Федеральное агентство по образованию РФ

Пензенский Государственный Педагогический Университет

имени В.Г. Белинского

Факультет психологии Кафедра общей психологии

Курсовая работа

на тему:

«Исследование зависимости стратегий поведения в конфликтных ситуациях от самооценки в подростковом возрасте»

Выполнила: студентка гр. ПС-33

Волынкина М.А.

Проверила: Романова М.В.

Пенза, 2005

Содержание

Введение………………………………………………………………………………3

Глава 1. Конфликт и его особенности

**§**1.1. Понятие конфликта, стратегии поведения в конфликтных ситуациях……...6

§1.2. Особенности поведения подростков в конфликтных ситуациях…………...13

Выводы………………………………………………………………………………...19

Глава 2. Самооценка

§2.1.Определение самооценки, структура самооценки…………………………...20

§2.2. Формирование самооценки в подростковом возрасте……………………….26

Выводы………………………………………………………………………………...31

Глава 3. Практическая часть

§3.1. Обоснование выбора методик…………………………………………………32

§3.2. Проведение исследования……………………………………………………..36

§3.3. Анализ полученных результатов……………………………………………...41

Выводы………………………………………………………………………………...43

Заключение……………………………………………………………………………44

Литература…………………………………………………………………………….45

Введение

Важнейшим этапом становления самосознания, когда человек впервые серьезно задумывается о себе и пытается не только «познать», но и «сделать» себя, является юность. Именно юность издавна считают эпохой скачка, "второго рождения" и в первую очередь открытия собственного "Я". В этот период человек пытается приспособиться к социальному давлению и установить равновесие между внутренними и внешними ценностями.

Кенистон высказал мысль, что проблемы молодежи порождены «противоречием между Я и обществом»: несоответствием между тем, какими себя считают юноши и девушки, и тем, какими, по их мнению, хочет видеть их общество. С точки зрения некоторых ученых, юность является периодом ограничения прав и возможностей и строго предписанных ролей. Другие ученые, такие как Эриксон, придерживаются более позитивных взглядов на юность, считая ее временем, когда молодому человеку разрешается исследовать различные роли и экспериментировать с ними до того, как он займет определенную социальную и профессиональную нишу[10].

Подростковый возраст уже несколько десятков лет привлекает пристальное внимание психологов. У истоков многообразных теорий подростничества стояли такие крупные ученые как С. Холл, З. Фрейд, К. Леви, Ж. Пиаже, Л.С. Выготский, А.Е. Личко.

И сейчас не смотря на достаточную исследованность кризиса переходного возраста, данная тема остается актуальной, особенно в рамках школы. Так как, в этом возрасте заметно увеличивается количество сложных педагогических ситуаций, которые очень часто носят конфликтный характер. Причиной является неудовлетворенность подростка позицией свидетеля происходящих событий, ему нужно опробовать себя в качестве участника или даже инициатора событий, а школа часто использует систему субъект-объектных отношений.

Важно и то, что поведение в этом возрастном периоде регулируется самооценкой. Она отличается диффузностью, размытостью и противоречивостью. Вообще, личностная нестабильность является главной особенностью подросткового возраста. Это период совмещения и борьбы противоречивых черт и тенденций, таких как, подчинение лидеру и бунт против всякой власти, общительность и стремление к одиночеству. Эти противоречивые черты и тенденции сопоставляют картину очень сложного процесса - процесса поиска себя. Именно в подростковом возрасте свойственна особая деятельность - самопознание.

Самопознание основано на сравнении себя с другими людьми и в первую очередь на сравнении в рамках симметрических отношений (прежде всего одновозрастных). Подросток хочет быть как все или как другие. Сознание своей особенности, непохожести на других вызывает характерное для ранней юности чувство одиночества. Это часто приводит к возникновению чувства неполноценности, неприятия и провоцирует протест или раздражение, которое находит выход в неадекватном поведении, немотивированных поступках. Подростки осознают, замечают свои «странные» поступки, они хотят стать другими, но их тело и их существо им не подчиняется.

Таким образом, подростковый возраст содержит много острых и потенциально опасных моментов. Ни в каком другом возрасте у некоторых юношей и девушек грань между нормой и патологией не является такой тонкой, как в ранней юности. Между тем многие из тех трудностей, в которых запутывается молодой человек, могут быть разрешены простым откровенным разговором с тактичным и умным взрослым. Одно из условий помощи взрослого подростку в его самовоспитании – знание образов Я формирующейся личности.

Данная работа посвящена одной из наиболее острых проблем в жизни школы – проблеме регулирования и разрешения конфликтных ситуаций и направлена на то, что бы хотя бы частично помочь учителям, школьным психологам, которым приходиться часто сталкиваться с конфликтными ситуациями в школе.

**Целью** данной работы является исследование зависимости стратегий поведения в конфликтных ситуациях от самооценки в подростковом возрасте.

**Объект**  межличностные отношения, личностные особенности.

**Предмет** зависимость стратегий поведения в конфликтных ситуациях от самооценки в подростковом возрасте.

**Задачи:**

1. Проанализировать теоретические и экспериментальные работы по теме «Уровень самооценки у подростков и ее влияние на конфликтное поведение».
2. Провести исследование на выявление взаимосвязи между самооценкой и стратегиями конфликтного поведения у подростков.
3. Обработать полученные результаты эксперимента.
4. Сделать выводы.

**Гипотеза:** выбор стратегий поведения в конфликтных ситуациях у подростков зависит от уровня самооценки.

**Методы исследования:**

1. Тест описания поведения К. Томаса;
2. Методика Q-сортировка;
3. Методика измерения уровня самооценки описанная С.А. Будасси.

**Организационная база исследования**

 Исследование проводилось в апреле 2005 года на базе Сурской средней школы. В исследовании принимали участие учащиеся 9 классов (средний возраст 14,38 лет) в количестве 13 человек.

**Глава 1. Конфликт и его особенности**

§1.1. Определение конфликта, стратегии поведения в конфликтах

История человеческой цивилизации насыщена различного рода кон­фликтами. Одни конфликты охватывали целые континенты и десятки стран и народов, другие вовлекали большие и малые социальные общ­ности, третьи происходили между отдельными людьми. С древнейших времен люди пытаются решить возникающие противоречия и мечта­ют о бесконфликтном обществе. Сегодня конфликты — повседневная реальность.

**Конфликт** (от латинского — confliktus) означает столкновение сторон, мнений, сил. Причинами столкновений могут быть самые разные проблемы жизни: материальные ресурсы, важнейшие жиз­ненные установки, властные полномочия, статусно-ролевые раз­личия в социальной структуре, личностные (эмоционально-пси­хологические) различия и т. д. Конфликт, по сути, являет­ся одним из видов социального взаимодействия, субъектами и участниками которого выступают отдельные индивиды, большие и малые социальные группы и организации. Конфликтное взаимодействие предполагает противоборство сторон, т. е. действия, направленные друг против друга.

В основе конфликта лежат субъективно-объективные противоре­чия, но эти два явления (противоречия и конфликт) не следует отож­дествлять. Противоречия могут существовать длительный период и не перерастать в конфликт. Поэтому необходимо иметь в виду, что в основе конфликта лежат лишь те противоречия, причиной кото­рых являются несовместимые интересы, потребности и ценности. Такие противоречия, как правило, трансформируются в открытую борьбу сторон, в реальное противоборство[7, с.5].

Чтобы точнее уяснить природу конфликта, необходимо определить его границы. Начало конфликта определяется объективными актами поведения, направленными против другого участника, при условии, что последний осознает эти акты как направленные против него и им противодействует. Конфликт будет признан начавшимся, если:

1. первый участник сознательно и активно действует в ущерб другому участнику; при этом под действиями понимаются как физические, так и передача информации;
2. второй участник осознает, что указанные действия направлены против его интересов;
3. второй участник предпринимает ответные активные действия, направленные против первого участника.

Завершение конфликта неоднозначно. Конфликт может быть исчерпан, но может прекратиться выходом из конфликта одной из сторон. Наконец, возможно пресечение развития и прекращение конфликта в результате вмешательства третьих лиц. Окончанием конфликта нужно считать прекращение действий всех противоборствующих сторон, независимо от причины, по которой они имели место[4].

