

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт психолого-педагогического образования
Кафедра психологии

ПАНИЧКИНА НАДЕЖДА ЮРЬЕВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

ОСОБЕННОСТИ ОБРАЗА «Я» СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы
Практическая психология в образовании

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой
канд. психол. наук, доцент Дубовик Е.Ю.

Руководитель
старший преподаватель Перова Л.В.

Руководитель
канд. психол. наук, доцент Дубовик Е.Ю.

Обучающийся
Паничкина Н.Ю.

Дата защиты

Оценка

Красноярск 2021

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	2
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ИССЛЕДОВАНИЯ ОБРАЗА «Я» В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ.....	5
1.1 Изучение образа «Я» в отечественной и зарубежной психологии	5
1.2 Психологическая характеристика подросткового возраста	9
1.3. Особенности развития образа «Я» в подростковом возрасте	16
Выводы по главе 1.....	22
ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОБРАЗА «Я» СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ.....	24
2.1 Организация и методики исследования образа «Я» старших подростков	24
2.2 Результаты эмпирического исследования образа «Я» старших подростков	27
2.3. Психолого-педагогические рекомендации по развитию образа «Я» старших подростков.....	46
Выводы по главе 2.....	51
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	54
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	57

ВВЕДЕНИЕ

Способность к самосознанию и самопознанию является исключительным достоянием человека, который осознает себя как субъект сознания, общения, а также действия. Продукт такого процесса самопознания – динамическая система представлений человека о самом себе, Образ «Я», что является одной из составляющих «Я-концепции».

Самосознание – это не то, что дается человеку от рождения, это результат развития. Зачаток сознания тождественности появляется в младенческом возрасте, после того как ребенок начинает различать ощущения, которые вызваны внешними предметами, а также ощущения, которые вызваны собственным телом младенца.

Примерно с трех лет появляется сознание «Я», с тех пор, когда ребенок начинает употреблять личные местоимения, причем правильно. Наибольшее значение в подростковом и юношеском возрасте приобретает не только осознание своих психических качеств, но и самооценка.

Изучение образа «Я», а также его становление в подростковом возрасте приобретает особую значимость в связи с тем, что именно в этот период идет интенсивный процесс его формирования. Это в значительной степени определяет особенности личности и поведение подростка.

В современной психологической науке изучению сущности самосознания посвящены исследования Л.С. Выготского, Р. Бернса, Л.И. Божович, К. Роджерса, А.Г. Спиркина, В.В. Столина, И.И. Чесноковой и др., вопросы самопонимания рассматриваются в исследованиях В.В. Знакова, В.И. Пузько, И.А. Романовой. Однако, следует отметить, что изучение самопонимания исследователями рассматривается в большинстве случаев в юношеском возрасте.

Исследователи Л.И. Божович, Е.А. Климов, Д.Б. Эльконин, отмечают, что для подростков общение со сверстниками во многом определяет

особенности поведения и деятельности, что формирует личность и образ «Я». Формирование желательного образа «Я» происходит за счет восприятия отношения других по отношению к себе, через формирование образа «социальное «Я».

Образ «Я» или «Я-концепция» есть совокупность установок на самого себя складывающихся из представлений: образ «Я», самооценка, потенциальная поведенческая реакция. Образ «Я» подростка формируется в ходе взаимодействия со сверстниками и в большей степени и со взрослыми в меньшей степени.

Изучением подросткового возраста, становлением личности, формированием образа «Я» занимались такие авторы как: В.А. Аверин, В.Г. Ананьев, Р. Бернс, Л.И. Божович, Л.С. Выготский, И.В. Дубровина, И.С. Кон, К. Роджерс, Д.Я. Райгородский, Д.И. Фельдштейн, Э. Эриксон и другие исследователи.

Объект исследования: образ «Я».

Предмет исследования: особенности образа «Я» старших подростков.

Цель исследования: изучить особенности образа «Я» старших подростков.

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что существуют различия в компонентах образа «Я» у мальчиков и девочек старшего подросткового возраста.

Определенные нами цель и гипотеза требуют решения следующих задач:

1. Рассмотреть психологические подходы к пониманию проблемы образа «Я» в отечественной и зарубежной литературе..
2. Рассмотреть характеристику подросткового возраста.
3. Определить пути развития образа «Я» в подростковом возрасте.
4. Подобрать методический инструментарий для проведения констатирующего эксперимента.

5. Провести эмпирическое исследование образа «Я» в подростковом возрасте.

6. Разработать систему занятий по формированию и развитию у детей подросткового возраста представлений образа «Я».

Методы исследования:

- теоретические: анализ литературы по проблеме исследования;
- эмпирические: опросные методы, тестирование;
- методы количественной и качественной обработки данных.

Методики исследования:

- опросник самооотношения (С.Р. Пантелеев и В.В. Столин);
- методика «Кто Я?» (М. Кун и Т. Макпартленд, в модификации Т.В. Румянцевой).

Исследование образа «Я» в подростковом возрасте проводилось на базе МОУ СОШ №XXX г. Красноярска. В исследовании приняли участие 24 подростка, обучающиеся в 9 классе в возрасте 15-16 лет.

Практическая значимость данного исследования состоит в возможном использовании практических данных психологами и педагогами в работе с подростками.

