

Отдел образования Городищенского района
Муниципальное Бюджетное Общеобразовательное Учреждение
Средняя Общеобразовательная Школа с. Верхняя Елюзань
(МБОУ СОШ с. Верхняя Елюзань)

ул. Школьная 1а, с. Верхняя Елюзань, 442328
Тел.: (8-841-58-27-966) E-mail: veluzscool@mail.ru
ОКПО: 52003717, ОГРН: 1025800744122
ИНН/КПП: 5812004329/581201001

Научно – практическая конференция
«Старт в науку»

Исследовательская работа на тему:
**« Влияние семейных ценностей на особенности
самооценки старших школьников »**

Секция «Обществознание»

Выполнили:
Учащийся 9 класса
Кочетов Юсеф Фяритович
МБОУ СОШ с. Верхняя Елюзань
Учитель истории и обществознания
Клатова Гольшат Рифатовна

2020 г.

Содержание

Введение	3
Теоретическая часть.....	5
1. Характеристика современной семьи.....	5
1.1. Семья как малая группа.....	5
1.2. Типы семьи и её организации	6
1.3 Типы семейных взаимоотношений.....	7
2.Зависимость самооценки подростка от отношения к нему родителей.....	11
2.1 Основные понятия и определения самооценки.....	11
2.2 Самоуважение. Механизмы формирования самооценки.....	12
2.3 Механизмы формирования самооценки в подростковом и старшем школьном возрасте	14
2.4 Причины обращения к самооценке	16
Экспериментальная часть	17
Заключение	27
Список используемой литературы.....	28
Приложения	29
Рекомендации подросткам с низкой самооценкой.....	32

Введение

Большую часть жизни ребёнок проводит рядом со своими родителями. И велико значение его положения в семье, во взаимоотношениях с родителями. Актуальность межличностных отношений в семье и их влияние на формирование личности и поведения детей заключается в следующем: очень важный фактор эмоциональной уравновешенности и психического здоровья ребенка - это стабильность семейной среды. Большое значение имеет «качество» семьи, её воспитательная способность. Семья, неспособная воспитывать, приводит к серьезным нарушениям в процессе социализации ребенка. В процессе воспитания большую роль играют в семье взаимоотношения между представителями разных поколений, а так же в пределах одного и того же поколения. Семья как малая социальная группа оказывает влияние на своих членов. Одновременно каждый из них своими личными качествами, своим поведением воздействует на жизнь семьи. Отдельные члены этой малой группы могут способствовать формированию духовных ценностей её членов, влиять на цели и жизненные установки всей семьи. Чем меньше семья, тем выше требования психологической совместимости ее членов. Благодаря своим особенностям семья как малая группа создает своим членам такие условия для эмоциональных проявлений и удовлетворения эмоциональных потребностей, которые помогают человеку ощущать свою принадлежность к обществу, усиливают чувство его безопасности и покоя, вызывают желание оказывать помощь и поддержку другим людям.

Одной из главнейших функций семьи заключается в создании условий для развития личности всех своих членов.

Особенности подросткового и старшего школьного возраста определяются необходимостью решения таких новых задач развития, как перестройка системы отношений с родителями и формирование личностной автономии. На этом этапе один из центральных компонентов структуры социальной ситуации развития - детско-родительские отношения - подвергаются существенной трансформации по инициативе самих подростков в контексте формирующегося чувства взрослости (Д.Б.Эльконин, Т.В.Драгунова). Активная роль подростков в проектировании и преобразовании детско-родительских отношений здесь так велика, как ни на одном из возрастных этапов.

Освоение ребенком по мере возрастного развития новых социальных форм общения и взаимодействия, включение его во все новые социальные институты воспитания и образования усложняет структуру социальной ситуации развития и делает особенно актуальной задачу изучения возрастной специфики влияния этих социальных контекстов на формирование личности ребенка, его самооценки. Выявление детерминирующего значения каждого из социальных контекстов - планов общения и сотрудничества с педагогами, родителями, сверстниками, друзьями позволит прогнозировать и предупреждать возможные искажения в развитии ребенка благодаря использованию развивающего потенциала этих социальных контекстов.

Актуальность темы: современная ситуация в России (экономическая нестабильность, нагнетание социальной и политической напряженности, межэтнические конфликты, растущая материальная и социальная поляризация общества и т.д.) отрицательно сказалась на положении средней семьи. Основные тенденции преобразования включают изменение ее функций, сокращение размеров, изменение типа главенства.

У миллионов семей резко ухудшилось условия реализации социальных функций: репродуктивной, социализации детей. Перечисление семейных проблем и интерпретации их причин и следствий широко рассматриваются в трудах различных исследователей. К одной из самых актуальных проблем современной семьи принято относить проблему ее бюджета. Однако существуют не менее важные вопросы, среди них - проблема семейного воспитания детей в условиях нестабильных жизненных условий.

В семье, где возникают проблемы в воспитании детей, родители или стремятся их решить, или не прилагают никаких усилий для налаживания воспитательного процесса. Как справедливо отмечают многие исследователи (А.Я. Варга, В.Н. Котырло, В.Г. Нечаева и т.д.), одной из основных причин негативного поведения несовершеннолетних детей является неправильная позиция, занятая в отношении к ним родителями, тип воспитания в семье.

От своевременных рекомендаций по воспитанию конкретного ребенка, особенно нервного или трудного, нередко зависят его будущее и благополучие семьи, так как нарушения поведения, относительно легко обратимые в детском возрасте, трудно и нередко невозможно исправить в подростковом и в юношеском возрасте.

Объект исследования: объектом данного исследования стали старшие школьники.

Предмет исследования: предметом данного исследования стало изучение влияния семейных отношений на формирование особенностей самооценки школьников юношеского возраста.

Цель исследования: изучение характера межличностных отношений в семьях, каким образом позиции родителей влияют на формирование личности ребенка, его самооценку.

Для достижения поставленной цели были решены следующие **задачи:**

1. Исследовать психологическую и психолого – педагогическую литературу по данной теме;
2. Изучить особенности и типы семей;
3. Выявить особенности и факторы формирования самооценки в подростковом и старшем школьном возрасте;
4. Осуществить подбор методов и методик по проблеме;
5. Провести исследование особенностей самооценки на примере старшего школьного возраста, проанализировать характер семейной ситуации у школьников;
6. Проинтерпретировать полученные данные по проблеме.

В ходе работы была поставлена **гипотеза:** семейная ситуация определяет характер формирования самооценки школьников.

Методы исследования: анализ психолого-педагогической литературы, анкетирование, тестирование, практическая методика «Лесенка».

База исследования: ученики 9-10 классов МБОУ СОШ с. Верхняя Еюзань

Теоретическая часть

1. Характеристика современной семьи

1.1. Семья как малая группа

СЕМЬЯ - основанная на браке или кровном родстве малая группа, члены которой связаны общностью быта, взаимной моральной ответственностью и взаимопомощью. В браке и семье отношения, обусловленные различием полов и половой потребностью, проявляются в форме нравственно-психологических отношений. Как социальное явление семья претерпевает изменения в связи с развитием общества; однако прогресс форм семьи обладает относительной самостоятельностью.

Ребёнок неразрывно связан с обществом, с другими людьми. Эти связи, выступая в качестве условий и обстановки его жизнедеятельности, формируют его духовный мир, поведение. Важнейшее место в этом процессе принадлежит семье - первому коллективу, который дает человеку представления о жизненных целях и ценностях, о том, что нужно знать и как надо себя вести. В семье ребёнок получает первые практические навыки применения этих представлений во взаимоотношениях с другими людьми, усваивает нормы, которые регулируют поведение в различных ситуациях повседневного общения. Объяснения и получения родителей, их пример, весь уклад в доме, семейная атмосфера вырабатывают у детей привычки поведения и критерии оценки добра и зла, допустимого и порицаемого, справедливого и несправедливого. Оптимальные возможности для интенсивного общения ребенка с взрослыми создает семья как посредством его постоянного взаимодействия с родителями, так и посредством тех связей, которые они устанавливают с окружающими (родственное, соседское, профессиональное, дружеское общение и т.п.).

Семья не однородная, а дифференцированная социальная группа, в ней представлены различные возрастные, половые, профессиональные «подсистемы». Наличие в семье сложного обогащающего образца, каковым выступают родители, значительно облегчает нормальное психическое и нравственное развитие ребенка, позволяет ему наиболее полно проявить и реализовать свои эмоциональные и интеллектуальные возможности, выразительность, которая не имеет себе аналога и играет незаменимую роль в формировании личности.

Стиль отношения взрослых к ребенку влияет не только на становление тенденции к определенному стилю детского поведения, но и на психическое здоровье детей; так, неуверенность ребенка в положительном отношении к себе взрослого или, наоборот, уверенность именно в неактивной оценке его как личности провоцирует подавленную агрессивность, если ребенок воспринимает отношение взрослого к себе как негативное, то попытки взрослого побудить ребенка к общению вызывают у него состояния смущения и тревоги. Длительный дефицит эмоционального созвучного общения даже между одним из взрослых и ребенком порождает неуверенность последнего в положительном отношении к нему взрослых вообще, вызывает чувство тревоги и ощущения эмоционального неблагополучия. Под влиянием опыта общения с взрослыми у ребенка не только формируются критерии оценки себя и других, но и зарождается очень важная способность – сочувствовать другим людям, переживать чужие горести и радости как собственные. В общении с взрослыми и сверстниками он впервые осознает, что нужно учитывать не только свою, но и чужую точку зрения. Именно с налаженной системы взаимоотношений ребенка с взрослым и начинается ориентация ребенка на других, тем более что он также нуждается в признании окружающих людей.

Проблеме супружеских и детско-родительских отношений уделяется пристальное внимание, как в отечественной, так и в зарубежной литературе. Выделяются причины и характер внутрисемейных конфликтов, рассматриваются пути их коррекции.

Выделяются следующие стили родительского воспитания:

1. Демократический.
2. Авторитарный.
3. Смешанный.

Особый интерес представляют изучение и классификация неправильных типов воспитания, которые приводят к формированию различных неврозов. Выделяется три типа неправильного воспитания.

1. Неприятие, эмоциональное отвержение ребенка (осознаваемое или неосознаваемое), присутствие жестких регламентирующих и контролирующих мер, навязывание ребенку определенного типа поведения в соответствии с родительскими понятиями о «хороших детях». Другой полюс отвержения характеризуется полным равнодушием, попустительством и отсутствием контроля со стороны родителей.

2. Гиперсоциализирующее воспитание – тревожно-мнительное отношение родителей к здоровью, успехам в обучении своего ребенка, его статусу среди сверстников, а также чрезмерная озабоченность его будущим.