**Стратегии поведения.** При анализе конфликта и выборе адекватных решений по управлению этим конфликтом необходимо учитывать типичные модели поведения личности в конфликтных ситуациях. К. Томас и Р. Киллмен выделили пять основных стратегий поведения:

1. Принуждение (борьба, соперничество).

Тот, кто выбирает данную стратегию поведения, прежде всего, исходит из оценки личных интересов в конфликте, как высоких, а интересов своего соперника – как низких. Выбор стратегии принуждения в конечном итоге сводится к выбору: либо интерес борьбы, либо взаимоотношения.

Выбор в пользу борьбы отличается стилем поведения, который характерен для деструктивной модели. При такой стратегии активно используется власть, сила закона, связи, авторитет и т.д. Она является целесообразной и эффективной в двух случаях. Во-первых, при защите интересов дела от посягательств на них со стороны конфликтной личности. Например, конфликтная личность неуправляемого типа часто отказывается от выполнения непривлекательных заданий, «сваливает» свою работу на других и т.п. И во-вторых, при угрозе существованию организации, коллектива. В этом случае складывается ситуация «Кто кого…». Нередко при реформировании организационно – штатной структуры предприятия (учреждения) предполагаемые «вливания» одних подразделений в другие носят необоснованный характер. И в этих случаях человек, отстаивающий интересы таких подразделений, должен занимать жесткую позицию.

1. Уход

Стратегия ухода отличается стремлением уйти от конфликта. Она характеризуется низким уровнем направленности на личные интересы и интересы соперника и является взаимной. Это по сути дела взаимная уступка.

При анализе данной стратегии важно учитывать два варианта ее проявления:

а) когда предмет конфликта не имеет существенного значения ни для одного из субъектов и адекватно отражен в образах конфликтной ситуации;

б) когда предмет спора имеет существенное значение для одной или обеих сторон, но занижен в образах конфликтной ситуации, то есть субъекты взаимодействия воспринимают предмет конфликта как несущественный.

В первом случае стратегией ухода конфликт исчерпывается, а во втором случае он может иметь рецидив. Межличностные отношения при выборе данной стратегии не подвергаются серьезным изменениям.

1. Уступка (приспособление)

Человек, придерживающийся данной стратегии, так же как и в предыдущем случае, стремится уйти от конфликта. Но причины «ухода» в этом случае иные. Направленность на личные интересы здесь низкая, а оценка интересов соперника высокая. Иначе говоря, человек, принимающий стратегию уступки, жертвует личными интересами в пользу интересов соперника.

Стратегия уступки имеет некоторое сходство и со стратегией принуждения. Это сходство заключено в выборе между ценностью предмета конфликта и ценностью межличностных отношений. В отличие от стратегии борьбы, в стратегии уступки приоритет отдается межличностным отношениям.

При анализе данной стратегии следует учитывать некоторые моменты.

* Иногда в такой стратегии отражается тактика решительной борьбы за победу. Уступка здесь может оказаться лишь тактическим шагом на пути достижения главной стратегической цели.
* Уступка может стать причиной неадекватной оценки предмета конфликта (занижение его ценности для себя). В этом случае принятая стратегия является самообманом и не ведет к разрешению конфликта.
* Данная стратегия может быть доминирующей для человека в силу его индивидуально-психологических особенностей. В частности, это характерно для конформистской личности, конфликтной личности «бесконфликтного» типа. В силу этого стратегия уступки может придать конструктивному конфликту деструктивную направленность.

При всех выделенных особенностях стратегии уступки важно иметь в виду, что она оправдана в тех случаях, когда условия для разрешения конфликта не созрели. И в этом случае она ведет к временному «перемирию», является важным этапом на пути конструктивного разрешения конфликтной ситуации.

1. Компромисс

Компромиссная стратегия поведения характеризуется балансом интересов конфликтующих сторон на среднем уровне. Иначе ее можно назвать стратегией взаимной уступки. Стратегия компромисса не портит межличностные отношения. Более того, она способствует их положительному развитию.

При анализе данной стратегии важно иметь в виду ряд существенных моментов.

* Компромисс нельзя рассматривать как способ разрешения конфликта. Взаимная уступка часто является этапом на пути поиска приемлемого решения проблемы.
* Иногда компромисс может исчерпать конфликтную ситуацию. Это наступает при изменении обстоятельств, вызвавших напряженность. Например, два сотрудника претендовали на одну и ту же должность, которая должна освободиться через полгода. Но через три месяца ее сократили. Предмет конфликта исчез.
* Компромисс может принимать активную и пассивную формы. Активная форма компромисса может проявляться в заключение четких договоров, принятии каких-то обязательств и т. п. Пассивный компромисс – это не что иное, как отказ от каких-либо активных действий по достижению определенных взаимных уступок в тех или иных условиях. Иначе говоря, в конкретных условиях перемирие может быть обеспеченно пассивностью субъектов конфликтного взаимодействия.

Анализирую стратегию компромисса, следует иметь в виду и то, что условия компромисса могут быть мнимыми, когда субъекты конфликтного взаимодействия достигли компромисса на основе неадекватных образов конфликтной ситуации.

**5.** Сотрудничество

 Стратегия сотрудничества характеризуется высоким уровнем направленности как на собственные интересы, так и на интересы соперника. Данная стратегия строится не только на основе баланса интересов, но и на признании ценности межличностных отношений.

Анализируя стратегию сотрудничества в конфликтном взаимодействии, следует учитывать некоторые обстоятельства.

* Особое место в выборе данной стратегии занимает предмет конфликта. Если предмет конфликта имеет жизненно важное значение для одного или обоих субъектов конфликтного взаимодействия, то о сотрудничестве не может быть и речи. Сотрудничество возможно лишь в том случае, когда сложный предмет конфликта допускает маневр интересов противоборствующих сторон, обеспечивая их сосуществование в рамках возникшей проблемы и развитие событий в благоприятном направлении.
* Стратегия сотрудничества включает в себя все другие стратегии (уход, уступки, компромисс, противоборство). При этом другие стратегии в сложном процессе сотрудничества играют подчиненную роль, они в большей степени выступают психологическими факторами развития взаимоотношений между субъектами конфликта.

Являясь одной из самых сложных стратегий, стратегия сотрудничества отражает стремление противоборствующих сторон совместными усилиями разрешить возникшую проблему[5, с.97].

**Конфликты в педагогическом процессе.** Одной из причин повышенной конфликтности системы образования является существующая авторитарная структура управления педагогическим процессом. Не­обходимо избавиться от синдрома авторитаризма на всех уровнях взаимодействия в системе образования и установить демократичес­кие принципы управления, основанные на принципе партнерства, диалоге, компромиссах и консенсусе. Существует также проблема, связанная с культурой общения. Результаты социологических исследований говорят о том, что по­давляющее число конфликтов являются следствием нетактичного поведения участников педагогического процесса

Во взаимоотно­шениях друг с другом мы видим, прежде всего, ученика, студента, учителя и т. д., а важно увидеть человека со всеми его проблемами и особенностями. Причиной многих конфликтов также является неуважительное отношение учителей к своим ученикам, нежелание или неспособность увидеть в ученике союзника и партнера по совместной деятельности[7]. Могут быть конфликты с нарушите­лями дисциплины, и конфликты по поводу «несправед­ливо» выставленной оценки, и конфликты между шко­лой и родителями, конфликты с подростками, стремя­щимися с помощью демонстрации своего «бесстрашия» перед учителем завоевать себе положение среди сверст­ников, и конфликты между учащимися класса, и даже между враждующими друг с другом группировками[1].

Межличностные и групповые конфликты среди учащихся школ яв­ляются обычным делом. Процесс социализации (адаптация, самоиденти­фикация и т. д.) предполагает различного рода конфликты и не только в школьной среде. Проблема заключается в том, что сама структура пост­роения современной массовой школы по принципу соподчинения и про­тивопоставления («учитель-ученик», «старший-младший», «сильный-слабый», «успевающий-неуспевающий» и т. д.) стимулирует детскую конфликтность. Кроме того, ученики «несут» с собой в школу в транс­формированном виде все социальные противоречия нашего общества. «Накладываясь» на неокрепшую детскую психику, эти противо­речия (наряду с другими причинами) порождают грубость, жесто­кость, озлобленность в групповых и межличностных отно­шениях школьников.

