**Введение**

**Актуальность.** В современной человеческой культуре отрочество и юность, или переходный период между детством и взрослостью, занимает почти целое десятилетие. В этот период происходит не только коренная перестройка ранее сложившихся психологических структур, возникают новые образования, но и закладываются основы сознательного поведения, вырисовывается общая направленность в формировании нравственных представлений и социальных установок. В кризисные моменты личностного развития разрешение человеком проблемы адаптации может рассматриваться в качестве одного из важных показателей преодоления им жизненных трудностей и мотивационных конфликтов. Психологические кризисы определяются как относительно непродолжительные по времени (до года) периоды кардинальной перестройки личности, сознания, деятельности, поведения, которые возникают на каждой стадии развития, поскольку осознанию нового сопутствуют изменение энергии инстинктов и возросшие способности человека (В.И. Слободчиков, Г.А. Цукерман, 1996; Э. Эриксон, 1996). Особо проблемными периодами развития считаются подростковый возраст и период ранней юности (12-16 лет). Известно, что период 12-16 лет характеризуется не только физиологической перестройкой организма, но и возрастным кризом, вызванным изменением социальной ситуации развития, отношений с окружающим миром, самооценки, а также сменой ведущей деятельности (А.Н. Леонтьев, 1965; Б.Г. Ананьев, 1980; К.Н. Поливанова, 1994). Таким образом, ранняя юность является сенситивным периодом для развития основных социогенных потенций человека.

По Эриксону юношеский возраст, строится вокруг кризиса идентичности, состоящего из серии социальных и индивидуально-личностных выборов, идентификаций и самоопределений. Каждый кризис - онтогенетический источник возможного формирования хорошей или плохой приспособляемости. Любое разрешение конфликта формирует очередную стадию развития личности, характеризующуюся особым новообразованием - неустойчивым балансом двух противоположных качеств позитивных и негативных (Э. Эриксон, 1996). У личности благополучно разрешающей нормативные кризисы, баланс нарушается в сторону положительных качеств (доверительное отношение к миру и себе, автономия, инициатива, трудолюбие, хорошо организованная идентичность, близость со значимыми другими, генеративность и интегративность). При менее благополучном исходе у человека происходит перевес негативных свойств: недоверчивость, стыд и сомнение, чувство вины, неполноценность, диффузность ролей, изоляция, стагнация, отчаяние (Э. Эриксон, 1993, 1996).

В связи с вышеизложенным, проблема адаптации на различных ступенях возрастной периодизации, а также исследование природы психологических кризисов и поиск путей их нормативных разрешений вызывают интерес различных психологических школ на протяжении длительного времени. Проблема адаптации, кризисов жизни не теряет своей актуальности. В рамках нашей работы нас интересует взаимосвязь адаптации старших школьников и их самооценки.

**Целью** **исследования** является определение взаимосвязи самооценки старших школьников и уровня адаптации в системе межличностных отношений с использованием психодиагностических методов.

**Объектом исследования** являются психологические особенности юношеской личности.

**Предметом исследования** являются взаимосвязь адаптации в системе межличностных отношений и самооценки в период ранней юности.

**Гипотеза исследования.** Мы предположили, что самооценка старшего школьника влияет на уровень его адаптации в системе межличностных отношений.

Предмет, цель и гипотеза исследования определяют **следующие задачи** дипломной работы:

1. определить уровень самооценки учащихся старших классов;
2. выявить степень адаптированности старшеклассников в системе межличностных отношений;
3. оценить представление о себе и о других людях у учащихся старших классов;
4. выявить математико-статистическую взаимосвязь между такими показателями как самооценка, самоотношение, принятие других и адаптированностью у старшеклассников.

В работе использовались следующие методы и методики:

* анализ психолого-педагогической литературы по проблемам самооценки и адаптации в период ранней юности.
* тестирование
* наблюдение
* эксперимент

В ходе работы для исследования индивидуальных особенностей представлений о себе, самоотношения, социально – психологической адаптации и связанных с этим черт личности, а также принятия других были применены следующие психодиагностические методики: для измерения самооценки - Q-сортировка, опросник Пантелеева; шкала принятия других Фейя, методика диагностики социально-психологической адаптации Роджерса, в общей сложности 4 методики.

В обследовании принимали участие учащиеся 10А и 10В классов физико-математических школ города Уфы, в возрасте 15-17 лет численностью 46 (девушки - 12, юноши - 34) человек. Тестирование проводилось в бланковом варианте, испытуемые были мотивированы на добросовестное отношение к диагностическим процедурам и имели возможность получить результаты.

Результаты работы могут быть интересны школьным психологам и использоваться в рамках психологического консультирования старшеклассников, педагогов, родителей.

**ГЛАВА 1. ПРОБЛЕМА ВЗАИМОСВЯЗИ АДАПТАЦИИ И САМООЦЕНКИ В РАННЕМ ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ**

**1.1 Психологическая характеристика ранней юности**

Юношеский возраст — период жизни человека между подростковым возрастом и взрослостью. В схеме возрастной периодизации онтогенеза, принятой специалистами по проблемам возрастной морфологии, физиологии и биохимии, данный возраст был определен как 17 — 21 год для юношей и 16 — 20 лет для девушек (Кулагина И.Ю.1999**)**. Психологи расходятся в определении возрастных границ юности. В западной психологии вообще преобладает традиция объединения отрочества и юности в единый возрастной период, называемый периодом взросления, содержанием которого является переход от детства к взрослости, а границы могут простираться от 12 — 14 до 25 лет. В отечественной науке принято рассматривать юность как самостоятельный период развития человека, его личности и индивидуальности. И. С. Кон определяет юность в границах 14 — 18 лет. Чаще их сужают до 15 — 17 лет, и тогда юношеский возраст оказывается фактически совпадающим со старшим школьным возрастом, с периодом обучения в старших классах общеобразовательной школы.

В юношеском возрасте в основном завершается физическое развитие организма, заканчивается половое созревание, замедляется темп роста тела, заметно нарастает мышечная сила и работоспособность, заканчивается формирование и функциональное развитие тканей и органов.

Психологическое изучение юношеского возраста началось в конце XIX в. с описания юности представителей высших слоев общества. В результате в конце XIX — начале XXв. господствовала так называемая романтическая модель юности как периода внутреннего кризиса, пробуждения чувств, как эпоха "бури и натиска". Начиная с 20-х гг. XX в. ситуация резко изменилась: после работ Э. Шпрангера, М. М. Рубинштейна, М. Мид, Л. С. Выготского, а позднее Б. Заззо и многих других становится невозможен анализ данного возраста без учета этнокультурных и социокультурных различий.

Н.Ф.Добрынин отмечает (1988): "…что возрастные особенности выражаются, прежде всего, в анатомо-физиологических чертах, свойственных данному периоду роста и развития. Вместе с тем с возрастом изменяется отношение растущей личности к учению, к самому себе, к окружающей действительности, изменяется значимость всего этого для данной личности. Значимость меняется потому, что изменяются потребности, интересы, убеждения человека, изменяются его взгляды и отношения ко всему окружающему и к самому себе. Это изменение значимости определяется взаимодействием человека с окружающей общественной средой, в которой он живёт, учится и действует. Веским характерным, особенно для подростка и юноши, является в этом возрасте изменение отношения к самому себе, окрашивающее все его действия и поэтому впряженное достаточно, заметно в большинстве случаев, хотя иногда и замаскировано, что, однако не уничтожает его действенной роли. Именно это и было побудительной причиной для того, чтобы при изучении юношеского возраста поставить вслед за изучением анатомо-физиологических изменений вопрос представлений о себе в этом возрасте".

Юношескому возрасту присущи своеобразные черты, прежде всего, надо отметить некоторые особенности роста и физического развития. У юноши при нормальных условиях жизни уже нет диспропорции отдельных частей тела, нет свойственной подростку неуклюжести и несоразмерности движений. Мышцы его растут и при достаточном их упражнении позволяют успешно выполнять физические и не очень сложные упражнения. Постепенно исчезают беспокойства и те трудности, которые типичны для первого периода полового созревания. Последний перестаёт быть тем новым и неожиданным, во многом пугающим и смущающим. Новые впечатления, беспокойства подростка, уже не являются непонятными и необычными, к ним юноша привык, они беспокоят, но меньше, хотя, понятно, острота их полностью не исчезает.

На первый план выходят внутренние качества. Как писал И.С.Кон **(**1996**)**, на первой место ставятся умственные способности, знания, умение, навыки. Человек понимает, что внешность можно улучшить с помощью косметики, прически, занятий спортом, скрыть недостатки. Но при этом в человеке остается его внутреннее содержание. Юноша начинает ценить не только внешность, но и внутреннее содержание. И его ровесники больше внимания обращают уже не на внешность, а на личные качества человека. В этом возрасте человек начинает оценивать других по пословице: "По одёжке встречают, по уму провожают".

В самооценке старшеклассники проявляют известную осторожность. Они охотнее говорят о своих недостатках, чем о достоинствах. И девушки и юноши называют у себя вспыльчивость, грубость, эгоизм. Среди положительных черт наиболее часто встречаются такие качества: верен в дружбе, не подвожу друзей, помогу в беде, то есть на первый план выступают те качества, которые важны для установки контактов со сверстниками, или те, которые этому мешают. Завышенная самооценка заметно обнаруживается в преувеличении своих умственных способностей. Это проявляется по-разному: кому легко даётся учёба, считают, что и в любой умственной работе они будут на высоте положения; те, кто выделяются успехами по определённому предмету, готовы верить в свой специальный талант; даже слабо успевающие ученики обычно указывают на какие-то другие свои достижения.

И.С.Кон подметил: "Чем важнее для личности оцениваемое свойство, тем вероятнее включение в процесс самооценки механизмов психологической защиты". По данным Я.П.Коломинского, старшеклассники, отвергнутые сверстниками, склонны преувеличивать свой групповой статус, пусть своё положение в коллективе более благоприятным, чем оно есть на самом деле.

Так же, как и завышенная самооценка, заниженная самооценка неблагоприятно действует на юношу. Возникает чувство неуверенности, страха, апатии. В этой ситуации таланты и способности не будут развиваться, и могут вообще не проявляться.

Главный констатирующий момент социальной ситуации развития в юношеском возрасте составляет то, что юноша находится на пороге вступления в самостоятельную жизнь. Переход от подросткового возраста к юношескому связан с резкой сменой внутренней позиции, когда обращенность в будущее становится основной направленностью личности и проблемы выбора профессии, дальнейшего жизненного пути, самоопределения, обретения своей идентичности (Э. Эриксон, 1996) превращаются в "аффективный центр" (Л. И. Божович,1997) жизненной ситуации, вокруг которого начинают вращаться вся деятельность, все интересы подростка. В юношеском возрасте психическое развитие есть врастание индивидуальной психики в объективный и нормативный дух данной эпохи в его национальной форме; тем самым индивид становится ближе к историческому дню, чем когда бы то ни было (Э. Эриксон, 1996), и констатирует себя как представителя определенного поколения (А.В.Толстых, 1996). Совершающееся в ранней юности открытие внутреннего мира сопряжено с переживанием его как ценности. Открытие себя как неповторимо уникальной личности неразрывно связано с открытием социального мира, в котором этой личности предстоит жить. Юношеская рефлексия есть, с одной стороны, осознание собственного "я" ("Кто я?", "Какой я?" "Каковы мои способности?", "За что я могу себя уважать?"), а с другой - осознание своего положения в мире ("Каков мой жизненный идеал?", "Кто мои друзья и враги?", "Кем я хочу стать?", "Что я должен сделать, чтобы и я сам, и окружающий мир стали лучше?"). Первые, обращенные к себе вопросы ставит, не всегда сознавая это, уже подросток. Вторые, более общие, мировоззренческие вопросы ставит юноша, у которого самоанализ становится элементом социально-нравственного самоопределения.

