**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**«Чергинская Средняя Общеобразовательная Школа»**

**ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ПРОЕКТ**

по направлению:психология

**Гендерные различия в самооценке подростков**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Работа допущена к защите:  «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 201\_\_ г.  Работа защищена:  «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 201\_\_ г.  С решением:  «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_»  Председатель АК  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Члены АТ:  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |  | Автор проекта:  Симонова Валерия Васильевна  Класс: 9 А  Руководитель:  Мирончук Татьяна Александровна,  педагог-психолог |

Черга 2021

Содержание

Введение…………………………………………………………………………....

Глава I. Теоретический анализ литературы по проблеме самооценки в подростковом возрасте

Основные подходы зарубежных и отечественных авторов к изучению самооценки……………………………………………………………………….

1.2.Особенности  самооценки в подростковом возрасте………………………

1.3.Гендерные  характеристики личности в подростковом  возрасте………….Глава II. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ГЕНДЕРНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ САМООЦЕНКИ   В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

2.1. Методика исследования………………….................................................

2.2.Результаты  исследования ………………………………………………

Заключение……………………………………………………………………

Список  литературы……………………………………………………………

Приложения……………………………………………………………………

Введение

В настоящее время исследования самооценки человека в процессе его жизнедеятельности имеют большое значение в психологической теории и практике. Прежде всего, изучаются сдвиги в содержании уровня самооценки и ее компонентов – какие качества осознаются лучше, как меняется с возрастом уровень и критерии самооценок, какое значение придается внешности, а какое умственным и моральным качествам. Подростковый  возраст – это самый трудный  и самый сложный из всех детских  возрастов, представляющий собой период становления личности. Центральным фактором психологического развития подросткового возраста, его важнейшим новообразованием является становление нового уровня самосознания, изменение Я-концепции, определяющиеся стремлением понять себя, свои возможности и особенности. С этим связаны резкие колебания в отношении к себе, неустойчивость самооценки. Указанное новообразование определяет ведущие потребности подросткового возраста в самоутверждении и общении со сверстниками. В подростковом возрасте формируются первые навыки общения с противоположным полом. Удачность на первоначальном плане характеризует дальнейшую легкость, раскрепощенность индивида при общении его с другим полом, но и конечно, с друзьями. Во многом общение подростков между собой зависит от уровня самооценки. Адекватная самооценка позволяет быстро наладить контакты с представителями противоположного пола и влияет на формирование у подростка многих важных качеств личности (например, уверенности в себе, жизнерадостности, замкнутости, индивидуализма).Неадекватная  самооценка создаёт устойчивую тревожность и изоляцию, вследствие этого у подростка возникают трудности в общении со сверстниками. Среди отечественных  ученых занимавшихся изучением самооценки можно отметить Ананьева, Л.И. Божович, В.В. Столина, Е.В. Шорохова, И.С. Кона, Л.С. Славина, Д.Б. Эльконина, Т.В. Драгунова, С.А. Рубинштейна, В.П. Трусова и других. Этими учеными рассматривались такие вопросы самооценки, как её структура, функции, возможности и закономерности формирования.  Среди зарубежных  ученых занимавшихся изучением самооценки необходимо отметить У. Джеймса, У. Кум, М.С. Неймарка, Э. Эриксона, Д.И. Фельдштейна, Р. Бернса и других. Исследование  личности подростков занимались такие  ученые как Л.С. Выготский, Р.С. Немов, Л.Ф. Обухова, Р.Т. Баярд, А.А. Бодалева, В.В. Давывод, Т.В. Драгунова, Л.Б. Ительсон, В.С. Мухина, А.А. Хвостов, И.Ю. Кулагина, А. Мудрик и многие другие ученые. Актуальность данной темы обусловлена тем, что гендерные особенности самооценки  в подростковом возрасте изучены  недостаточно. Интерес к этим исследованиям в психологии в последние годы возрастает.

**Гипотеза:** мы предполагаем, что самооценка мальчиков гораздо выше самооценки девочек.

**Цель исследования**: выявить гендерные различия самооценки в подростковом возрасте.

**Объект исследования**: самооценка подростков

**Предмет исследования**: гендерные различия в самооценке подростков

Исходя из цели работы были поставлены следующие задачи:

1.Провести теоретический анализ проблемы самооценки в подростковом возрасте.

2.Рассмотреть  возрастные изменения  самооценки.

3.Изучить самооценку  подростка. Выделить гендерные различия проявления самооценки.

