

*Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:*

<https://stuservis.ru/kursovaya-rabota/362781>

**Тип работы:** Курсовая работа

**Предмет:** Общая психология

Введение 3

Глава I. Теоретические основы изучения самооценки. 5

1.1 Основные подходы зарубежных и отечественных авторов к изучению самооценки. 5

1.2 Основные факторы, влияющие на становление и развитие самооценки. 10

Глава II. Теоретические основы исследования особенностей самоотношения 17

2.1 Исследование самоотношения в отечественной и зарубежной психологии. 17

2.2 Рекомендации для развития здоровой самооценки и позитивного самоотношения. 25

Заключение 27

Список использованных источников 28

Введение

Актуальность исследования. Самооценка и самоотношение являются существенными составляющими личности и играют важную роль в психологическом благополучии, развитии, межличностных отношений и достижении успеха в различных сферах жизни. Исследования в области самооценки и самоотношения имеют огромное значение для понимания этих образований и разработки эффективных стратегий и интервенций для их развития.

Психологическое благополучие и качество жизни. Самооценка и самоотношение тесно связаны с психологическим благополучием и общим качеством жизни. Высокая самооценка и позитивное самоотношение способствуют уверенности, психической стабильности, адаптивности к стрессу и лучшему психологическому функционированию. Исследования в этой области позволяют выявить механизмы формирования и развития самооценки и самоотношения, а также разработать стратегии для повышения психологического благополучия.

Развитие личности. Самооценка и самоотношение являются ключевыми компонентами развития личности. Они влияют на формирование самосознания, самоидентификации и осознания собственных потребностей, ценностей и целей. Исследования в этой области позволяют понять, как эти образования формируются на разных этапах жизни, какие факторы их определяют и как их можно эффективно развивать для достижения полной самореализации.

Образование и профессиональная деятельность. Самооценка и самоотношение играют значимую роль в образовании и профессиональной деятельности. Высокая самооценка и позитивное самоотношение связаны с активным участием в обучении, лучшими результатами и удовлетворенностью профессиональной деятельностью. Исследования в этой области позволяют выявить факторы, способствующие формированию здоровой самооценки и позитивного самоотношения в образовательных и рабочих средах.

Межличностные отношения. Самооценка и самоотношение оказывают влияние на качество межличностных отношений. Люди с низкой самооценкой могут испытывать трудности в установлении и поддержании здоровых отношений с другими людьми. Исследования в этой области помогают понять, как развивать позитивное самоотношение, развить эмпатию, улучшить навыки коммуникации и создать более гармоничные межличностные связи.

Исследования на тему "Самооценка и самоотношение как один из центральных образований личности" являются актуальными и важными для понимания и развития личности, образования, межличностных отношений и психологического благополучия. Они позволяют выявить механизмы формирования и развития самооценки и самоотношения, а также разработать практические стратегии и интервенции для их улучшения. Дальнейшие исследования в этой области помогут углубить наши знания о влиянии самооценки и самоотношения на личность и способствовать развитию здоровой и уравновешенной психологической составляющей человеческой жизни. Цель работы: исследование и анализ особенностей мужского и женского лидерства с целью расширить наше понимание о различных подходах к лидерству в зависимости от гендерной принадлежности.

Цель: Изучить теоретические основы самооценки и самоотношения в контексте личности.

Задачи:

1. Изучение актуальных исследований, теорий и моделей, касающихся самооценки и самоотношения.
2. Раскрытие содержания и определение терминов "самооценка" и "самоотношение" на основе литературных источников.
3. Анализ влияния на психологическое благополучие
4. Анализ связи между самооценкой, самоотношением и успехом в образовании и профессиональной сфере.
5. Изучение влияния самооценки и самоотношения на качество межличностных отношений, исследование эмоциональных и социальных аспектов.
6. Разработка рекомендаций и стратегий для развития здоровой самооценки и позитивного самоотношения, основанных на полученных результатах исследования.

Выполнение этих целей и задач позволит более полно и глубоко изучить самооценку и самоотношение как центральные образования личности, их роль в психологическом благополучии и развитии личности, а также разработать практические рекомендации для их улучшения и развития.