Трудность заключается в том, что ранняя юность, создавая внутренние условия, благоприятные для того, чтобы человек начал задумываться для чего он живет, не дает средств, достаточных для ее решения. Хорошо известно, что проблема смысла жизни не только мировоззренческая, но и вполне практическая. Ответ на нее содержится как внутри человека, так и вне его - в мире, где раскрываются его способности, в его деятельности, в чувстве социальной ответственности. А ведь это как раз и образует тот дефицит, который подчас весьма болезненно ощущается в юности. Таким образом, замыкаясь на самом себе, поиск смысла жизни как бы обречен на то, чтобы остаться лишь упражнением юношеского мышления, что создает реальную опасность устойчивого эгоцентризма и ухода в себя, особенно у юношей с чертами невротизма или предрасположенного к нему в связи с особенностями предшествующего развития (низкое самоуважение, плохие человеческие контакты). Однако, несмотря на все субъективные трудности, эти искания содержат в себе высокий позитивный потенциал: в поиске смысла жизни вырабатывается мировоззрение, расширяется система ценностей, формируется тот нравственный стержень, который помогает справиться с первыми житейскими неурядицами, юноша начинает лучше понимать окружающий мир и самого себя, становится в действительности самим собой.

Для ранней юности характерна устремлённость в будущее - устремлённость в будущее только тогда благотворно влияет на формирование личности, когда есть удовлетворённость настоящим. При благоприятных условиях развития юноша стремится в будущее не потому, что ему плохо в настоящем, а потому, что впереди будет ещё лучше. Самооценка в ранней юности выше, чем в подростковом возрасте. Вообще юность – период стабилизации личности. В это время складывается устойчивость взглядов на мир и своё место в нём – мировоззрение. Центральным новообразованием периода становится самоопределение: профессиональное и личностное. Старшеклассник решает, кем быть и каким быть в своей будущей жизни.

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, в 16-17 лет, независимо от темперамента, выглядят более сдержанными, уравновешенными, чем в 11-15 лет. В это же время начинает развиваться и нравственная устойчивость личности. В своём поведении юноша всё больше ориентируется на собственные взгляды, убеждения, которые формируются на основе приобретённых знаний и своего жизненного опыта. Самоопределение, стабилизация личности в ранней юности связаны с выработкой мировоззрения.

В этом возрасте открывается свой внутренний мир. Интеллектуальное развитие, сопровождающееся накоплением и систематизацией знаний о мире, и интерес к личности, рефлексия, оказываются той основой, на которой в ранней юности строятся мировоззренческие взгляды. Картина мира при этом может быть материалистической или идеалистической, или создаваться на базе религиозных представлений и т.д. Сам процесс познания окружающего мира имеет свою специфику в разные возрастные периоды. Юноша, познавая окружающее, возвращается к себе и задаётся мировоззренческими вопросами: "Какой Я?", "А что я значу в этом мире?", "Какое место я занимаю в нём?", "Каковы мои возможности?". Он ищет чётких, определенных ответов и в своих взглядах категоричен, недостаточно гибок. Недаром говорят о юношеском максимализме. Однако мировоззренческие проблемы не решаются один раз в жизни, раз и навсегда. Последующие кризисы, осложнения, повороты жизни приведут к пересмотру юношеских позиций. Юноши, ведущую деятельность которых обычно называют учебно-профессиональной, начинают рассматривать учёбу, как необходимую базу, предпосылку будущей профессиональной деятельности. Их интересуют, главным образом, те предметы, которые им будут нужны в дальнейшем, их снова начинает волновать успеваемость. Отсюда и недостаточное внимание к "ненужным" учебным дисциплинам, часто гуманитарным, и отказ от того подчёркнуто пренебрежительного отношения к отметкам, которое было принято среди подростков. Именно в старшем школьном возрасте появляется сознательное отношение к учению.

Особенности психического развития в раннем юношеском возрасте во многом связаны со спецификой социальной ситуации развития,суть которой сегодня состоит в том, что общество ставит перед молодым человеком настоятельную, жизненно важную задачу осуществить именно в этот период профессиональное самоопределение, причем не, только во внутреннем плане в виде мечты, намерения кем-то стать в будущем (как это бывает на предыдущих этапах развития), а в плане реального выбора. Причем этот выбор осуществляется дважды: первый раз — в IX классе, когда школьник выбирает форму завершения среднего образования (определенная школа, гимназия, техникум и т. п.) либо же отказывается от продолжения образования; второй — в XI классе, когда планируются пути получения высшего образования или непосредственного включения в трудовую жизнь. Отметим, что если раньше эта задача решалась преимущественно семьей и школой, то сегодня, в период бурных социально-экономических перемен, родители зачастую оказываются дезориентированными в вопросе выбора профессии и неавторитетными в глазах ребенка; школа также не оказывает ученику решающей помощи — отсюда востребованность репетиторов, различных курсов, психологических и профконсулътационных услуг.

Считается, что к 15-16 годам общие умственные способности уже сформированы, однако на протяжении раннего юношеского возраста они продолжают совершенствоваться. Юноши и девушки овладевают сложными интеллектуальными операциями, обогащают свой понятийный аппарат, их умственная деятельность становится более устойчивой и эффективной, приближаясь в этом отношении к деятельности взрослых. Спецификой возраста является быстрое развитие специальных способностей,нередко напрямую связанных с выбираемой профессиональной областью. Дифференциация направленности интересов делает структуру умственной деятельности юноши/девушки гораздо более сложной и индивидуальной, чем в более младших возрастах. У юношей этот процесс начинается раньше и выражен ярче, чем у девушек. Специализация способностей и интересов делает более заметными и многие другие индивидуальные различия.

Перед юношей встает задача объединить все, что он знает о себе самом как о школьнике, сыне (дочери), друге, рассказчике и т. д. Все эти роли он должен собрать в единое целое, осмыслить, связать е прошлым и проецировать в будущее. Если молодой человек успешно справляется с задачей обретения идентичности, то у него появляется ощущение того, кто он есть, где находится и куда идет. В противном случае возникает "путаница ролей", или "спутанная идентичность". Часто "спутанная идентичность" бывает результатом трудного детства или тяжелого быта. В некоторых случаях юноши и девушки стремятся к "негативной идентичности", т. е. отождествляют себя с образом, противоположным тому, который хотели бы видеть родители, друзья и др. По мнению Э. Эриксона, в поиске собственной идентичности лучше даже идентифицировать себя с хиппи, с малолетним преступником, даже с наркоманом, чем вообще не обрести своего Я, своей идентичности.

В свое время Т. Томэ предложил различать два принципиально разных типа развития в юношеском возрасте: прагматический и творческий (Томэ Т., 1978). Для первого характерна ориентация на целесообразность и на уход от источников беспокойства, чему субъективно придается первостепенное значение. Такой тип развития является полюсом, противоположным классической форме развития в юношеском возрасте, которую описал *Э.* Шпрангер и которая, по Томэ, является "творчески ориентированной", когда намерения, интересы юноши устремлены далеко в будущее, и он в своей жизни ведет себя в известной степени независимо оттого, что считается целесообразным или "разумным", активно включая различные новые познавательные и иные формирующие возможности в собственный образ жизни.

Прагматически ориентированные юноши и девушки, у которых доминируют материальные ценности и которые часто не стремятся получать образование, вызывают определенную тревогу. Не только потому, что не такие прагматично ориентированные молодые люди в действительности творят историю страны, народа, цивилизации, но и потому что их индивидуальное развитие не является развитием в собственном смысле слова, поскольку, по сути, их личность устроена так, что центральным становится стремление к гомеостатическому равновесию, к уходу от источников беспокойства, что как раз и препятствует развитию. На практике оказывается, что тому же молодому человеку часто проще всего "уйти от источников беспокойства" за счет алкоголя или наркотиков.

**1.2 Проблемы адаптации в системе межличностных отношений и самооценки как составляющих возрастного кризиса ранней юности**

Адаптация — это процесс активного приспособления индивида к условиям новой среды, при последовательном достижении результатов: в обществе, коллективе, семье и по отношению к себе.

Адаптация включает в себя следующие подвиды:

* физиологический,
* психологический (внутренний мир),
* социальный (внешнее проявление в семье и коллективе).

Адаптация человека к условиям жизни основана на взаимном изменении личности и ее окружения и, нередко, описывается как процесс, направленный на эффективное преодоление трудностей посредством успешного принятия решений, проявления инициативы, ответственности и способности к антиципации последствий принимаемых решений.

Адаптация может осуществляться на самых разных уровнях взаимодействия организма и среды (биологическом, психофизиологическом, социальном и др.). Социальная адаптация – процесс эффективного взаимодействия с социальной средой, который сопровождается удовлетворением основных социогенных потребностей человека, оправдывающего ролевые ожидания группы, и проявляется в переживании состояния самоутверждения и свободы выражения творческих способностей.

Социальная адаптация учащихся является проблемой деятельности школы и проявляется на разных уровнях. По нашему мнению, эта проблема наиболее актуальна в старших классах в связи с целым комплексом причин:

* Резкое изменение состава классного коллектива и скачкообразное повышение требований со стороны педагогов при переходе в 10-й класс.
* Необходимость профессионального самоопределения, конструирование старшеклассниками своего жизненного пути, определение планов и перспектив.
* Расширение значимых социальных связей вне школы, что может вступать в противоречие с требованиями школы.
* Возрастание роли эмоционально нагруженного интимно-личностного общения и связанные с этим переживания.

По сравнению с другими периодами развития адаптация юноши к новым условиям жизни имеет свои специфические черты, при этом общие признаки нормальности и адаптивности не изменяются. Нормальность зависит от уровня энергии, степени контроля, способности к интеграции опыта и готовности встречать проблемы и трудности. Основными концептами адаптации являются

- открытость опыту, уверенность, стабильность, контроль и коммуникабельность.

Наиболее активно из всех видов адаптации проявляется социальная адаптация, ее главной особенностью является сближение целей и ценностных ориентаций группы, и входящего в нее человека, усвоение им норм, традиций, групповой культуры, вхождение в ролевую структуру группы. Адаптация происходит строго в рамках социума, в котором находится человек и предусматривает все нюансы, как для отдельного человека, так и для группы, вне зависимости от ее количества, так как именно социум и является контролирующей и корректирующей совокупностью для человека. Адаптация так же предусматривает возрастные особенности, в данном случае это подростковые, а именно подросток является новым человеком, начинающим принимать нормы социального поведения как взрослый член общества. Следовательно, это принятие ряда норм, обязанностей и прав. Собственное участие в поисках стратегии самоутверждения и адаптации юноши как индивида не слишком значительно, так как большое влияние на него оказывают сверстники, климат малых групп и особенно микроклимат в семье. Коррекционная работа по формированию личности подростка в семье, как наиболее сложный процесс должна происходить постоянно. Ведь именно она и является отправной точкой отсчета для подростка (Кулагина И.Ю.1999).

Как отмечается в психологических работах, посвященных данному вопросу (Налчаджян А. А., 1988), проблема адаптации по-разному предстает в различных теоретических ориентациях.

Так, с точки зрения бихевиоризма, социально-психологическая адаптация понимается как процесс, посредством которого достигается состояние социального равновесия между индивидом и группой, как отсутствие конфликтных отношений человека с ближайшим социальным окружением. Основное внимание психоаналитических концепций при анализе адаптации направлено на формирование и развитие защитных механизмов личности, причем сам процесс адаптации выступает как многоуровневый, а психологические защиты могут играть для личности как стабилизирующую, так и дестабилизирующую роль. В силу того что "проблема психологической защиты содержит в себе центральное противоречие между стремлением человека сохранить психическое равновесие и теми потерями, к которым ведет избыточное вторжение защит", выделяют и патологические защиты как неадекватную форму адаптации. Для интеракционистского подхода к анализу социально-психологической адаптации характерно ее рассмотрение как успешного выполнения личностью нормативного ролевого репертуара и умения разрешать возникающие ролевые конфликты. Заметим, что, несмотря на различия в теоретических интерпретациях адаптационных процессов, в целом постулируется наличие двух основных направлении, или путей, адаптации, выделение обшей логики которых принадлежит еще 3. Фрейду, а именно — так называемой аллопластической (изменение мира "под себя") и аую-пластической (изменение себя "под мир") адаптации.