Использованные  методы:

-теоретические (сбор материалов, обобщение, анализ);

-эмпирические ( методика Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан «Шкала самооценки и уровня притязаний»; .

-математические .

Исследование  проводилось на базе МБОУ «Чергинской СОШ».

В исследовании приняли участие  37 учащихся 9 классов в возрасте 15-16 лет ( 19 мальчиков и 18 девочек).

**Глава I. Теоретический анализ литературы по проблеме самооценки в подростковом возрасте**

1.1. Основные  подходы зарубежных и отечественных авторов к изучению самооценки

Выделение самоотношения  как самостоятельного объекта психологического анализа чаще всего осуществляется путем разграничения в едином процессе самосознания двух аспектов: процесса получения знаний о себе и процесса самоотношения . Всякая попытка человека себя охарактеризовать содержит в той или иной мере оценочный элемент, определяемый общепризнанными нормами, критериями и целями, представлениями об уровне достижений, моральными принципами, правилами поведения и т. д. Отсюда оба этих аспекта составляют целостную Я-концепцию которая определяется как совокупность всех представлений индивида о себе, сопряженная с их оценкой. Описательную составляющую Я-концепции чаще всего называют образом «Я» или представлением о себе.

Предметом самовосприятия и самооценки индивида может быть его тело, его способности, его  социальные отношения и множество других личностных проявлений. В соответствии с этим выделяется система частных самооценок. Однако предполагается, что эти частные самооценки, взятые в их динамической совокупности, интегрируются в некоторое обобщенное пережившее, связанное с целостным образом «Я». Именно эта обобщенная и относительно устойчивая самооценка и является предметом психологического анализа, в большинстве исследований.

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

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

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

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

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

Отсюда Я- концепция и  обобщенная самооценка - это просто одно и то же.

Мотив самоуважения, по определению Канлана, - это «личная потребность сделать максимальным переживание положительных и минимальных - отрицательных установок по отношению к себе». Большей частью мотивы самоуважения и последовательности «Я» совпадают, но бывают случаи, когда индивид упорно сохраняет отрицательный образ «Я» не меняя его даже в случаях положительных внешних оценок и успехов в сфере самореализации [11].

По литературным данным выделяют три основных понимания  терминов самоотношения, каждое из которых  отражает различные теоретические  подходы и имеет свое собственное коннотативное значение:

1) любовь к  себе,

2) самоприятие,

3) чувство компетентности.

1.2.Особенности самооценки в подростковом возрасте

Подростковый  возраст (отрочество) - период онтогенеза (от 10-11 до 15 лет), соответственный переходу от детства к юности.

Это время необычайно важно для каждого человека, наполнено  событиями и переменами, противоречиями и бурями. Не менее сложное оно и для тех, кто его изучает, старается выделить и проследить основные закономерности.

Говоря о  переходном возрасте, психологи часто  используют слово «кризис», подчёркивая, что сложности и проблемы, присущие, этому периоду, закономерны и встречаются в жизни практически каждого. Источники кризиса - в сложности триединой задачи, которая стоит перед тем, кто вступает в переходный возраст, - задачи перехода от детства к взрослости, включающей три аспекта - биологический, социальный, психологический.

Ряд проблем  переходного возраста связан с неравномерностью трёх аспектов развития в этот период и со сложностью их взаимодействия. Часто неравномерность возникает  из-за того, что достижение социальной зрелости в нашем обществе занимает слишком много времени. Но случается и обратная ситуация: жизненные обстоятельства складываются так, что требуют раннего вступления во взрослую жизнь, тогда как психологически человек ещё не расстался с детством, то есть социальный аспект взросления опережает психологический.

Неравномерность развития в  переходном возрасте ярко проявляется  и на индивидуальном уровне. В одном  классе можно встретить и почти  взрослую девушку, и мальчишку на голову её ниже. Не меньше, и хотя не так легко заметные различия между сверстниками существуют и в психологическом и социальном плане. При этом физически менее развитый подросток может опережать своих сверстников в умственном развитии или быть психологически гораздо более зрелым сформировавшимся как личность. Поэтому в переходном возрасте, как ни в каком другом велико разнообразие вариантов развития, а общие закономерности могут плохо соответствовать, тому, что происходит с каждым в отдельности.

Главные психологические  изменения переходного возраста связаны с открытием собственного внутреннего мира, его богатства и сложности. Интересы взрослеющего человека смещаются от событий и явлений вокруг него к собственному Я, уникальному и неповторимому. Формирование Я -образа является центральным психологическим процессом переходного возраста и одновременно основным его достижением.