## Глава I. Теоретические основы изучения самооценки.

### 1.1 Основные подходы зарубежных и отечественных авторов к изучению самооценки.

Исследование самоотношения и самооценки как отдельных аспектов психологического анализа обычно осуществляется путем разграничения двух составляющих процесса самосознания: процесса получения знаний о себе и процесса самоотношения. Все описания себя, которые делает человек, содержат определенный элемент оценки, определяемый общепринятыми нормами, критериями, целями, представлениями о достижениях, моральными принципами, правилами поведения и т. д. Таким образом, оба аспекта составляют цельную концепцию Я, которая представляет собой совокупность всех представлений индивида о себе, связанных с их оценкой. Описательная составляющая Я-концепции часто называется образом "Я" или представлением о себе. Самоотношение к себе имеет меньшую терминологическую определенность, и его понятийный смысл понимается в рамках конкретных исследований или теоретических построений.

Представление о Я-концепции как наборе установок на себя ясно выражено, например, у Р. Бернса. Он конкретизирует три традиционных элемента установки (когнитивный, эмоциональный и поведенческий) в контексте Я-концепции следующим образом:

1. Образ "Я" - представление индивида о себе.
2. Самооценка - эмоциональная оценка этого представления, которая может иметь различную интенсивность в зависимости от конкретных характеристик образа "Я" и связанных с ним эмоций.
3. Потенциальная поведенческая реакция - конкретные действия, которые могут быть вызваны образом "Я" и самооценкой.

Самооценка, как эмоциональная составляющая установки на себя, существует потому, что ее когнитивная составляющая не остается безразличной и вызывает оценки и эмоции, интенсивность которых зависит от контекста и самого содержания когнитивных представлений [14, с. 230].

Объектом самовосприятия и самооценки могут быть физическое тело, способности, социальные отношения и другие аспекты личности. В этом контексте выделяется система частных самооенок. Однако предполагается, что эти частные самооенки, в своей динамике, интегрируются в общее переживание, связанное с целостным образом "Я". Именно это обобщенное и относительно стабильное самооеночное переживание является объектом психологического анализа в большинстве исследований.

Например, Куперсмит определяет самооценку как отношение индивида к себе, которое развивается постепенно и приобретает стабильный характер; она проявляется в форме одобрения или неодобрения, а степень этого одобрения определяет уверенность человека в своей ценности и значимости. Согласно Розенбергу, самооценка отражает степень развития у индивида чувства самоуважения, ощущения собственной ценности и позитивного отношения ко всему, что связано с его "Я".

Поэтому, низкая самооценка означает неприятие себя, отрицание самого себя и отрицательное отношение к своей личности. Исследования самооценки показывают, что она является общим мерилем "Я" и выражает степень принятия или непринятия индивидом самого себя, положительное или отрицательное отношение к себе, основанное на совокупности отдельных самооенок. Однако возникает вопрос о том, как индивид интегрирует эти отдельные самооенки в общее чувство положительности или отрицательности отношения к себе и какие особенности эмоционально-оценочной системы позволяют это сделать.

Существуют разные точки зрения на структуру самоотношения. Одна из простых концепций предполагает, что самоотношение состоит из набора отдельных самооенок, и общая самооценка может быть

представлена как простая сумма этих отдельных самооценок. Однако более распространенная точка зрения заключается в том, что различные аспекты личности, которые являются объектами самооценок, не имеют одинаковой значимости, и самооценки играют более существенную роль в отношении к аспектам, которым придается большее значение. Эти представления основаны на идеях Уильяма Джеймса, который считал, что неудача в малозначимых сферах имеет незначительное влияние на общую самооценку. Несколько исследователей придерживаются этой точки зрения, утверждая, что обобщенная самооценка представляет собой сумму отдельных самооценок, взвешенных в соответствии с их субъективной значимостью, хотя доказательства этой гипотезы пока недостаточны [5, с. 41].

При анализе различных методов измерения общей самооценки Розенберг указывает на то, что простое суммирование отдельных самооценок, применяемое при построении диагностических процедур, является проявлением незнания и требуется учет значимости и вклада каждой отдельной самооценки в общую самооценку. Розенберг предлагает интерактивную гипотезу, согласно которой влияние конкретного аспекта "Я" на самооценку зависит от уровня самооценки по этому аспекту и его значимости для важных аспектов. Высокие уровни самооценки по важным аспектам существенно повышают общую самооценку, тогда как низкие уровни самооценки по важным аспектам значительно снижают общее самоотношение. Вклад самооценок по менее значимым аспектам в общую самооценку оказывается меньшим [3, с. 77]. Таким образом, в соответствии с этими представлениями, самоотношение имеет два уровня: уровень отдельных самооценок и уровень общей самооценки. Их организация в единую систему основана на интеграции отдельных самооценок с учетом их субъективной значимости. Структура самоотношения связана со структурой аспектов "Я", которые включены в концепцию "Я". Однако, прямые доказательства этих представлений все еще ограничены.