Как уже было описано выше, Эриксон основным кризисом юношеского возраста считал кризис идентичности. Идентичность понималась им как тождественность человека самому себе (неизменность личности в пространстве) и целостность (преемственность личности во времени). Идентичность — это чувство обретения, адекватности и владения личностью собственным Я независимо от изменения ситуации. Юность Э. Эриксон связывает с кризисом идентичности, который "происходит в тот период жизненного цикла, когда каждый молодой человек должен выработать из действенных элементов детства и надежд, связанных с предвидимым совершеннолетием, свои главные перспективы и путь, т. е. определенную работающую цельность; он должен определить значимое сходство между тем, каким он предполагает видеть себя сам, и тем, что по свидетельству его обостренного чувства ожидают от него другие". (Эриксон *Э.,* 1996, с. 33-34).

Канадский психолог Джеймс Марш в 1966 г. выделил 4 этапа развития идентичности, измеряемые степенью профессионального, религиозного и политического самоопределения молодого человека:

1. Неопределенная размытая идентичность – индивид не выработал четких убеждений

2. Досрочная преждевременная идентификация, если индивид включился в систему отношений несамостоятельно.

3. Этап "моратория" – индивид находится в процессе нормативного кризиса самоопределения.

4. Достигнутая зрелая идентичность – определяется тем, что кризис завершен, индивид перешел от поиска себя к практической реализации.

Таким образом, можно заключить, что кризис идентичности связан с проблемой самооценки, самоотношения и меняющимися представлениями об окружающих людях и ценностях. Появляющиеся новообразования в виде нечетких размытых представлений о себе самом, людях, межличностных и других отношениях и своем месте в этих отношениях вносят черты дезадаптивности в поведение юношей и девушек и порождают кризис идентичности.

По мнению В.М. Бехтерева на становление личности и характера оказывают влияние следующие факторы: природа организма, антропологические особенности, климат, метеорологические и географические условия, биологический фактор, связанный с условиями зачатия, экономические условия, характер общественной деятельности или ее отсутствие, воспитание, обучение, правильное направление умственного развития. "Типологические свойства нервной системы и темперамент, равно как и задатки, считаются так называемой природной основой личности. Все эти свойства человека как индивида, генотипически обусловленные, первоначально существуют независимо от того, какая личность, с каким набором социальных характеристик будет ими обладать. На основе самых различных типов нервной системы может быть сформирован один и тот же тип характера, равно как контрастные характеристические свойства могут обнаружиться у людей с одним и тем же типом нервной системы. Лишь в ходе формирования человека эти свойства включаются в общую структуру личности и ею опосредуются".

По мнению Леонтьева А.Н., "личность создается объективными обстоятельствами, но не иначе как через совокупность его деятельности, осуществляющей его отношения к миру. Формирование личности предполагает развитие процесса целеобразования и, соответственно, развития действий субъекта".

В раннем юношеском возрасте продолжается процесс развития личности и самосознания.В юности открытие себя как неповторимой индивидуальности неразрывно связано с открытием социального мира, в котором предстоит жить. Обращенные к себе в процессе самооценки, самоанализа, рефлексии вопросы у юноши чаще носят мировоззренческий характер, становясь элементом социально-нравственного или личностного *с*амоопределения. Многие психологи именно самоопределение рассматривают как основное новообразование ранней юности. Такое представление о центральном новообразовании раннего юношеского возраста по сути близко представлению об идентичности.

Итоговый продукт самопознания Я – образ или Я–концепция, т.е. совокупность представлений индивида о себе самом, сопряжённая с их оценкой. Самооценка – один из аспектов Я – концепции (собственного представления о себе или образа самого себя, то есть совокупности мнений о своём здоровье, внешности, характере, влиянии на окружающих, способностях и недостатках; поскольку она основана на собственном мнении, она не всегда соответствует действительности). Человек с высокой самооценкой воспринимает себя в позитивном свете, в то время как при низкой самооценке Я – концепция носит негативный характер.

Самооценку рассматривают и как элемент самоотношения, наряду с самоуважением, самосимпатией, самопринятием и т.п. Так И.С.Кон говорит о самоуважении, определяя его как итоговое измерение "Я", выражающее меру приятия или неприятия индивидом самого себя.

А.Н.Леонтьев предлагает осмыслить самооценку через категорию "чувство" как устойчивое эмоциональное отношение, имеющее "выраженный предметный характер, который является результатом специфического обобщения эмоций.

Структура самооценки представлена двумя компонентами – когнитивным и эмоциональным. Первый отражает знания человека о себе, второй – его отношение к себе как меру удовлетворённости собой.

Основу когнитивного компонента самооценки составляют операции сравнения себя с другими людьми, сопоставление своих качеств с выработанными эталонами, фиксация возможной рассогласованности этих величин /Л.И.Корнеева/. Суверова Э.И.

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

Анализ самооценки как самооцениваний деятельности позволил выявить несколько её функций: прогностическую (заключающуюся в регуляции активности личности на самом начальном этапе деятельности), корректирующую (направленную на контроль и осуществление необходимых подстроек) и ретроспективную (используется субъектом на заключительном этапе деятельности для подведения итогов, соотнесения целей, способов и средств выполнения деятельности с её результатами.

По мнению Бороздиной Л.В. уровень притязаний считается проявлением самооценки в действии личности. Подобная проблема возникает и в различении понятий самооценки и мотивации достижения. Например, Хекхаузен Х. утверждает, что "мотив достижения выступает как система самооценки".

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

Стремление к повышению самооценки в условиях, когда человек свободен в выборе степени трудности очередного действия, приводит к конфликту двух тенденций — тенденции повысить притязания, чтобы одержать максимальный успех, и тенденции снизить их, чтобы избежать неудачи. Переживание успеха (или неуспеха), возникающее вследствие достижения (или не достижения) уровня притязаний, влечет за собой смещение уровня притязаний в область более трудных (или более легких) задач. Снижение трудности избираемой цели после успеха или ее повышение после неудачи (атипичное изменение уровня притязаний) говорят о нереалистичном уровне притязаний или неадекватной самооценке.

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

Истоки умения оценивать себя закладываются в раннем детстве, а развитие и совершенствование его происходит в течение всей жизни человека. Как считают многие психологи, структура личности и основы самооценки формируются в первые пять лет жизни человека.

Обычно мнение о себе основывается на отношении к нам других людей. Можно выделить несколько источников формирования самооценки, которые меняют вес значимости на разных этапах становления личности: оценка других людей; круг значимых других или референтная группа; актуальное сравнение с другими; - сравнение реального и идеального Я.

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

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

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

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

Судя по имеющимся данным, когнитивная сложность и дифференцированность элементов образа Я последовательно возрастают от младших возрастов к старшим, без заметных перерывов и кризисов. Взрослые различают в себе больше качеств, чем юноши, юноши - больше, чем подростки, подростки - больше, чем дети. По данным исследований Бернштейна (1980) способность старших подростков реконструировать личностные качества основывается на развитии в этом возрасте более фундаментальной когнитивной способности - абстрагирования. Интегративная тенденция, от которой зависит внутренняя последовательность, цельность образа Я, усиливается с возрастом, но несколько позже, чем способность к абстрагированию. Подростковые и юношеские самоописания лучше организованы и структурированы, чем детские, они группируются вокруг нескольких центральных качеств. Однако неопределенность уровня притязаний и трудности переориентации с внешней оценки на самооценку порождают ряд внутренних содержательных противоречий самосознания, которые служат источником дальнейшего развития. Дописывая фразу "я в своем представлении...", многие юноши подчеркивают именно свою противоречивость: " я в своем представлении - гений + ничтожество".

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

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

Исследования содержания образа Я, проведенные под руководством И.В.Дубровиной, показали, что на границе подросткового и раннего юношеского возрастов в развитии когнитивного компонента Я-концепции происходят существенные изменения, характеризующие переход самосознания на новый более высокий уровень. Возрастные сдвиги в восприятии человека включают увеличение количества используемых описательных категорий, рост гибкости и определенности в их использовании; повышение уровня избирательности, последовательности, сложности и системности этой информации; использование более тонких оценок и связей; рост способности анализировать и объяснять поведение человека; появляется забота о точном изложении материала, желание сделать его убедительным. Аналогичные тенденции наблюдаются и в развитии самохарактеристик, которые становятся более обобщенными, дифференцированными и соотносятся с большим числом "значимых лиц". Самоописания в раннем юношеском возрасте имеют гораздо более личностный и психологический характер, чем в 12-14 лет, и одновременно сильнее подчеркивают отличия от остальных людей. Представление юноши о себе всегда соотносится с групповым образом "мы" - типичного сверстника своего пола, но никогда не совпадает с этим "мы" полностью. Образы собственного "я" оцениваются старшеклассниками гораздо тоньше и нежнее группового "мы". Юноши считают себя менее сильными, менее общительными и жизнерадостными, но зато более добрыми и способными понять другого человека, чем их ровесники. Девушки приписывают себе меньшую общительность, но большую искренность, справедливость и верность. Свойственное многим подросткам преувеличение собственной уникальности с возрастом обычно проходит, но отнюдь не ослаблением индивидуального начала. Напротив, чем старше и более развит человек, тем более находит он различий между собой и "усредненным" сверстником. Отсюда - напряженная потребность в психологической интимности, которая была бы одновременно самораскрытием и проникновением во внутренний мир другого. Осознание своей непохожести на других логически и исторически предшествует пониманию своей глубокой внутренней связи и единства с окружающими людьми.

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

В исследованиях когнитивного диссонанса образа Яобнаружено, что самоописания и описания другого человека по указанному параметру существенно различаются (Нисбет, по В.П.Трусову, 1980). Себя человек описывает, подчеркивая изменчивость, гибкость своего поведения, его зависимость от ситуации; в описаниях другого, напротив, преобладают указания на устойчивые личностные особенности, стабильно определяющие его поведение в самых разнообразных ситуациях. Иными словами, взрослый человек склонен воспринимать себя, ориентируясь на субъективные характеристики динамичности, изменчивости, а другого - как объект, обладающий относительно неизменчивыми свойствами. Такое "динамическое" восприятие себя возникает в период перехода к раннему юношескому возрасту в 14-16 лет. Становление нового уровня самосознания в ранней юности идет по направлениям, выделенным еще Л.С.Выготским, - интегрированию образа самого себя, "перемещению" его "извне вовнутрь". В этот возрастной период происходит смена некоторого "объективистского" взгляда на себя "извне" на субъективную, динамическую позицию "изнутри". В теоретическом исследовании И.И.Чесноковой (1977) указывается на наличие двух уровней самопознания: низшего - "Я и другой человек" и высшего "Я и Я"; специфика второго выражается в попытке соотнесения своего поведения "с той мотивацией, которую он реализует и которая его детерминирует".

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

В 15-16 лет особенно сильно актуализируется проблема несовпадения реального Я и идеального Я.По мнению И.С.Кона это несовпадение вполне нормальное, естественное следствие когнитивного развития. При переходе от детства к отрочеству и далее самокритичность растет. Так, в изученных Е.К.Матлиным сочинениях десятиклассников, описывающих собственную личность, в 3,5 раза больше критических высказываний, чем у пятиклассников. Чаще всего в ранней юности жалуются на слабоволие, неустойчивость, подверженность влияниям и т.п., а также на такие недостатки как капризность, ненадежность, обидчивость. Расхождение Я-реального и Я-идеального образов - функция не только возраста, но и интеллекта. У интеллектуально развитых юношей расхождение между реальным Я и идеальным Я, т.е. между теми свойствами, которые индивид себе приписывает, и теми, которыми он хотел бы обладать, значительно больше, чем у их сверстников со средними интеллектуальными способностями.

Некоторые исследователи (см.: Б.В.Зейгарник, Б.С.Братусь, 1980) считают, что для подросткового возраста типично активное стремление различными путями реализовать лишь первую из названных тенденций, в то время как для зрелой личности, напротив, характерно умение развести эти тенденции в ходе деятельности, прежде всего за счет того, что успешность или неуспешность в конкретной деятельности воспринимается именно как конкретный неуспех, а не крах самооценки в целом. По данным проведенных исследований при переходе в раннем юношеском возрасте происходит изменение особенностей уровня притязаний в сторону большей личностной зрелости. Важно отметить, что оно идет в направлении, как бы обратном тем изменениям, которые происходят в этот период в самопознании, образе Я и отношении к себе. Если последние характеризуются, как было показано выше, все большей целостностью, интегративностью, то отношение к результатам собственной деятельности - дифференцированностью, формирование способности отделять успешность или неуспешность в конкретной деятельности от оценки себя как личности.