3. Эгоцентрическое – чрезмерное внимание к ребенку всех членов семьи, присвоение ему роли «кумира семьи», «смысла жизни».

Все негативные факторы связаны с проблемой невротизации ребенка, т.е. с причинами возникновения и протекания болезни. Безусловно, самым лучшим профилактическим средством являются хорошие отношения родителей с детьми, понимание родителями внутреннего мира своего ребенка, его проблем и переживаний, умение поставить себя на место своих детей.

1.2. Типы семьи и её организации

Семейная структура, как и брачная, является моментным показателем, фиксируемым во время переписей или специальных обследований населения. Поэтому дать представление о семейной структуре населения можно только по данным переписей или обследований. При этом практика демографической статистики выделяет семьи по следующим признакам:

размер семьи (число ее членов);

тип семьи (нуклеарная, сложная, полная, неполная)

Нуклеарные семьи — семьи, состоящие из одной брачной пары с детьми

Сложная семья — к семейному ядру добавляются другие родственники как по восходящей линии (прародители, прапрародители), так и по боковым линиям (различные родственники каждого из супругов). Также может включать в себя несколько брачных пар, члены которых связаны родственными узами и ведением совместного хозяйства.

число детей в семье

малодетные семьи — 1-2 ребенка (недостаточно для естественного прироста)

среднедетные семьи — 3-4 ребенка (достаточно для малорасширенного воспроизводства, а также для возникновения внутригрупповой динамики)

многодетные семьи — 5 и более детей (намного больше, чем это нужно для замещения поколений)

При комплексном изучении семейной структуры они рассматриваются в комплексном сочетании. С демографической точки зрения выделяется несколько типов семьи и ее организации.

В зависимости от форм брака:

моногамная семья — состоящая из двух партнёров

полигамная семья — один из супругов имеет несколько брачных партнеров

В зависимости от числа поколений в семье:

сложные — в них совместно проживает несколько поколений родственников

простые — однопоколенные семьи, прежде всего — супружеские пары с не состоящими в браке детьми (нуклеарные семьи). Это основная ячейка воспроизводства населения.

Также выделяются:

Полная семья — семья с обоими супругами; неполная — если отсутствует один из супругов. Возможна типологизация семей по числу входящих в состав семьи лиц, включая детей.

Эгалитарная семья — семья, основанная на равенстве супругов

Авторитарная семья — базируется на экономическом господстве одного из партнёров.

1.3 Типы семейных взаимоотношений

В каждой семье объективно складывается определенная, далеко не всегда осознанная, система воспитания. Здесь имеется в виду и понимание целей воспитания, и формулировка его задач, и более или менее целенаправленное применение методов и приемов воспитания, учет того, что можно и чего нельзя допустить в отношении ребенка. Психологами выделены 4 тактики воспитания в семье и отвечающие им 4 типа семейных взаимоотношений, являющиеся и предпосылкой и результатом их возникновения: диктат, опека, "невмешательство" и сотрудничество.

Диктат в семье проявляется в систематическом поведении одними членами семейства (преимущественно взрослыми) инициативы и чувства собственного достоинства у других его членов.

Родители, разумеется, могут и должны предъявлять требования к своему ребенку, исходя из целей воспитания, норм морали, конкретных ситуаций, в которых необходимо принимать педагогически и нравственно оправданные решения. Однако те из них, которые предпочитают всем видам воздействия приказ и насилие, сталкиваются с сопротивлением ребенка, который отвечает на нажим, принуждение, угрозы своими контрмерами: лицемерием, обманом, вспышками грубости, а иногда откровенной ненавистью. Но даже если сопротивление оказывается сломленным, вместе с ним оказываются сломленными и многие ценные качества личности: самостоятельность, чувство собственного достоинства, инициативность, вера в себя и в свои возможности. Безоглядная авторитарность родителей, игнорирование интересов и мнений ребенка, систематическое лишение его права голоса при решении вопросов, к нему относящихся, - все это гарантия серьезных неудач формирования его личности.

Опека в семье - это система отношений, при которых родители, обеспечивая своим трудом, удовлетворение всех потребностей ребенка, ограждают его от каких-либо забот, усилий и трудностей, принимая их на себя. Вопрос об активном формировании личности отходит на второй план. В центре воспитательных воздействий оказывается другая проблема - удовлетворение потребностей ребенка и ограждение его от трудностей. Родители, по сути, блокируют процесс серьезной подготовки их детей к столкновению с реальностью за порогом родного дома. Именно эти дети оказываются более неприспособленными к жизни в коллективе.

Как раз эти дети, которым, казалось бы, не на что жаловаться, начинают восставать против чрезмерной родительской опеки. Если диктат предполагает насилие, приказ, жесткий авторитаризм, то опека - заботу, ограждение от трудностей. Однако результат во многом совпадает: у детей отсутствует самостоятельность, инициатива, они так или иначе отстранены от решения вопросов, лично их касающихся, а тем более общих проблем семьи.

На признании возможности и даже целесообразности независимого существования взрослых от детей, строится тактика "невмешательства". При этом предполагается, что могут сосуществовать два мира: взрослые и дети, и ни тем, ни другим не следует переходить намеченную таким образом линию. Чаще всего в основе этого типа взаимоотношений лежит пассивность родителей как воспитателей.

Сотрудничество как тип взаимоотношений в семье предполагает опосредованность межличностных отношений в семье общими целями и задачами совместной деятельности, ее организацией и высокими нравственными ценностями. Именно в этой ситуации преодолевается эгоистический индивидуализм ребенка. Семья, где ведущим типом взаимоотношений является сотрудничество, обретает особое качество, становится группой высокого уровня развития - коллективом.

Большое значение в становлении самооценки имеет стиль семейного воспитания, принятые в семье ценности.

Можно выделить три стиля семейного воспитания: - демократический - авторитарный - попустительский (либеральный).

При демократическом стиле, прежде всего, учитываются интересы ребенка. Стиль "согласия".

При авторитарном стиле родителями навязывается свое мнение ребенку. Стиль "подавления".

При попустительском стиле ребенок предоставляется сам себе.

Школьник видит себя глазами близких взрослых, его воспитывающих. Если оценки и ожидания в семье не соответствуют возрастным и индивидуальным особенностям ребенка, его представление о себе кажутся искаженными.

М.И. Лисина проследила развитие самосознания школьников в зависимости от особенностей семейного воспитания. Дети с точным представлением о себе воспитываются в семьях, где родители уделяют им достаточно много времени; положительно оценивают их физические и умственные данные, но не считают уровень их развития выше, чем у большинства сверстников; прогнозируют хорошую успеваемость в школе. Этим детей часто поощряют, но не подарками; наказывают, в основном, отказом от общения. Дети с заниженным представлением о себе растут в семьях, в которых с ними не занимаются, но требуют послушания; низко оценивают, часто упрекают, наказывают, иногда - при посторонних; не ожидают от них успехов в школе и значительных достижений в дальнейшей жизни.

От условий воспитания в семье зависит адекватное и неадекватное поведение ребенка. Дети, у которых занижена самооценка, недовольны собой. Это происходит в семье, где родители постоянно порицают ребенка, или ставят перед ним завышенные задачи. Ребенок чувствует, что он не соответствует требованиям родителей.

Неадекватность также может проявляться с завышенной самооценкой. Это происходит в семье, где ребенка часто хвалят, и за мелочи и достижения дарят подарки (ребенок привыкает к материальному вознаграждению). Ребенка наказывают очень редко, система требования очень мягкая.

Адекватное представление - здесь нужна гибкая система наказания и похвалы. Исключается восхищение и похвала при нем. Редко дарятся подарки за поступки. Не используются крайние жесткие наказания. В семьях, где растут дети с высокой, но не с завышенной самооценкой, внимание к личности ребенка (его интересам, вкусам, отношениям с друзьями) сочетается с достаточной требовательностью. Здесь не

прибегают к унижительным наказаниям и охотно хвалят, когда ребенок того заслуживает. Дети с пониженной самооценкой (не обязательно очень низкой) пользуются дома большей свободой, но эта свобода, по сути, - бесконтрольность, следствие равнодушия родителей к детям и друг к другу.

Школьная успеваемость является важным критерием оценки ребенка как личности со стороны взрослых и сверстников. Отношение к себе как к ученику в значительной мере определяется семейными ценностями. У ребенка на первый план выходят те его качества, которые больше всего заботят его родителей - поддержание престижа (дома задаются вопросы: "А кто еще получил пятерку?"), послушание ("Тебя сегодня не ругали?") и т.д. Достаточно равнодушный вопрос: "Что было сегодня в школе?" рано или поздно приведет к соответствующему ответу: "Ничего особенного", "Все нормально".

Родители задают и исходный уровень притязаний ребенка - то, на что он претендует в учебной деятельности и отношениях. Дети с высоким уровнем притязаний, завышенной самооценкой и престижной мотивацией рассчитывают только на успех. Их представления о будущем столь же оптимистичны. Дети с низким уровнем притязаний и низкой самооценкой не претендуют на многое ни в будущем, ни в настоящем. Они не ставят перед собой высоких целей и постоянно сомневаются в своих возможностях, быстро смиряются с тем уровнем успеваемости, который складывается в начале обучения.

Личностной особенностью в этом возрасте может стать тревожность. Высокая тревожность приобретает устойчивость при постоянном недовольстве учебной работой со стороны родителей. Допустим, ребенок заболел, отстал от одноклассников и ему трудно включиться в процесс обучения. Если переживаемые им временные трудности раздражают взрослых, возникает тревожность, страх сделать что-то плохо, неправильно. Тот же результат достигается в ситуации, когда ребенок учится достаточно успешно, но родители ожидают большего и предъявляют завышенные, нереальные требования.

Из-за нарастания тревожности и связанной с ней низкой самооценки снижаются учебные достижения, закрепляется неуспех. Неуверенность в себе приводит к ряду других особенностей - желанию бездумно следовать указаниям взрослого, действовать только по образцам и шаблонам, боязни проявить инициативу, формальному усвоению знаний и способов действий.

Взрослые, недовольные падающей продуктивностью учебной работы ребенка, все больше и больше сосредотачиваются на этих вопросах в общении с ним, что усиливает эмоциональный дискомфорт.

Получается замкнутый круг: неблагоприятные личностные особенности ребенка отражаются на его учебной деятельности, низкая результативность деятельности вызывает соответствующую реакцию окружающих, а эта отрицательная реакция в свою очередь, усиливает сложившиеся у ребенка особенности. Разорвать этот круг можно, изменив установки и оценки родителей. Близкие взрослые, концентрируя внимание на малейших достижениях ребенка. Не порицая его за отдельные недочеты, снижают уровень его тревожности и этим способствуют успешному выполнению учебных заданий.