Важным моментом при этом является становление самооценки по Д.И.Фельдштейну.

На первой стадии подросткового периода, в 12—13 лет, наряду с общим принятием себя сохраняется  и ситуативно-отрицательное отношение ребенка к себе, зависящее от оценок окружающих, прежде всего сверстников. В то же время критическое отношение подростка к себе, переживание недовольства собой сопровождаются возрастанием потребности в самоуважении, общем положительном отношении к себе как личности. У ребёнка такого возраста складывается отношение к самому себе, когда самооценка утрачивает зависимость от ситуаций успеха-неуспеха, а приобретает стабильный характер. Самооценка в этом возрасте выражает отношение, в котором образ самого себя относится к идеальному Я. На второй стадии этого возраста, в 14—15 лет, возникает «оперативная самооценка», определяющая отношение подростка к себе в настоящее время. Эта самооценка основывается на сопоставлении подростком своих личностных особенностей, форм поведения с определенными нормами, которые выступают для него как идеальные формы его личности.

Подростка волнует  то, что красиво и некрасиво  во внешнем облике окружающих. В  том, что касается его собственного тела, можно отметить, что степень удовлетворенности или неудовлетворенности собой у подростка во многом зависит того, как он выглядит, и в значительной мере влияет на его самооценку.

Структура самооценки представлена двумя компонентами —  когнитивным и эмоциональным. Первый отражает знания человека о себе, второй — его отношение к себе.

Уровни сформированности когнитивного компонента самооценки:

1.Наиболее высокий  уровень характеризуется реалистичной  самооценкой: преимущественной ориентацией  подростков и обосновании самооценки  на

знание своих особенностей; наличием способности к обобщению ситуаций, в которых реализуются оцениваемые качества; каузальной атрибуцией за счет внутренних условий; глубоким и разносторонним содержанием самооценочных суждений; употреблением их преимущественно в проблематичных формах.

2.Среднему уровню  свойственна непоследовательность  проявления

реалистичных  самооценок: ориентация подростков при  обосновании

самооценок  в основном на мнения окружающих, на анализ конкретных фактов и ситуаций самооценивания, каузальная атрибуция за счет внешних условий; наличие самооценочных суждений сравнительно узкого содержания; их реализация, как в проблематичных, так и в категоричных формах.

3.Низкий уровень  отличается преимущественной неадекватностью  самооценок: обоснованием самооценки эмоциональными предпочтениями, отсутствием подтверждения самооценки анализом реальных фактов, каузальной атрибуцией за счет субъективно неуправляемых условий, неглубоким содержанием самооценочных суждений и употреблением их преимущественно в категоричных формах.

Характер самооценки подростков определяет формирование тех или иных качеств личности.

Например, адекватный уровень самооценки способствует формированию у подростка уверенности в  себе, самокритичности, настойчивости  или излишней самоуверенности, некритичности. Обнаруживается также определенная связь характера самооценки с учебной и общественной активностью. Подростки с адекватной самооценкой имеют более высокий уровень успеваемости, у них нет резких скачков успеваемости и наблюдается более высокий общественный и личный статус. Подростки с адекватной самооценкой имеют большое поле интересов, активность их направлена на различные виды деятельности, а не на межличностные контакты, которые умеренны и целесообразны, направлены на познание других и себя в процессе общения.

Подростки с тенденцией к сильному завышению самооценки проявляют достаточную ограниченность в видах деятельности и большую направленность на общение, причем малосодержательное.

Агрессивные подростки  характеризуются крайней самооценкой (либо максимально положительной, либо максимально отрицательной), повышенной тревожностью, страхом перед широкими социальными контактами, эгоцентризмом, неумением находить выход из трудных ситуаций.

Подростки с  низкой самооценкой подвержены депрессивным тенденциям. Причем одни исследования выявили, что такая самооценка предшествует депрессивным реакциям или является их причиной, а другие — что депрессивный аффект появляется сначала, а затем инкорпорируется в низкую самооценку.

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.

Социально-психологический  статус понятие, обозначающее положение  человека в системе межличностных  отношений и меру его психологического влияния на членов группы. Известная тенденция подростков к группированию и своеобразная, зачастую жесткая, внутригрупповая статусная дифференциация, присущая не только неформальным группам, но и школьному классу, вызывают необходимость выявления взаимосвязи самооценки подростка с его социально-психологическим статусом.

