**ОГЛАВЛЕНИЕ:**

## ВВЕДЕНИЕ…………………………………………………………………………………………………………3

ГЛАВА 1. Особенности развития когнитивного компонента самосознания у подростков………………………………6

* 1. Понятие «самосознание». Его формирование. Структура…………………………………………………………………………………………-
	2. Особенности самосознания у подростков……………11
	3. Когнитивный компонент самосознания……………………20
	4. Когнитивные изменения в подростковом возрасте…………………………………………………………………………………………23
	5. Информационный подход к когнитивному развитию в подростковом возрасте…………………………25

ГЛАВА 2. Психологическая работа с когнитивным компонентом самосознания подростка…………………………………28

ЗАКЛЮЧЕНИЕ…………………………………………………………………………………………………32

ЛИТЕРАТУРА…………………………………………………………………………………………………33

**ВВЕДЕНИЕ:**

Наверное, ни один аспект психологии юношеского возраста не привлекал к себе такого большого внимания, какое в течение многих лет уделялось вопросам самосознания, самооценки и идентичности. Известно, что высокая степень расхождения между такими компонентами или структурами Я-концепции, как реальное и идеальное Я, приводит к депрессии, обусловленной недостижимостью идеала. В 1890 году У.Джеймс посвятил феномену «Я» целую главу своей книги «Принципы психологии». В 1947 году К.Роджерс выступал перед Американской психологической ассоциацией с докладом о самооценке, а Хилгард продолжил развитие этой темы в 1949 году. Одна из наиболее значительных работ Э.Эриксона называется «Идентичность, юность и кризис». В ней автор говорит о важности задачи формирования идентичности [23].

Очень велика связь Я-концепции с психическим здоровьем, взаимодействием личности с окружающими и социальной адаптацией, с успехами в учебе и т. д.

Сейчас одним из важнейших аспектов данной проблемы является вопрос об изменении самосознания: возможно оно или нет. Большое значение также придается формированию идентичности.

*Объектом* данной работы будут являться подростки, *предметом* – их самосознание, а именно, его когнитивный компонент.

Цель: рассмотреть особенности развития когнитивного компонента самосознания подростка.

Задачи:

* дать определение понятию «самосознание»;
* рассмотреть различные точки зрения на самосознание личности и его структурные компоненты;
* рассмотреть формирование самосознания;
* рассмотреть структуру самосознания;
* выявить особенности самосознания у подростков;
* сравнить самосознание подростков с самосознанием средних школьников и юношей;
* рассмотреть когнитивный компонент самосознания;
* определить когнитивные изменения в подростковом возрасте;
* рассмотреть информационный подход к когнитивному развитию в подростковом возрасте;
* дать определение понятию «психологическое консультирование»;
* определить цели и задачи психоконсультирования;
* рассмотреть особенности консультирования подростков (в вопросах самосознания).

Гипотеза: мы считаем, что психоконсультирование предполагает изменение когнитивного компонента самосознания подростка в необходимую сторону.

**ГЛАВА 1.**

**Особенности развития когнитивного компонента самосознания у подростков.**

**1.1. Понятие «самосознание». Его формирование. Структура.**

Самосознание – важное звено личности. Его определяют как сознательное когнитивное восприятие и оценку индивидом самого себя, мысли и мнения о себе. Самосознание – отношение личности к себе.

В истории философии и психологии изложены различные точки зрения относительно самосознания личности, его структурных компонентов, которые представлены в работах А.В. Петровского, Е.Т. Соколовой, И.И. Чесноковой и др.

А.В. Петровский определяет самосознание как когнитивный компонент Я-концепции, включающий образ своих качеств, способностей, внешности, социальной значимости [20].

Лишь благодаря самосознанию мы осознаем несоответствие свойств нашей личности социально-нравственным требованиям, предъявляемым нам; мы осознаем также несоответствие наших физических и психических возможностей нашим стремлениям. Основными функциями самосознания считаются: развитие и совершенствование своей личности в соответствии с социально-нравственными требованиями общества и сознательное использование психологических закономерностей своей личности для наиболее успешного преобразования природы и общества.