Структура работы состоит из введения, двух глав, заключения и списка использованных источников.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ИССЛЕДОВАНИЯ ОБРАЗА «Я» В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

1.1 Изучение образа «Я» в отечественной и зарубежной психологии

Изучение понятия образа «Я» в рамках психологии, психиатрии и социологии началось с конца XIX и до середины XX в. Определение понятия образа «Я» возникло в рамках гуманистической психологии в 1950 году.

Один из первых выдвинул теорию о образе «Я» У. Джеймс. Он выделил в теории две стороны образа «Я» – субъектную и объектную. Одна сторона личности – есть «сознающая Я» (I), а вторая – это та часть, которая осознается – «Я как объект» (Me) [20].

У. Джеймс предполагает, что структура личности состоит из четырех составляющих:

– «Духовное Я» -внутреннее и субъективное бытие человека. Набор его религиозных, политических, философских и нравственных установок.

– «Материальное Я» - то, что человек отождествляет с собой (его дом, собственность, семья, друзья и пр.)

– «Социальное Я» - его социальная роль.

– «Физическое Я» - тело человека, его биологические потребности.

Структура образа «Я» состоит из трех основных процессов:

– самовосприятие (эмоции, чувства, ощущения, представления);

– самонаблюдение (внешность, поведение);

– самоанализ (мысли, поступки, взаимоотношения с другими людьми).

Каждый этот процесс состоит из трех компонентов:

– когнитивный (образ Я) - представления индивида о самом себе;

– оценочный (самооценка) - эмоциональная оценка образа Я;

– поведенческий – поведенческие реакции или действия, знания о себе и отношением к себе.

Образ «Я» определяется следующими факторами:

– ясностью индивидуального самосознания и наличием адекватных символов для его выражения;

– чувством личной адекватности;

– отсутствием у индивида ощущения угрозы в ситуации самоописания.

Другая теория образа Я или «Я-концепции» представлена Р. Бернсом.

На рисунке 1 графически представлена «Я-концепция» как личностная структура. Эти установки различаются модальностями:

- 1) реальное Я (каким я, как мне кажется, являюсь на самом деле);
- 2) идеальное Я (каким я хотел бы стать);
- 3) зеркальное Я (каким меня видят другие люди).



Рисунок 1. Иерархическая структура «Я-концепции» Р. Бернса

В каждую установку образа «Я» входит – физическое Я, социальное Я, умственное Я, эмоциональное Я.

Образ «Я» проявляется по разному на каждом уровнях:

1) на уровне «организм-среда» – физический Я-образ (схема собственного тела), вызывающийся потребностью в физическом благополучии организма;

2) на уровне социального индивида – социальные идентичности: половая, возрастная, этническая, гражданская, связанные с потребностью человека в принадлежности к общности;

3) на уровне личности – дифференцирующий образ Я, характеризующий знание о себе в сравнении с другими людьми.

Образ «Я» изучали многие ученые, поэтому существует большое количество различных теорий, которые подробно рассмотрены в таблице 1.

Таблица 1

Подходы к изучению образа «Я» в психологии

Автор классификации	Основные составляющие образа «Я»
Классификация К. Роджерса	1. Я-реальное. 2. Я-идеальное (показывает, каким человек хочет стать).
Классификация Ч. Кули	1. Я-реальное – представление человека о себе в реальный момент жизни. 2. Я-идеальное – личностные идеалы. 3. Зеркальное Я – как воспринимают человека другие люди.
Классификация М. Розенберга	1. Настоящее Я – каким человек видит себя в данный момент. 2. Динамическое Я – каким человек хочет стать (Я-идеальное). 3. Фантастическое Я – каким человеку следует быть, исходя из норм морали. 4. Будущее Я (возможное Я). 5. Идеализированное Я – каким приятно видеть себя. 6. Изображаемое Я – каким я стараюсь казаться в глазах других людей.
Классификация Д. Оффера и Ч. Строзаера	1. Физическое Я – это представление о состоянии своего здоровья, физической силе. 2. Сексуальное Я – это представление о качествах, которые проявляются у человека в сфере сексуальных отношений. 3. Социальное Я – представление человека о способностях к совместной деятельности с другими людьми. 4. Психологическое Я – представление личности о своем внутреннем мире. 5. Семейное Я – представления о выполнении своих семейных ролей.

Образ «Я» выполняет обеспечение относительной устойчивости личностного поведения [30].

А.М. Прихожан указывает, что соотношение понятий Я-концепция и самосознания синонимы, но точно их связь не исследована [29].

Становление образа «Я» проходит в обстоятельствах обмена деятельностью между людьми. Формирование адекватной Я-концепции, и прежде всего самосознания [28].

Можно сказать, что образ «Я» – это развивающаяся система представлений человека о самом себе, включающая самооценку, восприятие собственной личности через внешние факторы, и понимание физических, интеллектуальных, социальных свойств. Формирование образа «Я» в подростковом возрасте проходит через такие взаимодействия, как: «Я» и образ тела, «Я» и самооценка, «Я» и мнение родителей, «Я» и мой внутрисемейный стиль общения, личностное самоопределение, «Я» и мои роли. Каждое из этих взаимодействий движет мнением подростка и себе, об окружающем мире, дает понимание каким в этом мире он хочет быть. Изначально наблюдается сильное расхождение своих представлений об идеальном мире, идеальных ролях, идеальных людях вокруг, и реальном мире. К старшему подростковому возрасту наблюдается стабилизация таких представлений.