Я. Л. Коломинский  установил  ряд интересных закономерностей  социальной перцепции у подростков, таких как:

- тенденция к завышенной  самооценке социометрического статуса  у

низкостатусных учащихся и к заниженной у высокостатусных;

- эгоцентрическая нивелировка  - тенденция приписывать другим  членам группы статус либо  равный своему, либо более низкий;

- ретроспективная оптимизация  - тенденция более благоприятно

оценивать свой статус в  прежних группах.

В исследовании в этой области не выявлено статистически значимой связи самооценки с социально-психологическим статусом. Кроме того, выявили факт того, что дети с низкой самооценкой также могут быть лидерами.

В целом отклонение в адекватности осознания подростком своего положения в коллективе, как в сторону переоценки, так и в сторону недооценки может привести к нежелательным результатам. Например, если ученик переоценивает свое положение, то он, как правило, отрицательно относится к товарищам, проявляя пренебрежение, недооценка же приводит к возникновению у подростка неуверенности, отчужденности.

Таким образом, самооценочные  суждения в подростковом возрасте определяются совокупностью различных видов  оценок окружающих, результатами деятельности и направлены на поиск своей значимости для других и для самого себя.

Существуют способы повышения  самооценки человека в любом возрасте, поскольку самооценка возникает  в результате научения.

**1.3.Гендерные характеристики личности в подростковом возрасте**

Чтобы разъяснить данную проблему обратимся к толкованию некоторых определений связанных  с этой темой.

В психологии есть отдельная отрасль, изучающая закономерности поведения человека в обществе, определяемые его биологическим полом, социальным полом и их соотношением, которая называется гендерная психология. Само же определение гендер в переводе с латинского означает «род» и определяет сложный социокультурный процесс конструирования обществом различий в мужских и женских ролях, поведении, ментальных и эмоциональных характеристик. Гендер определяет социальный статус личности в обществе и связанной с ним зависимости, возможности и ограничения, достижения социально значимых ценностей. Воспроизводство и развитие гендера осуществляется в процессе социализации и ресоциализации. В процессе социализации усваиваются гендерные нормы, модели поведения, в период ресоциализации нарушаются ранее усвоенные требования и образцы поведения, вырабатываются новые нормы и образцы.

Гендерная психология - это область психологической  науки. И, как и у других областей, у нее очень длинная предыстория  и очень короткая история. Но было бы неправомерным рассматривать  эту историю только с 70-х гг. XX в. Также не вполне корректно считать ее детищем только феминизма, хотя его большой заслугой является привлечение внимания к некоторым современным психологическим проблемам.

Возрастной  период, когда актуализируются гендерные  проблемы - это подростковый возраст. Изменение тела подростка, появление у него вторичных половых признаков и эротических переживаний способствуют формированию половой идентичности взрослого человека, в которой соответствие общепринятым образцам маскулинности - феминности играет ведущую роль. Полотипизированные подростки в большей мере стремятся подражать стереотипным образцам маскулинности/феминности, выбирая модели чаще среди героев средств массовой информации. У девушек страстное желание соответствовать современному образцу феминности - "совершенной стройности" может приобрести гипертрофированные формы и вылиться в такое заболевание, как нервная анорексия. Юноши, стремясь идентифицироваться с утрированно маскулинными кумиром, часто демонстрируют неприемлемые с социальной точки зрения формы поведения: агрессивные действия, употребление алкоголя и наркотиков, необоснованно рискованные поступки.

Важнейшей особенностью подростков является постепенный переход  от копирования оценок взрослых к  самооценке, все большая опора  на внутренние критерии. С помощью  особой деятельности (самопознания) у  подростка и формируются критерии самооценки. Основной формой самопознания подростка является сравнения себя с другими людьми - взрослыми, сверстниками.

В одном исследовании, имевшем целью определить влияние  учителей, матерей, отцов и друзей на самооценку подростков, было обследовано 399 подростков, разделенных на три возрастные группы, средний возраст в которых составлял 13, 15 и 17 лет. Оказалось, что во всех трех группах у девочек самооценка выше, чем у мальчиков одного с ними возраста. Это можно объяснить более ранним физическим и социальным созреванием девочек по сравнению с мальчиками.

Влияние значимых других на самооценку юношей с возрастом  уменьшалось. Между ранним и поздним подростковым периодом влияние матерей и отцов несколько возрастало, но влияние учителей и друзей уменьшалось столь сильно, что общее влияние значимых других ослабевало. Для мальчиков особенно значимым оказывалось влияние и мнение отца.

Влияние значимых других на самооценку девушек с возрастом  усиливалось. Между ранним и поздним подростковым периодом влияние учителей и отцов несколько уменьшалось, но влияние матерей и друзей возрастало настолько сильно, что в целом влияние значимых других усиливалось. Для девушек особенно большое значение имело влияние и мнение матери и друзей, поскольку отношения с ними становились более близким.