Социологические исследования показали, что в конфликтной ситу­ации 40% учителей-респондентов применяют тактику защиты, 11% — нападения и внешнего безразличия, а каждый третий опрошенный не смог определить свою позицию. 42% учителей ответили, что сами яв­ляются инициаторами разрешения конфликтной ситуации, 19% — при­бегли к третьему лицу, а 34% — затруднились ответить.

Приведенные данные говорят, что одна треть школьных педаго­гов не владеет методами разрешения конфликтов, поэтому многие конфликты остаются не урегулированными.

В разрешении конфликтов типа «учитель — ученик» явно преоб­ладают репрессивные методы. 66,7% учителей-респондентов пресе­кают конфликты с учащимися путем наложения на них различных санкций (самостоятельно, с помощью родителей, через администра­цию); 50% — разрешают конфликты методом проведения индивиду­альной работы с учащимися; 49,4% — в урегулировании конфликтов учитывают индивидуальные и возрастные особенности учащихся; 11,1% — стараются не замечать возникшей конфликтной ситуации.

 Педагогический процесс невозможен без различного рода конфликтов. Более того, в определенном случае кон­фликт является необходимым условием для решения назревших про­блем. Он может быть использован и как инструмент для вскрытия ла­тентных противоречий, которые мешают нормальному развитию организации или взаимоотношениям людей. Поэтому необходимо изменить отношение к конфликту как отрицательному явлению. Кон­фликт может иметь как негативные, так и позитивные последствия. Проблема состоит в том, чтобы определить реальные причины конф­ликта и найти наиболее оптимальные пути его разрешения.

Мудрые говорят, что из двух спорящих виноват тот, кто умней. Это не означает, что надо избегать конфликтов. Неразрешенный своевре­менно конфликт, так же как и вовремя не излеченная болезнь, через определенный период времени может дать серьезные осложнения, поэтому надо своевременно вскрывать назревшие противоречия, ста­вить правильный диагноз «болезни» и находить способы «выздоров­ления»[7].

§ 1.2. Особенности поведения подростков в конфликтных ситуациях

На отрочество всегда смотрели как на период «бури и натиска», период «текто­нических» сдвигов и разломов эмоциональных пластов души. Анна Фрейд, дочь Зигмунда Фрейда, так охарактеризовала эмоциональное состояние подростков. В 1958 году она даже написала: «Быть нормальным в период отрочества — само по себе ненор­мально». Фрейдисты утверждают, что начало биологического созревания и усиливающееся сексуальное влечение вызывают конфликты между подростками и родителями, подростками и сверстниками и конфликты подростков с собой.

Согласно широко распространенному мнению, подростки прибегают к конфлик­там и бунтарству как к основному способу достижения автономии и независимости от родителей. Как внутренние эмоциональные бури, так и конфликты между тинэйджерами и родителями не являются неизбежной составляющей развития. Хотя эмоциональ­ная дистанция между подростками и родителями имеет тенденцию к увеличению на протяжении отрочества, когда подростки претерпевают физические метаморфозы пубертата, это не обязательно ведет к бунту или неприятию роди­тельских ценностей.

Конфликты между взрослыми и подростками возникают в первую очередь из-за родительского контроля. Прежде всего, это конфликты по поводу повседневных привычек: одежды, длины волос, макияжа, времени отсутствия дома и т.д. Затем это проблемы, связанные со школьной жизнью: низкая успеваемость, несделанные уроки, необходимость подготовки к экзаменам. Наконец, это конфликты, связанные с системами норм и ценностей. В целом результаты опросов показывают, что меньшинство подростков (от 20 до 30%) не отмечают трудностей в общении с родителями или говорят, что преодолели их, большая же часть (70%) отмечают наличие проблем, часто становящихся предметом споров, и высказывают определенные жалобы в адрес родителей. 5-10% респондентов живут в постоянных острых конфликтах, испытывают чувство отверженности, заявляют о непонимании со стороны родителей[6].

Высокая потребность у подростков в автономии подразделяется на:

* поведенческую, она связана со способностью и возможностью принимать самостоятельные решения;
* эмоциональную, которая выражается в стремлении избавится от детской эмоциональной зависимости от родителей.

Потребность подростков в автономии чаще всего находит свое выражение в его стремлении эмансипироваться от контроля взрослых. Это проявляется в стремлении к пространственной автономии и выражается в выборе стиля одежды и круга общения. К концу подросткового возраста возрастает стремление быть материально независимым. В западной культуре эмансипация от родителей осуществляется через последовательное замещение роли родителей в процессе социализации группой сверстников. Семья часто теряет свою притягательность по сравнению с группой сверстников, которая отныне является носителем системы ценностей, норм поведения и источником определенного статуса.

Недостаток внимания со стороны родителей подросток компенсирует в группе сверстников. Часто ребенок погружается в мир фантастических образов, ограждается ими от родителей. В некоторых случаях замещение происходит за счет агрессии, или демонстративного ухода от общения. Для старших подростков более свойственна реакция оппозиции, демонстративного неподчинения. Но лишение ребенка любви и признания в подростковом возрасте достаточно частая картина и это влечет за собой деформирование личности в том плане, что у подростка резко снижается способность к сопереживанию другому. И это имеет проекцию на отношения со сверстниками.

Именно в этом возрасте стремление к полной неза­висимости, жажда освобождения от внешнего контроля сочетаются у подростка с развитием самоконтроля и на­чалом сознательного самовоспитания. Обычно в этот пе­риод строятся жизненные планы. Одновременно повышает­ся ранимость и восприимчивость к вредным влияниям. Иногда подросток перестает доверять окружающим взрослым, и его поведение может отклониться от нормы вследствие неправильно сформированной самооценки и неумения адекватно оценивать других. В этом случае подросток предъявляет к себе иные (заниженные) требования, чем к окружающим. Свой идеал, к себе не применяя, он тре­бует от других, чтобы они этому идеалу соответствовали. Такому молодому человеку подчас кажется, что окру­жающие люди не понимают его и относятся к нему отрицательно.

В процессе формирования идентичности у подростка возникает конфликт между ролями (например, между ролью члена группы сверстников, любящих «поприкалываться», и ролью отличника) или значимыми другими (например, приятелем девушки и ее старшей сестрой). Трудный акт перехода границы между ценностями и обычаями родителей и сверстников приходится совершать всем подросткам. Многие подростки, живущие в городах, вынуждены выбирать между суб­культурой сверстников, превозносящей наркотики и преступность, и ценностями родителей, подчеркивающих важность труда в рамках закона. Подростки, еще на­ходящиеся в процессе самоопределения, склонны либо слишком строго разграни­чивать миры родителей и сверстников, либо рабски следовать строгим предписани­ям группы сверстников в поведении, манере одеваться и во всем остальном, что представляется значимым в этом возрасте[10].

В подростковом возрасте значительно увеличивается количество конфликтных ситуаций в школе. Потребность подростка в учебной деятельности активизирует следующие потребности:

1. потребность в самовыражении и уважении к себе, стремление отстоять свое мнение, от грубости старших подросток защищается ответной грубостью, это, прежде всего, говорит о потребности в равноправии;
2. потребность уметь что-то делать, а не только учиться. Эти нешкольные умения оцениваются в большей степени сверстниками. Их оценка деятельности подростка более значима для него, чем оценка учителя его учебной деятельности. Показатели учебной деятельности в этом возрасте резко падают.
3. потребность что-то значить для других, быть кому-то нужным, так как подросток не переносит к себе отношения как к человеку ничего не стоящему. Подросток остро нуждается в одобрении и принятии себя таким, каков он есть.

В качестве ведущего мотива учебной деятельности выступает мотив занять, завоевать определенное положение в классе, добиться признания сверстников, которые в этом возрасте не считают учебные успехи достоинством. Особенно обостряются конфликты учителей с мальчиками. Феминизированная школа далеко не всегда принимает демонстрацию мужского поведения мальчиков, а оно закономерно вызвано усилением половой идентичности подростка.

Обостренное восприятие себя делает подростка уязвимым для оценок окружающих. В этом возрасте отношения молодого человека с окружающими обостряются и в силу биологи­ческих причин. Изменение гормонального обмена вызы­вает у подростков и юношей повышенную возбудимость и раздражительность. Дисгармония физического и психи­ческого облика проецируется молодым человеком на окру­жающий мир, который воспринимается им как особенно напряженный и конфликтный. Половое созревание про­буждает желание нравиться, вызывает повышенный инте­рес к своей внешности, внезапно обостряя проблему мало­го или слишком большого роста, комплекции, прически, одежды. Поэтому внешний мир представляется для юноши более конфликтным, чем для зрелого человека, а трепетное отношение юноши к одежде и внешности, способность вознести их значимость на необыкновенную высоту уже забыты взрослыми и потому раздражают их.