Л.Д. Столяренко, выделяя критерии самосознания, определил и его структурные компоненты в виде:

1. осознание близких и отдаленных целей, мотивов своего Я;
2. осознание своих реальных и желаемых качеств (реальное Я и идеальное Я);
3. познавательные когнитивные представления о себе;
4. эмоциональное, чувственное представление о себе [28].

Психологический анализ самосознания, как считает И.И.Чеснокова, обязательно включает вопрос о структуре самосознания. В качестве одного из возможных вариантов структуры она предлагает понимание самосознания как единства трех компонентов: самопознания, эмоционально-ценностного отношения к себе и саморегулирования поведения личности [31].

Личностный подход к изучению особенностей самосознания разрабатывался Е.Т.Соколовой. По ее мнению самосознание является сложным динамическим единством знания и отношения, интеллектуального и аффективного [25]. В связи с этим, она считает, что в структуре самосознания необходимо различать 3 компонента – когнитивный (образ физического Я), аффективный (эмоционально-ценностное отношение, самооценка) и поведенческий, которые имеют относительно независимую логику развития, однако тесно взаимосвязаны.

Таким образом, научные исследования позволили выработать и обосновать целостную теоретическую и экспериментальную парадигму исследований самосознания и обусловили новые возможности для научных исследований в данном направлении.

При формировании самосознания человек, в первую очередь, начинает осознавать, что он отдельный индивид, отличающийся от других особенностями своей личности. Это понимание начинает формироваться еще в раннем детстве.

К.Роджерс предложил теорию личностно центрированного консультирования, в которой по-своему рассматривал процесс формирования самосознания. Он отмечал, что чтобы получить адекватное представление о реальном «Я», необходимо понять суть концепции организмического оценочного процесса. Он подразумевает рассмотрение опыта и размещение в рамках этого опыта ценностей в определенном порядке в соответствии с их способностью удовлетворять потребности, связанные с тенденцией актуализации (стремление развития своих способностей с целью поддержания самого себя и расширения границ своего «Я»). Личностно центрированная теория различает понятия «Я» и «Я-концепция». «Я» рассматривается как реальное организмическое «Я». Я-концепция людей – это их восприятие самих себя, которое не всегда соответствует их собственному переживанию или организмическому «Я». На начальном этапе Я-концепция формируется в основном на личном опыте индивида. Также люди разрабатывают Я-концепцию при взаимодействии с другими людьми, которые имеют для них значение и обращаются с ними как с отдельными «Я». Я-концепция включает как восприятие людьми самих себя, так и изменяющиеся положительные и отрицательные оценки, связанные с восприятием самих себя. Оценки, в основе которых лежит скорее мнение других, чем собственный организмический оценочный процесс, Роджерс назвал условиями ценности [17]. Таким образом, согласно личностно-ориентированной теории, у людей существует два процесса оценки: организмический процесс и интернализация оценок других людей (условия ценности).

Психологи считают, что полное развитие личной идентичности невозможно до достижения подростком стадии формальных операций в своем когнитивном развитии [23]. Согласно Пиаже, эта стадия наступает после 12 лет, когда подросток становится способным провести анализ решения логических задач как конкретного, так и абстрактного содержания. Подростки могут систематически обдумывать все возможности, строить планы на будущее или вспоминать прошлое, рассуждать по аналогии и т. д. То есть именно на этой стадии становится возможным размышление о себе. Подростки собирают информацию о себе: мнения других людей, сами делают выводы о своих способностях, о своей привлекательности. Опираясь на эту информацию, подростки формируют представления о себе, а затем проверяют через взаимодействие с другими людьми. Подростки ориентируются на свои идеалы (или идеалы других людей) и часто сравнивают себя с ними.