Изучение учащихся шестого, седьмого и восьмого классов обнаружило, что у мальчиков взаимозависимость между достижениями и образом «Я» более выражена по сравнению с девочками, и с возрастом эта корреляция у мальчиков усиливается, а у девочек ослабевает. Это открытие согласуется с гипотезой о том, что на мальчиков, по мере их взросления, усиливается общественное давление, связанное с достижениями. В то же самое время возрастает давление сверстников на девочек, которые должны установить социальные связи; поэтому они сосредоточиваются скорее на установлении отношений в обществе, а не на достижении успехов в учебе. Кроме того, было обнаружено, что при переходе из начальной школы в среднюю школу девочки становятся менее прилежными. Другие исследования подтверждают, что в этом возрасте девочкам, как правило, школа начинает нравиться меньше, а отношение к школе мальчиков не изменяется. Изменение отношения к школе сказывается на успехах в учебе.

Таким образом, основываясь на вышеизложенном материале, можно сказать, что самооценка - это отношение индивида к себе, которое складывается постепенно и приобретает привычный характер. Самооценка отражает степень развития у индивида чувства самоуважения, ощущения собственной ценности и позитивного отношения ко всему тому, что входит в сферу его «Я».

Подростковый  возраст – это самый трудный и самый сложный из всех детских возрастов, представляющий собой период становления личности.

В подростковом возрасте формируются первые навыки общения с противоположным полом. Удачность на первоначальном плане  характеризует дальнейшую легкость, раскрепощенность индивида при общении  его с другим полом, но и конечно, с друзьями. Во много общение подростков между собой зависит от уровня самооценки.

Адекватная  самооценка позволяет быстро наладить контакты с представителями противоположного пола и влияет на формирование у  подростка многих важных качеств личности (например, уверенности в себе, жизнерадостности, замкнутости, индивидуализма).

Неадекватная  самооценка создаёт устойчивую тревожность  и изоляцию, вследствие этого у  подростка возникают трудности в общении со сверстниками.

Плохая социальная адаптация, которая связана с негативной Я-концепцией и низкой самооценкой, может проявляться по-разному. Подростки с низкой самооценкой имеют тенденцию к полной незаметности в обществе. Их не “видят” и не выбирают в лидеры, они редко участвуют в школьной, клубной или общественной деятельности. Они не умеют постоять за себя и не высказывают своего мнения по волнующим их вопросам. У таких подростков чаще обычного развиваются чувства изоляции и одиночества. Застенчивые люди в обществе часто испытывают неловкость и напряжение, что затрудняет их общение с окружающими. Поскольку эти люди хотят нравиться другим, на них легче оказывать влияние и управлять ими; они обычно позволяют другим принимать за них решения, так как им не хватает уверенности в себе. Те, кто, сам того не желая, подчиняется другим, редко верят им и испытывают к ним любовь. Если подросток глубоко презирает самого себя, он будет презирать и ненавидеть других, но если он испытывает к себе уважение и доверие, то будет так же доверять другим и уважать их.

**Глава II. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ГЕНДЕРНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ САМООЦЕНКИ   В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ**

2.1. Методики  исследования

Эмпирическое  исследование  проводилось на базе МБОУ «ЧЕРГИНСКАЯ СОШ» . В  исследовании приняли участие 32 учащихся 9 классов в возрасте 15-16 лет (19 юношей и 13 девушек).

Порядок  исследования:

Подбор методики, подготовка бланков для фиксации результатов.

Реализация исследования и оформление протоколов.

Количественный анализ данных.

Качественный анализ данных.

Для проведения исследования выбрана следующая психодиагностическая методика:

Методика  Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан «Шкала самооценки и уровня притязаний»

Методика нацелена на изучение самооценки.

Данная методика основана на непосредственном оценивании (шкалировании) школьниками ряда личных качеств, таких как здоровье, способности, характер и т. д. Обследуемым предлагается на вертикальных линиях отметить определенными знаками уровень развития у них этих качеств (показатель самооценки) и уровень притязаний, т. е. уровень развития этих же качеств, который бы удовлетворял их. Каждому испытуемому предлагается бланк методики, содержащий инструкцию и задание.