Значимость своего физического образа для подростков гипертрофирована, они сильно переживают недостатки своей внешности, хотя большая часть оказывается мнимой. У закомплексованных подростков проявляется неестественность в поведении. Неудовлетворенность подростков собой переносится на окружающий мир, на их требования и их поступки, которые зачастую не оправдываются обстоятельствами[11].

Для подростка особенно важны ситуации, связанные с напряжением и риском. Предмет его постоянного вни­мания – такие качества характера, как целеустремлен­ность, решительность, выдержка. Проявляя интерес к во­левым качествам других, он постоянно стремится обна­ружить их у себя. Для этого он нередко провоцирует стрессовые ситуации, конфликты, обостряет дискуссии возражениями, резкими выпадами, излишней прямо­той. Все это направлено на попытку разрушить пози­цию противника, провести «разведку боем», испытать других, себя и установить границы своих возможно­стей.

Подросток имеет тенденцию к односторонности в своих оценках, нетерпимости, категоричности. В свете максимализма — завышенного, нереального идеала — любая действительность может показаться ему мрачной, и это подавляет деятельность, рождая пессимизм и от­чаяние. Поэтому социальная активность юноши нередко принимает форму негативизма и социальной критики. Рассматривая общественные отношения как бы со сто­роны и забывая, что он сам тоже продукт этого общества, юноша склонен фиксировать внимание лишь на том, что не соответствует его идеалу.

Юноша и тем более подросток легко идеализируют окружающих людей и отношения между ними, но быстро в них разочаровываются, как только обнаружи­вают неполное соответствие предвзятому и завышенному идеалу. Такой максимализм — следствие стремления к са­моутверждению, он порождает так называемую черно-белую логику. Черно-белая логика, максимализм и малый жизненный опыт приводят молодых людей к преувели­чению оригинальности собственного опыта. Им кажется, что никто так не любил, не страдал, не боролся, как они.

По сути, все эти проблемы стары, как мир. Спешка, неумение и нежелание выслушать собствен­ного ребенка, вникнуть в то, что происходит в сложном юношеском мире, неспособность взглянуть на проблему с позиции молодого человека, самодовольная уверенность в непогрешимости своего жизненного опыта — все это может создать психологический барьер между родителями и детьми. Этот барьер может укрепляться как со стороны родителей, так и со стороны детей.

Не надо бояться серьезно обсуждать с подрастающими детьми негативные стороны жизни. Участие родителей в процессе развития самосознания вместе с детьми, сводит к минимуму зоны конф­ликта и помогает подросткам развить независимое мышление и саморегулируемое поведение.

Выводы по первой главе

В этой главе мы рассмотрели главные особенности конфликта, а также множество причин конфликтного поведения подростков, среди которых такие факторы, как психологический климат в школе, стили семейного воспитания, окружающая среда. Но конечно значительная роль в этом принадлежит самооценке подростка, о чем будет идти речь в следующей главе.

Важно отметить, что хотя высокая конфликтность является типичной для подросткового возраста, все же подавляющее большинство хорошо приспособлено к жизни и не конфликтует ни с родителями, ни со сверстниками, ни с собой.

**Глава 2. Самооценка**

§ 2.1. Определение самооценки, структура самооценки

Включаясь в систему общественных по своей природе отношений, взаимодействуя и общаясь с людьми, человек выделяет сам себя из окружающей среды, ощущает себя субъектом своих физических и психических со­стояний, действий и процессов, выступает для самого себя как “Я”, противостоящее “другим” и вместе с тем неразрывно с ними связанное. Субъективно переживание наличия собствен­ного “Я” выражается прежде всего в том, что человек пони­мает свою тождественность самому себе в настоящем, прошлом и будущем. Степень адекватности “Я-образа” выясняется при изучении одного из важнейших его аспектов — самооценки личности.

Самооценка *— оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди другux людей.* Это наиболее существенная и наибо­лее изученная в психологии сторона самосозна­ния личности. С помощью самооценки происхо­дит регуляция поведения личности[13]. Самооценка относится к центральным образованиям личности, ее ядру. Это явилось причиной пристального внимания психологов (особенно социальных, пе­дагогических и персонологов) к проблематике, связанной с самооценкой и отно­шением личности к себе. Значительный вклад в исследование этой проблемы внесли работы А. В, Захаровой, В. П. Зинченко, А. И. Липкиной, Е. Т. Соколовой, В. В, Столина и др. Самооценка в значительной степени определяет социальную адаптацию личности, является регулятором поведения и деятельности. Хотя, ко­нечно, следует отдавать себе отчет в том, что самооценка не есть нечто данное, изначально присущее личности. Само формирование самооценки происходит в процессе деятельности и межличностного взаимодействия. Социум в значитель­ной степени влияет на формирование самооценки личности. Отношение человека к самому себе является наиболее поздним образованием в системе его мировос­приятия. Но, несмотря на это (а может быть, именно благодаря этому), в структуре личности самооценке принадлежит особо важное место[16].

Структура самооценки представлена двумя компонентами – когнитивным и эмоциональным. Первый отражает знания человека о самом себе, второй – его отношение к себе. В процессе самооценивания эти компоненты функционируют в неразрывном единстве, ни тот, ни другой не могут быть представлены в чистом виде. Знание о самом себе человек приобретает через общение с другими людьми. Эти знания неизбежно обрастают эмоциями, сила и напряженность которых зависит от того, насколько значима для личности полученная информация.

Качественное своеобразие когнитивного и эмоционального компонентов придают их единству внутренне дифференцированный характер, определяющий особенности развития каждого из них.

Исследователями было выявлено 3 уровня сформированности когнитивного компонента самооценки:

1. Высокий уровень: характеризуется реалистичной самооценкой; Преимущественной ориентацией подростков при обосновании самооценки на знание своих способностей; наличием способности к обобщению ситуаций, в которых реализуются оцениваемые качества; каузальной атрибуцией за счет внутренних условий; глубоким и разносторонним содержанием самооценочных суждений; употребление и преимущественно в проблематичных формах.
2. Среднему уровню свойственна непоследовательность проявления реалистичных самооценок; ориентация подростков при обосновании самооценок в основном на мнения окружающих, на анализ конкретных факторов и ситуаций самооценивания, каузальная атрибуция за счет внешних условий; наличие самооценочных суждений сравнительно узкого содержания; их реализация как в проблематичных, так и в категоричных формах.
3. Низкий уровень отличается преимущественной неадекватностью самооценок; обоснованием самооценки эмоциональными предпочтениями, отсутствием подтверждения самооценки анализом реальных фактов, каузальной атрибуцией за счет субъективно неуправляемых условий, неглубоким содержанием самооценочных суждений и употребление их преимущественно в категоричных формах.

Человек становится личностью в результате сов­местной деятельности и общения. Все, что сложилось и отстоя­лось в личности, возникло благодаря совместной с другими людьми деятельности и в общении с ними и для этого предна­значено. Человек включается в деятельность и общение и сам почерпает некоторые существенно важные ориентиры для свое­го поведения, все время сверяет то, что он делает, с тем, что ожидают от него окружающие, справляется с их мнениями, чувствами и требованиями. В конечном счете, если оставить в стороне удовлетворение естественных потребностей, все, что человек делает для себя (учится ли он, способствует чему-либо или препятствует), он делает это вместе с тем и для дру­гих, и может быть, в большей степени для других, чем для себя, даже если ему кажется, что все обстоит как раз наоборот.

По­знавая качества другого человека, личность получает необхо­димые сведения, которые позволяют выработать собственную оценку. Уже сложившиеся оценки собственного “Я” есть ре­зультат постоянного сопоставления того, что личность наблю­дает в себе, с тем, что видит в других людях. Человек, уже зная кое-что о себе, присматривается к другому человеку, сравнивает себя с ним, предполагает, что и тот небезразличен к его личностным качествам, поступкам, проявлениям; и все это входит в самооценку личности и определяет ее психологи­ческое самочувствие[13]. Другими словами, у личности всегда име­ется референтная группа (реальная или идеальная), с которой она считается, в которой почерпает свои ценностные ориента­ции, идеалы которой являются ее идеалами, интересы — ее ин­тересами и т.д.