Подростковый возраст – это не только период физического становления, но и этап когнитивного развития, важной функцией которого является построение теории самого себя.

Очень важно, чтобы у ребенка сформировалась адекватная Я-концепция. Выделяют 6 различных Я:

* реальное Я человека;
* собственное Я в представлении самого человека;
* его Я в представлении других людей;
* представления человека о том, что о нем думают другие;
* представления о том, каким ему хотелось бы стать;
* представления о том, каким его хотели бы видеть другие.

Рут Стренг выделила 4 основных аспекта Я:

1. общая Я-концепция – представление о своей личности и восприятие своих способностей, а также статуса и ролей во внешнем мире:
2. индивидуальные временные или переходные Я-концепции – концепции, зависящие от настроения, ситуации и т. п.;
3. социальная Я-концепция – представление о том, что о человеке думают другие люди;
4. идеальная Я-концепция – то, каким подросток хотел бы стать.

Эти представления могут быть заниженными, завышенными или реалистическими. Реалистические приводят к принятию самого себя, психическому здоровью, достижению целей [23].

Таким образом, самосознание можно определить как отношение личности к себе, оценивание личностью самой себя, ее мысли и мнения о себе, сформированные на основе жизненного опыта и оценок других людей.

**1.2. Особенности самосознания у подростков.**

Психологические исследования становления Я-концепции человека в процессе его жизнедеятельности идут по нескольким направлениям. Прежде всего, изучаются сдвиги в содержании Я-концепции и ее компонентов - какие качества сознаются лучше, как меняется с возрастом уровень и критерии самооценок, какое значение придается внешности, а какое умственным и моральным качествам. Далее исследуется степень его достоверности и объективности, прослеживается изменение структуры образа Я в целом - степень его дифференцированности (когнитивной сложности), внутренней последовательности (цельности), устойчивости (стабильности во времени), субъективной значимости, контрастности, а также уровень самоуважения. По всем этим показателям переходный возраст заметно отличается как от детства, так и от взрослости, имеется грань в этом отношении и между подростком и юношей.

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. Считается, что 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 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, например: «Я в своем представлении - гений + ничтожество».

Данные об устойчивости образа Я 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 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 подростковом возрасте 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.

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 [22].

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 подростка 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». Подростки-мальчики считают себя менее сильными, менее общительными и жизнерадостными, но зато более добрыми и способными понять другого человека, чем их ровесники. Девочки 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 теоретическом исследовании И.И.Чесноковой 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» [31].

Составляющие Я-концепции, поддаются лишь условному концептуальному разграничению, поскольку в психологическом плане они неразрывно взаимосвязаны. Потому когнитивный компонент самосознания, образ Я, его формирование в подростковом возрасте напрямую связан как с эмоционально-оценочной составляющей, самооценкой, так и с поведенческой, регуляторной стороной Я-концепции.

В подростковом возрасте в рамках становления нового уровня самосознания идет и развитие нового уровня отношения к себе. Одним из центральных моментов здесь является смена оснований для критериев оценки самого себя, своего Я - они сменяются «извне вовнутрь», приобретая качественно иные формы, сравнительно с критериями оценки человеком других людей. Переход от частных самооценок к общей, целостной (смена оснований) создает условия для формирования 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 сейчас 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.

Особенно сильно *актуализируется проблема несовпадения реального* Я *и идеального Я.* По мнению И.С.Кона это несовпадение вполне нормальное, естественное следствие когнитивного развития [12]. При переходе от детства к отрочеству и далее самокритичность растет.

Расхождение Я-реального и Я-идеального образов - функция не только возраста, но и интеллекта. У интеллектуально развитых подростков 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.