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

Обработка и интерпретация результатов

Обработка проводится по шести шкалам (первая, тренировочная — «здоровье» — не учитывается). Каждый ответ выражается в баллах. Как уже отмечалось ранее, длина каждой шкалы 100мм, в соответствии с этим ответы школьников получают количественную характеристику (например, 54мм = 54 баллам). 1. По каждой из шести шкал определить:

a. уровень притязаний — расстояние в мм от нижней точки шкалы («0») до знака «х»;

b. высоту самооценки — от «о» до знака «—»;

c. значение расхождения между уровнем притязаний и самооценкой — расстояние от знака «х» до знака «-», если уровень притязаний ниже самооценки, он выражается отрицательным числом.

2. Рассчитать среднюю величину каждого показателя уровня притязаний и самооценки по всем шести шкалам. Уровень притязаний Норму, реалистический уровень притязаний, характеризует результат от 60 до 89 баллов. Оптимальный — сравнительно высокий уровень — от 75 до 89 баллов, подтверждающий оптимальное представление о своих возможностях, что является важным фактором личностного развития. Результат от 90 до 100 баллов обычно удостоверяет нереалистическое, некритическое отношение детей к собственным возможностям. Результат менее 60 баллов свидетельствует о заниженном уровне притязаний, он — индикатор неблагоприятного развития личности. Высота самооценки Количество баллов от 45 до 74 («средняя» и «высокая» самооценка) удостоверяют реалистическую (адекватную) самооценку. Количество баллов от 75 до 100 и выше свидетельствует о завышенной самооценке и указывает на определенные отклонения в формировании личности. Завышенная самооценка может подтверждать личностную незрелость, неумение правильно оценить результаты своей деятельности, сравнивать себя с другими; такая самооценка может указывать на существенные искажения в формировании личности — «закрытости для опыта», нечувствительности к своим ошибкам, неудачам, замечаниям и оценкам окружающих. Количество баллов ниже 45 указывает на заниженную самооценку (недооценку себя) и свидетельствует о крайнем неблагополучии в развитии личности. Эти ученики составляют «группу риска», их, как правило, мало. За низкой самооценкой могут скрываться два совершенно разных психологических явления: подлинная неуверенность в себе и «защитная», когда декларирование (самому себе) собственного неумения, отсутствия способности и тому подобного позволяет не прилагать никаких усилий. Расхождения между уровнем притязаний и уровнем самооценки. За норму здесь принимается расхождение от 8 до 22 баллов, свидетельствующее, что школьник ставит перед собой такие цели, которые он действительно стремится достичь. Притязания в значительной степени основываются на оценке им своих возможностей и служат стимулом личностного развития. Расхождение от 1 до 7 баллов, и особенно случаи полного совпадения уровня притязания и уровня самооценки, указывают на то, что притязания не служат стимулом личностного развития, становления той или иной стороны личности. Расхождение в 23 балла и более характеризует резкий разрыв между уровнем притязаний и уровнем самооценки. Такой разрыв указывает на конфликт между тем, к чему школьник стремится, и тем, что он считает для себя возможным.

2.2. Результаты  исследования

По результатам  диагностики только у половины подростков адекватная самооценка. Завышенную самооценку имеют треть школьников и заниженную - 10%. При этом адекватную самооценку показали одинаковый процент девушек и юношей. Однако у девушек завышенная самооценка у 31%, а у юношей у 37%. Заниженная самооценка у 13%  девушек и 7% юношей. Таким образом, несколько выше процент с завышенной самооценкой среди юношей (6%) и с заниженной самооценкой среди девушек (6%).

Уровень самооценки подростков

Рассмотрим  показатели по шкалам.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Характер. Адекватная  самооценка характера у 57% подростков, завышенная у 33% и заниженная  у 10%. Гендерные различия по  данной шкале незначительные. С завышенной самооценкой юношей больше, чем девушек на 1%, с адекватной на 2%, а с заниженной меньше на 3%.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Способности. Адекватная самооценка по способностям у 51% подростков, завышенная у 43% и заниженная только у 6%. Процент с адекватной самооценкой по данной шкале среди юношей – 63%. Это больше девушек на 18%.У девушек этот показатель – 45%. При этом юноши не показали заниженную самооценку. Девушек с заниженной самооценкой  9%. С завышенной самооценкой юношей 37%, что меньше девушек на 9%. Девушек с завышенной самооценкой 46%.

 Авторитет у  сверстников. Адекватную самооценку по данной шкале имеют 49% подростков, завышенную - 39% и заниженную - 12%. Процент с  адекватной самооценкой среди девушек – 51%, что больше юношей на 6%. У юношей этот показатель составляет 45%. А процент с заниженной самооценкой, наоборот, больше среди юношей на 9% и составляет 18%. Среди девушек только 9% с заниженной самооценкой.