Второй вариант - демонстративность - особенность личности, связанной с повышенной потребностью в успехе и внимании к себе окружающих. Источником демонстративности обычно становится недостаток внимания взрослых к детям, которые чувствуют себя в семье заброшенными, "недолюбленными". Но бывает, что ребенку оказывается достаточное внимание, а оно его не удовлетворяет в силу гипертрофированной потребности в эмоциональных контактах. Завышенные требования к взрослым предъявляются не безнадзорными, а наоборот, наиболее избалованными детьми. Такой ребенок будет добиваться внимания, даже нарушая правила поведения. ("Лучше пусть ругают, чем не замечают"). Задача взрослых - обходиться без нотаций и назиданий, как можно менее эмоционально делать замечания, не обращать внимание на легкие проступки и наказывать за крупные (скажем, отказом от запланированного похода в цирк). Это значительно труднее для взрослого, чем бережное отношение к тревожному ребенку.

Если для ребенка с высокой тревожностью основная проблема - постоянное неодобрение взрослых, то для демонстративного ребенка - недостаток похвалы.

Третий вариант - "уход от реальности". Наблюдается в тех случаях, когда у детей демонстративность сочетается с тревожностью. Эти дети тоже имеют сильную потребность во внимании к себе, но реализовать ее не могут благодаря своей тревожности. Они мало заметны, опасаются вызвать неодобрение своим поведением, стремятся к выполнению требований взрослых. Неудовлетворенная потребность во внимании приводит к нарастанию еще большей пассивности, незаметности, что затрудняет и так недостаточные контакты. При поощрении взрослыми активности детей, проявлении внимания к результатам их учебной деятельности и поисках путей творческой самореализации достигается относительно легкая коррекция их развития.

Крайние, самые неблагоприятные для развития ребенка случаи - жесткий, тотальный контроль при авторитарном воспитании и почти полное отсутствие контроля, когда ребенок оказывается предоставленным самому себе, безнадзорным. Существует много промежуточных вариантов:

Родители регулярно указывают детям, что им делать;

Ребенок может высказать свое мнение, но родители, принимая решение, к его голосу не прислушиваются;

Ребенок может принимать отдельные решения сам, но должен получить одобрение родителей, родители и ребенок имеют почти равные права, принимая решение;

Решение часто принимает сам ребенок;

Ребенок сам решает подчиняться ему родительским решениям или нет.

Остановимся на наиболее распространенных стилях семейного воспитания, определяющего особенности отношений ребенка с родителями и его личностное развитие.

Демократичные родители ценят в поведении ребенка и самостоятельность, и дисциплинированность. Они сами предоставляют ему право быть самостоятельным в каких-то областях своей жизни; не ущемляя его прав, одновременно требуют выполнения обязанностей. Контроль, основанный на теплых чувствах и разумной заботе, обычно не слишком раздражает; он часто прислушивается к объяснениям, почему не стоит делать одного и стоит сделать другое. Формирование взрослости при таких отношениях проходит без особых переживаний и конфликтов.

Авторитарные родители требуют от ребенка беспрекословного подчинения и не считают, что должны ему объяснять причины своих указаний и запретов. Они жестко контролируют все сферы жизни, причем могут это делать и не вполне корректно. Дети в таких семьях обычно замыкаются, и их общение с родителями нарушается. Часть детей идет на конфликт, но чаще дети авторитарных родителей приспосабливаются к стилю семейных отношений и становятся неуверенными в себе, менее самостоятельными.

Ситуация осложняется, если высокая требовательность и контроль сочетаются с эмоционально холодным, отвергающим отношением к ребенку. Здесь неизбежна полная потеря контакта.

Еще более тяжелый случай - равнодушные и жестокие родители. Дети из таких семей редко относятся к людям с доверием, испытывают трудности в общении, часто сами жестоки, хотя имеют сильную потребность в любви.

Сочетание безразличного родительского отношения с отсутствием контроля - гипопека - тоже неблагоприятный вариант семейных отношений. Детям позволяется делать все, что им вздумается, их делами никто не интересуется. Поведение становится неконтролируемым. А дети, как бы они иногда не бунтовали, нуждаются в родителях как в опоре, они должны видеть образец взрослого, ответственного поведения, на который можно было бы ориентироваться.

Гиперопека - излишняя забота о ребенке, чрезмерный контроль за всей его жизнью, основанный на тесном эмоциональном контакте, - приводит к пассивности, несамостоятельности, трудностям в общении со сверстниками.

2. Зависимость самооценки подростка от отношения к нему родителей

2.1 Основные понятия и определения самооценки

В.В.Столин рассматривает самооценку как оценивание личностью своих возможностей, качеств и места среди людей. Она является осознанием собственной идентичности независимо от меняющихся условий среды, проявлением самосознания индивидуума. Самооценка существенно влияет на эффективность деятельности и на становление личности на всех этапах развития. Зависимость характера и продуктивности всех форм внешней активности субъекта от его отношения к себе нашла неоднократное подтверждение в работах таких отечественных психологов, как А.Н.Леонтьев, А.В.Петровский, Д.И.Фельдштейн и многих других. Поэтому отношение человека к самому себе является одним из фундаментальных свойств личности. Самооценка не есть нечто данное, изначально присущее личности. Само формирование самооценки происходит в процессе деятельности и межличностного взаимодействия. Социум в значительной степени влияет на формирование самооценки личности. В период становления личности, а также для внушаемых людей общественное мнение может значительно влиять на самооценку. Став устойчивой, самооценка меняется с большим трудом, но изменить ее можно, изменив отношение окружающих. Поэтому формирование оптимальной самооценки сильно зависит от справедливости оценки социума. Адекватное оценивание себя в ситуации взаимодействия с другими людьми является одним из основных показателей социально-психологической адаптации. Если самооценка деформирована, то это уже достаточное условие для социальной дезадаптации [А.В.Мудрик,1990]. Чем выше степень самопринятия, эмпирическим коррелятором которой является уровень самооценки, тем больше школьник верит в свои собственные возможности, в успешный исход предпринимаемых начинаний и тем больших успехов он в итоге добивается. Однако неадекватно завышенная самооценка также может служить источником личностных проблем. Слишком высокая самооценка приводит к тому, что человек переоценивает себя и свои возможности. В результате этого у него возникают необоснованные претензии, зачастую не поддерживаемые окружающими. Имея опыт подобного "отвержения", индивид может замкнуться в себе, разрушая межличностные отношения [В.И.Журбин,1990]. Помимо показателя уровня развития и особенностей личности, самооценка может выступать параметром, характеризующим качество образовательной системы: при хорошо поставленном процессе обучения и воспитания наблюдается соответствие Я - концепции учащихся психологическим особенностям их возраста.

Одной из специфических особенностей данного возраста является стремление личности к познанию себя, своих возможностей, т.е. открытию своего внутреннего мира. Это очень важное, радостное и волнующее событие, но оно вызывает также много тревожных и драматических переживаний. Открытию внутреннего мира помогает оценка и восприятие самого себя. Однако это характерное качество старшего школьного возраста является недостаточно изучено.

Проблеме изучения самооценки посвящено большое количество исследований, как в отечественной, так и в зарубежной психологии. Вопросы ее структуры, функций, онтогенеза, возможностей направленного формирования обсуждались в работах Б.Г.Ананьева, выделившего в структуре самооценки индивидуальные, личностные и субъект-деятельностные характеристики; Л.И. Божович, работы по изучению самооценки

школьников; А.В. Захаровой, А.И. Липкиной, Р. Бернса, рассмотревших особенности соотношения самооценки школьников и эффективности их учебной деятельности; И.С. Кон, В.С. Ивашкин выделившие в структуре самооценки когнитивный и эмоциональный компоненты, функционирующие в неразрывном единстве; в исследованиях Э. Эриксона У. Джеймса, Ч. Кули, Дж. Мид раскрываются проблемы изучения самооценки с точки зрения ее роли и функций в целостной структуре личности, возможностей и закономерностей ее формирования; К. Роджерса, который указывал что, центральным звеном личности является самооценка, представление человека о себе, «Я-концепция» и других психологов. Исследованию как общих, так и частных проблем взаимодействия психологии и педагогики, математики и системного подхода посвящены работы А.А. Столяра, О.К. Тихомирова, Л.М. Фридмана и других. Психологические проблемы обучения, управления познавательной деятельностью обучаемых, без которых невозможно продвижение в обучении математики, исследовались в работах А.М. Матюшкина, Н.А. Менчинской.

Самооценка - оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей, является сложным личностным образованием, и, безусловно, относится к базисным качествам личности. Существуют несколько трактовок понятия самооценки. Дадим некоторые из них.

Самооценка – это компонент структуры самосознания, включающий наряду со знаниями о себе, оценку человеком самого себя, своих способностей, нравственных качеств и поступков [В.Г.Казаков,1993]. Именно самооценка во многом определяет взаимоотношения с окружающими, критичность, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам. Психолого-педагогический словарь дает такое определение самооценки: «Самооценка — ценность, которая приписывается индивидом себе или отдельным своим качествам. В качестве основного критерия оценивания выступает система личностных смыслов индивида, т.е. то, что личности кажется значимым» [Е.С. Рапацевич, 2006].

Главные функции, которые выполняются самооценкой, — регуляторная, на основе которой происходит решение задач личностного выбора, и защитная, обеспечивающая относительную стабильность и независимость личности. Самооценка связана с одной из центральных потребностей человека – потребностью в самоутверждении, которое определяется отношением ее действительных достижений к тому, на что человек претендует, какие цели перед собой ставит – уровню притязаний. В своей практической деятельности человек обычно стремится к достижению таких результатов, которые согласуются с его самооценкой, способствуют ее укреплению, нормализации. Существенные изменения в самооценке появляются тогда, когда достижения связываются субъектом деятельности с наличием или отсутствием у него необходимых способностей [А.В.Захарова,1993].

Следовательно, функции самооценки и самоуважения психической жизни личности состоят в том, что они выступают внутренними условиями регуляции поведения и деятельности.

2.2 Самоуважение. Механизмы формирования самооценки

Основные механизмы формирования самооценки:

а) усвоение оценок других людей.

По мнению социальных психологов, чтобы получить знание о себе, недостаточно просто погрузиться в размышления о себе. Порой нам невозможно понять, что именно мы чувствуем и почему мы поступаем, так или иначе. В поисках разгадки мы оглядываемся вокруг и обращаемся к нашему социальному окружению. Мы узнаем много нового о себе, когда наблюдаем за тем, как люди ведут себя с нами, и как мы ведем себя с ними.