Если столь очевидно, что личность постоянно сверяет свои поступки с позицией и ценностными ориентациями референтной группы, то важно сопоставить, что видит в самом себе человек, с тем, что имеет для него ценность и значение. Личность в про­цессе общения постоянно сверяет себя с неким эталоном и в за­висимости от результатов проверки оказывается довольной со­бой или недовольной[14].

Возникает представление о том, что каждый человек имеет своего рода “внутренний манометр”, показания которого сви­детельствуют о том, как он себя оценивает, каково его само­чувствие, доволен ли он собой или нет. Значение этой суммар­ной оценки удовлетворения своими качествами очень велико. Слишком высокая и слишком низкая самооценки могут стать внутренним источником конфликтов личности. Разумеется, эта конфликтность может проявляться по-разному.

Завышенная самооценка приводит к тому, что человек склонен переоценивать себя в ситуациях, которые не дают для этого повода. В результате он нередко сталкивается с проти­водействиями окружающих, отвергающих его претензии, озлоб­ляется, проявляет подозрительность, мнительность или наро­читое высокомерие, агрессию и в конце концов может утратить необходимые межличностные контакты, замкнуться.

Чрезмерно низкая самооценка может свидетельствовать о развитии так называемого комплекса неполноценности*,* устой­чивой неуверенности в себе, отказа от инициативы, безразли­чия, самообвинения и тревожности[12].

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

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

Какие же трудности общения возникают у людей с завышенной самооценкой? Человек, считающий себя на­много умнее других и тем более намеренно это подчерки­вающий, неминуемо вызывает раздражение окружающих[17]. Неадекват­ная, завышенная самооценка, связанная с социальной дезадаптацией личности, со­здает достаточно широкую зону конфликтных ситуаций и при определенных усло­виях способствует проявлению делинквентного поведения[16].

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

С какими же трудностями в общении сталкивается человек с заниженной самооценкой? Представления о себе как о менее способном, некрасивом, невезучем, несчаст­ном, больном присущи, в основном, людям с тревожным, застревающим и педантичным типами акцентуации харак­тера, создают пониженный фон настроения, закрепляют «комплекс неполноценности». Стойкая излишне низкая самооценка влечет за собой чрезмерную зависимость от других, несамостоятельность и даже заискивание, прояв­ляется робость, замкнутость, даже искаженное восприятие окружающих[17]. Недооценка своей полезности уменьшает социаль­ную активность, понижает инициативу, приводит к па­дению интереса к общественным делам. Люди с пони­женной самооценкой в своей работе избегают соревно­вания, поскольку, поставив себе цель, они не надеются на успех. Заниженная самооценка разрушает у человека надежды на хорошее отношение к нему и успехи, а реальные свои успехи и положи­тельную оценку окружающих он воспринимает как вре­менные и случайные. Для человека с заниженной са­мооценкой многие проблемы кажутся неразрешимыми и тогда он переносит их решение в план вообра­жения, где он может преодолеть все преграды и по­лучить желаемое в мире мечты.

Таким образом, при значительных отклонениях самооценки от адекват­ной у человека нарушается душевное равновесие и ме­няется весь стиль поведения. Обнаруживается уровень самооценки не только в том, как человек говорит о себе, а и в том, как он поступает[3].

Из сказанного выше можно сделать вывод, что самооценка является одной из значимых характеристик личности. От самооценки зависят взаимоотношения человека с окружающими, его критичность, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам. Тем самым самооценка влияет на эффективность деятельности человека и дальнейшее развитие его личности.

§ 2.2. Формирование самооценки в подростковом возрасте

Самооценка - это осознание собственной идентичности независимо от меняющихся условий среды. В основе самооценки лежит самосознание, так как на определённой ступени развития самосознание становиться самооценкой. Самосознание - это знание к себе, отношение к этому знанию и как результат отношение к себе и проявляется оно в виде самооценки.

Чёткая дифференцированная самооценка предполагает сравнительно чёткое осознание и выделение тех областей, в которых могут быть достигнуты высокие результаты, и тех, в которых человек не может претендовать на высокие результаты, чёткое выделение своих сильных и слабых сторон. Сопоставляя мнение о себе окружаю­щих людей, человек формирует самооценку себя, причем любопытно, что человек вначале учится оценивать дру­гих, а потом уже оценивать себя.

У младших школьников самооценка основывается на мнении и оценке окружающих и усваивается в готовом виде без критического анализа. Эти внешние влияния очень существенны вплоть до подросткового возраста. И лишь к 14 — 15 годам подросток овладевает умением самоанализа, самонаблюде­ния и рефлексии, анализирует достигнутые собственные результаты и тем самым оценивает себя. Самооценка подростка отличается большей независимостью и самостоятельностью, иногда эта независимость носит демонстративный характер.

Подросток страстно хочет знать, кто от такой, чего он стоит, на что он способен, каковы его реальные и потенциальные возможности.

В принципе, существуют два способа самооценки.

Первый состоит в том, чтобы соизмерить уровень своих притязаний с достигнутым результатом. Если я не спасовал в трудной ситуации, значит я не трус; если взялся за трудную задачу и осилил ее, значит, я способный и т.д. Но далеко не все качества могут быть проверены и оценены подобным способом. К тому же ограниченность жизненного опыта подростка затрудняет ему такую экспериментальную проверку. Очень многие, нелогичные с точки зрения взрослых поступки, такие, как опасное озорство, лихачество и даже хулиганство, объясняются не столько желанием подростка выделиться в глазах других, завоевать популярность у сверстников, хотя и это существенно, сколько именно потребностью самопроверки своей решительности, смелости, отваги.

Второй способ самооценки – сопоставление мнений окружающих о самом себе. Детские образы Я, как мы видели, почти целиком основываются на усвоении «внешних» оценок. У подростка положение меняется. Не говоря уже о том, что у него быстро расширяется круг значимых для него лиц. Подросток, который крайне чувствителен к мнениям о себе окружающих, скоро замечает, что не только частные оценки, но и самые критерии их у разных людей зачастую расходятся[8]. Это толкает его на путь выбора, проверки, самостоятельных раздумий. Аналогичные тенденции наблюдаются и в развитии самооценок, которые становятся более обобщенными, более дифференцированными и соотносятся с большим числом «значимых лиц»[9].

Самооценка у подростков противоречива, размыта. Подросток отличается выраженным стремлением к норме, он хочет быть как все или как другие и часто наталкивается на объективно существующую диспропорцию.

Это во многом объясняет тенденцию к заниженной самооценке этого возрастного периода. У современных отечественных подростков преобладает негативная самооценка, что связано со следующими неблагоприятными факторами:

1. акценты смещены в сторону материальных интересов.
2. растет разрыв между материальными позициями разных семей.

Характерной особенностью подростковой самооценки является постепенный отход от копирования оценок взрослых, у подростков появляется опора на внутренние критерии. Оценочный компонент Я – концепции зависит от той системы ценностей, в которой ребенок находится, и которая для него более привлекательна в настоящий момент[11].

 Иногда само­оценка у подростков находится в противоречии с оценкой социума (родителей, педагогов, класса и т. д.). Чаще всего внешняя оценка неизменно ниже самооценки подростка (даже если последняя достаточно адекватна). В условиях, когда самооценка подростка не находит опоры в социуме, когда его поведение оценивается другими исключительно негативно, когда потребность в самоуважении остается нереализованной, — развивается резкое ощущение личностного дискомфорта.

Личность не в состоянии выносить его бесконечно долго; подросток не может не искать выхода из сложившейся ситуации. Его само­оценка должна найти адекватную опору в социальном пространстве. Одним из распространенных путей решения этой проблемы является переход подростка в группу, в которой характеристика его личности окружающими адекватна само­оценке или даже превосходит ее. В такой среде подростка ценят и постоянно подтверждают это вербально и невербально, что приводит к удовлетворению потребности в уважении, а, следовательно, и к состоянию комфорта от принад­лежности к группе.

Самооценка подростка, таким образом, наконец получает адекватную опору в пространстве внешних социальных оценок личности. Группа, куда переходит подросток, может иметь различную ориентацию, раз­личные ценности. К сожалению, очень часто в новой информационной группе, в которой подросток находит необходимую социальную опору, доминирующей является контрнормативная шкала ценностей[16].