Умение много  делать руками. Адекватная самооценка по умению много делать своими руками у 49% подростков, завышенная у 35% и заниженная у 16%. Процент с адекватной самооценкой по данной шкале среди юношей – 56%. Это больше девушек на 10%.У девушек этот показатель – 46%. Среди девушек, наоборот, больше на 7% с завышенной самооценкой и данный показатель составляет 37%. С заниженной самооценкой гендерные различия незначительные – 3%.

Внешность. Адекватная самооценка по данной шкале у 43% подростков, завышенная у 39% и заниженная у 18%. Юноши выше оценивают свои внешние данные. Девушки в подростковом возрасте чаще комплексуют из-за внешности. Завышенная самооценка среди юношей на 8% больше, чем у девушек и составляет 45%. Наоборот, заниженная самооценка среди девушек на 6% больше, чем у юношей и составляет 20%.

Уверенность в  себе. Адекватная самооценка по уверенности  в себе у 39% подростков, завышенная у 48% и заниженная у 16%. Следует отметить, что в сравнении с другими  шкалами самый низкий процент  школьников с адекватной самооценкой. Подростки склонны к самоуверенности. Процент с адекватной самооценкой по данной шкале среди юношей – 47%. Это больше девушек на 12%. У девушек этот показатель – 35%. При этом девушек на 8% больше с неуверенностью и  на 4% с самоуверенностью.

Уровень притязаний подростков в (%).

Ю-юноши   Д-девушки

Адекватный  уровень притязаний у 54% подростков, завышенный у 44% и заниженный только у 2%. Большинство девушек показали адекватный уровень притязаний - 59%. Завышенный у 37% и заниженный у незначительного процента (4%).  У большинства юношей завышенный уровень притязаний – 59%, а адекватный у 41%. Среди них нет с заниженным уровнем.

Перспективы саморазвития подростков (%).

Ю-юноши   Д-девушки

Сигма. Рассмотрим перспективы роста подростков (разницу между уровнем притязаний и уровнем самооценки). Оптимальная разница между тем, что хочу и имею у 51% школьников. Ставят слишком высокую планку для реализации перспектив своего развития 38%. И незначительное желание себя изменить у 11% подростков. Если рассмотреть гендерные различия, то больший процент юношей ставит оптимальные перспективы самосовершенствования – 56%. Среди юношей только 4% не имеют  перспектив роста. А 37% строят нереальные планы. Среди девушек выше процент без перспектив самосовершенствования – 14%. Это выше юношей на 10%. Оптимальные перспективы самосовершенствования ставят 47%  девушек и нереальные - 31%.

Большинство юношей и девушек имеют адекватную самооценку. Процент юношей и девушек с  адекватную самооценку одинаковый. Но среди юношей несколько выше процент с завышенной самооценкой, а среди девушек, наоборот, с заниженной.

Если обратиться к гендерным различиям по шкалам, то юноши более адекватно оценивают  свои способности, умение много делать своими руками и уверенность. Они выше оценивают свои внешние данные. Однако юноши несколько ниже оценивают свой авторитет среди сверстников. Девушки объективнее оценивают свой рейтинг среди сверстников. При этом они переоценивают свои умственные способности и умение много делать своими руками. Девушки в подростковом возрасте склонны больше к комплексам внешности и чувствуют себя менее уверенно. Нет существенных гендерных различий по оценке характера.

Если говорить об уровне притязаний подростков, то у  большинства девушек он адекватный, а у юношей завышенный. Следует отметить, что большинство юношей ставят реальные (оптимальные) перспективы саморазвития. Среди девушек выше процент без желания самосовершенствоваться. Процент с нереальными планами роста  среди юношей и девушек почти одинаковый.

Как влияют успехи или неудачи на самооценку подростка?

Подростки:

При неудачах самооценка понижается, так как:

теряется стремление к знаниям, не хочется учиться;

думают, что неудачники, глупые, хуже других:

не верят в свои способности.

Рассмотрим  гендерные различия.

Девушки:

При успехах самооценка повышается, так как друзья начинают больше уважать.

При неудачах самооценка понижается, так как

чувствуют себя плохо;

испытывают чувство стыда;

понимают, что ленивые.

Юноши:

При успехах самооценка повышается, так как появляется вера в свои силы.

При неудачах самооценка понижается, так как

портится настроение;

появляется неуверенность.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенный нами анализ литературы показал, что в  настоящее время исследования самооценки человека в процессе его жизнедеятельности  имеют большое значение в психологической  теории и практике.