Как отмечает Бернс [5], выделение описательной и оценочной составляющих позволяет рассматривать Я-концепцию как совокупность установок, направленных на самого себя. Применительно к Я-концепции три главных элемента установки можно конкретизировать следующим образом:

1. Когнитивная составляющая установки – образ Я – представление индивида о самом себе.
2. Эмоционально-оценочная составляющая – самооценка – аффективная оценка этого представления, которая может обладать различной интенсивностью, так как конкретные черты образа Я могут вызывать более или менее сильные эмоции, связанные с их принятием или осуждением.
3. Потенциальная поведенческая реакция, т.е. те конкретные действия, которые могут быть вызваны образом Я и самооценкой.

Таким образом, можем говорить о том, что самосознание подростка обладает определенными особенностями, отличающими его от самосознания, например, младшего школьника или юноши. К таким особенностям в первую очередь относятся: способность рассуждать абстрактно, логически, по аналогии, изменение содержания самоописаний и т.п.

**1.3. Когнитивный компонент самосознания.**

При анализе когнитивного компонента самосознания, в первую очередь, возникает вопрос о том, посредством каких психических функций, относящихся к разряду познавательных (ощущение, восприятие, представление, мышление, воображение) реализуется гностическое отношение субъекта к самому себе. Какие психические функции и как выступают в качестве источника и средства информации о самом себе? С самого начала следует отметить: подобно тому, как в процессы переработки информации о предметах и событиях внешнего мира включены все гностические функции человека, так и в плане самосознания невозможно назвать какую-либо одну из всех познавательных функций, которая «брала бы на себя» всю нагрузку самоотражения. В гностическом плане самоотношение «обслуживается» процессами ощущения, восприятия, представления, памяти, мышления и воображения.

Самоощущение, как это показано В. В. Столиным, связано с организмическим уровнем активности человека [27]. В самосознании тело со своими внутренними состояниями презентируется посредством самоощущения и на ее основе формируется «схема тела».

Процессы восприятия также в большой степени «обеспечивают» субъект необходимой, а также избыточной информацией о самом себе. Самовосприятие своей внешности играет большую роль на разных этапах жизни человека, а в некоторых периодах развития личности (в частности, в подростковом) его функция интенсифицируется и значительно определяет форму и содержание жизнедеятельности личности. Известно, в какой степени на раннем этапе развития самовосприятие во взаимосвязи с функционированием моторного аппарата определяет формирование самосознания и самовыявление субъекта из окружающего мира.

Представление о самом себе выступает необходимым звеном в саморегуляции и самоконтроле поведения на личностном уровне человеческой активности. Представляемое Я соотносится с задачей конкретной деятельности и соизмеряется с нею, на основе чего субъект вырабатывает определенную стратегию действия. Представление о своих определенных состояниях служит эффективным психотерапевтическим средством, например, в технике аутотренинга. Более того, в специфическом человеческом общении роль того, насколько человек может представить себя на месте другого, дает информацию одновременно о состоянии другого и о самом себе. Существуют специфические социально-культурные нормы – «поставь себя на место другого», которые способствуют социальной регуляции межличностных отношений.

Значение функции памяти в организации внутриличностного опыта трудно переоценить. Воспоминание о своих поступках и пройденном жизненном пути, т. е. автобиографическая память, дает необходимый материал для построения образа ретроспективного Я («каким я был»).

Мыслительные процессы, реализующие в гностическом плане функцию самоотношения, образуют Я-концепцию личности. Сложные процессы наделения себя определенными свойствами, мотивирование собственного поведения, объяснение другим и себе причин того или иного собственного поступка включается в многогранный процесс самопознания. В.В.Столин показал, что субъект судит о наличии той или иной черты по невозможности или затруднительности действия, которому данная черта препятствует [27].

Таким образом, когнитивный компонент самосознания представляет собой сложное образование. Он включает в себя самооценку, т.к. задача «работы» самосознания и самопознания заключается не только в том, чтобы принимать себя в расчёт в процессе активности и знать что-то о себе, но и в том, чтобы оценить свои свойства и возможности по определенным критериям («хороший-плохой», «годный-негодный» и т. д.). Путем процессов самопознания личность стремится понять не только то, кто она есть, но и какова она есть, не только то, что она сделала, но и что и как она может сделать.