В структуре образа «Я» выделяют три компонента:

- когнитивный – это, когда у человека установлен образ своего Я, т.е. о своей внешности, способностях, личностных качествах и др.;
- эмоциональный компонент содержит отношение к себе;
- оценочно-волевой компонент выражает стремление личности повысить свою значимость, социальную роль, авторитет и т.п.

Все эти компоненты развиваются в общении и деятельности, впоследствии формируя личностные качества человека [11].

Я-концепция, по мнению Л.А. Никоненко – это развивающаяся система представлений человека о самом себе, которая включает:

а) осознание своих физических, интеллектуальных, характерологических, социальных и пр. свойств;

б) самооценку;

в) субъективное восприятие влияющих на собственную личность внешних факторов [29].

Образ «Я» играет важную роль в жизни личности. Я концепция влияет на:

– обеспечение внутренней согласованности личности;

– определение жизненного опыта;

– источник установок и ожиданий личности [18].

Таким образом, образ «Я» есть феномен психологии и социологии, который на данный момент рассматривается с теоретической и с практической стороны. Уильям Джемс, Чарльз Хортон Кули внесли свой вклад в понимание образа «Я».

1.2 Психологическая характеристика подросткового возраста

Подростковый период, согласно возрастной периодизации Д.Б. Эльконина определяется с 10-11 до 14-15 лет [36].

В силу достаточно широкой возрастной границы, справедливо сказать, что внутри периода подросток 11 лет и подросток 15 лет будут иметь разные особенности, качества личности, ценности и пр. В силу указанного подростковый период можно разделить на 3 подпериода: младший подростковый возраст, средний и старший.

Старший подростковый возраст (14-16 лет) выступает как переход от подростничества к юности. Так, обучающиеся в общеобразовательной школе в 8-9 классе занимают некоторое переходное положение: я подросток и могу шалить, но с другой стороны я уже почти взрослый, время шалостей закончилось и мне нужно задумываться серьезно о профессиональном

выборе. Поэтому в старшем подростковом возрасте совершаются самые необдуманные поступки, словно подросток пытается «запрыгнуть в последний вагон» уходящего детства.

Старший подростковый возраст характеризуется развитием ценностно-смысловой сферы. Подросток расставляет приоритеты и понимает, что для него значимо и в какой степени. Развивается самосознание, но несмотря на это подросток недостаточно критичен и подвержен влиянию сверстников или значимых взрослых. В силу данной особенности подросток может пробовать курить, выпивать, употреблять наркотики, а также вступать в неформальные группы, в сетевые пирамиды по продаже определенной продукции, заниматься ставками и иными денежными махинациями ведь это получает одобрение со стороны референтной для него группы или взрослого человека.

Также в старшем подростковом возрасте подросток начинает задаваться вопросами справедливости, чести, ответственности и смысла жизни. Данные мысли не дают покоя и погружают в напряженность. Подросток, привыкший ранее делить мир на черное и белое, хорошее и плохое открывает для себя вариативность и что есть серая область между черным и белым. Данное открытие становится потрясением, ведь все что ранее говорили родители и педагоги можно подвергнуть сомнению. В таких условиях некоторые подростки начинают проявлять пессимистичность, негативный взгляд на окружающий мир.

Часто в подростковом возрасте у обучающихся возникают трудности в отношениях с педагогами, родителями и сверстниками, что подтверждает И.С. Кон. Автор упоминает что пик конфликтов приходится на 14-18 лет, что по его периодизации является ранней юностью [35].

Как уже упоминалось ранее подростковый возраст является переходным к юности, когда наступает взрослость. Стоит упомянуть про некоторую кризисность возраста ведь именно в данном возрастном периоде детский опыт и система отношений не соответствуют его внутреннему

ощущению себя. Подросток ощущает себя взрослым и хочет принимать решения, поступать как взрослый, однако механизмы и приемы еще не сформированы.

Желание быть взрослым у подростков достаточно поверхностно, ведь они ориентируются только на внешние признаки взрослости: взрослые могут позволить себе курить и выпивать, зарабатывать деньги, выбирать самостоятельно на что деньги тратить, публично высказывать свое мнение и др. Однако за позицией взрослого стоит определенная ответственность, о которой подростки не думают.

В силу желания быть взрослым обостряются конфликты с родителями потому что для них подросток все еще ребенок. Подростку кажется, что его не понимают и не принимают в семье, что является очень сильным травмирующим переживанием, утешение от которого он начинает искать в другом поле. Данным полем становится общение со сверстниками.

Общаясь со сверстниками, подросток находит много общего: их также не понимают родители, неудовлетворенность в проявлении своей индивидуальности, общие музыкальные предпочтения и прочее. Интимно-личностное общение со сверстниками пронизано эмоциями, поэтому подростку кажется, что он находит самых лучших друзей, а также очень болезненно воспринимает предательство или уход друга.