Таким образом, в раннем юношеском возрасте в рамках становления нового уровня самосознания происходит становление относительно устойчивого представления о себе, Я-концепции. К 16-17 годам возникает особое личностное новообразование, которое в психологической литературе обозначается термином "самоопределение". Юношеский возраст характеризуется сбалансированным развитием когнитивного и эмоционального компонентов самооценки. Рост осознанного отношения к себе ведет к тому, что знания о себе начинают регулировать и вести за собой эмоции, адресующиеся собственному "Я". Складываются относительно устойчивые представления о себе, как целостной личности, отличной от других людей.

**ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКИ ЭМПИРИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ**

**2.1 Объект исследования и организация эксперимента**

В обследовании принимали участие учащиеся 10А и 10В классов физико-математических школ города Уфы, в возрасте 15-17 лет численностью 46 человек (девушки - 12, юноши - 34). Тестирование проводилось в бланковом варианте, испытуемые были мотивированы на добросовестное отношение к диагностическим процедурам и имели возможность получить результаты. Диагностирование проводилось в соответствии с исследованиями, проводимыми в Республиканском социально-психологическом центре помощи семье, детям и молодежи при государственном комитете по делам молодежи Республики Башкортостан. В ходе работы исследовались индивидуальные особенности представлений о себе, самоотношения, социально – психологической адаптации и связанных с этим черт личности, а также принятия других. После уроков учащиеся получали бланки тестов, опросников, вопросы диктовались. Было отведено достаточное количество времени. После этого подсчитывались результаты диагностики, и проводилась статистическая обработка данных исследования.

Все методики проводились в один день, что позволяло исключить влияние временных ситуационных факторов. Эти организационные мероприятия, на наш взгляд, позволили повысить достоверность полученных результатов.

**2.2 Методики исследования самооценки и адаптации**

В исследовании уровня самооценки и адаптации у старших школьников использовались следующие методики:

1. Методика Q-сортировка
2. Методика диагностики социально-психологичечской адаптации К.Роджерса и Р.Даймонда
3. "Шкала принятия других" Фейя
4. Методика исследования самоотношения С.Р. Пантилеева

**Методика Q-сортировка** (см. прил.1)

Цель: изучение представлений испытуемого о себе. Может быть также использована для определения "идеального "Я"" индивида или его представлении о том, каким его видят другие. Данные параметры могут быть исследованы на основании анализа 6 тенденций поведения человека в группе: зависимость, независимость, общительность, необщительность, принятие борьбы и уклонение от борьбы. Была разработана В.Стефансоном в 1958 г. В данном случае предлагается адаптивный вариант.

Обработка и интерпретация результатов Q-сортировки

Ответы испытуемого согласно Ключу распределяются по шести тенденциям. Подсчитывается частота проявления каждой из тенденций. Причем количество ответов "да" по одной из тенденций суммируется с количеством ответов "нет" по полярной тенденции в сопряженной паре. Например, количество положительных ответов по шкале "зависимость" складывается с количеством отрицательных ответов по шкале "независимость". Если полученное число приближается к 20, то можно говорить об истинном преобладании той или иной устойчивой тенденции, присущей индивиду, и проявляющейся не только в определенной группе, но и за ее пределами.

В случае если количество ответов "да" одной тенденции оказывается равной количеству положительных ответов по противоположной тенденции (например, зависимость-независимость), то такое положение говорит о внутреннем конфликте личности, которая находится во власти одинаково выраженных противоположных тенденций. Три-четыре ответа "сомневаюсь" по отдельным тенденциям расцениваются как признак нерешительности, уклончивости, астеничности, либо могут свидетельствовать об избирательности в поведении, о тактичной гибкости, т.е. стеничности.

Ответы испытуемого, согласно ключу, распределяются по 6-ти тенденциям. Подсчитывается частота проявления каждой из тенденций. Причем количество ответов "да" по одной из тенденций суммируется с количеством ответов "нет" по полярной тенденции, в сопряженной паре. Например, количество положительных ответов по шкале "зависимость" складывается с количеством отрицательных ответов по шкале "независимость".

Тенденция к зависимости понимается как внутреннее стремление индивида к принятию групповых норм, стандартов и морально-этических ценностей. Тенденция к общительности свидетельствует о контактности, стремлении образовывать эмоциональные связи, как в своей группе, так и за её пределами. Тенденция к "принятию борьбы" рассматривается как активное стремление к достижению более высокого статуса в системе межличностных отношений. Противоположная тенденция – уклонение от борьбы свидетельствует о стремлении уйти от взаимодействия, сохранить нейтралитет в групповых спорах и конфликтах, склонность к компромиссным решениям. Каждая из этих тенденций, видимо имеет внутреннюю и внешнюю характеристику, т.е. может быть внутренне присущей индивиду, а может быть внешней, своеобразной "маской", скрывающей истинное лицо человека. Если полученное число, о котором говорилось выше, приближается к 20-ти, то можно говорить об истинном преобладании той или иной устойчивой тенденции, присущей индивиду и проявляющейся не только в определенной группе, но и за ее пределами.

В случае если количество ответов "да" одной тенденции оказывается равным количеству положительных ответов по противоположной тенденции (например, зависимость-независимость), то такое положение может говорить о наличии внутреннего конфликта личности, которая находится во власти одинаково выраженных противоположных тенденций.

3-4 ответа "сомневаюсь" по отдельным тенденциям рассматриваются как признак нерешительности, уклончивости, астеничности, однако в других случаях это может свидетельствовать об известной избирательности в поведении, о тактической гибкости, стеничности. Эти качества можно верифицировать, анализируя их совокупности с другими личностными особенностями.

**Методика диагностики социально-психологичечской адаптации К.Роджерса и Р.Даймонда** (см. прил.2)

Опросник личностный. Предназначен для изучения особенностей социально – психологической адаптации и связанных с этим черт личности.

Стимульный материал представлен 101 утверждением, которые сформулированы в третьем лице, без использования каких-либо местоимений.

Для выявления характеристик социально-психологической адаптации наиболее часто применяют опросник социально-психологической адаптированности (шкала СПА), разработанный в 1954 году К.Роджерсом и Р.Даймондом.

Русифицированный вариант этого опросника опробован на разных выборках учащихся в отечественных школах и студентах вузов. Использовался он неоднократно при обследовании учащихся средних школ и старших классов, учащихся СПТУ, гимназий, колледжей и т.п. "Как измерительный инструмент шкала СПА обнаружила высокую дифференцирующую способность в диагностике не только состояний школьной адаптации-дезадаптации, но и особенностей представления о себе, его перестройки в возрастные критические периоды развития и в критических ситуациях, побуждающих школьника к переоценке себя и своих возможностей.

Опросник Роджерса-Даймонда, выявляет степень адаптированности-дезадаптированности в системе межличностных отношений и в качестве оснований для дезадаптации предполагает ряд разнообразных обстоятельств: низкий уровень самоприятия, низкий уровень приятия других, то есть конфронтация с ними, эмоциональный дискомфорт, который может быть весьма различным по природе, сильную зависимость от других, то есть экстернальность, стремление к доминированию.

Как показывает практика, причины трудностей подростка и юноши, которые, по мнению авторов можно связать с трудностями освоения новых отношений, нового периода в жизни человека, множественны и могут быть представлены комплексами в самых различных сочетаниях. Многие исследователи, в первую очередь, выделяют трудно складывающиеся отношения с родителями и сверстниками, трудно осваиваемый процесс учения в школе, который трудно отдифференцировать от межличностных отношений со сверстниками, родителями и учителями, трудности, обусловленные развитием самосознания. Переживаемые трудности и проблемы подростка связаны с наиболее важными изменениями и психологическими новоприобретениями этого возраста. В то же время обнаруживаемые у подростка трудности не отражают целиком и полностью позиций и поступков юноши, к ним не могут быть сведены все устремления и проявления его активности. Психологическое новообразование ранней юности - личностное самоопределение - связано в первую очередь с трудностями формирования жизненных планов и личностных позиций.

Авторами выделяются следующие 6 интегральных показателей:

1. Адаптация
2. Принятие других
3. Интернальность
4. Самовосприятие
5. Эмоциональная комфортность
6. Стремление к доминированию

Каждый из них рассчитывается по индивидуальной формуле, найденной эмпирическим путем. Интерпретация осуществляется в соответствии с нормативными данными, рассчитанными отдельно для подростков и взрослой выборке.

**"Шкала принятия других" Фейя** (см. прил.3)

**Инструкция.** Внимательно прочитайте суждения опросника. Вариант ответов по всем суждениям даны на специальном бланке. Если вы считаете, что суждение верно и соответствует вашему представлению о себе и других людях, то в бланке ответов напротив номера суждения отметьте степень вашего согласия с ним, используя предложенную шкалу:

1-практически всегда;

2-часто;

3-иногда;

4-случайно;

5-очень редко.

**Методика исследования самоотношения С.Р. Пантилеева** (см. прил.4)

Совпадение ответов обследуемого с "ключом" оценивается в 1 балл. Сначала подсчитываются совпадения ответов по признаку "согласен", затем – по признаку "не согласен". Полученные результаты суммируются. Затем сумма "сырых" баллов по каждой из шкал с помощью специальной таблицы переводится в стены. Стены служат основанием для интерпретации.

Регистрируемые показатели:

* Закрытость – суммарное количество баллов по шкале "закрытость";
* Самоуверенность - суммарное количество баллов по шкале "самоуверенность";
* Саморуководство - суммарное количество баллов по шкале "саморуководство";
* Отраженное самоотношение - суммарное количество баллов по шкале "отраженное самоотношение";
* Самоценность - суммарное количество баллов по шкале "самоценность";
* Самопринятие - суммарное количество баллов по шкале "самопринятие";
* Самопривязанность - суммарное количество баллов по шкале "самопривязанность";
* Внутренняя конфликтность - суммарное количество баллов по шкале "внутренняя конфликтность";
* Самообвинение - суммарное количество баллов по шкале "самообвинение".

Самоотношение рассматривается как представление личности о смысле собственного "Я". Самоотношение в значительной мере определяется переживанием собственной ценности, выражающимся в достаточно широком диапазоне чувств: от самоуважения до самоуничижения.

Интерпретация показателей осуществляется в зависимости от их выраженности. При значении 1-3 стена условно считаются низкими, 4-7 - средними, 8-10 – высокими.

**1. Шкала "Закрытость"** определяет преобладание одной из двух тенденций: либо конформности, выраженной мотивации социального одобрения, либо критичности, глубокого осознания себя, внутренней честности и открытости.

**Высокие значения** (8-10 стенов) отражают выраженное защитное поведение личности, желание соответствовать общепринятым нормам поведения и взаимоотношений с окружающими людьми. Человек склонен избегать открытых отношений с самим собой; причиной может быть или недостаточность навыков рефлексии, поверхностное видение себя, или осознанное нежелание раскрывать себя, признавать существование личных проблем.

**Средние значения** (4-7 стенов) означают избирательное отношение человека к себе; преодоление некоторых психологических защит при актуализации других, особенно в критических ситуациях.

**Низкие значения** (1-3 стена) указывают на внутреннюю честность , на открытость отношений человека с самим собой, на достаточно развитую рефлексию и глубокое понимание себя. Человек критичен по отношению к себе. Во взаимоотношениях с людьми доминирует ориентация на собственное видение ситуаций, происходящего.

**2. Шкала "Самоуверенность"** выявляет самоуважение, отношение к себе как уверенному, самостоятельному, волевому и надежному человеку, который знает, что ему есть, за что себя уважать.

**Высокие значения** (8-10 стенов) характеризуют выраженную самоуверенность, ощущение силы собственного "Я", высокую смелость в общении. Доминирует мотив успеха. Человек уважает себя, доволен собой, своими начинаниями и достижениями, ощущает свою компетентность и способность решать многие жизненный вопросы. Препятствия на пути к достижению цели воспринимаются как преодолимые. Проблемы затрагивают неглубоко, переживаются недолго.

**Средние значения** (4-7 стенов) свойственны тем, кто в привычных для себя ситуациях сохраняет работоспособность, уверенность в себе, ориентацию на успех начинаний. При неожиданном появлении трудностей уверенность в себе снижается, нарастает тревога, беспокойство.