**1.4. Когнитивные изменения в подростковом возрасте.**

На протяжении подросткового возраста продолжается развитие мыслительных способностей, а следовательно, и расширение сознания происходящего, границ воображения, диапазона суждений и проницательности. Эти возросшие возможности познания способствуют быстрому накоплению знаний, открывающих перед подростками ряд вопросов и проблем, которые могут осложнить и обогатить их жизнь.

Когнитивное развитие в этом возрасте характеризуется развитием абстрактного мышления, что оказывает влияние на широту и содержание мыслей подростка, а также на его способность к моральным рассуждениям.

Согласно теории Пиаже, признаком когнитивных изменений у подростка является формирование у него *абстрактного мышления.* Пиаже определил абстрактное мышление подростков как мышление на уровне формальных операций. Мышление на уровне формальных операций включает в себя размышления о возможностях, а также сравнение реальности с теми событиями, которые могли бы произойти или не произойти. В то время как детям младшего возраста удобнее иметь дело с конкретными эмпирическими фактами, подростки проявляют все большую склонность относиться ко всему, как к одному из вариантов возможного. Абстрактное мышление требует способности формулировать, проверять и оценивать гипотезы. Оно предполагает манипулирование не только известными элементами, которые можно проверить, но и вещами, противоречащими фактам. У подростков также возрастает способность планировать и предвидеть.

Таким образом, основными свойствами подросткового мышления являются:

1. способность учитывать все комбинации переменных при поиске решения проблемы;
2. способность предполагать, какое влияние одна переменная окажет на другую;
3. способность объединять и разделять переменные гипотетико-дедуктивным образом («Если есть X, то произойдет Y») [14].

Не все специалисты соглашаются с описанной Пиаже концепцией резкого качественного скачка в когнитивных способностях. Некоторые психологи считают, что переход является гораздо более постепенным, с несколькими возвратами от формально-операционального мышления к более ранним способам познания и обратно. Например, Д.Китинг считает, что границы между мышлением детей, подростков и взрослых являются искусственными. Он рассматривает когнитивное развитие как непрерывный процесс и полагает, что дети могут обладать способностью к формальным операциям. Возможно, что появление этих способностей у подростков связано не с новым когнитивным оснащением, а с улучшением языковых навыков и накоплением опыта взаимодействия с миром [14].

Таким образом, когнитивный компонент самосознания имеет свои особенности в подростковом возрасте, т.е. его составляющие качественно изменяются по сравнению с младшим школьным возрастом.

**1.5. Информационный подход к когнитивному развитию в подростковом возрасте.**

Сторонники информационного подхода основное внимание обращают на совершенствование у подростков тех умений, которые принято называть метапознанием. Метапознание включает в себя несколько умений, таких как способность размышлять о мыслях, формировать стратегии и планировать. В результате появления этих новых когнитивных умений подростки учатся анализировать и сознательно изменять процессы своего мышления.

Роберт Стернберг разделил интеллект на 3 компонента [14]:

1. *метакомпоненты* – процессы управления высшего порядка для планирования и принятия решений (например, способность выбирать определенную стратегию запоминания или осуществлять текущий контроль над качеством заучивания наизусть списка элементов – метапамять);
2. *компоненты исполнения* – процессы, используемые для осуществления решения задачи (отбор и извлечение релевантной информации из памяти);
3. *компоненты приобретения (сохранения) знаний* – процессы, используемые при усвоении новой информации.

В сущности, «метакомпоненты служат механизмом построения стратегии, превращающей компоненты остальных двух типов в ориентированные на задачу процедуры» [14]. Эти процессы развиваются постепенно.

Когнитивное развитие включает как накопление знаний, так и развитие компонентов обработки информации. Эти процессы взаимосвязаны. Решение проблем происходит эффективнее, когда у человека имеется большой запас соответствующей информации. У людей, владеющих более эффективными методами хранения и извлечения информации, формируются более полные базы знаний.