Поведение подростка можно описать как нестабильное. Оно характеризуется возбудимостью, излишней эмоциональностью, импульсивностью. Данные характеристики зависят от биологических изменений, происходящих в организме подростка – развитие эндокринной системы, активная выработка гормонов. Кроме биологической причины также имеются и социальные. Например, попытки подростка проявить самостоятельность и индивидуальность не находят одобрения со стороны родителей, что приводит к обидам, проявлению крайней эмоциональности и конфликтным отношениям. Таким образом мы можем констатировать

нарушение детско-родительских отношений, а поведение ребенка при этом будет более протестным.

В силу натянутых отношений между родителями и подростками, чаще всего первые говорят о трудности и кризисность подросткового периода. Однако не все родители с пониманием относятся к своему ребенку и идут на встречу, ведь многие родители не осознают насколько глубокие и фундаментальные изменения происходят с их ребенком в подростковом возрасте.

Однако в подростковом возрасте возможно нарушенное развитие, о котором писала В.Г. Казанская. Автор поднимает тему «кризиса зависимости» в подростковом возрасте. В.Г. Казанская указывает, что кризис зависимости может возникнуть из-за токсичных взаимоотношений подростка с родителями, которым свойственен авторитарный стиль. Кризис зависимости будет проявляться в следующем: тотальное послушание, инфантильность поведения и сферы интересов, подчинение мнению большинства, зависимость от взрослых [11].

Н.Ю. Дмитриева в своих работах поднимает тему обязательного предоставления самостоятельности ребенку в подростковом возрасте, для того чтобы избежать развития кризиса зависимости. Автор указывает, что главной задачей подросткового возраста является формирование зрелой личности со взрослой позицией, которая способна принимать решения, свободна в своих суждениях и высказываниях [26].

Н.Ю. Дмитриева наставляет взрослых двигаться в направлении кризиса независимости, что является продуктивным в развитии личности подростка [26].

Для более полного понимания специфики возрастного развития рассмотрим новообразования старшего подросткового возраста.

К новообразованиям подросткового возраста исследователями относятся следующие.

Возникновения любопытства к своему внутреннему миру. В возрасте до 11-13 лет для ребенка первоначальную роль играет его внешний мир, который он с большим интересом изучает, познает, в который он в дальнейшем переносит свои переживания, эмоции и свою фантазию. В процессе же подросткового кризиса, ребенок начинает изучать себя с внутренней стороны, у него появляется интерес к собственным переживаниям, своему положению в обществе, осознанности своей уникальности.

Происходит бурное развитие критического мышления. Формальная, жесткая логика начинает овладевать умом подростка. Отсюда берется характерная черта подросткового сознания – максимализм, который в сочетании с бурными эмоциями, иногда заставляет подростка навсегда ссориться с родителями, с друзьями, приводит к сильнейшему унынию с отсутствием смысла жизни.

Потребность в признании окружающих, в близких отношениях. Очень часто друзья для подростка становятся роднее и важнее членов семьи. В это период жизни, человек начинает учиться строить близкие отношения и любить. Мнение окружающих о нем, приобретает колоссальное значение.

По мнению Д.Б. Эльконина, центральное новообразования данного возраста – «чувство взрослости», что ставит подростка в новую позицию по отношению ко взрослым и в к окружающему миру в целом.

Меняется социальная активность подростка, он как «губка» впитывает в себя нормы, модели поведения и ценности взрослого мира. Это имеет серьезные последствия тому, что дети и взрослые, это представители разных групп и имеют разные права, обязанности и привилегии.

Развитие личности в подростковом периоде С.В. Молчанов характеризует двумя противоположными тенденциями: с одной стороны, устанавливаются все более тесные межиндивидуальные контакты, усиливается ориентация на группу, с другой, – происходит рост

самостоятельности, усложнение внутреннего мира и формирование личностных свойств [26].

Одним из самых важных аспектов в развитии личности подростка, является формирование его самосознания. Во время развития познания подростком окружающей действительности, наступает такой период, когда объектом глубокого изучения становится человек и его внутренний мир. Стремление к познанию и оценке психологических качеств человека, вызывает интерес к своей психической жизни, интерес к себе и качествам своей личности, потребность сравнивать себя с другими людьми, оценивать себя, разбираться в своих переживаниях и чувствах. Именно так формируется представление подростка о своей личности.

Т.П. Авдулов указывает что в подростковом возрасте происходит активный процесс самопознания, формирования образа Я. Подросток зает себе определенные вопросы: Кто я как сын? Кто я как обучающийся? Кто я как собеседник? Кто я как друг? И др. Автор указывает, что результатом самопознания является сформированная самооценка. В процессе формирования самооценки подросток наблюдает за своим ближайшим окружением и сравнивает себя с другими.

Автор подчеркивает, что уровень самооценки выступает регулятором поведения подростка.

Так, заниженная самооценка больше будет проявляться в поведении подростка в качестве желания скрыться от всех, не проявлять инициативу, чтобы не привлекать внимание к себе. Будут присутствовать оценка себя как некрасивого, недостаточно умного, необщительного и т.д. Такой уровень самооценки задает тенденцию к развитию тревожности.

В процессе становления самооценки у подростка формируется нравственный облик человека, как некоторой идеальной единицы – идеальное Я. Идеальное Я для подростка есть собирательный образ всех характеристик, которые так или иначе получают положительное социальное

подкрепление: то что считается «крутым» в среде сверстников, то что культивирует общество, то что считается социально желаемым. Сформированный образ выступает в качестве эталона при оценки самого себя и других людей.