**Низкие значения** (1-3 стена) отражают неуважения к себе, связанное с неуверенностью в своих возможностях, с сомнением в своих способностях. Человек не доверяет своим решениям, часто сомневается в способности преодолевать трудности и препятствия, достигать намеченные цели. Возможно избегание контактов с людьми, глубокое погружение в собственные проблемы, внутренняя напряженность.

**3. Шкала "Саморуководство"** отражает представление личности об основном источнике собственной активности, результатов и достижений, развития собственной личности, подчеркивает доминирование либо собственного "Я", либо внешних обстоятельств.

**Высокие значения** (8-10 стенов) характерны для тех, кто основным источником развития своей личности, регулятором достижений и успехов считает себя. Человек переживает собственное "Я" как внутренний стержень, который координирует и направляет всю активность, организует поведение и отношения с людьми, что делает его способным прогнозировать свои действия и последствия возникающих контактов с окружающими. Он ощущает себя способным оказывать сопротивление внешним влияниям, противиться судьбе и стихии событий. Человеку свойственен контроль над эмоциональными реакциями и переживаниями по поводу себя.

**Средние значения** (4-7 стенов) раскрывают особенности отношения к своему "Я" в зависимости от степени адаптированности в ситуации. В привычных для себя условиях существованиях, в которых все возможные изменения знакомы и хорошо прогнозируемы, человек может проявлять выраженную способность к личному контролю. В новых для себя ситуациях регуляционные возможности "Я" ослабевают, усиливается склонность к подчинению средовым воздействиям.

**Низкие значения** (1-3 стена) описывают веру субъекта в подвластность своего "Я" внешним обстоятельствам. Механизмы саморегуляции ослаблены. Волевой контроль недостаточен для преодолевания внешних и внутренних препятствий на пути к достижению цели. Основным источником происходящего с человеком признаются внешние обстоятельства. Причины, заключающиеся в себе, или отрицаются, или, что встречается довольно часто, вытесняются в подсознание. Переживания относительно собственного "Я" сопровождаются внутренним напряжением.

**4. Шкала "Отраженное самоотношение**" характеризует представление субъекта о способности вызывать у других людей уважение, симпатию. При интерпретации необходимо учитывать, что шкала не отражает истинного содержания взаимодействия между людьми, это лишь субъективное восприятие сложившихся отношений.

**Высокие значения** (8-10 стенов) соответствуют человеку, который воспринимает себя принятым окружающими людьми. Он чувствует, что его любят другие, ценят за личностные и духовные качества, за совершаемые поступки и действия, за приверженность групповым нормам и правилам. Он ощущает в себе общительность, эмоциональную открытость для взаимодействия с окружающими, легкость установления деловых и личных контактов.

**Средние значения** (4-7 стенов) означают избирательное восприятие человеком отношения окружающих к себе. С его точки зрения, положительное отношение окружающих распространяется лишь не определенные качества, не определенные поступки; другие личностные проявления способны вызывать у них раздражения и неприятие.

**Низкие значения** (1-3 стена) указывают на то, что человек относится к себе, как к неспособному вызвать уважение у окружающих, как к вызывающему у других людей осуждение и порицание. Одобрение, поддержка от других не ожидаются.

**5. Шкала "Самоценность"** предает ощущение ценности собственной личности и предполагаемую ценность собственного "Я" для других.

**Высокие значения** (8-10 стенов) принадлежат человеку, высоко оценивающему свой духовный потенциал, богатство своего внутреннего мира. Человек склонен воспринимать себя как индивидуальность и высоко ценить собственную неповторимость. Уверенность в себе помогает противостоять средовым воздействиям, рационально воспринимать критику в свой адрес.

**Средние значения** (4-7 стенов) отражают избирательное отношение к себе. Человек склонен высоко оценивать ряд своих качеств, признавать их уникальность. Другие же качества явно недооцениваются, поэтому замечания окружающих могут вызывать ощущения малоценности, личностной несостоятельности.

**Низкие значения** (1-3 стена) говорят о глубоких сомнениях человека в уникальности своей личности, недооценке своего духовного "Я". Неуверенность в себе ослабляет сопротивление средовым влияниям. Повышенная чувствительность к замечаниям и критике окружающих в свой адрес делает человека обидчивым и ранимым, склонным не доверять своей индивидуальности.

**6. Шкала "Самопринятия"** позволяет судить о выраженности чувства симпатии к себе, согласия со своими внутренними побуждениями, принятие себя таким, какой есть, несмотря на недостатки и слабости.

**Высокие значения** (8-10 стенов) характеризуют склонность воспринимать все стороны своего "Я", принимать себя во всей полноте поведенческих проявлений. Общий фон восприятия себя положительный. Человек часто ощущает симпатию к себе, ко всем качествам своей личности. Свои недостатки считает продолжением достоинств. Неудачи, конфликтные ситуации не дают основания для того, чтобы считать себя плохим человеком.

**Средние значения** (4-7 стенов) отражают избирательность отношения к себе. Человек склонен принимать не все свои достоинства и критиковать не все свои недостатки.

**Низкие значения** (1-3 стена) указывают на общий негативный фон восприятия себя, на склонность воспринимать себя излишне критично. Симпатия к себе недостаточно выражена, проявляется эпизодически. Негативная оценка себя существует в разных формах: от описания себя в комическом свете до самоуничижения.

**7. Шкала "Самопривязанность"** выявляет степень желания изменяться по отношению к наличному состоянию.

**Высокие значения (**8-10 стенов) отражают высокую ригидность "Я" - концепции, стремление сохранить в неизменном виде свои качества, требования к себе, а главное – видение и оценку себя. Ощущение самодостаточности и достижения идеала мешает реализации возможности саморазвития и самосовершенствования. Помехой для самораскрытия может быть также высокий уровень личностной тревожности, предрасположенность воспринимать окружающий мир как угрожающий самооценке.

**Средние значения** (4-7 стенов) указывают на избирательность отношения к своим личностным свойствам, на стремление к изменению лишь некоторых своих качеств при сохранении прочих других.

**Низкие значения** (1-3 стена) фиксируют высокую готовность к изменению "Я" - концепции, открытость новому опыту познания себя, поиски соответствия реального и идеального "Я". Желание развивать и совершенствовать собственное "Я" ярко выражено, источником чего может быть неудовлетворенность собой. Легкость изменения представлений о себе.

**8. Шкала "Внутренняя конфликтность"** определяет наличие внутренних конфликтов, сомнений, несогласия с собой, выраженность тенденций к самокопанию и рефлексии.

**Высокие значения** (8-10 стенов) соответствует человеку, у которого преобладает негативный фон отношения к себе. Он находится в состоянии постоянного контроля над своим "Я", стремиться к глубокой оценке всего, что происходит в его внутреннем мире. Развитая рефлексия переходит в самокопание, приводящее к нахождению осуждаемых в себе качеств и свойств. Отличается высокими требованиями к себе, что нередко приводит к конфликту между "Я" идеальным, между уровнем притязаний и фактическими достижениями, к признанию своей малоценности. Истинным источником своих достижений и неудач считает преимущественно себя.

**Средние значения** (4-7 стенов) характерны для человека, у которого отношение к себе, установка видеть себя зависят от степени адаптированности в ситуации. В привычных для себя условиях, особенности которых хорошо знакомы и прогнозируемы, наблюдается положительный фон отношения к себе, признание своих достоинств и высокая оценка своих достижений. Неожиданные трудности, возникающие дополнительные препятствия могут способствовать усилению недооценки собственных успехов.

**Низкие значения** (1-3 стена) наиболее часто встречаются у тех, кто в целом положительно относится к себе, ощущает баланс между собственными возможностями и требованиями окружающей реальности, между притязаниями и достижениями, доволен сложившейся жизненной ситуацией и собой. При этом возможно отрицание своих проблем и поверхностное восприятие себя.

**9.Шкала "Самообвинение"** характеризует выраженность отрицательных эмоций в адрес своего "Я".

**Высокие значения** (8-10 стенов) можно понаблюдать у тех, кто видит в себе, прежде всего недостатки, кто готов поставить себе в вину все свои промахи и неудачи. Проблемные ситуации, конфликты в сфере общения актуализируют сложившиеся психологические защиты, среди которых доминируют реакции защиты собственного "Я" в виде порицания, осуждения себя или привлечения смягчающих обстоятельств. Установка на самообвинение сопровождается развитием внутреннего напряжения, ощущением невозможности удовлетворения основных потребностей.

**Средние значения** (4-7 стенов) указывают на избирательное отношение к себе. Обвинение себя за те или иные поступки и действия сочетается с выражением гнева, досады в адрес окружающих.

**Низкие значения (**1-3 стена) обнаруживают тенденцию к отрицанию собственной вины в конфликтных ситуациях. Защита собственного "Я" осуществляется путем обвинения преимущественно других, перенесением ответственности на окружающих за устранение барьеров на пути к достижению цели. Ощущение удовлетворенности собой сочетается с порицанием других, поисками в них источников всех неприятностей и бед.

Тексты опросников и методик приведены в Приложении.

**2.3 Методы математической статистики**

1. Определялись статистические характеристики показателей:

M - средние значения,

S - стандартные отклонения,

q - средние ошибки

(Урбах В.Ю., 1963; Суходольский Г.В., 1972).

Среднее значение рассчитывалось по следующей формуле:

|  |  |
| --- | --- |
|  | (2.1) |

где x - переменная, а N - размер выборки.

Стандартное отклонение вычисляется с использованием "несмещенного" или "n-1" метода и имеет формулу следующего вида:

|  |  |
| --- | --- |
|  | (2.2) |

где x - выборочное среднее значение, а n - размер выборки (по справке Excel-7.0 от Microsoft® Office).

Стандартная ошибка вычислялась по следующей формуле:

|  |  |
| --- | --- |
|  | (2.3) |

где S – стандартное отклонение, а N - размер выборки.

2. Рассчитывался коэффициент линейной корреляции по Пирсону (Урбах В.Ю., 1964; Суходольский Г.В., 1972).

Предполагается, что между свойствами Х и У имеется синергическая связь, если корреляция положительна и статистически значимая, и, наоборот, связь контрэргичная, если корреляция отрицательная.

|  |  |
| --- | --- |
|  | (2.4) |

где n - количество испытуемых; - средние значения x и y; - стандартные отклонения. В результате получали корреляционные матрицы.

Перейдем к рассмотрению результатов математико-статистической обработки эмпирических данных.

**ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ЭМПИРИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ**

**3.1 Анализ корреляционно-статистических связей самооценки и адаптации**

Для исследования индивидуальных особенностей адаптационных механизмов психики применялась методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда.

Таблица 1. **Статистические характеристики по методике диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №№ | M | S | q |
| Ад | 135,67 | 16,73 | 2,47 |
| ДАд | 70,72 | 24,78 | 3,65 |
| Лж | 27,41 | 8,07 | 1,19 |
| ПС | 47,70 | 7,64 | 1,13 |
| НПС | 13,87 | 8,51 | 1,26 |
| ПД | 22,35 | 4,06 | 0,60 |
| НПД | 15,22 | 6,40 | 0,94 |
| ЭК | 27,89 | 7,00 | 1,03 |
| ЭД | 12,02 | 6,85 | 1,01 |
| ВтК | 54,83 | 8,93 | 1,32 |
| ВшК | 17,48 | 7,23 | 1,07 |
| Дмн | 10,30 | 3,35 | 0,49 |
| Вдм | 17,63 | 5,07 | 0,75 |
| Эск | 14,96 | 3,50 | 0,52 |
| A | 68,07 | 10,93 | 1,61 |
| S | 57,04 | 23,72 | 3,50 |
| L | 53,16 | 17,93 | 2,64 |
| E | 46,48 | 29,71 | 4,38 |
| I | 65,22 | 13,40 | 1,98 |
| D | 64,59 | 11,88 | 1,75 |

*Примечание*:

**общие шкалы**: Ад – адаптивность, ДАд – дезадаптивность, Лж – лживость, ПС - принятие себя, НПС - непринятие себя, ПД - принятие других, НПД - непринятие других, ЭК - эмоциональный комфорт, ЭД - эмоциональный дискомфорт, ВтК - внутренний контроль, ВшК - внешний контроль, Дмн – доминирование, Вдм – ведомость, Эск – эскапизм;

**интегральные шкалы**: A – адаптация, S – самовосприятие, L - принятие других, E - эмоциональная комфортность, I – интернальность, D - стремление к доминированию;

**статистические показатели**: M – среднее значение, S – стандартное отклонение, q – стандартная ошибка. N=46 чел.

Как видно из таблицы, большинство факторов лежат в пределах среднего уровня выраженности (см. приложение). Вместе с тем, определились и показатели не входящие в коридор нормы, а именно:

- по шкале принятия себя выборка в среднем не отличается невротическим непринятием себя, а, наоборот, ориентирована на принятие индивидуальных особенностей собственной личности;

- по шкале эмоционального дискомфорта выборка в среднем не отличается неуверенностью в себе, тревожностью и напряженностью, однако это не говорит о противоположных качествах индивида, поскольку значение полярной шкалы (ЭК) эмоционального комфорта находится в коридоре нормы, и, вместе с тем, может указывать на тенденцию испытуемых к принятию авантюрных решений;

- по шкале внешнего контроля отмечается среднее значение ниже уровня нормы, что характеризует группу как не склонных к экстернальности, вместе с тем показатель интернальности не выходящий за пределы нормы указывает на несклонность к излишнему самоконтролю.