б) социальное сравнение, то есть сравнение своих качеств с подобными характеристиками других людей (теория социального сравнения).

Мы не одинокие искатели сведений о себе, а социальные существа, часто наблюдающие за тем, как люди реагируют на нас и сравнивающие себя с другими. Мы приходим к пониманию самих себя, когда сравниваем себя с другими.

Как правило, мы предпочитаем сравнение себя с теми, кто на нас похож, так как таким образом можем наиболее точно поставить диагноз себе. «Мы находим мало удовлетворения в том, чтобы видеть себя на небесах, если не можем видеть ужасы и ад, творящиеся с другими».

Выделяют также восходящее и нисходящее социальное сравнение. Восходящее сравнение - это сравнение себя с теми, у кого соответствующие черты, способности выражаются ярче, чем у нас. Оно помогает определить нам стандарт или идеал. Нисходящее социальное сравнение - сравнение себя с теми, у кого эта же черта выражена слабее. Оно может создать у нас комфортное ощущение и помогает оценить настоящее положение. Когда мы сравниваем себя с другими, наша самооценка растет, если мы обнаруживаем в них какие-либо отклонения - эффект контраста. Когда происходит сравнение с кем-то, кто похож на нас, практически равен нам, наша самооценка растет в том случае, если мы находим в этом человеке что-то очень хорошее - эффект ассимиляции (Brown и др., 1992). Подобным образом, если человек сравнивает себя с членами своей группы и это сравнение не в его пользу, уровень его самооценки падает, депрессия усиливается в гораздо большей степени, чем при неблагоприятном для него сравнении с людьми из другой группы. Из этого также следует, что успех в своей группе на фоне относительных неудач окружающих (подобно большой лягушке в маленьком пруду) могут стать более серьезной основой для повышения уровня самооценки, чем равные успехи в более крупной и более преуспевающей группе.

в) смысловая интерпретация жизненных переживаний.

г) теория самосознания.

Состоит в том, что когда люди фокусируют свое внимание на самих себе, то они оценивают и сравнивают свое поведение со своими внутренними стандартами и ценностями. Чем выше расхождение, тем ниже самооценка. Если отношение к себе положительное, можно с уверенностью сказать, что человек обладает определенными идеальными чертами своего идеального «Я», отрицательная же реакция на самого себя указывает на наличие нежелательных характеристик. (Eisenstadt&Leippe, 1994). Также имеет значение, какие положительные и отрицательные качества, с точки зрения конкретного человека широко распространены, а какие являются относительно редкими. Самая низкая самооценка обнаруживается у людей, считающих что «идеальные» качества, которых им не хватает, достаточно широко распространены, а их нежелательные характеристики относительно редки.

Хотя люди обычно применяют один и тот же критерий для оценки себя и других, они часто более строги к самим себе. В формировании самооценки каждый человек принимает в расчет внутренние переживания, которые недоступны другим. Считает ли он себя хорошим человеком или плохим, мужественным или трусливым, честным или нечестным очень зависит и от того, что он сам о себе знает, а не только от его престижа в обществе. Человек может испытывать агрессивные влечения, давать себе волю в эротических фантазиях, осуществлять на практике то, что он расценивает как извращение, или обладать детскими желаниями, о которых он стыдится поведать даже самым близким своим друзьям. Поскольку другие не обнаруживают своих внутренних склонностей, у каждого создается впечатление, что только он и некоторые другие неприспособленные индивиды виновны в таких предосудительных мыслях и поступках. Он не понимает того, что такие импульсы на самом деле достаточно широко распространены.

Самооценка - динамическое, постоянно развивающееся явление. На уровень самооценки значительное влияние оказывают пол и возраст человека. В коллективе

самооценка становится основой для формирования официального и неофициального статуса личности, адекватного выполнения социальных ролей. Самооценка каждого члена коллектива сказывается на характере межличностных взаимоотношений: каждый заинтересован в сохранении достигнутого уровня самооценки и очень болезненно переживает ее понижение. На устойчивость самооценки личности влияет социально-психологический климат в коллективе, стиль руководства, системы материального и морального стимулирования и т.п. Эффективность этих воздействий зависит от того, насколько они эмоционально затрагивают самооценку личности.

Подробно другим значениям, чувства к самому себе формируются и укрепляются благодаря упорядоченным реакциям других людей. Если другие постоянно относятся к человеку с уважением, он начинает считать само собой разумеющимся, что он заслуживает такого отношения. И наоборот. По мере того, как выкристаллизовываются такие оценки, они становятся все более независимыми от реакции других людей. Человека, у которого образовался комплекс неполноценности, вряд ли успокоят уговоры его друзей. Как только сформируется определенный уровень самооценки, появляется тенденция его к самоподкреплению. Все, что истолковывается как угроза самооценке, которой придерживается человек, вызывает сильные реакции. Всякий раз, когда по жестам окружающих он замечает, что их чувства не такие, какими, по его мнению, они должны были бы быть, он расстраивается. Чтобы восстановить самооценку, обычно прикладываются большие усилия. Когда такие попытки не достигают цели, автоматически активируются некоторые типичные шаблоны поведения - защитные механизмы. Они позволяют человеку сохранить чувство личной ценности в своих собственных глазах.

Таким образом, каждый человек участвует в комбинации различных отношений с другими людьми. В каждом кругу он играет несколько отличные межличностные роли. Для индивида эти круги представляют собой «значимых других», чьи суждения оказываются решающими для формирования его самооценки. Оценить себя значит рассмотреть себя внутри некой иерархической системы. Люди весьма различны по их самооценке и многие из этих различий обнаруживаются в повседневной жизни. Уровень самооценки человека в большой степени зависит от реакции людей связанных с ним лично, и человек не может позволить себе их разочаровывать.

2.3 Механизмы формирования самооценки в подростковом и старшем школьном возрасте

Интерес к себе и другим людям возникает не только в подростковом возрасте. Думая об окружающих людях, подросток сравнивает себя с ними. 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»), выявить свои недостатки - эта потребность возникает из необходимости «правильно вести себя в обществе», правильно построить свои отношения со сверстниками и взрослыми, быть в состоянии отвечать требованиям других людей и на свои собственные. Знать себя - неперемное условие для того, чтобы достичь целей, которые ценны и важны. 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.

Младшие подростки особенно не размышляют о своих достоинствах. Но со временем возникает стремление разобраться в особенностях своей личности в целом - и в

своих минусах, и в своих плюсах. Возникновение потребности в знании собственных особенностей, интереса к себе и размышления о себе - характерная особенность подростка.

Преобладающие образцы для подростков - реальные люди, а не литературные герои. Среди многих качеств, привлекающих ребят в тех людях, на которых они хотят быть похожи, на первом месте стоят нравственные качества, затем качества мужественности. Сверстника подростков привлекают, в общем, те же качества, что и в образцах-взрослых. Однако очень важно, что именно со сверстником подросток сравнивает себя, именно его избирает образцом, на который стоит равняться, потому что подростку легче сравнивать себя со сверстником, чем с взрослым. Привлекательные качества взрослый обнаруживает во взрослых делах и во взрослых отношениях, и поставить себя на его место подростку еще трудно. И вообще взрослый - это образец, практически трудно достигаемый для подростка, а сверстник, особенно одноклассник, близок ему во многих отношениях. Сверстник - это своего рода мерка, которая позволяет подростку оценить себя с учетом вполне реальных возможностей: ведь у другого, его сверстника, возможности такие же, только он лучше использует их, значит, на него можно прямо равняться. Это очень важно, так как равняться прямо на взрослого подросток часто не в состоянии.

Таким образом, самооценка подростка складывается под влиянием сравнения себя со сверстниками, собственно суждений сверстников и оценок взрослых.

С возрастом представление о себе расширяется и углубляется, возрастает самостоятельность в суждениях о себе. Младшие подростки видят разные свои недостатки, но у многих самооценка возможностей завышена: они считают себя способными сделать то, что в действительности сделать не могут. Многие пятиклассники еще не умеют правильно оценить уровень своих знаний и умений, а также увидеть, насколько трудна стоящая перед ними задача: первое оценивается выше, второе - ниже того, что есть на самом деле. Это особенность ярко видна при решении разного рода математических задач. Сообразительность - важный показатель в глазах подростков, важный показатель способности, поэтому в оценках и самооценках это существенный критерий. Было обнаружено, что примерно у половины подростков самооценка не совпадает с действительными результатами, причем в подавляющем большинстве случаев она является завышенной. Наряду с этим было обнаружено, что взрослые - учителя и родители - склонны, напротив, занижать оценку возможностей подростков.

Для самооценки десятиклассников характерны типично юношеские особенности - она относительно устойчива, высока, сравнительно бесконфликтна. Дети именно в это время отличаются оптимистичным взглядом на себя, свои возможности и не слишком тревожны.

В XI, в выпускном классе, ситуация становится более напряженной. Жизненный выбор, который в прошлом году был достаточно абстрактным, становится реальностью. Часть старшеклассников и в этой ситуации сохраняет «оптимистичную» самооценку. Она не слишком высока, в ней гармонично соотносятся желания, притязания и оценка собственных возможностей. У других старшеклассников самооценка высока и глобальна - охватывает все стороны жизни; смешивается желаемое и реально достижимое.

Другая группа отличается, напротив, неуверенностью в себе, переживанием того разрыва между притязаниями и возможностями, который ими ясно осознается. Их самооценка низка, конфликтна. В этой группе много девочек. В связи с изменениями в самооценке в XI классе повышается тревожность.

Несмотря на некоторые колебания в уровнях самооценки и тревожности и разнообразие вариантов личностного развития, можно говорить об общей стабилизации личности в этот период, начавшейся с формирования образа своего «Я» на границе подросткового и старшего школьного возрастов.

Старшеклассники в большей степени принимают себя, чем подростки, их самоуважение в целом выше. Интенсивно развивается саморегуляция, повышается контроль за своим поведением, проявлением эмоций. Настроение в ранней юности

становится более устойчивым и осознанным. Дети в 16-17 лет, независимо от темперамента, выглядят более сдержанными, уравновешенными, чем в 11-15.

2.4 Причины обращения к самооценке

Седикидес (Sedikides, 1993, Sedikides&Strube, в печати) полагал, что существуют три мотива для обращения к самооценке: понимание себя (поиск точных знаний о себе, равно как положительных, так и отрицательных), повышение собственной значимости (поиск благоприятных знаний о себе) и самопроверка (поиск истинных знаний о себе).

