2)
3. Захарова А.В. Формирование самооценки в учебной деятельности // Психологические проблемы в учебной деятельности школьника. М, 1977 [↑](#footnote-ref-3)
4. Практическая психология образования: Учебное пособие 4-е изд./ под редакцией. Дубровиной И.В - СПб.: 2007. [↑](#footnote-ref-4)
5. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. - М.: Просвещение, 1968. - с. 95-98. [↑](#footnote-ref-5)
6. Кулагина И.Ю. Возрастная психология (Развитие ребенка от рождения до 17 лет): Учебное пособие. 3-е изд. - М.: Издательство УРАО, 1997. [↑](#footnote-ref-6)
7. Крайг Г. Психология развития. - СПб.: Издательство «Питер»,2000. - 992 с. [↑](#footnote-ref-7)
8. Шибутани Т. Я - концепция/Психология самосознания. Хрестоматия. - Самара: Издательский дом «БАХРАХ - М», 2000 г. [↑](#footnote-ref-8)
9. Немов Р.С. Психология: Учеб, для студ. высш. пед. учеб, заведений: В 3-х книгах, 4-е издание. - М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2000. Книга 2. [↑](#footnote-ref-9)