Для исследования самоотношения применялась методика Q-сортировки. Результаты представлены в таблице 2.

Таблица 2. **Статистические характеристики по методике Q-сортировка**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №№ | M | S | q |
| Звс | 5,07 | 2,35 | 0,35 |
| НЗвс | 4,73 | 2,55 | 0,38 |
| Общ | 6,02 | 2,07 | 0,31 |
| Нобщ | 4,50 | 1,72 | 0,26 |
| ПБ | 3,57 | 1,97 | 0,30 |
| ИБ | 4,34 | 1,88 | 0,28 |

*Примечание*:

**шкалы**: Звс – зависимость, НЗвс – независимость, Общ – общительность, НОбщ – необщительность, ПБ - принятие "борьбы", ИБ - избегание "борьбы";

**статистические показатели**: M – среднее значение, S – стандартное отклонение, q – стандартная ошибка , N=44 чел., 32 – мальчика, 12 – девочек.

Как видно из таблицы, коридор нормы для респондентов по шкале зависимость (Звс) = (2,72;7,42). У 27% учащихся показатели ниже минимального норматива, что говорит о низкой степени зависимости, 9% имеют высокие показатели степени зависимости по данной шкале. У 64 % учащихся показатели лежат в коридоре нормы.

Шкала независимости (НЗвс)имеет коридор нормы = (2,18;7,28). 18% респондентов отличает низкий уровень независимости, 4% отличаются высокой независимостью.

По шкале общительности (Общ) коридор нормы = (3,95;8,09), исходя из этого показатели у 91% учащихся лежат в коридоре нормы и лишь 13% имеют высокий уровень общительности.

Шкала необщительности (Нобщ) имеет коридор нормы в пределах = (2,78;6,22). У 96% результаты по данной шкале лежат в коридоре нормы, 4% отличает необщительность.

По шкале принятия борьбы (ПБ) определились нормативы = (1,6;5,54). В целом у 82% показатели не отличаются высокими значениями, лишь 18% имеют показатели чуть выше коридора нормы.

По шкале избегание борьбы (ИБ) коридор нормы = (2,46;6,22). У 96% группы показатели в целом лежат в коридоре нормы, 4% имеет низкий показатель, что может свидетельствовать об уклонение от борьбы, о стремлении уйти от взаимодействия, сохранить нейтралитет в групповых спорах и конфликтах, склонность к компромиссным решениям.

Для исследования принятия других использовалась методика – шкала Фейя. Данные приведены в таблице 3.

Таблица 3. **Статистические характеристики по шкале принятия других Фейя.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №№ | M | S | q |
| ШФ | 46,78 | 7,90 | 1,18 |

*Примечание*:

**шкалы**: ШФ – шкала Фейя;

**статистические показатели**: M – среднее значение, S – стандартное отклонение, q – стандартная ошибка , N=45 чел., 33 – мальчика, 12 – девочек.

Из результатов таблицы по шкале принятия других Фейя определились коридоры нормы = (38,9;54,6). 96% респондентов показали средние результаты по данной шкале, лишь 4% отличает низкий уровень принятия других

Таблица 4. **Статистические характеристики по методике исследования самоотношения С.Р. Пантилеева.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №№ | M | S | q |
| Зкр | 6,20 | 1,63 | 0,24 |
| Смвр | 8,48 | 2,95 | 0,43 |
| Смрк | 6,98 | 2,47 | 0,36 |
| ОС | 6,07 | 2,28 | 0,34 |
| Смцн | 7,50 | 2,78 | 0,41 |
| Смпн | 6,72 | 2,17 | 0,32 |
| Смпв | 6,04 | 2,38 | 0,35 |
| ВК | 4,70 | 2,63 | 0,39 |
| Смбв | 3,93 | 2,24 | 0,33 |

*Примечание*:

**шкалы**: Зкр – закрытость, Смвр – самоуверенность, Смрк – саморуководство, ОС - отраженное самоотношение, Смцн – самоценность, Смпн – самопринятие, Смпв – самопривязанность, ВК - внутренняя конфликтность, Смбв – самообвинение;

**статистические показатели**: M – среднее значение, S – стандартное отклонение, q – стандартная ошибка , N=46 чел., 34 – мальчика, 12 – девочек.

Как видно из таблицы коридор нормы по шкале закрытость (Зкр) = (4,57;7,87). У 36 % респондентов выявлен высокий уровень закрытости, что отражают выраженное защитное поведение личности, желание соответствовать общепринятым нормам поведения и взаимоотношений с окружающими людьми. Человек склонен избегать открытых отношений с самим собой. Остальные 64% показателей лежат в коридоре нормы.

По шкале самоуверенность (Смвр) коридор нормы = (5,53;11,43). У 45% учащихся высокие показатели, что говорит о выраженной самоуверенности, ощущение силы собственного "Я", высокой смелости в общении. Человек уважает себя, доволен собой, своими начинаниями и достижениями, ощущает свою компетентность и способность решать многие жизненный вопросы. У 4% отмечается низкий уровень самоуверенности, что может говорить о неуважения к себе, связанное с неуверенностью в своих возможностях, с сомнением в своих способностях. Возможно избегание контактов с людьми, глубокое погружение в собственные проблемы, внутренняя напряженность.

По шкале саморуководство (Смрк) определились коридоры нормы = (4,51;9,45). У 9% отмечается низкий уровень саморуководства. Это может объясняться низким волевым контролем для преодолевания внешних и внутренних препятствий на пути к достижению цели. Причины, заключающиеся в себе, или отрицаются, или, что встречается довольно часто, вытесняются в подсознание. Переживания относительно собственного "Я" сопровождаются внутренним напряжением. 31% выборки имеет значения выше нормы: человеку свойственен контроль над эмоциональными реакциями и переживаниями по поводу себя. Он ощущает себя способным оказывать сопротивление внешним влияниям, противиться судьбе и стихии событий.

Шкала отраженное самоотношение (ОС) имеет коридор нормы = (3,79;8,35). У 27% учащихся значения выше коридора нормы. Человек может ощущать в себе общительность, эмоциональную открытость для взаимодействия с окружающими. Остальные 73% имеют средние значения по данной шкале.

По шкале самоценность (Смцн) коридор нормы = (4,72;10,28). 27% выборки отличает высокий уровень самоценности, что может говорить о высоко оценке своего духовного потенциала, богатстве своего внутреннего мира, и лишь 4% имеют низкий уровень по данной шкале.

Шкала самопринятие (Смпн) имеет коридор нормы = (4,55;9). У 14% респондентов отмечаются низкие значения указывающие на общий негативный фон восприятия себя, на склонность воспринимать себя излишне критично. Симпатия к себе недостаточно выражена, проявляется эпизодически. Но 23% имеют значения выше коридора нормы, что может говорить о принятии себя во всей полноте поведенческих проявлений. Общий фон восприятия себя положительный. Человек часто ощущает симпатию к себе, ко всем качествам своей личности. Свои недостатки считает продолжением достоинств. Неудачи, конфликтные ситуации не дают основания для того, чтобы считать себя плохим человеком.

По шкале самопривязанность (Смпв) коридор нормы = (3,66;8,42). 9% имеют низкий уровень самопривязанности, фиксируют высокую готовность к изменению "Я" - концепции, открытость новому опыту познания себя, поиски соответствия реального и идеального "Я". Желание развивать и совершенствовать собственное "Я" ярко выражено, источником чего может быть неудовлетворенность собой. А 27% отмечают высокий уровень по данной шкале, что отражает высокую ригидность "Я" - концепции, стремление сохранить в неизменном виде свои качества, требования к себе, а главное – видение и оценку себя. Ощущение самодостаточности и достижения идеала мешает реализации возможности саморазвития и самосовершенствования.

У шкалы внутренняя конфликтность (ВК) коридор нормы = (2,07;7,33). 18% отличает низкий уровень внутренней конфликтности. Это может отражать баланс между собственными возможностями и требованиями окружающей реальности, между притязаниями и достижениями. При этом возможно отрицание своих проблем и поверхностное восприятие себя. 14% с высокими значениями, возможно с преобладанием негативного фона отношения к себе, состояния постоянного контроля над своим "Я", стремления к глубокой оценке всего, что происходит во внутреннем мире.

По шкале самообвинение (Смбв) коридор нормы = (1,69;6,17). У 13% низкие значения по шкале и может обнаруживаться тенденция к отрицанию собственной вины в конфликтных ситуациях. Ощущение удовлетворенности собой может сочетается с порицанием других, поисками в них источников всех неприятностей и бед. В целом больше половины респондентов отличаются средними значениями по данной шкале.

Далее перейдем к рассмотрению результатов корреляционного анализа показателей уровня социально-психологической адаптации и самооценки школьников.