Очень часто случаются ситуации когда то, что предъявляет взрослый не соответствует сформированному идеалу. Это влечет отвержение предъявляемой информации, а также мнения взрослого [1].

В подростковом возрасте происходит становление сферы интересов и ценностей, но основе чего в последующем формируются цели и направленность профессиональной деятельности. Данный аспект также оказывает влияние на формирование самооценки.

Таким образом эмоциональное благополучие подростка в большей части зависит от уровня самооценки и уверенности в себе. Неадекватная же самооценка влечет возникновение внутриличностных и межличностных конфликтов, которые протекают с выплескивание негативных эмоций и агрессии. В силу критичности в свою сторону по причине несоответствия идеалу, который подросток сам себе выработал он негативно относится к самому себе. Когда ближайшее окружение в лице педагогов, родителей делают замечание по отношению отрицательных черт подростка увеличивается волнение, а также провоцирует эмоциональный «взрыв», перетекающий в конфликт. Такие события провоцируют уход в девиантное поведение – уход из дома, уход из школы и др.

Тенденция к взрослости о которой пишет Д.Б. Эльконин ознаменует весь подростковый период, но в особенности старший подростковый возраст [33].

Именно признание подростка взрослым со стороны ближайшего взрослого окружения во многом может сгладить негативизм возрастного периода. Так можно избежать большей части конфликтов, обид, грубостей и непослушания.

Таким образом, подростковый возраст является периодом активного становления личности. На данном этапе развития личности на основе развития самооценки и самопознания, развивается «Я-концепция».

Самооценка является центральным новообразованием подросткового возраста, а ведущей деятельностью является общение и общественно значимая деятельность.

В данном возрасте актуальными являются потребности в друге, в общении со сверстниками, в самоутверждении, потребность занять достойное место в коллективе. В этом возрасте заметно усиливается критическое отношение детей к действиям, поступкам, поведению взрослых.

Таким образом, подростковый возраст, возрастной промежуток между детством и взрослостью. Подростковый возраст является переломным моментом становления личности, поэтому считается трудным в педагогическом и психологическом отношении. Важным моментом в подростковом возрасте является становление и изменение образа «Я».

1.3. Особенности развития образа «Я» в подростковом возрасте

В подростковом возрасте происходит интенсивное развитие самосознания, что оказывает влияние на становление личности подростка. По мнению Б.Г. Ананьева, в подростковом возрасте сознание, в результате включения в новые отношения, становится объектом самосознания и, держит на себе структуру характера, обеспечивая целостность и устойчивость личности подростка [6].

В подростковом возрасте формируется индивидуальность личности. В данный возрастной этап происходит смещение фокуса оценки с внешних родительских оценок на собственную самооценку ребенка [6].

Формирование образа «Я» в подростковом возрасте касается таких элементов, как: образ тела, самооценка, характер и динамика самооценки,

влияние мнения родителей на самооценку, внутрисемейный стиль общения, личное самоопределение себя в социуме, эгоцентризм, социальные роли и другие.

Рассмотрим каждый элемент более подробно.

В подростковом возрасте идет активный рост тела и половое созревание. Необходимость построения мужской или женской роли поведения, на основании этих изменений, переход к генитальной сексуальности, влияют на самооценку и образ «Я» подростка. Собеседник, начинает занимать в жизни ребенка подростка совершенно другое место [12].

Посредством понимания физического образа собеседника, и других людей подросток приходит к пониманию себя [11].

При изучении поведения подростков А.В. Ковалевская установила, что физический облик принятый в социальной группе где существует подросток, принимается как стандарт, и становится определяющим фактором в положении в группе. Осознание и принятие своей внешности влияние на становление различных сторон личности, а именно на формирование самооценки [11].

Следовательно, образ тела в образ «Я» подростка в более младшем возрасте более выражен и имеет полярность – «хорошо, плохо»; к старшему подростковому возрасту внешность и образ тела не менее важен, но уже имеет собственные индивидуальные проявления [11].

Самооценка подростка, это составляющая самосознания, включающая оценку человеком своих физических характеристик, способностей, нравственных качеств и поступков [24].

В старшем подростковом возрасте самооценка многосторонняя и охватывает различные сферы жизнедеятельности. С.Л. Рубинштейн в самооценке подростка находит ступенчатость от наивности поведения до колеблющейся самооценки [24].

Структурными составляющими самооценки когнитивный и эмоциональный, которые в единстве осуществляют свой функционал, обеспечивая формирование представлений о себе и эмоционального отношения к себе.

Самоопределился подростку как личности, сформировать адекватную самооценку и устойчивый образ «Я» основанную на самодостаточности и устойчивой самооценке подростку помогает постепенный переход от внешней стороны личности к ее внутренней стороне [24].

Подросткам свойственна критичность оценки. Адекватная самооценка способствует формированию у подростка уверенности в себе, самокритичности. Л.В. Бороздина и Ю.Х. Василькина в ходе исследований наблюдают взаимосвязь характера самооценки с учебной и общественной деятельностью. Адекватная самооценка дает подростку большее поле реализации интересов, больше шансов на межличностные контакты, возможность познать себя познать других через общение. Низкая самооценка приводит подростка к депрессии и полному устранению себя из общения со сверстниками. Старшие подростки описывая себя, характеризуя свой мир, описывая свою Я-концепцию охватывают почти все свои увлечения [13].