Подростки решают проблемы и рассуждают более эффективно, чем дети младшего школьного возраста. Но они также обладают более широким диапазоном сценариев или схем, которыми могут воспользоваться. Дети дошкольного возраста тоже разрабатывают простые сценарии для повседневной деятельности. Подростки разрабатывают более сложные сценарии для особых обстоятельств или процедур. Когда они пытаются решить проблему или разобраться в социальном событии, они могут рассуждать о смысле подобных вещей, заимствуя информацию из своих более сложных социальных сценариев. Подростки используют свои развивающиеся когнитивные умения в интеллектуальном и моральном поиске, касающемся их самих, их семей и мира.

Обобщая все сказанное выше, попробуем подвести итоги данной главы. Мы выяснили, что такое самосознание, как оно формируется, какова его структура, а также определили, какими особенностями обладает когнитивная сторона самосознания детей подросткового возраста, выявили, что эти отличия достаточно существенны. Именно в подростковом возрасте самосознание формируется окончательно, т. к. в личности подростков есть все предпосылки к этому.

**ГЛАВА 2.**

**Психологическая работа с когнитивным компонентом самосознания подростка.**

Приступая к исследованию процесса социализации личности подростка, психолог исходит из того, что ребенок родился в социальной группе – семье, которая не только должна обеспечивать его органические потребности, но и передавать ему все культурное наследие, аккумулированное ею на протяжении многих поколений. В такой семье, где существует дефицит родительской любви, дети не получают необходимого положительного заряда, отчего становятся пассивными и неуверенными, агрессивными и беспокойными. Неудовлетворенность отношениями в семье обычно компенсируется отношениями в неформальной группе сверстников, которая постепенно становится особо значимой для подростка в освоении социальной жизни. Он усваивает нормы и ценности такой группы, зачастую асоциального характера. Это сильно сказывается и на самосознании подростка, в частности, на его когнитивном компоненте.

Прежде чем принимать какие-либо меры, необходимо провести глубокую диагностику рассматриваемого феномена. Психологическая работа с подростками строится, опираясь на результаты диагностики. После диагностики, сравнения полученных результатов с нормой и составления программы работы с клиентом проводится само консультирование.

Психоконсультирование – это профессиональная помощь клиенту в поисках выхода из проблемной ситуации. Такую профессиональную помощь могут оказывать психологи, социальные работники, педагоги, врачи, прошедшие специальную подготовку. Клиент воспринимается консультантом как дееспособный субъект, ответственный за решение своей проблемы. При психоконсультировании психолог занимает нейтральную позицию.

К задачам консультанта относят:

1. эмоциональная поддержка и внимание к переживаниям клиента;
2. расширение сознания клиента;
3. изменение отношения к проблеме (от тупика к выбору решений);
4. развитие реалистичности;
5. повышение ответственности

и др.

Теория, которой пользуется психолог, задает организующие принципы для консультирования. Самое важное во всех разнообразных подходах к теории и практике консультирования – это индивидуальная культурная эмпатия, наблюдательность психотерапевта, его оценка личности, применение методов позитивного роста и развития. Основная методологическая позиция состоит в том, что предназначение человека жить и действовать, определяя свою судьбу, сосредоточение контроля и решений находится внутри самого человека, а не в его окружении. Психоконсультант должен поддерживать у клиента состояние психологического здоровья, давая человеку возможность соприкасаться со своим внутренним миром.

Существует достаточное количество литературы по психоконсультированию. Однако овладеть способами консультативной работы только по литературным источникам очень сложно, так как это требует активного практического обучения.

Изменяя когнитивный аспект самосознания школьника, консультант должен подбирать средства, побуждающие самого школьника поменять что-то в нужную сторону. Например, чтобы стимулировать отстающего ученика к учению, необходимо создать ситуации желания получения знаний на этапе восприятия нового материала. Это могут быть ситуации эмоционально благоприятные для восприятия знаний; ситуации, связанные с раскрытием практической и познавательной значимости изучаемого материала; ситуации, способствующие осознанию недостаточности своих знаний и умений, необходимости приобретения новых.