Если мы хотим получать только положительную информацию о себе, следовательно, наша самооценка легко повышается с помощью внешних обстоятельств. Например, любое событие, которое создает хорошее настроение, обычно повышает общий уровень самооценки. Мы чувствуем себя хорошо, и поэтому у нас возникают положительные чувства по отношению к себе (Esses,1989). Даже одежда, которая нам нравится, может увеличивать уровень самооценки (Kwon,1994), таким образом, самооценку достаточно легко повысить экспериментальным образом, например, когда участникам исследования намеренно сообщается, что они хорошо справились с заданием, их уважение к себе повышается.

Люди с низким уровнем самооценки более других склонны к самозащите (Wood и др.,1994). Они также хотят получать положительную информацию и повышать самооценку, но лишь тогда, когда поиск этой информации не связан с риском. Т.е. они проводят социальное сравнение, только будучи уверенными, в успехе. Люди с высоким уровнем самооценки стремятся к социальному сравнению даже с риском для себя.

Другой подход к объяснению причин интереса к самооценке связан с теорией управлением страхом, согласно которой высокий уровень самооценки успокаивает открытый страх смерти. Теория предполагает, что основной мотив нашей жизни - избежать смерти и всего, что с ней связано; сохранение высокого уровня самооценки является основным средством, к которому мы обращаемся, чтобы выполнить эту задачу.

Экспериментальная часть

Целью нашего исследования было выявить зависимость особенностей самооценки старших школьников от особенностей семейной ситуации.

В данной работе были подобраны и использовались методики на выявление уровня самооценки: методика «Лесенка», методика изучения уровня самооценки и самокритичности, методика Г.Н Казанцевой, предназначенная для изучения общей самооценки с помощью процедуры тестирования. Кроме этого для выявления фактора влияния на формирование самооценки были изучены результаты успеваемости учеников (среднего балла ученика), а также анкетирование для выявления семейной ситуации. Методики представлены в Приложении.

В констатирующем эксперименте приняли участие школьники 10 и 9 «А» , «Б» классов МОУ СОШ с.Верхняя Елюзань, выборка составила 23 ученика в возрасте от 15 до 17 лет.

Первым шагом было исследование самооценки при помощи методики «Лесенка», результаты представлены в таблицах №1-4.

Результаты проведения методики «Лесенка»

Таблица 1

№	Инициалы	Здоровье	Счастье	Веселье	Общение	Сдержанность	Ум	Характер	Красота
1	З.М	завышенная	выше среднего	завышенная	завышенная	заниженная	завышенная	завышенная	выше среднего
2	Т.М	выше среднего	средняя	выше среднего	завышенная	завышенная	завышенная	завышенная	выше среднего
3	Б.С	выше среднего	завышенная						
4	Б.М	выше среднего	завышенная	завышенная	завышенная	выше среднего	завышенная	завышенная	завышенная
5	П.А	выше среднего	завышенная	выше среднего	выше среднего	заниженная	завышенная	выше среднего	завышенная
6	К.В	ниже среднего	средняя	ниже среднего	ниже среднего	средняя	средняя	выше среднего	заниженная
7	Х.А	выше среднего	завышенная	завышенная	высокая	высокая	завышенная	выше среднего	выше среднего
8	О.В	средняя	завышенная	выше среднего	выше среднего	выше среднего	завышенная	выше среднего	средняя
9	Н.Ю	средняя	выше среднего	завышенная	завышенная	ниже среднего	выше среднего	средняя	завышенная
10	М.А	завышенная	выше среднего	выше среднего	завышенная	завышенная	выше среднего	завышенная	выше среднего
11	С.В	высокая	низкая	высокая	высокая	высокая	высокая	средняя	выше среднего
12	Д.Е	выше среднего	завышенная						
13	Р.Л	завышенная	завышенная	высокая	высокая	завышенная	средняя	завышенная	завышенная
14	К.Н	завышенная	завышенная	завышенная	завышенная	средняя	завышенная	завышенная	выше среднего
15	Д.А	завышенная	завышенная	высокая	завышенная	выше среднего	завышенная	завышенная	завышенная

16	Г.А	выше среднего	завышенная	высокая	высокая	завышенная	завышенная	завышенная	выше среднего
17	Р.И	завышенная	выше среднего	выше среднего	средняя	завышенная	выше среднего	завышенная	выше среднего
18	О.П	средняя	выше среднего	завышенная	выше среднего	завышенная	завышенная	завышенная	завышенная
19	С.К	выше среднего	завышенная	высокая	высокая	низкая	выше среднего	завышенная	высокая
20	К.А	завышенная	выше среднего	завышенная	завышенная	высокая	выше среднего	низкая	завышенная
21	М.М	средняя	завышенная	завышенная	завышенная	завышенная	средняя	завышенная	средняя
22	М.И	средняя	завышенная	завышенная	завышенная	завышенная	завышенная	завышенная	завышенная
23	М.Е	завышенная	выше среднего	завышенная	средняя	низкая	завышенная	выше среднего	выше среднего

Таблица 2

	Инициалы	Доброта	Доверчивость	Внимательность	Покладистость	Откровенность	Необидчивость	Недрачливость	Впечатлительность
1	З.М	завышенная	выше среднего	выше среднего	ниже среднего	выше среднего	завышенная	завышенная	выше среднего
2	Т.М	выше среднего	средняя	завышенная	средняя	выше среднего	завышенная	завышенная	выше среднего
3	Б.С	средняя	выше среднего	завышенная	завышенная	завышенная	завышенная	завышенная	завышенная
4	Б.М	завышенная	высокая	завышенная	выше среднего	завышенная	ниже среднего	завышенная	высокая
5	П.А	завышенная	средняя	заниженная	заниженная	завышенная	ниже среднего	высокая	завышенная
6	К.В	выше среднего	заниженная	выше среднего	заниженная	заниженная	выше среднего	выше среднего	средняя
7	Х.А	высокая	высокая	завышенная	ниже среднего	выше среднего	высокая	высокая	завышенная
8	О.В	завышенная	выше среднего	средняя	средняя	выше среднего	выше среднего	завышенная	средняя
9	Н.Ю	ниже среднего	средняя	средняя	средняя	заниженная	средняя	средняя	завышенная
10	М.А	высокая	завышенная	завышенная	низкая	выше среднего	завышенная	ниже среднего	завышенная
11	С.В	высокая	низкая	высокая	выше среднего	ниже среднего	высокая	высокая	высокая
12	Д.Е	завышенная	завышенная	завышенная	средняя	выше среднего	средняя	высокая	завышенная
13	Р.Л	высокая	завышенная	выше среднего	завышенная	ниже среднего	ниже среднего	средняя	завышенная
14	К.Н	выше среднего	выше среднего	выше среднего	средняя	завышенная	завышенная	средняя	выше среднего
15	Д.А	высокая	завышенная	выше среднего	средняя	завышенная	высокая	завышенная	завышенная
16	Г.А	высокая	выше среднего	завышенная	выше среднего	завышенная	завышенная	выше среднего	высокая
17	Р.И	завышенная	завышенная	ниже среднего	выше среднего	средняя	средняя	завышенная	выше среднего

18	О.П	завышен ная	средняя	завышен ная	средняя	ниже среднего	ниже среднего	завышен ная	ниже среднего
19	С.К	высокая	высокая	высокая	низкая	высокая	высокая	средняя	высокая
20	К.А	завышен ная	завышенная	занижен ная	ниже среднего	выше среднего	завышен ная	завышен ная	выше среднего
21	М.М	выше среднего	завышенная	завышен ная	выше среднего	завышенная	завышен ная	завышен ная	завышен ная
22	М.И	завышен ная	завышенная	средняя	ниже среднего	завышенная	занижен ная	занижен ная	высокая
23	М.Е	завышен ная	заниженная	средняя	занижен ная	средняя	ниже среднего	ниже среднего	завышен ная

Таблица 3

№	Инициалы	Жизнера достность	Трудолю бие	Сообрази тельность	Вежли вость	Честность	Храбрость	Нежадность	Активность
1	З.М	завышен ная	выше среднего	завышенная	завышенная	средняя	завышенная	завышенная	завышенная
2	Т.М	завышен ная	завышенная	завышенная	завышенная	завышенная	завышенная	завышенная	завышенная
3	Б.С	завышен ная	завышенная	завышенная	завышенная	завышенная	завышенная	завышенная	завышенная
4	Б.М	завышен ная	завышенная	завышенная	завышенная	завышенная	выше среднего	завышенная	завышенная
5	П.А	выше среднего	заниженная	средняя	выше среднего	завышенная	выше среднего	завышенная	средняя
6	К.В	выше среднего	ниже среднего	выше среднего	завышен ная	выше среднего	выше среднего	завышенная	средняя
7	Х.А	высокая	завышенная	завышен ная	завышен ная	высокая	завышенная	завышенная	высокая
8	О.В	завышен ная	выше среднего	выше среднего	завышен ная	выше среднего	завышенная	выше среднего	завышенная
9	Н.Ю	завышен ная	ниже среднего	завышен ная	средняя	заниженная	выше среднего	заниженная	завышенная
10	М.А	выше среднего	завышенная	завышен ная	выше среднего	выше среднего	выше среднего	выше среднего	завышенная
11	С.В	высокая	высокая	высокая	высокая	низкая	высокая	высокая	высокая
12	Д.Е	выше среднего	завышенная	завышен ная	завышен ная	завышенная	завышен ная	завышенная	завышенная
13	Р.Л	высокая	высокая	выше среднего	средняя	средняя	средняя	средняя	завышенная
14	К.Н	завышенная	выше среднего	завышен ная	выше среднего	выше среднего	завышенная	средняя	завышенная
15	Д.А	высокая	средняя	завышен ная	завышен ная	высокая	выше среднего	завышенная	завышенная
16	Г.А	высокая	завышенная	завышен ная	высокая	завышенная	завышен ная	высокая	высокая
17	Р.И	выше среднего	ниже среднего	выше среднего	выше среднего	средняя	средняя	выше среднего	выше среднего
18	О.П	завышенная	выше среднего	завышен ная	средняя	завышенная	выше среднего	завышенная	выше среднего

19	С.К	высокая	высокая	высокая	высокая	высокая	завышенная	завышенная	высокая
20	К.А	выше среднего	завышенная	завышенная	выше среднего	средняя	выше среднего	завышенная	завышенная
21	М.М	завышенная	выше среднего	выше среднего	завышенная	завышенная	выше среднего	завышенная	завышенная
22	М.И	выше среднего	средняя	завышенная	завышенная	завышенная	заниженная	завышенная	завышенная
23	М.Е	выше среднего	ниже среднего	завышенная	высокая	завышенная	завышенная	завышенная	завышенная