Таблица 5. **Корреляционная матрица показателей уровня адаптации и самооценки школьников**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №№ | Ад | ДАд | Лж | ПС | НПС | ПД | НПД | ЭК | ЭД | ВтК | ВшК | Дмн | Вдм | Эск |
| Звс | -0,23 | 0,26 | 0,10 | -0,01 | 0,21 | -0,22 | -0,02 | -0,13 | 0,16 | -0,26 | 0,23 | 0,01 | 0,33 | 0,07 |
| НЗвс | -0,21 | 0,13 | -0,01 | 0,05 | 0,16 | -0,03 | -0,01 | 0,06 | 0,08 | -0,13 | -0,03 | 0,00 | 0,05 | 0,01 |
| Общ | 0,11 | 0,01 | 0,12 | 0,29 | 0,20 | -0,05 | -0,18 | 0,03 | 0,08 | 0,11 | 0,15 | 0,18 | 0,11 | -0,15 |
| Нобщ | 0,02 | 0,37 | 0,24 | -0,04 | 0,10 | 0,02 | -0,05 | 0,02 | 0,37 | 0,13 | 0,31 | 0,09 | 0,31 | 0,08 |
| ПБ | 0,01 | 0,05 | 0,15 | 0,18 | -0,02 | -0,20 | 0,30 | 0,09 | 0,01 | 0,02 | -0,26 | 0,02 | -0,14 | 0,05 |
| ИБ | -0,17 | 0,12 | 0,17 | -0,26 | 0,07 | -0,36 | 0,28 | -0,23 | 0,27 | -0,01 | 0,12 | -0,04 | 0,16 | -0,18 |
| ШФ | 0,00 | -0,14 | -0,18 | 0,09 | -0,12 | 0,07 | -0,27 | -0,03 | -0,13 | 0,07 | 0,11 | 0,09 | -0,16 | 0,11 |
| Зкр | -0,01 | -0,06 | -0,02 | -0,03 | 0,03 | 0,21 | -0,19 | -0,09 | -0,09 | -0,03 | 0,11 | -0,19 | -0,15 | -0,10 |
| Смвр | 0,17 | -0,32 | -0,19 | 0,29 | 0,04 | 0,24 | -0,26 | 0,33 | -0,37 | -0,04 | -0,23 | 0,20 | -0,43 | -0,08 |
| Смрк | -0,20 | -0,10 | -0,21 | -0,08 | -0,08 | -0,22 | -0,03 | 0,02 | -0,04 | -0,35 | -0,07 | -0,10 | -0,17 | 0,15 |
| ОС | 0,27 | -0,38 | -0,24 | 0,40 | -0,21 | 0,27 | -0,54 | 0,43 | -0,35 | 0,01 | -0,24 | 0,25 | -0,35 | 0,14 |
| Смцн | 0,23 | -0,31 | 0,02 | 0,33 | -0,12 | 0,02 | -0,15 | 0,44 | -0,25 | 0,05 | -0,29 | 0,37 | -0,38 | -0,08 |
| Смпн | -0,05 | 0,00 | -0,13 | 0,07 | 0,02 | -0,04 | -0,07 | 0,04 | 0,09 | -0,17 | 0,06 | 0,22 | -0,07 | -0,07 |
| Смпв | -0,16 | -0,15 | -0,09 | -0,10 | 0,07 | -0,17 | 0,09 | -0,15 | -0,07 | -0,50 | -0,17 | -0,07 | -0,04 | -0,10 |
| ВК | -0,36 | 0,37 | 0,01 | -0,24 | 0,14 | -0,35 | 0,30 | -0,39 | 0,45 | -0,06 | 0,38 | -0,09 | 0,36 | 0,16 |
| Смбв | -0,36 | 0,44 | -0,12 | -0,30 | 0,32 | -0,18 | 0,39 | -0,23 | 0,47 | -0,18 | 0,28 | -0,22 | 0,24 | 0,21 |
| k05 | 2 | 6 | 0 | 3 | 1 | 2 | 4 | 4 | 5 | 2 | 2 | 1 | 6 | 0 |
| k05% | 12,50 | 37,50 | 0,00 | 18,75 | 6,25 | 12,50 | 25,00 | 25,00 | 31,25 | 12,50 | 12,50 | 6,25 | 37,50 | 0,00 |
| №№ | A | S | L | E | I | D |
| Звс | -0,29 | -0,56 | -0,55 | -0,54 | -0,34 | 0,28 |
| НЗвс | 0,12 | -0,05 | -0,07 | -0,12 | 0,19 | 0,53 |
| Общ | -0,37 | -0,28 | -0,27 | -0,23 | -0,26 | 0,10 |
| Нобщ | 0,00 | -0,30 | -0,28 | -0,27 | -0,18 | 0,11 |
| ПБ | -0,11 | -0,06 | 0,00 | -0,11 | -0,08 | 0,27 |
| ИБ | -0,26 | -0,10 | -0,13 | -0,10 | -0,28 | -0,16 |
| ШФ | 0,24 | 0,05 | 0,14 | 0,14 | -0,13 | -0,16 |
| Зкр | -0,08 | 0,22 | 0,21 | 0,24 | 0,19 | -0,30 |
| Смвр | -0,13 | 0,49 | 0,41 | 0,56 | 0,4 | -0,22 |
| Смрк | -0,03 | 0,15 | 0,11 | 0,12 | 0,03 | -0,21 |
| ОС | 0,16 | 0,23 | 0,2 | 0,25 | 0,22 | 0,16 |
| Смцн | -0,22 | 0,35 | 0,17 | 0,38 | 0,20 | -0,13 |
| Смпн | -0,27 | 0,05 | 0,05 | 0,02 | -0,13 | -0,06 |

*Примечание*:

**шкалы**:

– тест К. Роджерса и Р. Даймонда: Ад – адаптивность, ДАд – дезадаптивность, Лж – лживость, ПС - принятие себя, НПС - непринятие себя, ПД - принятие других, НПД - непринятие других, ЭК - эмоциональный комфорт, ЭД - эмоциональный дискомфорт, ВтК - внутренний контроль, ВшК - внешний контроль, Дмн – доминирование, Вдм – ведомость, Эск – эскапизм, A – адаптация, S – самовосприятие, L - принятие других, E - эмоциональная комфортность, I – интернальность, D - стремление к доминированию;

– методика Q–сортировка: Звс – зависимость, НЗвс – независимость, Общ – общительность, НОбщ – необщительность, ПБ – принятие "борьбы", ИБ – избегание "борьбы";

– шкала Фейя: ШФ – шкала принятия других Фейя;

– методика С.Р. Пантилеева: Зкр – закрытость, Смвр – самоуверенность, Смрк – саморуководство, ОС – отраженное самоотношение, Смцн – самоценность, Смпн – самопринятие, Смпв – самопривязанность, ВК – внутренняя конфликтность, Смбв – самообвинение.

**статистические показатели**: r05= 0.2956; r01= 0.3886; N=44 чел., из них 34 – мальчика, 10 – девочек. Курсивом указаны корреляции на уровне достоверности P<0.05, жирным указаны корреляции на уровне достоверности P<0.01; k05 и k05% - количественный и процентный показатели корреляционной активности шкалы (количество статистически значимых корреляций данной шкалы со всеми показателями эмпирических данных).

Как это видно из результатов корреляционного анализа определились наиболее информативные шкалы, из которых можно отметить такие как дезадаптивность, ведомость и эмоциональный дискомфорт, а также наименее информативные, из которых выделились – непринятие себя и доминирование.

Также необходимо отметить шкалы других методик, не обнаруживших статистически значимых (P>0.05) связей с показателями социально-психологической адаптации – это лживость, эскапизм, независимость, общительность, принятие других (шкала Фейя), закрытость и самопринятие.

Рассмотрим связи показателей социально-психологической адаптации со шкалами методик диагностики представлений о себе, самоотношения, а также принятия других.

Как видно из таблицы №5, шкала адаптации (Ад) по тесту К.Рождерса и Р.Даймонда достоверно реципрокно коррелирует со шкалами внутренней конфликтности (ВК) r 0,5=-0,36, самообвинение (Смбв)r 0,5=-0,36, то есть чем выше внутренняя конфликтность и самообвинение реципиента, тем ниже его адаптивность.

Шкала дезадаптации (ДАд) достоверно коррелируют со шкалами необщительности (Нобщ) r 0,5=0,37, самоуверенности (Смвр) r 0,5=-0,32, отраженного самоотношения (ОС) r 0,5=-0,38, самоценности (Смцн) r 0,5=-0,31, внутренней конфликтностью (ВК) r 0,5=0,37, и самообвинением (Смбв) r 0,1=0,44. Из этого следует, что чем выше необщительность, внутренняя конфликтность и самообвинение, тем выше дезадаптация, а также чем выше самоуверенность, отраженное самоотношение и самоценность, тем соответственно ниже уровень дезадаптации.

Шкала принятия себя (ПС) положительно коррелирует со шкалами отраженного самоотношения (ОС) r 0,1=0,40, самоценностью (Смцн) r 0,5=0,33, а также со шкалой самообвинения (Смбв) r 0,5=-0,30. Из вышесказанного следует, что чем более выражено субъективное восприятие себя принятым окружающими людьми, тем более характерны принятие себя, высокая оценка своего духовного потенциала, собственной неповторимости и рациональное восприятие критики.

Шкала непринятия себя (НПС) коррелируют со шкалой самообвинения (Смбв) r 0,5=0,32. Это говорит о том, что чем выше самообвинение, тем выше непринятие себя.

Корреляции шкалы принятия других (ПД) со шкалами избегание борьбы (ИБ) r 0,5=-0,36 и внутренней конфликтностью (ВК) r 0,5=-0,35 говорят о том, что, чем более развита социальная толерантность и эмпатия, тем индивиду менее свойственна внутренняя и социальная конфликтность.

Из корреляции шкалы непринятия других (НПД) со шкалами принятия борьбы (ПБ) r0,5=0,30, отраженного самоотношения (ОС) r0,1=-0,54, внутренней конфликтностью (ВК) r 0,5=0,30 и самообвинения (Смбв) r 0,1=0,39 следует, что чем более выражены принятие борьбы, внутренняя конфликтность и самообвинение, тем выше непринятие других. А также, чем выше отраженное самоотношение, тем ниже непринятие других.

Из связей шкалы эмоциональной комфортности (ЭК) со шкалами самоуверенности (Смвр) r0,5=0,33, отраженного самоотношения (ОС) r0,1=0,43, самоценности r0,1=0,44 и внутренней конфликтности (ВК) r0,1=-0,39 следует, что чем более выражена свобода эмоциональных проявлений, тем более развиты такие качества, как самоуверенность, субъективное мнение о способности вызывать симпатию у окружающих, самоценность и менее характерна внутренняя конфликтность.

Шкала эмоциональной дискомфортности (ЭД) коррелирует со шкалами необщительности (Нобщ) r0,5=0,37, самоуверенности (Смвр) r0,5=-0,37, отраженного самоотношения (ОС) r0,5=-0,35, внутренней конфликтности (ВК) r0,1=0,45 и шкалой самообвинения (Смбв) r0,1=0,47. Можно сделать вывод о том, что чем более выражена несвобода эмоциональных проявлений, тем более развиты такие качества, как внутренняя конфликтность, необщительность, самообвинение, и менее характерна самоуверенность и субъективное мнение о способности вызывать симпатию у окружающих.

Шкала внутреннего контроля (ВтК) коррелирует со шкалами саморуководства (Смрк) r0,5= -0,35 и самопривязанности (Смпв) r0,1=-0,50, что свидетельствует о готовности к изменению "Я-концепции" и недостаточном волевом контроле для преодолевания внешних и внутренних препятствий индивидов с внутренним локусом контроля.

Шкала внешнего контроля (ВшК) коррелирует со шкалами необщительности (Нобщ) r0,5=0,31 и внутренней конфликтности (ВК) r0,5=0,38, что свидетельствует о замкнутости в сфере общения и преобладании негативного фона отношения к себе индивидов с внешним локусом контроля.

Шкала доминирования (Дмн) положительно связана со шкалой самоценности (Смцн) r0,5=0,37, из чего можно сделать вывод, что индивидам, высоко оценивающим собственную личность, характерны лидерские качества.

Шкала ведомости (Вдм) коррелирует со шкалами зависимости (Звс) r0,5=0,33, необщительности (Нобщ) r0,5=0,31, самоуверенности (Смвр) r0,1=-0,43, отраженное самоотношение (ОС) r0,5=-0,35, самоценности (Смцн) r0,5=-0,38 и шкалой внутренней конфликтности (ВК) r0,5=0,36. Это свидетельствует о том, что чем выше зависимость, необщительность и внутренняя конфликтность, тем выше ведомость. А также чем выше самоуверенность, отраженное самоотношение и самоценность, тем ниже ведомость.

Из связей интегральной шкалы адаптации (A) со шкалой общительности (Общ) r0,5=-0,37 следует, что чем более в структуре личности выражены адаптивные формы социально-психологического взаимодействия, тем менее характерны такие свойства как общительность и удовлетворенность собственной "Я-концепцией".

Интегральная шкала самовосприятия (S) коррелирует со шкалами зависимость (Звс) r0,1=-0,56, самоуверенность (Смвр) r0,1=0,49 и шкалой самоценности (Смцн) r0,5=0,35. Следовательно, что чем более выражено позитивное отношение к собственной личности, тем для данной личности более свойственны независимость, самоуверенность и самоценность.

Корреляции шкалы принятия других (L) со шкалами зависимости (Звс) r0,1=-0,55 и самоуверенности (Cмвр) r0,1=0,41 говорят о том, чем более выражено позитивное отношение к собственной личности, тем для данной личности более свойственны независимость, самоуверенность.

Интегральная шкала эмоциональной комфортности (E) коррелирует со шкалами зависимости (Звс) r0,1=-0,54, самоуверенности (Смвр) r0,1=0,56 и самоценности (Смцн) r0,5=0,38, то есть чем более выражено позитивное отношение к собственной личности, тем для данной личности более свойственны независимость, самоуверенность, самоценность и самообвинение.

Корреляции шкалы интернальности (I) со шкалами зависимости (Звс) r0,5=-0,34 и самоуверенности (Смвр) r0,1=0,4, то есть, чем более выражено позитивное отношение к собственной личности, тем для данной личности более свойственны независимость, самоуверенность.