Таким образом, работа психолога по изменению самосознания подростка основывается на тех же принципах, что и любая другая работа консультанта, и заключается в нахождении путей стимуляции желания ребенка меняться.

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ:**

Мы рассмотрели особенности развития когнитивного аспекта самосознания подростков, сравнили его с самосознанием младшего школьного и юношеского возраста. Все из поставленных задач мы выполнили. Гипотезу подтвердили.

Итак, самосознание – это мнение и мысли человека о себе, которые сформировались на основе жизненного опыта и оценок других людей. К особенностям когнитивного компонента самосознания мы отнесли: наличие абстрактного мышления (у детей младшего школьного возраста оно развито плохо), способность анализировать логические задачи, рассуждать по аналогии, новое содержание самоописаний (противоречивость в них) и др.

При помощи психоконсультирования специалист может изменить недостатки в развитии когнитивного компонента самосознания подростка, что будет способствовать его дальнейшему развитию. Это необходимо, т. к. в противном случае у подростка могут возникнуть различные трудности, связанные с самосознанием.

**ЛИТЕРАТУРА:**

1. Активные методы в работе школьного психолога под ред. И.В. Дубровиной. М., 1990 г.
2. Баклушинский С.А., Белинская Е.П. Развитие представлений о понятии социальная идентичность // Этнос. Идентичность. Образование. М., 1998 г.
3. Белинская Е.П. Временные аспекты Я-концепции и идентичности // «Мир психологии», 1999 г., №3.
4. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры. СПб., 1995 г.
5. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. М., 1986 г.
6. Божович Е.Д. Психологическая коррекция учебной работы школьников // Научно-практические проблемы школьной психологической службы. М., 1987 г.
7. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию.
8. Джемс У. Психология. М., 1991 г.
9. Клайнпетер У., Реслер Г.-Д. Основные принципы психотерапии в детском и подростковом возрасте // Психогигиена детей и подростков. М., 1985 г.
10. Кле М. Психология подростка. М., 1991г.
11. Кон И.С. В поисках себя: личность и ее самосознание. М., 1984 г.
12. Кон И.С. Категория Я в психологии // «Психологический журнал», 1981 г., №3.
13. Кон И.С. Открытие Я. М., 1978 г.
14. Крайг Г. Психология развития. СПб., 2000 г.
15. Майерс Д. Социальная психология. СПб., 1997 г.
16. Маклаков А.Г. Общая психология. СПб., 2000 г.
17. Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования. СПб., 2002 г.
18. Немов Р.С. Психология. М., 1995 г.
19. Общая психология под ред. Богословского.
20. Общая психология под ред. Петровского.
21. От рождения до смерти под ред. Реана А.А. М., 2002 г.
22. Рабочая книга школьного психолога под ред. И.В. Дубровиной. М., 1991 г.
23. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. СПб., 2000 г.
24. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст. Проблемы становления личности. М., 1994 г.
25. Соколова Е.Т. Самосознание и самооценка при аномалиях личности. М., 1989 г.
26. Социальная идентификация личности под ред. В.А. Ядова. М., 1993 г.
27. Столин В.В. Самосознание личности. М., 1984 г.
28. Столяренко. Основы психологии.
29. Хрестоматия по психологии под ред. Петровского. М., 1987 г.
30. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. М., 1997 г.
31. Чеснокова И.И. Проблема самосознания в психологии. М., 1977 г.
32. Шевандрин Н.И. Социальная психология в образовании. М., 1995 г.
33. Эйдемиллер Э.Г., Кулаков С.Л., Черемисин О.В. Исследование образа Я у подростков с аддиктивным поведением // Психологические исследования и психотерапия в наркологии: сборник научных трудов. Т.123.
34. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. М., 1996 г.