Таблица 4

№	Инициалы	Спокойствие	Быстрота	Любопытство	Выносливость
1	З.М	средняя	выше среднего	завышенная	завышенная
2	Т.М	выше среднего	выше среднего	завышенная	высокая
3	Б.С	завышенная	завышенная	завышенная	завышенная
4	Б.М	выше среднего	выше среднего	завышенная	завышенная
5	П.А	заниженная	средняя	выше среднего	заниженная
6	К.В	завышенная	выше среднего	выше среднего	выше среднего
7	Х.А	высокая	высокая	завышенная	завышенная
8	О.В	ниже среднего	завышенная	завышенная	выше среднего
9	Н.Ю	ниже среднего	средняя	завышенная	средняя
10	М.А	завышенная	завышенная	завышенная	завышенная
11	С.В	низкая	высокая	завышенная	высокая
12	Д.Е	выше среднего	выше среднего	завышенная	завышенная
13	Р.Л	средняя	завышенная	выше среднего	ниже среднего
14	К.Н	выше среднего	завышенная	завышенная	завышенная
15	Д.А	средняя	выше среднего	завышенная	завышенная
16	Г.А	завышенная	завышенная	завышенная	завышенная
17	Р.И	завышенная	средняя	выше среднего	ниже среднего
18	О.П	выше среднего	завышенная	завышенная	завышенная
19	С.К	низкая	высокая	высокая	высокая
20	К.А	завышенная	завышенная	завышенная	завышенная
21	М.М	выше среднего	выше среднего	завышенная	выше среднего
22	М.И	заниженная	завышенная	завышенная	выше среднего
23	М.Е	заниженная	средняя	завышенная	средняя

Как видно из результатов проведения данной методики, школьники оценивают себя в основном с точки зрения проявления завышенных качеств, однако видно разнообразие оценивания качеств у школьников.

Для изучения самооценки была использована еще одна методика, связанная с исследованием уровня самооценки и самокритичности. Результаты проведения представлены в таблице 5.

Таблица 5

Методика изучения уровня самооценки и самокритичности

№	Инициалы	Результат	Самооценка	Результат	Самокритичность
1	З.М	0,2	заниженная	0,1	высокая
2	Т.М	0,7	адекватная	0,2	высокая

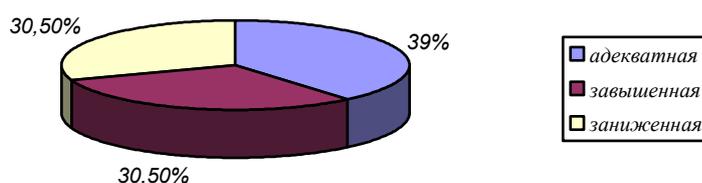
3	Б.С	0,3	заниженная	0,2	высокая
4	Б.М	0,2	заниженная	0,2	высокая
5	П.А	0,3	заниженная	0,3	высокая
6	К.В	0,4	адекватная	0,1	высокая
7	Х.А	0,3	заниженная	0	-
8	О.В	0,5	адекватная	0,5	адекватная
9	Н.Ю	0,5	адекватная	0,1	высокая
10	М.А	0,7	адекватная	0	-
11	С.В	1	завышенная	1	низкая
12	Д.Е	0,4	адекватная	0,1	высокая
13	Р.Л	0,3	заниженная	0,1	высокая
14	К.Н	0,2	заниженная	0,1	высокая
15	Д.А	0,4	адекватная	0,1	высокая
16	Г.А	0,9	завышенная	0,1	высокая
17	Р.И	0,6	адекватная	0,7	адекватная
18	О.П	0,7	адекватная	0	-
19	С.К	1	завышенная	1	низкая
20	К.А	0,8	завышенная	0	-
21	М.М	1	завышенная	1	низкая
22	М.И	1	завышенная	0,8	низкая
23	М.Е	0,8	завышенная	0,3	высокая

Данная методика показала, что 7 человек (30,5% испытуемых) имеют заниженную самооценку, 9 человек (что составляет 39% испытуемых) имеют адекватную самооценку и 7 человек (30,5% испытуемых) имеют завышенную самооценку. При этом 68,5% от общей выборки имеют высокую самокритичность, 10,5% - адекватную, и 21% испытуемых - низкую.

Результаты самооценки и самокритичности представлены в диаграммах 1-2.

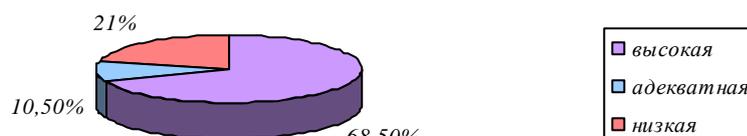
Уровень самооценки

Диаграмма 1



Уровень самокритичности

Диаграмма 2



По результатам двух методик получены различные данные о показателях самооценивания школьниками своих способностей, поэтому была использована методика Г.Н. Казанцевой по изучению общей самооценки. Данные по этой методике представлены в таблице 6

**Изучение общей самооценки с помощью процедуры тестирования
(методика предложена Г.Н Казанцевой)**

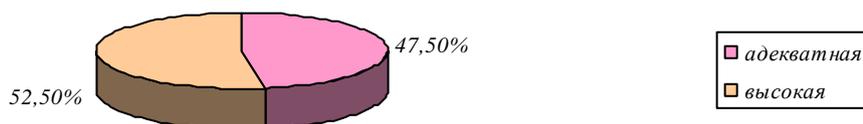
Таблица 6

№	Инициалы	Результат	Самооценка
1	З.М	10	высокая
2	Т.М	2	адекватная
3	Б.С	6	высокая
4	Б.М	7	высокая
5	П.А	0	адекватная
6	К.В	0	адекватная
7	Х.А	6	высокая
8	О.В	5	высокая
9	Н.Ю	3	адекватная
10	М.А	3	адекватная
11	С.В	5	высокая
12	Д.Е	1	адекватная
13	Р.Л	8	высокая
14	К.Н	2	адекватная
15	Д.А	6	высокая
16	Г.А	4	высокая
17	Р.И	-1	адекватная
18	О.П.	6	высокая
19	С.К	5	высокая
20	К.А	5	высокая
21	М.М	1	адекватная
22	М.И	1	адекватная
23	М.Е	-3	адекватная

Данное исследование показало, что 47,5% испытуемых имеют адекватную самооценку и 52,5% имеют высокую самооценку, для наибольшей наглядности можно построить диаграмму 3.

Уровень самооценки

Диаграмма 3



Для изучения фактора формирования самооценки мы исследовали уровень успеваемости, который можно просмотреть через средний балл школьников. Были взяты результаты успеваемости школьников за полугодие, обозначенный средний балл представлен в таблице 6.

Средний балл

Таблица 7

№	Инициалы	Средний балл
1	З.М	4,6
2	Т.М	5
3	Б.С	4,4
4	Б.М	4,6
5	П.А	4,1
6	К.В	4,2
7	Х.А	5
8	О.В	4,8
9	Н.Ю	4,3
10	М.А	4,2
11	С.В	4,5
12	Д.Е	4,1
13	Р.Л	4,8
14	К.Н	4,1
15	Д.А	4,5
16	Г.А	4,9
17	Р.И	4,2
18	О.П	5
19	С.К	4,1
20	К.А	4,6
21	М.М	4,2
22	М.И	4,4
23	М.Е	4,4

Как видно из таблицы, класс академически сильный, средний балл учеников колеблется от 4,1 до 5 баллов, что говорит о высоких показателях интеллектуальной активности.

Наша гипотеза была связана с изучением особенностей формирования самооценки и особенностей семьи. Поэтому следующим нашим шагом стало проведение анкетирования школьников. Нами была составлена анкета, состоящая из 17 вопросов. Интерпретация результатов представлена в таблице 8.

Результаты анкетирования

Таблица 8

№	Инициалы	Состав семьи	Образование родителей	Характер отношений между родителями	Характер отношений родителей и детей	Поддержка родителей	Значимое лицо для ребёнка	Р-ия на критику со стороны родителей	Является ли семья идеалом	Счастливая семья
1	З.М	2(неполная)	высшее	-	доверительные	оказывают	-	нейтральная	нет	нет
2	Т.М	2(неполная)	высшее	В разводе	доверительные	оказывают	мать	нормальная	нет	нет
3	Б.С	3(полная)	высшее	мирный	доверительные	оказывают	мать	нормальная	да	да
4	Б.М	4(полная)	среднее специальное	мирный	доверительные	оказывают	-	нормальная	да	да
5	П.А	3(неполная)	незаконченное высшее	-	доверительные	не оказывают	-	отрицательная	нет	да
6	К.В	5(неполная)	высшее	-	не доверительные	не оказывают	-	нейтральная	нет	нет

7	Х.А	3(полная)	высшее	мирный	доверительные	оказывают	мать	отрицательная	нет	да
8	О.В	2(неполная)	высшее	В разводе	доверительные	оказывают	мать	отрицательная	нет	да
9	Н.Ю	4(полная)	высшее	мирный	не доверительные	оказывают	-	нормальная	да	да
10	М.А	3(неполная)	высшее	-	доверительные	оказывают	бабушка	отрицательная	нет	да
11	С.В	3(полная)	высшее	Часто ругаются	доверительные	оказывают	-	нормальная	нет	да
12	Д.Е	2(неполная)	высшее	-	доверительные	оказывают	мать	отрицательная	нет	да
13	Р.Л	3(неполная)	высшее	-	доверительные	не оказывают	бабушка	нейтральная	нет	нет
14	К.Н	3(неполная)	высшее	-	доверительные	оказывают	-	нормальная	нет	да
15	Д.А	4(неполная)	высшее	-	не доверительные	оказывают	-	отрицательная	нет	нет
16	Г.А	4(полная)	Среднее специальное	мирный	доверительные	оказывают	все	нейтральная	нет	да
17	Р.И	5(полная)	высшее	мирный	не доверительные	оказывают	отец	нормальная	да	да
18	О.П	2(неполная)	Высшее, среднее специальное	-	доверительные	оказывают	мать	нормальная	Не знает	нет
19	С.К	4(полная)	высшее	Часто ругаются	доверительные	оказывают	все	нейтральная	Не знает	да
20	К.А	2(неполная)	высшее	В разводе	Не доверительные	не оказывают	отец	нормальная	нет	нет
21	М.Е	2(неполная)	Среднее специальное	-	доверительные	оказывают	мать	отрицательная	нет	да
22	Т.Ф	3(полная)	высшее	Часто ругаются	не доверительные	не оказывают	бабушка	нейтральная	нет	нет
Итого		36,5%-полная; 63,5%-неполная	86,5%-высшее; 13,5%-среднее специальное		72,5%-доверительные; 27,5%-не доверительные	77,5%-оказывают; 22,5%-не оказывают	31,5%-мать; 9%-отец; 14%-бабушка; 9%-все; 36,5%-ни к кому	27,5%-нейтральная; 41,5%-нормальная; 31%-отрицательная	73%-нет; 18%-да; 9%-не знают	63,5%-да; 36,5%-нет

Как видно из данной таблицы, в основном преобладает количество неполных семей, с разным характером отношений, при этом, большая часть испытуемых указывают на доверительные отношения и поддержку со стороны родителей, наличие идеалов в семье, при этом сама семья, по мнению респондентов, выступает идеальной только в случае полного состава семьи и мирных хороших взаимоотношений.