Важными личностными качествами «Я» в подростковом возрасте являются коммуникативные, волевые и интеллектуальные качества, обеспечивающие процессы самопознания, самоотношения, самооценивания, самоуважения, что осуществляется под влиянием значимого межличностного общения, которые понимаются ребенком как эталоном поведения [13].

Можно наблюдать, что подросток формирует понимание своего «Я-идеального», насколько подросток похож на окружающих его людей, и насколько он близок к своему идеалу. В более старшем возрасте уже появляется значимость своих знаний и умений для окружающих [13].

Установил взаимосвязь между формированием самооценки у ребенка с контролем и поддержкой со стороны родителей А.Ю. Агафонов, а именно

общее выражение заинтересованности родителей в ребенке, положительном влиянии на подростковую самооценку. Таким же образом влияют факторы, связанные с поддержкой со стороны учителя. Значим для самооценки ребенка когнитивно-эмоциональное принятие со стороны учителя подростка [1].

Отмечается, что теплое, внимательное отношение родителей является основным условием формирования и дальнейшего подкрепления положительной самооценки подростков [1].

Стиль общения внутри семьи так же влияет на самооценку подростка.

Влияние семьи на развитие личности подростка и формирование Я-концепции имеет такую же высокую значимость как и в более младших группах, не взирая на то, что подросток стремится отстроиться от мнения родителей. Занимаемое в семье место подросток соотносит со своим Я-идеальным.

Отношение к самоопределению начинает проявляться уже в младшем подростковом возрасте, формируется и включается в Я-концепцию на рубеже подросткового и юношеского возраста.

Соотношение различных видов самоопределения во временном контексте рассматривает Р.М. Гинзбург Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. СПб.: Питер, 2008. 400 с. В Я-концепцию подростка самоопределение входит как единая смысловая система обобщенных представлений о мире и самом себе, формирующая внутренние позиции взрослого человека. Эти внутренние позиции складываются из того, как подросток на основе своего предшествующего опыта, своих возможностей, своих ранее возникших потребностей относится к тому, какое положение он занимает в жизни в настоящее время и какое положение он хочет занимать. Таким образом, эта внутренняя позиция, составляющая новообразование Я-концепции подростка, обуславливает его отношение к действительности, окружающим, самому себе и моделирует его будущее

место в обществе в виде жизненного плана или жизненной программы [7Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. СПб.: Питер, 2008. 400 с].

С точки зрения Л.С. Выготского, подросток субъективен, поэтому жизненные планы его являются преимущественно идеалистическими и обеспечивает их формирование чаще идеальная Я-концепция [10].

Для подростков характерны размышления о будущем и достаточно оптимистические планы. При этом подростки проявляют начало осознанности, что реальное будущее строиться на основании сегодняшней практики, насыщение будущего есть результат настоящих действий [10].

При этом к старшему подростковому возрасту все еще существует сложность оценивания перспектив ближайшего и далекого будущего, где первое охватывает несколько ближайших дней – месяцев, а второе рассматривает долгосрочные жизненные планы. Планы подростков чаще всего терпят фиаско, являясь иллюзорными, поскольку не подкреплены сегодняшними реальными возможностями.

Образ «Я» подростка оформлен его чувствами, а самооценка фиксирована на своей уникальности, включая такие эмоционально значимые характеристики, как любовь, ненависть, чувственность и жесткость. На основании чего подростки часто презентуют себя далеко от действительности, более фантастично. Часто подростки рассказывают о себе истории которые не являются правдой. Д. ЭлкинД описывает такое явление, как личный миф, где подросток сфокусирован на своих мыслях и чувствах [3ЭлкинД Д. Эрик Эриксон и восемь стадий человеческой жизни // Психология личности / Под ред. Д.Я. Райгородского. Самара, 1999.].

Постепенно к старшему подростковому возрасту «воображаемая аудитория» приближается и практически соединяется с реальной аудиторией, личная история под влиянием реального мнения и реакцией окружающих, перестает презентоваться в формате «личного мифа» и превращается в

«резюме». Это преобразование в большей степени связано с развитием способностей устанавливать и поддерживать межличностные отношения [34].

Подростки создают мысленные идеал семьи, друзей, любимого человека, часто создают собственную религию, микрогруппу, становятся причастными в микрообществе. При этом идеальное общество в мыслях подростка существует для того, что бы примирить все противоречия, создавая гармоничное поле [34].

Э. Эриксон считает, что перед подростком, обретшим способность к обобщению, встает задача объединить все, что он знает о самом себе как о школьнике, сыне, спортсмене, друге и так далее. Все эти роли он должен собрать в единое целое, понять, связать с прошлым и спроецировать будущее. Если подросток успешно справится с этой задачей – психосоциальной идентификацией, то у него появится ощущение того, кто он есть [34].

Осознание личностной ценности у подростков определяется, прежде всего, теми ценностями, которые демонстрируют родители в отношениях со своими детьми. Если гармония не достигается, то проявляются и усиливаются защитные реакции и некоторые из них становятся спонтанным способом реагирования на реальность [34].