В самооценке юноши проявляют известную осторожность. Они охотнее говорят о своих недостатках, чем о достоинствах. И девушки и юноши называют у себя и ‘вспыльчивость’, ‘грубость’, ‘эгоизм’. Среди положительных черт наиболее часто встречаются такие самооценки: ‘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 (вспыльчивость, грубость, эгоизм и т.д.)

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.

По данным Я.П. Коломинского, подростки, отвергнутые сверстниками, склонны преувеличивать свой групповой статус, пусть своё положение в коллективе будет 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[2].

 Взрослые влияют на формирование личности ребёнка, на становление его самооценки и определение его личностного «Я». Когда исследовали атмосферу в семьях, где воспитыва­лись подростки с положительной самооценкой, то обнаружили, что там между детьми и родителями существо­вал тесный контакт. Родители проявляли глубокий интерес к проблемам детей, участвовали в их разре­шении и всегда показывали, что считают своих детей достойными не только интереса и сочувствия, но и ува­жения. Можно предположить, что подобное отношение родителей побудило детей рассматривать себя в поло­жительном свете.

Большое влияние на самооценку школьника оказывает успеваемость. У учеников с плохой успеваемостью могут резко ухудшиться отношения с коллективом класса и наблюдаться деформация поведения. Некоторые из них, несмотря на равнодушное к ним отношение, всеми си­лами тянуться к другим ребятам, любой ценой стараясь привлечь к себе внимание, но большая часть неуспе­вающих занимает пассивную позицию, испытывая одино­чество. Такие ребята становятся замкнутыми, кон­фликтными, ищут общения вне школы.

Самая отрицательная оценка и жесткая критика, от­носящаяся только к отдельному действию или поступку подростка, не задевает его болезненно, поскольку не затрагивает его самоуважения. Она не воспринимается им как ущемление его личности. Вместе с тем, всякая, даже относительно мягкая критика и неблагоприятная оценка глубоко ранит и потому воспринимается в штыки, если представляется подростку и взрослому человеку как оценка его в целом, так как порождает у него пред­ставление о недоброжелательном отношении[3].

Открытие себя как неповторимо индивидуальной личности неразрывно связано с открытием социального мира, в котором этой личности предстоит жить. Юношеская рефлексия есть, с одной стороны, осознание собственного «Я», а с другой стороны - осознание своего положения в мире. Первые обращенные к себе вопросы ставит, не всегда сознавая это, уже подросток[15].

Таким образом, повышенный интерес подростка к собственному «Я» связан с усложнением его деятельности и увеличением числа «значимых других», т.е. людей и групп, на которые он ориентируется в своем поведении и самооценке. Для личности подростка, как показывают исследования, самооценка имеет большую значимость, что говорит о высоком уровне самосознания.

Выводы по второй главе

Говоря о самооценке можно сделать вывод, что она влияет на эффективность деятельности человека и с ее помощью происходит регуляция поведения личности. Неадекватная самооценка осложняет жизнь не только тех, кому она свойственна, но и окружающих, тех людей, которые в разных ситуациях общаются с ними.

Самооценка подростка отличается большей независимостью и самостоятельностью, иногда эта независимость носит демонстративный характер. Гиперопека, как и вседозволенность, равнодушие или диктат все это препятствует успешному развитию личности подростка.

Конфликтные ситуации, в которых оказывается человек, очень часто является следствием его неправильной самооценки.

**Глава 3. Практическая часть**

§ 3.1. Обоснование выбора методик

Для исследования зависимости стратегий поведения в конфликтных ситуациях от самооценки в подростковом возрасте нами были использованы 3 методики:

1. Тест описания поведения К. Томаса;
2. Методика Q-сортировка для изучения поведения в группе;
3. Методика измерения уровня самооценки описанная С.А. Будасси.

**Тест описания поведения К. Томаса**

В нашей стране тест адаптирован Н.В. Гришиной для изучения личностной предрасположенности к конфликтному поведению.

В своем подходе к изучению конфликтных явлений К.Томас делал акцент на изменении традиционного отношения к конфликтам. Указывая, что на ранних этапах их изучения широко используется термин «разрешение конфликтов», он подчеркивал, что этот термин подразумевает, что конфликт можно и необходимо разрешать. К. Томас считает нужным сконцентрировать внимание на следующих аспектах изучения конфликтов: какие формы поведения в конфликтных ситуациях характерны для людей, какие из них являются более продуктивными или деструктивными; каким образом возможно стимулировать продуктивное поведение.

Для описания типов поведения людей в конфликтных ситуациях К. Томас считает применимой двухмерную модель регулирования конфликтов, основополагающими измерениями в которой являются кооперация, связанная с вниманием человека к интересам других людей, вовлеченных в конфликт, и напористость, для которой характерен акцент на защите собственных интересов. Соответственно этим двум основным измерениям К. Томас выделяет следующие способы урегулирования конфликтов:

1. соревнование (конкуренция) как стремление добиться удовлетворении своих интересов в ущерб другому;
2. приспособление, означающее в противоположность соперничеству, принесение в жертву собственных интересов ради другого;
3. компромисс;
4. избегание, для которого характерно как отсутствие стремления к кооперации, так и отсутствие тенденции к достижению собственных целей;
5. сотрудничество, когда участники ситуации приходят к альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон.

Таким образом, только в ситуации сотрудничества обе стороны оказываются в выигрыше.

В своем опроснике по выявлению типичных форм поведения К. Томас описывает каждый из пяти перечисленных возможных вариантов 12 суждениями о поведении индивида в конфликтной ситуации. В различных ситуациях они сгруппированы в 30 пар, в каждой из которых респонденту предлагается выбрать то суждение, которое является наиболее типичным для характеристики его поведения.

**Методика Q-сортировка**

Настоящий методический прием используется для изучения представлений о себе. Разработан В. Стефенсоном и в – первые опубликован в 1958г.

Испытуемому предлагается набор карточек, содержащих утверждения или названия свойств личности. Их необходимо распределить по группам от «наиболее характерных» до «наименее характерных» для него. Достоинством методики является то, что при работе с ней испытуемый проявляет свою индивидуальность, реальное «Я», а не «соответствие – несоответствие» статистическим нормам и результатам других людей.

Методика позволяет определить 6 основных тенденций поведения человека в реальной группе: зависимость, независимость, общительность, необщительность, приятие «борьбы», избегание «борьбы». Тенденция к зависимости определена как внутреннее стремление индивида к принятию групповых стандартов и ценностей: социальных и морально – этических. Тенденция к общительности свидетельствует о контактности, стремление образовать эмоциональные связи как в своей группе, так и за ее пределами. Тенденция к «борьбе» - активное стремление личности участвовать в групповой жизни, добиваться более высокого статуса в системе межличностных взаимоотношений; в противоположность этой тенденции избегание «борьбы» показывает стремление уйти от взаимодействия, сохранить нейтралитет в групповых спорах и конфликтах, склонность к компромиссным решениям. Каждая из тенденций имеет внутреннюю и внешнюю характеристику, то есть зависимость, общительность и «борьба» могут быть истинными, внутренне присущими личности, а могут быть внешними, своеобразной «маской», скрывающей истинное лицо человека. Если число положительных ответов в каждой сопряженной паре (зависимость – независимость, общительность – необщительность, принятие «борьбы» - избегание «борьбы») приближается к 20, то мы говорим об истинном преобладании той или иной устойчивой тенденции, присущей индивиду, и проявляющийся не только в определенной группе, но и за ее пределами.

Исследование проводится следующим образом. Испытуемому предъявляется карточка утверждений и предлагается ответить «да», если оно соответствует его представлению о себе как члене данной конкретной группы, или «нет», если оно противоречит его представлению, и только в исключительных случаях разрешается ответить: «сомневаюсь», то есть разложить на 3 группы ответов. Ответы испытуемого разносятся по соответствующим ключам и подсчитываются тенденции по каждой из сопряженных пар.

**Методика измерения уровня самооценки описанная С.А. Будасси**

Данная методика направлена на выявление уровня самооценки личности. Она состоит из четырех наборов слов, в которых приводятся положительные качества людей. Нужно в каждом наборе качеств выделить те, которые более значимы для испытуемого лично, которым он отдает предпочтение перед другими. Какие эти качества и сколько их – каждый решает сам. Далее выписать в свободное пространство каждого блока слов или написать отдельно в столбик наиболее ценные качества вместе с их номерами. Таким образом, должно получиться четыре набора идеальных качеств личности. Теперь в каждом блоке слов из идеальных качеств личности испытуемый должен отобрать те, которыми он реально обладает.