Все результаты проведенного исследования можно представить в итоговой таблице 9.

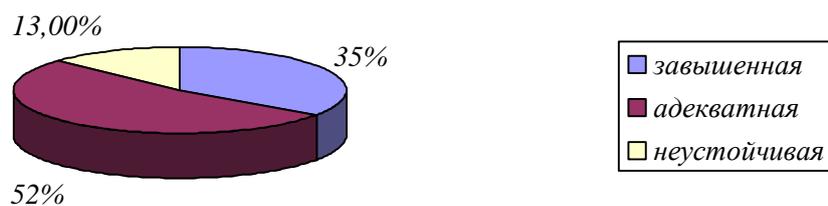
Результаты проведенного исследования

Таблица 9

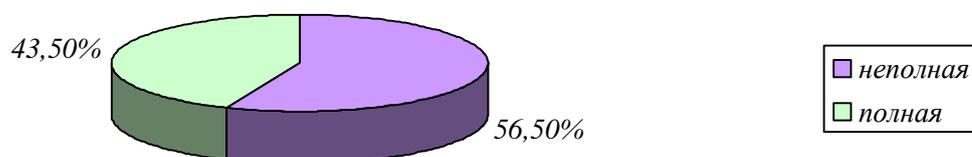
№	Инициалы	Лесенка	Методика изучения уровня самооценки	Методика Казанцевой	Анкетирование характера семьи	Итоговая самооценка
1	З.М	адекватная	заниженная	завышенная	неполная	неустойчивая
2	Т.М	адекватная	адекватная	адекватная	неполная	адекватная

3	Б.С	завышенная	заниженная	завышенная	полная	завышенная
4	Б.М	завышенная	заниженная	завышенная	полная	завышенная
5	П.А	адекватная	заниженная	адекватная	неполная	адекватная
6	К.В	адекватная	адекватная	адекватная	неполная	адекватная
7	Х.А	завышенная	заниженная	завышенная	полная	завышенная
8	О.В	адекватная	адекватная	завышенная	неполная	адекватная
9	Н.Ю	адекватная	адекватная	адекватная	полная	адекватная
10	М.А	адекватная	адекватная	адекватная	неполная	адекватная
11	С.В	завышенная	завышенная	завышенная	полная	завышенная
12	Д.Е	адекватная	адекватная	адекватная	неполная	адекватная
13	Р.Л	адекватная	заниженная	завышенная	неполная	неустойчивая
14	К.Н	адекватная	заниженная	адекватная	неполная	адекватная
15	Д.А	завышенная	адекватная	завышенная	неполная	завышенная
16	Г.А	завышенная	завышенная	завышенная	полная	завышенная
17	Р.И	адекватная	адекватная	адекватная	полная	адекватная
18	О.П	адекватная	адекватная	завышенная	неполная	адекватная
19	С.К	завышенная	завышенная	завышенная	полная	завышенная
20	К.А	адекватная	завышенная	завышенная	неполная	завышенная
21	М.М	адекватная	завышенная	адекватная	полная	адекватная
22	М.И	адекватная	завышенная		полная	неустойчивая
23	М.Е	адекватная	завышенная	адекватная	неполная	адекватная

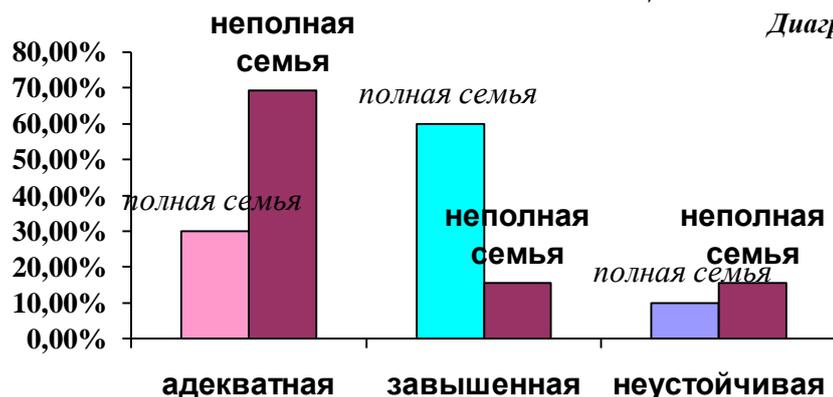
Итоговая самооценка
Диаграмма 4



Характеристика семей испытуемых
Диаграмма 5



Самооценка в аспекте характеристики семьи
 Диаграмма 6



По результатам исследования можно отметить, что в основном у респондентов преобладает завышенная и адекватная самооценка, что соответствует возрастным особенностям старших школьников, при этом в данной группе испытуемых преобладают неполные семьи.

Если соотносить самооценку с характеристикой семьи, то стоит отметить, что в неполных семьях у испытуемых преобладает адекватная самооценка, а в полных семьях – завышенная. Таким образом, формирование самооценки связано с особенностями семьи, но работа требует дальнейшего исследования.

Заключение

Опыт семейного общения с самых ранних этапов развития ребенка ложится в фундамент его общей установки к миру социальных отношений и собственному Я. Формирование самосознания и самооценки может рассматриваться как результат усвоения ребенком определенных параметров отношения к нему родителей.

Клинические наблюдения и экспериментальные исследования позволяют систематизировать виды родительско – детских отношений, все реальное многообразие которых охватывается двумя независимыми измерениями: любовь — враждебность и автономия — контроль. Оптимальным является наличие определенной дисциплинарной системы, одинаково разделяемой обоими родителями; к неэффективным или даже патогенным относят крайние типы контроля — полную автономию, граничащую с безнадзорностью, и чрезмерно строгий, жесткий контроль, предполагающий абсолютное подчинение родительской воле, пресечение всякой инициативы и самостоятельности ребенка.

Таким образом, благоприятным условием развития позитивной самооценки можно считать эмоциональную вовлеченность родителей в жизнь ребенка, не препятствующую, однако, развитию его самостоятельности.

Анализ литературы и опыт консультативной работы позволяет выделить ряд неадекватных способов воздействия родителей на образ Я ребенка. Показано, что разнообразные искажения видения ребенка родителями обусловлены психологическим неблагополучием самих родителей. Чем старше становится ребенок, тем очевиднее конфликт между потребностью в самоутверждении, уважении и признании права на самостоятельность и навязываемым ему обесцененным образом Я.

Самоотношение ребенка до определенного периода является отражением отношения к нему взрослых, прежде всего родителей. Ребенок усваивает ценности, параметры оценок и самооенок, нормы, которыми снабжают его родители и по которым он начинает оценивать себя сам, а также образ себя как обладающего теми или иными качествами и чертами. Вместе с тем по одному только характеру объективно сложившейся ситуации и родительского отношения нельзя однозначно предсказать, как это отразится во внутреннем мире ребенка.

Нами были изучены особенности самооценки старших школьников и характеристики семейных ситуаций на примере школьников десятого класса. В результате выявилась некоторая взаимосвязь между формированием уровня самооценки и характера семьи. В данном исследовании мы попытались не только выявить зависимость между особенностями семьи, характером отношений родителей к ребенку и его самооенкой, но и проследить, как происходит формирование самооценки, как формируется представление у ребенка о себе и об идеальной семье.

Однако, данного исследования недостаточно для полноценных выводов и работа требует дальнейшего продолжения в плане изучения истинных причин формирования данного уровня самооценки подростков старших школьников и поиска путей коррекции.

Нами также были разработаны практические рекомендации для родителей и школьников с неустойчивой или заниженной самооенкой, которые представлены в Приложении и будут интересны с практической точки зрения.

Список используемой литературы:

1. Герасимова И. А. Структура семьи. М., 1974.
2. Белобрыкина О.А. Психологические условия и факторы развития самооценки личности. Автореф. канд. психол. наук – Н., 2000.
3. Бернс Р. Самооценка и успеваемость школьников. Изд.: Мы и мир. 2000.
4. Бороздина Л.В. Теоретико-экспериментальное изучение самооценки. Автореферат дисс. докт. психол. наук. М., МГУ, 2001.
5. Еникеев М.И. Психологическая диагностика. Стандартизированные тесты. М.: Приор, 2002.
6. Захарова А.В. Генезис самооценки. М., 1998.
7. Захарова А.В. Психология формирования самооценки. - Минск, 1993.
8. Казаков В.Г. Познай себя [Самооценка и направленность личности]. – М., ИПК и ПРНО МО, 1993.
9. Кон И. С. Психология юношеского возраста. М., Просвещение 1989.
10. Кулагина И.Ю. Возрастная психология. М.: Просвещение, 1991.
11. Липкина А. И. Самооценка школьника. М., Знание, 1976.
12. Леонтьев А.Н. Избранные психологические произведения. В 2-х томах. т.2, М., Педагогика, 1983
13. Лисина М.И., Силвестру А.И. Психология самосознания у школьников. - Кишинев: Штиинце, 1983.
14. Мудрик А.В. Время поисков и решений, или старшеклассникам о них самих: Книга для учащихся. - М.: Просвещение, 1990. 191с.
15. Орлов Ю.М. Самопознание и самовоспитание характера. – М.: Просвещение, 1987.
16. Особенности обучения и психического развития школьников 13-17 лет / Под ред. И. В. Дубровиной, Б. С. Кругловой. М.: Педагогика, 1988.
17. Пантилеев С.Р. Методика исследования самоотношения. М.: Смысл, 1993. с. 156
18. Петровский А.В. Личность. Деятельность. Коллектив. - М., Знание, 1982.
19. Психологический словарь/ под ред. В. В. Давыдова, А. В. Запарожца, Б. Ф. Ломова и др. Москва, 1983
20. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст. Проблемы становления личности. - М., Мир, 1994.
21. Реан А.А. Психология человека от рождения до смерти. Серия "Психологическая энциклопедия". Санкт-Петербург: Прайм-Еврознак, 2002.
22. Рогов В.И. Настольная книга практического психолога в образовании: Учебное пособие. М.: ВЛАДОС, 1995.
23. Розенберг М. Общая психодиагностика/ Методика «Шкала самооужаения». М.: 2000.
24. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии: в 2-х т. - М.: Педагогика, 1989.
25. Синельников А. Б. Историческая трансформация типа семьи // Семья в России. 2003. № 1. С. 100—110.
26. Соколова Е.Т. Самосознание и самооценка при аномалиях личности. -М.: Изд-во МГУ, 1989.
27. Социология семьи под ред. А. И. Антонова. М., 2005.
28. Столин В.В. Самосознание личности. М.: МГУ, 1983.
29. Столяренко Л.Д. Основы психологии. – Ростов на Дону: Феникс, 1997.
30. Фельдштейн Д.И., Психология развития личности в онтогенезе. – М., Педагогика, 1989.
31. Хорни К. Самосознание. М., 1996.
32. Шумилин Е.А. Психологические особенности старшеклассника. М., 1979.
33. Эриксон Э. Жизненный цикл: Эпигенез идентичности. /Архетип – 1995.