Можно с уверенностью утверждать, что доброжелательное и компетентное сопровождение ребенка взрослыми, демонстрирующими гармоничные отношения с собой и миром, обеспечит подростку полноценную самоактуализацию, а обществу – личность, ведущую за собой в культурном и социальном прогрессе.

Выводы по главе 1

В заключение теоретического анализа литературы можно сделать следующие выводы:

Образ «Я» или «Я-концепция» есть совокупность установок на самого себя складывающихся из представлений: образ «Я», самооценка, потенциальная поведенческая реакция. Образ «Я» подростка формируется в ходе взаимодействия со сверстниками и в большей степени и со взрослыми в меньшей степени.

Образ «Я» рассматривается в рамках психоаналитического, бихевиористического, когнитивного подходов. В гуманистической психологии (А. Маслоу, К. Роджерс) понимается через человеческое «Я» как фактора саморазвития личности.

В структуре образа «Я» выделяют три компонента:

- когнитивный – это, когда у человека установлен образ своего Я, т.е. о своей внешности, способностях, личностных качествах и др.;
- эмоциональный компонент содержит отношение к себе;
- оценочно-волевой компонент выражает стремление личности повысить свою значимость, социальную роль, авторитет и т.п.

Все эти компоненты развиваются в общении и деятельности, впоследствии формируя личностные качества человека. В рамках психологии личности особое значение имеет самосознание как высший уровень развития сознания.

В подростковом возрасте формируется свой собственный мир, формируется индивидуальность личности. В данный возрастной этап происходит смещение фокуса оценки с внешних родительских оценок на собственную самооценку ребенка. Таким образом, постепенно у подростка формируется «Я-концепция».

Формирование образа «Я» в подростковом возрасте проходит через такие взаимодействия, как: «Я» и образ тела, «Я» и самооценка, «Я» и мнение родителей, «Я» и мой внутрисемейный стиль общения, личностное самоопределение, «Я» и мои роли. Каждое из этих взаимодействий движет мнением подростка и себе, об окружающем мире, дает понимание каким в этом мире он хочет быть. Изначально наблюдается сильное расхождение своих представлений об идеальном мире, идеальных ролях, идеальных людях вокруг, и реальном мире. К старшему подростковому возрасту наблюдается стабилизация таких представлений.

Формирование образа «Я» в подростковом возрасте касается таких элементов, как: образ тела, самооценка, характер и динамика самооценки, влияние мнения родителей на самооценку, внутрисемейный стиль общения, личное самоопределение себя в социуме, эгоцентризм, социальные роли и другие.

ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОБРАЗА «Я» СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ

2.1 Организация и методики исследования образа «Я» старших подростков

Организация и проведение эмпирического исследования направлено на достижение следующей цели: изучить образ «Я» в подростковом возрасте.

Исследование образа «Я» в подростковом возрасте проводилось на базе МОУ СОШ №XX г. Красноярска.

В исследовании приняли участие 24 подростка 9-го классов в возрасте 15-16 лет, из них 12 подростков – девочки, 12 подростков – мальчики.

При диагностике были использованы следующие диагностические методики:

1. «Опросник самоотношения» (С.Р. Пантелеева и В.В. Столина).

Методика исследования самоотношения (МИС), разработанная С.Р. Пантелеевым и В.В. Столиным.

В качестве исходного принимается различие содержания "Я-образа" (знания или представления о себе, в том числе и в форме оценки выраженности тех или иных черт) и самоотношения. В ходе жизни человек познает себя и накапливает о себе знания, эти знания составляют содержательную часть его представлений о себе. Однако знания о себе самом, естественно, ему безразличны: то, что в них раскрывается, оказывается объектом его эмоций, оценок, становится предметом его более или менее устойчивого самоотношения.

Методика предназначена для выявления структуры самоотношения личности, а также выраженности отдельных компонентов самоотношения:

1) открытость/закрытость - измеряет осознанность «Я»: глубокое или поверхностное проникновение в себя, открытое или закрытое (защитное) отношение к себе;

2) самоуверенность - задает отношение к себе как к уверенному, самостоятельному, волевому и надежному человеку, которому есть за что себя уважать;

3) саморуководство - отражает представление о том, что основным источником активности и результатов, касающихся как деятельности, так и собственной личности субъекта, является он сам;

4) отраженное самоотношение, или зеркальное «Я», - отражает представление субъекта о том, что его личность, характер и деятельность способны вызывать у других людей уважение, симпатию, одобрение, понимание или противоположные им чувства;

5) самооценность - отражает эмоциональную оценку себя, своего «Я» по внутренним интимным критериям духовности, богатства внутреннего мира, способности вызывать в других глубокие чувства;

6) самопринятие - отражает чувство симпатии к себе, согласия со своими внутренними побуждениями, принятия себя таким, какой «Я» есть, пусть даже с некоторыми недостатками;

7) самопривязанность - отражает желание или нежелание субъекта изменяться по отношению к наличному состоянию собственного «Я»;

8) внутренняя конфликтность, или самонепонимание, - отражает чувство конфликтности и амбивалентности, направленное на себя;

9) самообвинение - является индикатором отсутствия симпатии по отношению к себе, что сопровождается, даже несмотря на высокую оценку собственных качеств и достижений, негативными эмоциями в свой адрес.