Обработка результатов производится следующим образом: подсчитать общее количество реальных качеств, которые отметил испытуемый, подсчитать также количество идеальных качеств, затем найти их процентное отношение.

Помимо этой количественной самооценки предлагается оценить количественно и качественно каждый блок слов. В первом блоке собраны качества, необходимые для общения с другими людьми. Во втором блоке сосредоточены черты характера, имеющие прямое отношение к поведению. В третьем блоке представлены качества, связанные с деятельностью субъекта. В четвертом – признаки субъективных переживаний.

Таким образом, определяется уровень самооценки: низкий, ниже среднего, средний, выше среднего, высокий.

На основе завышенной самооценки у человека возникает неправильное представление о себе, идеализированный образ своей личности и способностей, своей ценности для окружающих, для общего дела. В таких случаях человек идет на игнорирование неудач ради сохранения привычной высокой оценки самого себя, своих поступков и дел. Происходит острое эмоциональное "отталкивание" всего, что нарушает представление о себе, идеализированный образ "Я".

При оптимальной самооценке субъект правильно соотносит ее со своими возможностями и способностями, достаточно критично относится к себе, стремится реально смотреть на свои успехи и неудачи, старается ставить перед собой достижимые цели, которые можно осуществить на деле. Такая самооценка является наилучшей для конкретных условий и ситуаций.

Заниженная самооценка - оценка ниже реальных возможностей личности. Обычно это приводит к неуверенности в себе, робости и отсутствию дерзаний, невозможности реализовать свои задатки и способности. Такие люди не ставят перед собой труднодостижимые цели, ограничиваются решением обыденных задач, слишком критичны к себе.

§ 3.2. Проведение исследования

В исследовании приняли участие 13 человек (учащиеся 9-х классов). Из них 8 человек – девушки, 5 человек – юноши. Возраст участников 14 – 15 лет. В исследовании участвовали случайно взятые из списков учащиеся.

В результате проведения методики Q – сортировка на определение тенденций поведения в группе были получены следующие данные.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Испытуемые | Зависимость | Независимость | Общительность | Необщительность | Борьба | Избегание |
| 1 | Эльвира Ч. | 17 | 3 | 11 | 9 | 7 | 13 |
| 2 | Юля А. | 9 | 11 | 11 | 9 | 10 | 10 |
| 3 | Катя К. | 11 | 9 | 15 | 5 | 6 | 14 |
| 4 | Катя Д. | 19 | 4 | 12 | 8 | 6 | 14 |
| 5 | Марина Е. | 8 | 12 | 12 | 8 | 9 | 11 |
| 6 | Ирина Ч. | 6 | 14 | 15 | 5 | 8 | 12 |
| 7 | Марина П. | 5 | 15 | 14 | 6 | 11 | 9 |
| 8 | Валя К. | 17 | 3 | 14 | 6 | 9 | 11 |
| 9 | Руслан Х.  | 10 | 10 | 16 | 4 | 14 | 9 |
| 10 | Саша Т. | 1 | 19 | 16 | 4 | 15 | 5 |
| 11 | Денис С. | 14 | 6 | 11 | 9 | 9 | 11 |
| 12 | Сергей Р. | 11 | 9 | 13 | 7 | 10 | 10 |
| 13 | Женя К. | 7 | 13 | 11 | 9 | 9 | 11 |

Затем проводилась методика измерения уровня самооценки описанная Будасси. В итоге были получены следующие результаты.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Испытуемые | Уровень самооценки |
| 1 | Эльвира Ч. | Низкая (18,8) |
| 2 | Юля А. | Средняя (51,7) |
| 3 | Катя К. | Высокая (67,8) |
| 4 | Катя Д. | Завышенная (97,3) |
| 5 | Марина Е. | Низкая (33,8) |
| 6 | Ирина Ч. | Ниже среднего (45,7) |
| 7 | Марина П.  | Ниже среднего (42,8) |
| 8 | Валя К.  | Ниже среднего (39) |
| 9 | Руслан Х. | Ниже среднего (38,4) |
| 10 | Саша Т. | Высокий (65,3) |
| 11 | Денис С. | Низкая (32,5) |
| 12 | Сергей Р. | Высокий (66,6) |
| 13 | Женя К. | Выше среднего (58,7) |

Таким образом, из 13 человек 5 человек с высокой самооценкой, 7 человек с низкой самооценкой и 1 человек с нормальной самооценкой.

В ходе проведения теста описания поведения К. Томаса получены следующие данные.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Испытуемые | Соперничество  | Сотрудничество  | Компромисс | Избегание | Приспособление |
| 1 | Эльвира Ч. | 0 | 9 | 6 | 4 | 11 |
| 2 | Юля А. | 0 | 7 | 6 | 5 | 11 |
| 3 | Катя К. | 8 | 6 | 3 | 3 | 10 |
| 4 | Катя Д. | 7 | 6 | 8 | 3 | 6 |
| 5 | Марина Е. | 0 | 8 | 6 | 5 | 11 |
| 6 | Ирина Ч. | 3 | 5 | 9 | 7 | 6 |
| 7 | Марина П. | 9 | 4 | 6 | 9 | 2 |
| 8 | Валя К. | 4 | 10 | 9 | 3 | 4 |
| 9 | Руслан Х. | 2 | 7 | 6 | 8 | 7 |
| 10 | Саша Т. | 10 | 5 | 5 | 1 | 9 |
| 11 | Денис С. | 1 | 6 | 6 | 4 | 12 |
| 12 | Сергей Р. | 8 | 1 | 10 | 8 | 3 |
| 13 | Женя К. | 7 | 4 | 8 | 7 | 4 |

Из представленных выше данных можно сделать вывод, что для подростков с низкой самооценкой характерен отказ от такой стратегии поведения в конфликтных ситуациях как соперничество, а первое место по выборам занимает приспособление, второе – сотрудничество.

У лиц с высокой самооценкой доминирует соперничество как форма поведения в конфликтных ситуациях, далее по количеству выборов следует компромисс. Менее же всего для таких подростков характерно избегание и сотрудничество.

Также можно отметить, что у подростков с низкой самооценкой достаточно высокий уровень зависимости, как тенденции к принятию групповых стандартов и ценностей, и, наоборот, у испытуемых с высокой самооценкой выше уровень независимости.

Все выше сказанное свидетельствует о том, что уровень самооценки влияет на поведение личности в конфликтных ситуациях и в группе.

Но для подтверждения поставленной гипотезы и большей достоверности используем метод ранговой корреляции Спирмена.

Сначала определим силу корреляционной связи между уровнем самооценки и выборами стратегий поведения в конфликтных ситуациях.

Возьмем 5 человек с высокой самооценкой и 5 человек с низкой самооценкой. Сформулируем гипотезы.

 Корреляция между выбором поведения в конфликтной ситуации и уровнем самооценки не отличается от 0.

 Корреляция между поведения в конфликтной ситуации и уровнем самооценки достоверно отличается от 0.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Стратегии поведения в конфликтах | С низкой самооценкой | С высокой самооценкой | Разница рангов,  |  |
| количество | Ранг | количество | ранг |
| 1. соперничество | 40 | 5 | 8 | 1 | 4 | 16 |
| 2.сотрудничество | 22 | 1,5 | 40 | 4 | -2,5 | 6,25 |
| 3. компромисс | 34 | 4 | 33 | 3 | 1 | 1 |
| 4. избегание | 22 | 1,5 | 24 | 2 | -0,5 | 0,25 |
| 5.приспособление | 32 | 3 | 45 | 5 | -2 | 4 |
| Суммы  |  | 15 |  | 15 | 0 | 27,5 |

Так как есть два одинаковых ранга, то нужно делать поправку. Рассчитываем коэффициент ранговой корреляции  по формуле:



В результате расчетов получилось: . По таблице определяем критические значения  для =5.



Строим ось значимости.





Таким образом,  попадает в зону неопределенности. Следовательно, гипотеза  отклоняется, а гипотеза  принимается на 1% уровне значимости, то есть корреляция между выбором поведения в конфликтной ситуации и уровнем самооценки отличается от 0.