Приложения

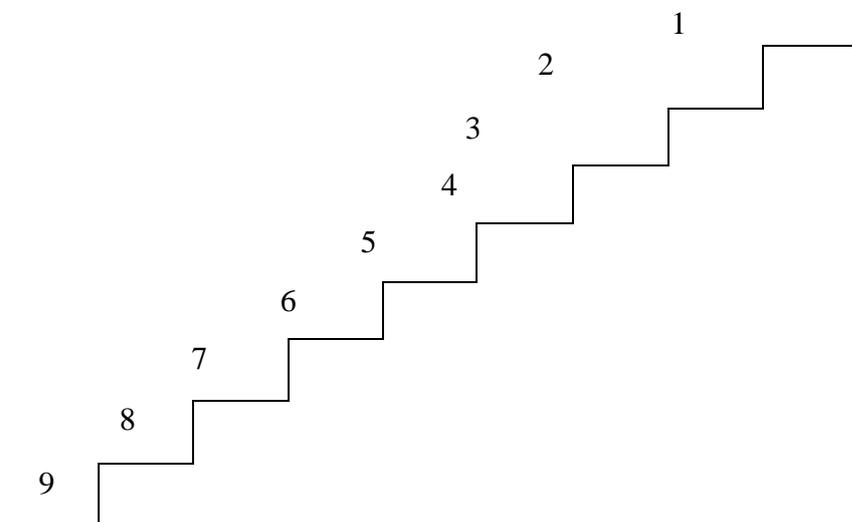
Приложение 1

Методические рекомендации

Исследование самооценки «Лесенка Т.В.Дембо и С.Я.Рубинштейн»

Информационная карточка на методику

Название методики	Методика самооценки «Лесенка».
Автор методики	Т.В.Дембо С. Я. Рубинштейн.
Источник	Атлас для экспериментального исследования отклонений в психической деятельности человека. Под ред. Полищука И.А., Видренко А.Е., 2-е изд. Киев. Здоровье, 1974 г.
Назначение методики	Определение уровня притязаний учащихся, его адекватности, выявление детей с неустойчивой самооценкой и склонностью к крайностям оценок.
Возрастная валидность	Дети от 5 лет и старше
Оборудование, стимульный материал	Бланк ответа
Процедура обследования	Здоровые испытуемые независимо от самооценки и объективной жизненной ситуации не склонны к крайностям и указывают свое место, как правило, на 4-5 ступенях, т.е. чуть выше среднего или к зоне середины. Они видят себя (или хотят показать) со средним здоровьем, умом, характером, счастьем. Получаемые с помощью методики данные приобретают особый интерес при сопоставлении с результатами обследования мышления и эмоционально-волевой сферы.
Инструкция к использованию методики	На Ваших бланках ответов нарисованы лестницы, обозначающие здоровье, умственное развитие, характер, и счастье и т.д.. Если, например, на первой лестнице расположить людей, то на верхней ступени первой лестницы расположатся самые здоровые, а на нижней – самые больные. Укажите свое место на ступеньках всех лестниц.
Диагностируемые показатели	Эта методика даёт возможность выявить детей с неустойчивой самооценкой, склонностью к крайностям и извращению оценок, что свойственно больным шизофренией. Больные с депрессией тяготеют к низким оценкам. Однако окончательные выводы по этой методике делать нельзя.



Методика изучения уровня самооценки и самокритичности

Инструкция: перед вами перечень черт личности. Вам нужно выбрать из него 10-20 качеств характерных вашему идеалу и 10 – 20 качеств характерных вашему антиидеалу. Поставьте букву «и» рядом с качеством, которое, по вашему мнению, присуще идеалу и букву «а» рядом с качеством, которое присуще антиидеалу. Качеств должно быть не менее 10 и не более 20 в обоих случаях.

Перечень черт личности:

Аккуратность	беспечность	вдумчивость
Впечатлительность	восприимчивость	гордость
Грубость	жизнерадостность	заботливость
Зависимость	застенчивость	злопамятность
Искренность	капризность	легковерие
Медлительность	мечтательность	мнительность
Мстительность	навязчивость	настойчивость
Нежность	непринужденность	нерешительность
Несдержанность	неуравновешенность	обаяние
Обидчивость	осторожность	отзывчивость
Педантичность	подвижность	подозрительность
Принципиальность	поэтичность	презрительность
Радушие	развязность	рассудочность
Сострадательность	равнодушие	сдержанность
Решительность	стыдливость	сентиментальность
Страстность	терпимость	трусость
Увлекаемость	упорство	уступчивость
Холодность	энтузиазм	вспыльчивость

Продолжение инструкции: подчеркните те черты, которые присущи вам.

ИЗУЧЕНИЕ ОБЩЕЙ САМООЦЕНКИ С ПОМОЩЬЮ ПРОЦЕДУРЫ ТЕСТИРОВАНИЯ

Методика предложена Г.Н. Казанцевой и направлена на диагностику уровня самооценки личности. Методика построена в форме традиционного опросника.

Инструкция. Вам будут зачитаны некоторые положения. Вам нужно записать номер положения и против него – один из трех вариантов ответа: «да» (+), «нет» (-), «не знаю» (?), выбрав тот ответ, который в наибольшей степени соответствует Вашему собственному поведению в аналогичной ситуации. Отвечать нужно быстро, не задумываясь.

ТЕКСТ ОПРОСНИКА

1. Обычно я рассчитываю на успех в своих делах.
2. Большую часть времени я нахожусь в подавленном настроении.
3. Со мной большинство ребят советуются (считаются).
4. У меня отсутствует уверенность в себе.
5. Я примерно так же способен и находчив, как большинство окружающих меня людей (ребят в классе).
6. Временами я чувствую себя никому не нужным.
7. Я все делаю хорошо (любое дело).
8. Мне кажется, что я ничего не достигну в будущем (после школы).
9. В любом деле я считаю себя правым.
10. Я делаю много такого, о чем впоследствии жалею.
11. Когда я узнаю об успехах кого-нибудь, кого я знаю, то ощущаю это как собственное поражение.
12. Мне кажется, что окружающие смотрят на меня осуждающе.
13. Меня мало беспокоят возможные неудачи.
14. Мне кажется, что для успешного выполнения поручений или дел мне мешают различные препятствия, которые мне не преодолеть.
15. Я редко жалею о том, что уже сделал.
16. Окружающие меня люди гораздо более привлекательны, чем я сам.
17. Думаю, что я постоянно кому-нибудь необходим.
18. Мне кажется, что я занимаюсь гораздо хуже, чем остальные.
19. Мне чаще везет, чем не везет.
20. Я всегда чего-то боюсь.

Обработка результатов. Подсчитывается количество согласий (ответы «да») с положениями под нечетными номерами, затем – количество согласий с положениями под четными номерами. Из первого результата вычитается второй. Конечный результат может находиться в интервале от – 10 до +1. Результат от –10 до –4 свидетельствует о низкой самооценке; от +4 до +10 – о высокой самооценке.

Практические рекомендации по формированию положительной самооценки

Одним из важнейших направлений воспитательной работы в школе должно быть становление правильной, адекватной самооценки школьника, проведение в связи с этим разъяснительной работы с родителями.

Следует разъяснять, что существуют слова и выражения, способные постепенно повышать или понижать самооценку человека, с которым мы общаемся. К числу тех, которые следует исключить из употребления относятся: «О чем ты только думаешь», «Неужели тебе трудно запомнить, что...», «Сколько раз надо повторять...», «Неужели ты не видишь, что...», «Все люди..., а ты...», «Что ты ко мне пристала» и проч. И наоборот, полезно говорить: «Посоветуй мне, пожалуйста...», «Какие у тебя замечательные друзья», «Общаясь с тобой, можно многому научиться...». Совершенно необходимо учить детей говорить комплименты, так как не только другие люди влияют на наше представление о себе, но и мы влияем на их представление о них самих.

Кроме того, можно рекомендовать повышать свою самооценку внешними факторами, то есть идти по пути от внешнего к внутреннему. Карнеги Дейл, например, советует надевать ту одежду, которая нравится, в которой чувствуешь себя уверенным и полным сил.

Рекомендации родителям:

1. Не превращайте всю жизнь ребенка в «скачки» для удовлетворения своих высоких родительских амбиций.

2. Делайте все, что от вас зависит, что бы он не занижал свою самооценку и в то же время, чтобы не выставлял себя на показ.

3. Старайтесь найти взаимопонимание со своими детьми. Ваши родительский опыт и мудрость - важнейший источник поддержки и помогают в решении не легких и жизненных проблем.

4. Вы можете быть как вдохновителем, так и подавлять своего ребенка.

5. Ваш ребенок - это отдельный, огромный мир о котором вы почти ничего не знаете. Дети быстрее воспринимают новое, поэтому часто лучше приспосабливаются к быстрым меняющимся реалиям нашей жизни. Не бойтесь признавать, что вам есть чему учиться у собственных детей.

Рекомендации подросткам с низкой самооценкой:

1. Твердо знайте, чего хотите добиться.
2. Чтобы были ясны намерения, нужен ясный план.
3. Вообразите желаемый результат.
4. Сформулируйте сильную мотивацию достижения желаемого результата.
5. Будьте уверены в себе.
6. Превратите препятствие в трамплин для новых прыжков к цели.
7. Оглянитесь в прошлое, насладитесь настоящим, интересуйтесь будущим.
8. Овладейте умением преуспевать с радостью и ощущением счастья.