Понятие субъективной значимости и взаимодействия между значимостью и самооценкой также требует дальнейшего изучения. Исследователи, исходя из теории когнитивного баланса Фестингера, предполагают, что если низкая оценка по определенному аспекту противоречит желанию иметь высокую общую самооценку, одним из возможных механизмов выхода из этого противоречия является снижение значимости аспектов, по которым индивид оценивает себя низко. Розенберг обнаружил подтверждение этой идеи, обнаружив, что люди придают большую значимость тем аспектам, в которых они успешны. Однако возможность манипулировать значимостью ограничена, поскольку многие критерии самооценки задаются объективными жизненными обстоятельствами. Разные гипотезы о взаимодействии между уровнем самооценки и субъективной значимостью различных аспектов личности привели к созданию разных моделей учета веса отдельных самооценок при их интеграции в общую самооценку [2, с. 24]. В исследовании Ходжа и Маккарти была проведена прямая проверка предположения о целостном характере общей самооценки. Они исследовали связь между отдельными самооценками, их субъективной значимостью и общим самоуважением, используя различные модели учета значимости самооценок. Они также использовали эмпирические оценки значимости. Однако, несмотря на тщательность исследования, они не обнаружили корреляций между общей самооценкой и общим самоуважением, превышающих значение 0,45. Интересно отметить, что взвешивание самооценок по значимости не привело к значительным изменениям в корреляциях по сравнению с простым суммированием отдельных самооценок.

1. Антилогова, Л. Н. Самоотношение в структуре самосознания личности / Л. Н. Антилогова // Вестник Белгородского института развития образования. – 2020. – Т. 7, № 3(17). – С. 76-84. – EDN IRSYVH.
2. Ахтариева, Р. Ф. Изучение самооценки и самоотношения подростков, занимающихся спортом / Р. Ф. Ахтариева, А. А. Фомина // Психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса: теория и практика : Материалы Всероссийской (заочной) научно-практической конференции (с международным участием), Елабуга, 17-18 ноября 2015 года. – Елабуга: Издательство ЕИ КФУ, 2015. – С. 19-27. – EDN VIWKXZ.
3. Балык, А. С. Самооценка как независимая характеристика личности, определяющая механизмы саморегуляции и самоконтроля / А. С. Балык // Научный вестник Государственного автономного образовательного учреждения высшего образования "Невинномысский государственный гуманитарно-технический институт". – 2019. – № 1. – С. 75-80. – EDN JWWQXA.
4. Будников Михаил Юрьевич Психодиагностика самоотношения на современном этапе (на примере аддиктов) // Вестник ВолГМУ. 2014. №1 (49). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihodiagnostika-samootnosheniya-na-sovremennom-etape-na-primere-addiktov> (дата обращения: 18.05.2023).
5. Гаврилова, А. М. Самооценка как проблема исследования в Отечественной психологии / А. М. Гаврилова // Научная инициатива в психологии : Межвузовский сборник научных трудов студентов и молодых ученых. – Курск : Курский государственный медицинский университет, 2021. – С. 40-43. – EDN JUXHNI.