Встречаются различные  типы самооценок: завышенная, адекватная и заниженная. Адекватная самооценка, как правило, становится неотъемлемым качеством успешного человека. При  такой самооценке человек видит  как свои положительные качества, так и недостатки. Заниженная самооценка сопровождает человека робкого, неуверенного в принятии решений. Однако распространены и случаи завышенной самооценки, когда люди придерживаются слишком высокого мнения о себе, собственных талантах и способностях.

Самооценка  тесно связана с уровнем притязаний человека, т.е. степенью трудности целей, которые он ставит перед собой. Расхождение  между притязаниями и реальными  возможностями человека ведет к  тому, что он начинает неправильно  себя оценивать, вследствие чего его поведение становится неадекватным.

На каждом возрастном этапе самооценка имеет свои отличия. Не исключение и подростковый возраст. Самооценка подростка зачастую нестабильна  и не дифференцирована. В различные  возрастные периоды подростки оценивают  себя по-разному. Так, для младшего подросткового возраста (особенно ярко это проявляется у 12-летних) характерны негативные оценки себя (по научным данным так оценивает себя приблизительно третья часть детей этого возраста). Но уже к 13 годам наблюдается положительная динамика в самовосприятии. К юношескому возрасту человек имеет более дифференцированную оценку собственного поведения в различных ситуациях, появляется развернутая система самооценок и в основном складывается «Я-образ» -  относительно устойчивая система представлений о себе.

Рассматривая  самооценку, необходимо помимо возрастных отличий выделять и гендерные. Проведенные  нами исследования позволили определить гендерные особенности самооценки в подростковом возрасте, которые  необходимо знать и учитывать в общении.

Большинство юношей и девушек имеют адекватную самооценку. Среди юношей несколько выше процент  с завышенной самооценкой, а среди  девушек, наоборот, с заниженной.

Если обратиться к гендерным различиям по шкалам, то юноши более адекватно оценивают свои умственные способности, умение много делать своими руками и уверенность. Выше оценивают свои внешние данные. Однако несколько ниже оценивают свой авторитет среди сверстников. Девушки объективнее оценивают свой рейтинг среди сверстников. При этом они переоценивают свои умственные способности и умение много делать своими руками. Девушки в подростковом возрасте склонны больше к комплексам внешности и чувствуют себя менее уверенно. Нет существенных гендерных различий по оценке характера.

Если говорить об уровне притязаний подростков, то у большинства девушек он адекватный, а у юношей завышенный.

Следует отметить, что большинство юношей ставят реальные (оптимальные) перспективы саморазвития. Среди девушек выше процент без  желания самосовершенствоваться. Процент с нереальными планами роста  среди юношей и девушек почти одинаковый.

Большинство подростков задумывались над своей самооценкой. В отличие от девушек юношей больше волнует этот вопрос. Почти все  подростки считают, что лучше  иметь адекватную самооценку. При этом незначительный процент девушек за завышенную самооценку, а юношей за заниженную. Только половина подростков отмечают, что успехи  или неудачи в учебной деятельности влияют на их самооценку. Это подтверждает данные возрастной психологии - учебная деятельность не является ведущей у подростков. В сравнении с юношами среди девушек несколько больше процент тех, на которых влияют успехи  или неудачи в учебной деятельности. В подростковом возрасте значимы взаимоотношения со сверстниками. Но по нашим данным только у половины подростков самооценка зависит от положения среди сверстников. При этом гендерных различий не наблюдается. Самооценка подростка по результатам исследования больше зависит от внешности. Интересным оказался тот факт, что в сравнении с девушками среди юношей выше процент тех, у кого самооценка зависит от внешних данных.

За адекватную самооценку большинство подростков, а в реальности имеют намного  меньше. Среди девушек этот показатель несколько выше

Литература:

1. Бернс, Р. Развитие Я-концепции и воспитание / Р. Бернс; пер. с англ.; под ред. В. Я. Пилиповского. – М.: Прогресс, 1986. – 420 с.
2. Липкина, А.И. Критичность и самооценка в учебной деятельности / А.И. Липкина. – М.: Психология, 1989. – 451 с.
3. Драгунова, Т.В. Проблема конфликта в подростковом возрасте / Т.В. Драгунова // Вопросы психологии. – 1972. – № 2. – С. 25–38.
4. Клёцина, И.С. От психологии пола – к гендерным исследованиям / И.С. Клёцина // Вопросы психологии. – 2003. – № 1. – С. 61–78.