Теперь определим силу корреляционной связи между уровнем самооценки и выбором поведения в группе с помощью метода ранговой корреляции Спирмена. Здесь также мы берем для сравнения 5 человек с высокой самооценкой и 5 человек с низкой самооценкой.

Гипотезы:

 Корреляция между выбором поведения в группе и уровнем самооценки не отличается от 0.

 Корреляция между выбором поведения в группе и уровнем самооценки достоверно отличается от 0.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Поведение в группе | С высокой самооценкой | С низкой самооценкой | Разность рангов,  |   |
| Количество | Ранг  | Количество  | Ранг  |
| 1.зависимость | 49 | 3 | 66 | 6 | -3 | 9 |
| 2.независимость | 54 | 4,5 | 34 | 1 | 3,5 | 12,25 |
| 3.общительность | 67 | 6 | 64 | 5 | 1 | 1 |
| 4.необщительность | 33 | 1 | 36 | 2 | -1 | 1 |
| 5.борьба | 46 | 2 | 48 | 3 | -1 | 1 |
| 6.избегание | 54 | 4,5 | 55 | 4 | 0,5 | 0,25 |
| Суммы  |  | 21 |  | 21 | 0 | 24,75 |

В таблице присутствуют два одинаковых ранга, поэтому будем делать поправку. Коэффициент ранговой корреляции подсчитываем по следующей формуле:



В результате расчетов получили = 0,2904. По таблице находим критические значения  для =6.



Строим ось значимости.

В итоге  попадает в зону неопределенности, следовательно,  отклоняется, а  принимается на 1% уровне значимости. Таким образом, корреляция между выбором поведения в группе и уровнем самооценки достоверно отличается от 0.

Исходя из выше изложенного, можно говорить о том, что поставленная в начале работы гипотеза достоверно подтвердилась на 1% уровне значимости. То есть, выбор стратегий поведения в конфликтных ситуациях у подростков зависит от уровня самооценки.

§ 3.3. Анализ полученных результатов

В результате исследования было выяснено, что зависимость стратегий поведения в конфликтной ситуации и поведения в группе от уровня самооценки действительно присутствует.

Так мной было выявлено, что подростки с высокой самооценкой чаще выбирают такой стиль поведения в конфликтных ситуациях, как соперничество и компромисс, а избегание и сотрудничество выбирают достаточно редко.

Подростки с низкой самооценкой больше отдают предпочтение таким стратегиям: приспособление, сотрудничество. При этом ими очень малое количество выборов отдано соперничеству, как форме поведения в конфликтах.

Практически не отличаются показатели у подростков с низкой и высокой самооценкой по таким тенденциям поведения в группе, как избегание «борьбы», принятие «борьбы», общительность. Но различия между значениями тенденций поведения в группе, как то зависимость и независимость, уже достаточны, чтобы говорить о расположенности лиц с высокой самооценкой к независимости, как к стремлению не принимать групповые стандарты, а лиц с низкой самооценкой – к зависимости.

Таким образом, подростки с высокой самооценкой чаще борются за свои интересы, упорно отстаивают свои взгляды, проявляют решительность и самостоятельность. Это личности с бойцовскими качествами, которые противопоставляют себя лидеру и социуму в целом. Они независимы в своих поступках и уверены, что ведут себя верно. В результате подростки нередко сталкиваются с проти­водействиями окружающих, отвергающих его претензии, озлоб­ляются, проявляют подозрительность, мнительность, агрессию, создающих широкую зону конфликтов.

В отличие от них подростки с низкой самооценкой жертвуют своими интересами в пользу соперника, недооценивая свои собственные, при таком поведении приоритет отдается межличностным отношениям. Это достаточно конформные подростки, которые легко подчиняются социальным правилам и нормам. Их характеризует покорность чужой воле, безропотность при выполнении приказов, нерешительность. Люди с пони­женной самооценкой в своей работе избегают соревно­вания, поскольку, поставив себе цель, они не надеются на успех.

При этом они часто используют стратегию сотрудничества при разрешении конфликтов, которое строится на основе баланса интересов, и на признании ценности межличностных отношений. То есть, подростки с низкой самооценкой способны конструктивно разрешать спорные вопросы.

А научно уже доказано, что решение конструктивных конфликтов ведет к дальнейшему развитию личности, а избегание конфликтов – застою в развитии. Таким образом, при значительных отклонениях самооценки от адекват­ной у человека нарушается душевное равновесие и ме­няется весь стиль поведения.

На основе всего ранее сказанного можно говорить о важности коррекции самооценки на ранних этапах развития и формирования личности.

Для человека очень важно иметь именно нормальную самооценку, чтобы адекватно оценивать себя, свои возможности и способности, достоинства и недостатки, чтобы адекватно планировать свою деятельность и строить отношения с людьми.

Выводы по третьей главе

В ходе проведенного нами исследования была полностью подтверждена в теоретическом и практическом аспекте гипотеза о том, что выбор стратегий поведения в конфликтных ситуациях у подростков зависит от уровня самооценки.

На основе исследования проведенного с помощью методик: Q - сортировка, тест описания поведения К. Томаса, методика измерения уровня самооценки описанная С.А. Будасси, были выявлены различия в показателях у подростков с низкой и высокой самооценкой.

Так, подростки с низкой самооценкой используют стратегии поведения в конфликтных ситуациях – приспособление и сотрудничество, а поведение в группе характеризуется, такой тенденцией, как зависимость.

Подростки с высокой самооценкой применяют данные стратегии поведения в конфликтных ситуациях: соперничество, компромисс. Поведение в группе характеризуется тенденцией независимости.

Заключение

В ходе данной работы, теоретически и экспериментально была доказана гипотеза, что выбор стратегий поведения в конфликтных ситуациях у подростков зависит от уровня самооценки.

Задачи, поставленные в начале работы, выполнены: проанализированы теоретические и экспериментальные работы по теме «Уровень самооценки у подростков и ее влияние на конфликтное поведение», проведено исследование на выявление взаимосвязи между самооценкой и стратегиями конфликтного поведения у подростков, обработаны полученные результаты эксперимента, сделаны выводы.

Также цель: исследование зависимости стратегий поведения в конфликтных ситуациях от самооценки в подростковом возрасте, достигнута.

Можно добавить, что тема данной работы актуальна не только для учителей, школьных психологов, родителей, но и в целом для сегодняшнего изменяющегося общества, которое всегда ставило себе целью развитие личности, способной к саморазвитию и самопознанию.

Но сам процесс самопознания человека, в котором формируется самооценка и развивается способность к оцениванию вообще, чрезвычайно сложен и не однозначен. Поэтому проведение исследований в этой области, области конфликтного поведения и самооценки в подростковом возрасте, будет способствовать дальнейшему изучению подростничества.

**Литература**

1. Богомолова Н.Н., Бодалев А.А. Основа социально-психологической теории. / Под ред. Бодалева А.А., Сухова А.Н. - М.: Международная педагогическая академия, 1995.
2. «Возрастная психология и педагогика», под редакцией М.В.Гомезо. – М., «Просвещение», 1984.
3. Грановская Р.М. Элементы практической психологии. - Л.: Издательство Ленинградского Университета. 1988.
4. Дмитриев А.В. Конфликтология. – М.: Гардарика, 2000.
5. Емельянов С. Практикум по конфликтологии. – СПб.: Питер, 2003.
6. Кле Мишель Психология подростка. Педагогика, 1991.
7. Козырев Г.И. Введение в конфликтологию. – М.: Туманит, 2001.
8. Кон И.С. Психология ранней юности. - М.: Просвещение, 1989.
9. Кон И.С. Какими они себя видят. – М.: Знание, 1975.
10. Крейг Г. Психология развития. - СПб.: Питер, 2000.
11. Кулагина И.Ю., Колюцкий В.Н. Возрастная психология. – М.: ТЦ Сфера, при участии Юрайт, 2003.
12. Майерс Д. Социальная психология. - СПб.: Питер, 1999.
13. Общая психология. / Под ред. Петровского А.В. - М.: Просвещение, 1986.
14. Петровский А.В. Личность. Деятельность. Коллектив.
15. Психология современного подростка. / Под ред. Фельдштейна. – М.: Педагогика, 1987.
16. Реан А.А., Коломенский Я.Л. Социальная педагогическая психология. - СПб.: Питер, 1999.
17. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Ростов н/Д. Издательство Феникс, 1997.