6. Ганина, К. В. Социально-психологические особенности мотивации и самооценки работников образования / К. В. Ганина, Д. В. Зайцев // Научный форум: педагогика и психология : сборник статей по материалам XLII международной научно-практической конференции, Москва, 03 сентября 2020 года. Том 8(42). – Москва: Общество с ограниченной ответственностью "Международный центр науки и образования", 2020. – С. 57-64. – EDN CQCOST.
7. Гайфулин Алексей Викторович Различные теоретические подходы в определении понятия самооценки. // Вестник ТГПУ. 2009. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razlichnye-teoreticheskie-podhody-v-opredelenii-ponyatiya-samootsenki> (дата обращения: 19.05.2023).
8. Гасанова Патимат Гасановна, Мугадова Сиясат Тимуровна Я-концепция как фактор профессиональной успешности личности // Известия ДГПУ. Психолого-педагогические науки. 2015. №4 (33). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ya-kontseptsiya-kak-faktor-professionalnoy-uspeshnosti-lichnosti> (дата обращения: 19.05.2023).
9. Горобец, Т. Н. Самоотношение как этиологический фактор аутодеструктивного поведения / Т. Н. Горобец // Мир психологии. – 2005. – № 3(43). – С. 146-155. – EDN CDELTZ.
10. Максимова Елена Юрьевна, Солдатова Ольга Даниловна Самоотношение как проблема смыслообразующей деятельности личности в юношеском возрасте // Гуманитарные науки . 2022. №4 (60). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/samoотношение-kak-problema-smysloobrazuyuschey-deyatelnosti-lichnosti-v-yunosheskom-vozraste> (дата обращения: 19.05.2023).
11. Новикова Ирина Владимировна Особенности самосознания личности подростков-сирот // Вестник ИрГТУ. 2007. №1 (29). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-samosoznaniya-lichnosti-podrostkov-sirot> (дата обращения: 19.05.2023).
12. Козьмина Людмила Борисовна Самоотношение и самооценка как предикторы психологического благополучия личности студентов-психологов // ИСОМ. 2013. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/samoотношение-i-samootsenka-kak-prediktory-psihologicheskogo-blagopoluchiya-lichnosti-studentov-psihologov> (дата обращения: 19.05.2023).
13. Кузьмина Анна Николаевна, Гайфуллина Наталья Геннадьевна Взаимосвязь самооценки с социометрическим статусом в группе // Вестник науки и образования. 2018. №6 (42). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vzaimosvyaz-samootsenki-s-sotsiometricheskim-statusom-v-gruppe> (дата обращения: 19.05.2023).
14. Сидоров, К. Р. Самооценка в психологии / К. Р. Сидоров // Мир психологии. – 2006. – № 2(46). – С. 224-234. – EDN HTWTWP.
15. Сорокина, С. Е. Роль личностной самооценки в психологическом благополучии личности / С. Е. Сорокина // Герценовские чтения: психологические исследования в образовании. – 2018. – № 1-1. – С. 234-238. – EDN WQKTQS.
16. Сухова О.В. ВЛИЯНИЕ УРОВНЯ ЗАРАБОТНОЙ ПЛАТЫ НА САМООЦЕНКУ И ПРОФЕССИОНАЛЬНУЮ УСПЕШНОСТЬ ЛИЧНОСТИ // Дискуссия. 2021. №1 (104). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-urovnya-zarabotnoy-platy-na-samootsenku-i-professionalnyuyu-uspeshnost-lichnosti> (дата обращения: 19.05.2023).
17. Коноплёв Н.Н., Коноплёва Л.С. САМООТНОШЕНИЕ КАК КОМПОНЕНТ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ У РАБОТАЮЩИХ И НЕРАБОТАЮЩИХ ПЕНСИОНЕРОВ ДО 65 ЛЕТ // Форум молодых ученых. 2018. №1 (17). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/samoотношение-kak-komponent-psihologicheskogo-zdorovya-u-rabotayuschih-i-nerabotayuschih-pensionerov-do-65-let> (дата обращения: 19.05.2023).
18. Клепач, Ю. В. Особенности самоотношения студентов-психологов на разных этапах обучения в вузе / Ю. В. Клепач, Т. О. Бородовицына // О некоторых вопросах и проблемах психологии и педагогики : сборник научных трудов по итогам международной научно-практической конференции, Красноярск, 11 ноября 2017 года. Том Выпуск IV. – Красноярск: Инновационный центр развития образования и науки, 2017. – С. 91-93. – EDN YQXJZT.
19. Хитрова, А. В. Теоретический анализ сущности и содержания понятия самооценки в психолого-педагогической литературе / А. В. Хитрова, Т. Д. Суворова // Инновации. Наука. Образование. – 2021. – № 43. – С. 1360-1367. – EDN ZVCBHE.
20. Чевачина, А. В. Особенности становления самоотношения в подростковом возрасте / А. В. Чевачина // Инициативы XXI века. – 2012. – № 1. – С. 147-148. – EDN PBOBFD.

*Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:*

<https://stuservis.ru/kursovaya-rabota/362781>