Шкала стремления к доминированию (D) связана со шкалами независимости (НЗвс) r0,1=0,53 и закрытости (Зкр) r0,5=-0,30, что свидетельствует об избегании независимости и открытости в общении индивидов, стремящихся к лидерским позициям.

Итак, из приведенного выше следует, что существует корреляционная связь между адаптацией и самооценкой в старшем школьном возрасте. Эти существующие значимые связи подтвердились, следовательно, гипотеза, поставленная в начале нашей работы является достоверной.

**ВЫВОДЫ**

Результаты эмпирических исследований подтвердили нашу гипотезу: самооценка старшего школьника влияет на уровень его адаптации в системе межличностных отношений.

В результате проведенного нами корреляционного анализа мы обнаружили корреляционную взаимосвязь уровня адаптации и самооценки у учащихся старших классов.

Как показал корреляционный анализ: (см. таблица №5)

1. Шкала адаптации (АД) по тесту К. Роджерса и Р. Даймонда достоверно связана со шкалами внутренней конфликтности (ВК) и самообвинением (Смбв) реципрокно, то есть можно говорить о том, что чем больше у реципиента будет выражена внутренняя конфликтность и самообвинение, тем менее адаптивной будет данная личность.
2. Выявлено, что чем более у учащихся будут выражены такие качества как необщительность, внутренняя конфликтность и самообвинение, тем сложнее будет адаптация, то есть личность будет дезадаптированна. С другой стороны, чем выше будет самоуверенность, отраженное самоотношение и самоценность, тем менее дезадаптированнее будет реципиент.
3. Корреляционный анализ показал, что чем выше у индивида будет отраженное самоотношение и самоценность, тем больше он будет ощущать собственную ценность "Я". Человек будет чувствовать себя принятым окружающими людьми, что его ценят за личностные и духовные качества, за совершаемые поступки и действия, за приверженность групповым нормам и правилам. Он проявляет общительность, эмоциональную открытость при взаимодействии с окружающими, характерна легкость установления деловых и личных контактов. Чем менее будет развито самообвинение, тем больше индивид будет принимать себя и собственное "Я".

По данным нашего исследования, на успешность адаптации в раннем юношеском возрасте в сфере межличностных отношений значимое влияние оказывает осознание себя как самостоятельной, независимой от мнения окружающих личности, адекватная самооценка и принятие собственного "Я".

Таким образом, гипотеза о том, что самооценка старшего школьника влияет на уровень его адаптации в системе межличностных отношений подтвердилась. Результаты работы могут быть интересны школьным психологам и использоваться в рамках психологического консультирования старшеклассников, педагогов, родителей.

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Главный конституирующий момент социальной ситуации развития в юношеском возрасте заключается в том, что юноша находится на пороге вступления в самостоятельную жизнь. Переход от подросткового возраста к юношескому связан с резкой сменой внутренней позиции, когда обращенность в будущее становится основной направленностью личности, особенно актуальной становится проблема выбора профессии, планирования дальнейшего жизненного пути, самоопределения, обретения своей идентичности.

Самооценка в ранней юности выше, чем в подростковом возрасте.

В этот возрастной период происходит смена некоторого "объективистского" взгляда на себя "извне" на субъективную, динамическую позицию "изнутри".

Таким образом, в раннем юношеском возрасте в рамках становления нового уровня самосознания происходит становление относительно устойчивого представления о себе, Я-концепции. К 16-17 годам возникает особое личностное новообразование, которое в психологической литературе обозначается термином "самоопределение". Юношеский возраст характеризуется сбалансированным развитием когнитивного и эмоционального компонентов самооценки. Рост осознанного отношения к себе ведет к тому, что знания о себе начинают регулировать и вести за собой эмоции, адресующиеся собственному "Я". Складываются относительно устойчивые представления о себе, как целостной личности, отличной от других людей.

Теоретический анализ литературы по проблеме адаптации и самооценки в раннем юношеском возрасте позволяет сделать следующие выводы:

* Существует взаимосвязь между уровнем адаптации и самооценки у учащихся старших классов.
* Веским характерным, особенно для подростка и юноши, является в этом возрасте изменение отношения к самому себе, окрашивающее все его действия и поэтому впряженное достаточно, заметно в большинстве случаев, хотя иногда и замаскировано, что, однако не уничтожает его действенной роли. Именно это и было побудительной причиной для того, чтобы при изучении юношеского возраста поставить вслед за изучением анатомо-физиологических изменений вопрос представлений о себе в этом возрасте.
* Социальная адаптация учащихся является проблемой деятельности школы и проявляется на разных уровнях. Собственное участие в поисках стратегии самоутверждения и адаптации юноши как индивида не слишком значительно, так как большое влияние на него оказывают сверстники, климат малых групп и особенно микроклимат в семье.

Изучив необходимую психолого-педагогическую зарубежную и отечественную литературу по проблемам психологических особенностей юношеского возраста, адаптации и самооценки, подобрав психодиагностические методики, мы провели психодиагностический эксперимент, который позволил выявить и описать статистически достоверные корреляционные взаимосвязи самооценки и уровня адаптации юношеского возраста.

Таким образом, основная гипотеза о том, что существует корреляционная взаимосвязь между уровнем адаптации и самооценки в раннем юношеском возрасте подтвердилась.

Реализуемый нами подход к практическому изучению адаптации и самооценки в ранней юности через показатели осмысленности жизни личности представляется нам достаточно перспективным для дальнейших разработок программ исследований по этой проблеме, поэтому они могут быть использованы в работе практического психолога по оказанию психолого-педагогической помощи юношам и девушкам.

**ЛИТЕРАТУРА**

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология: Учеб. пособие для студентов вузов. – М.: Академия, 1997.
2. Алферов А. Д. Психология развития школьника: Учеб. пособие для студ. вузов Ростов н/Д: Феникс, 2000.
3. Бобнева М.И. Социальные нормы и регуляция поведения.М.,1978.
4. Божович Л.И. Этапы формирования личности в онтогенезе // Вопросы психологии.1979.№4.С.23-24.
5. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. М.: Прогресс, 1986
6. Возрастная и педагогическая психология/ под ред. А.В.Петровского. М..1979.
7. Волков Б.С. Психология ранней юности: Учеб. пособие для студ. пед. вузов. М.: Сфера, 2001.
8. Возрастная и педагогическая психология: Тексты / Сост. И комм. Шуаре М.О. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1992.
9. Возрастная и педагогическая психология: Хрестоматия: Сост. И.В.Дубровина, А.М.Прихожан, В.В.Зацепин. – М., 1999.
10. Выготский Л.С. Динамика и структура личности подростка // Хрестоматия по возрастной психологии. Учеб.пос. для студ.: сост. Л.М. Семенюк. Под ред. Д.И.Фельдштейна. –М., 1996.
11. Годфруа Ж. Что такое психология. Т.2.– М., 1996.
12. Гинзбург М.Р. Психологическое содержание личностного самоопределения // Вопросы психологии, 1994, №3.
13. Головин С.Ю. Словарь практического психолога Минск, 1997.
14. Гинзбург М.Р. Личностное самоопределение как психологическая проблема // Вопросы психологии, 1988, №2.
15. Джемс У. Психология. М.:Педагогика,1991, с.88
16. Зейгарник Б.В., Братусь Б.С. Очерки по психологии аномального развития личности. М.,1980.
17. Зинченко В.П., Мещерякова Б.Г. Психологический словарь. – М., 1997.
18. Зимбардо Ф.. Формирование самооценки / Самосознание и защитные механизмы личности. Самара , Изд. Дом "Бахрах" , 2003 г.Квинн
19. Вирджиния Н.. Прикладная психология / Спб., М., Харьков, Минск: Изд."Питер",2000г.
20. Казначеев В.П., Казначеев С.В. Адаптация и конституция человека. - Новосибирск: Наука, 1986. -120 с.
21. Кон И.С., Фельдштейн Д.И. Отрочество как этап жизни и некоторые психолого-педагогические характеристики переходного возраста// Хрестоматия по психологии/ Сост.В.В.Мироненко; Под ред. А.В.Петровского. М.:Просвещение, 1987. – С.363-370 //
22. Кон И.С Социальный статус юношества // Возрастная психология: Детство.
23. Кон И.С. Психология старшеклассника // Хрестоматия по возрастной психологии. Учеб.пос. для студ.: сост. Л.М. Семенюк. Под ред. Д.И.Фельдштейна. – М.: Институт практической психологии, 1996.
24. Кон И.С. Открытие Я . М.: Политиздат , 1978 г.
25. Крайг Грейс. Психология развития. – С-Пб, 2000.
26. Кулагина И.Ю. Возрастная психология: развитие ребенка от рождения до 17 лет. – М., 1998.
27. Кулагина И.Ю., Колюцкий В. Н. Возрастная психология: Развитие человека от рождения до поздней зрелости: (Полный жизненный цикл развития человека): Учеб. пособие для студентов высших спец. учебных заведений. – М., 2001.
28. Липкина А.И. Самооценка школьника. М.,1986.
29. Мудрик А.В. Современный старшеклассник // Хрестоматия по возрастной психологии. Учеб.пос. для студ.: сост. Л.М. Семенюк. Под ред. Д.И.Фельдштейна. – М.: Институт практической психологии, 1996.
30. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. – М., 1999.
31. Налчаджян А.А. Социально-психологическая адаптация личности. Ереван, 1988.
32. Обухова Л.Ф. Возрастная психология. – М., 2000.
33. Отрочество, юность: Хрестоматия: Учеб.пос. для студ.пед.вузов / Сост. И науч.ред. В.С.Мухина, А.А.Хвостов. – М., 1999.
34. Пантилеев С.Р. Методика исследования самоотношения. М.,1993.
35. Психология современного подростка / под ред. Д.И.Фельдштейна. М..1987.
36. Психология развития: Учебник для студентов психологич. и пед. вузов / Под ред. Т.Д.Марцинковской. М.: Изд. центр "Академия", 2001.
37. Психологический словарь. М.: Педагогика – Пресс , 2001г.
38. Психологическое тестирование / Раздел 7. Личность: опросниковые методики. Часть 1. Тексты опросников . Пенза , 1990г., с.124
39. Поливанова К.Н. Психология возрастных кризисов. М.: Академия, 2000.
40. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст: проблемы становления личности. М.,1994.
41. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. СПб: Питер, 1999.
42. Сапогова Е. Е. Психология развития человека: Учеб. пособие для студентов вузов. М.: Аспект Пресс,2001.
43. Словарь- справочник по возрастной и педагогической психологии /Под ред. Гамезо М.В.М.: Пед. общество России, 2001.
44. Суходольский Г.В. Основы математической статистики для психологов.- Л.: ЛГУ, 1972. -291с.
45. Толстых Н.Н Жизненные планы подростков и юношей // Вопросы психологиии.,1984,№3.
46. Трусов В.П. Социально-психологические исследования когнитивных процессов. Л.,1980.
47. Урбах В.Ю. Биометрические методы. Статистическая обработка опытных данных в биологии, сельском хозяйстве и медицине.- М.- 1964.
48. Фельдштейн Д.И. Психологические закономерности социального развития личности в онтогенезе // Вопросы психологии, 1985, №6.
49. Харламенкова Н.Е., Стоделова Т.С. Проблема адаптации личности при нормальном и аномальном половом развитии // Современная личность: социальные представления, мышление, развитие в норме и патологии, М., 2000. С. 91-98.
50. Хрестоматия по возрастной психологии. Учеб.пос. – М.: Изд-во Моск.соц-психолог.института: Воронеж, 2003.
51. Хрестоматия по возрастной психологии. Сост. Л.И.Семенюк. Под ред. Д.И.Фельдштейна. – М., 1996.
52. Чеснокова И.И. Проблема самосознания в психологии. М..1977.
53. Чеснокова И.И. Психологическое исследование самосознания // Вопросы психологии, 1984, №5.
54. Шибутани Т.. Я – концепция и чувство собственного достоинства / Самосознание и защитные механизмы личности. Самара, Изд. Дом "Бахрах", 2003г.
55. Шумилин Е.А. Психологические особенности личности старшеклассника. М.,1979.
56. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис / под ред. Толстых А.В. М.,1996.