В качестве исходного принимается различие содержания «Я-образа» (знания или представления о себе, в том числе и в форме оценки выраженности тех или иных черт) и самоотношения.

2. Методика «Кто Я?» М.Куна и Т. Макпартленд. Мы в исследовании использовали модификацию Т.В. Румянцевой.

Цель: используется для изучения содержательных характеристик идентичности личности. Вопрос «Кто Я?» напрямую связан с характеристиками собственного восприятия человеком самого себя, то есть с его образом «Я» или Я-концепцией.

Характеристики шкал: социальное «Я», коммуникативное «Я», материальное «Я», физическое «Я», деятельное «Я», перспективное «Я», рефлексивное «Я» представлены в таблице 2.

Таблица 2

Шкала анализа идентификационных характеристик «Я»

Шкала «Я»	Содержательные характеристики
Социальное «Я»	<ul style="list-style-type: none"> – прямое обозначение пола (юноша, девушка; женщина); сексуальная роль (любовник, любовница); учебно-профессиональная ролевая позиция (студент, учусь в институте, специалист); – семейная принадлежность (дочь, сын, брат, жена и т. д.) или через указание на родственные отношения (люблю своих родственников, у меня много родных); – этническо-региональная идентичность (русский, татарин, гражданин, россиянин и др.) и локальную, местную идентичность (из Красноярска, сибирячка и т. д.); – мировоззренческая идентичность (христианин, мусульманин, верующий); – восприятие себя членом какой-либо группы людей (коллекционер, член общества).
Коммуникативное «Я»	<ul style="list-style-type: none"> – восприятие себя членом группы друзей (друг, у меня много друзей); – особенности и оценка взаимодействия с людьми (хожу в гости, люблю общаться с людьми; умею выслушать людей);
Материальное «Я»	<ul style="list-style-type: none"> – описание своей собственности (имею квартиру, одежду, велосипед); – отношение к материальным благам (бедный, богатый, состоятельный, люблю деньги); – отношение к внешней среде (люблю море, не люблю плохую погоду).
Физическое «Я»	<ul style="list-style-type: none"> – субъективное описание своих физических данных, внешности (сильный, приятный, привлекательный); – описание внешности, болезненных проявлений и местоположения (блондин, рост, вес, возраст, живу в общежитии); – пристрастия в еде, вредные привычки.
Деятельное «Я»	<ul style="list-style-type: none"> – занятия, деятельность, интересы, увлечения (люблю решать задачи); опыт (был в Болгарии);

Шкала «Я»	Содержательные характеристики
	– самооценка навыков, умений, знаний, компетенции, достижений, (хорошо плаваю, умный; работоспособный, знаю английский).
Перспективное «Я»	<ul style="list-style-type: none"> – профессиональная перспектива (будущий водитель, буду хорошим учителем); – семейная перспектива (буду иметь детей, будущая мать и т. п.); пожелания, намерения, мечты, связанные с групповой принадлежностью (планирую вступить в партию, хочу стать спортсменом); – пожелания, намерения, мечты, связанные с материальной сферой (получу наследство, заработаю на квартиру); – пожелания, намерения, мечты, связанные с психофизическими данными (буду заботиться о своем здоровье, хочу быть накачанным); – мечты, связанные с интересами, увлечениями, конкретными занятиями (буду больше читать) и достижением определенных результатов (в совершенстве выучу язык); – пожелания, намерения, мечты, связанные с персональными особенностями: личностными качествами, поведением и т. п. (хочу
Рефлексивное «Я»	<p>особенности характера, описание индивидуального стиля поведения (добрый, искренний, общительная, настойчивый, иногда вредный, иногда нетерпеливый и т. д.), персональные характеристики (кличка, гороскоп, имя и т. д.); эмоциональное отношение к себе (я супер, «клевый»);</p> <ul style="list-style-type: none"> – утверждения, которые недостаточно проявляют различия одного человека от другого (человек разумный, моя сущность).

Тест используется для изучения содержательных характеристик идентичности личности. Вопрос «Кто Я?» напрямую связан с характеристиками собственного восприятия человеком самого себя, то есть с его образом «Я» или Я-концепцией.

2.2 Результаты эмпирического исследования образа «Я» старших подростков

Рассмотрим результаты исследования самоотношения, полученные по опроснику самоотношения С.Р. Пантелеева и В.В. Столина.

Основные результаты самооотношения старших подростков представлены в таблице 3.

Таблица 3

Результаты уровня самооотношения старших подростков

Уровень по шкале самооотношения	Подростки-девочки	Подростки-мальчики
Шкала «самоуверенность»		
низкий	16,7%	16,7%
средний	33,3%	25%
высокий	50%	58,3%
Шкала «саморуководство»		
низкий	25,0%	16,7%
средний	50,0%	33,3%
высокий	25,0%	50,0%
Шкала «отраженное самооотношение»		
низкий	16,7%	16,7%
средний	25,0%	66,6%
высокий	58,3%	16,7%
Шкала «самоценность»		
низкий	8,3%	16,7%
средний	25,0%	58,3%
высокий	66,7%	25,0%
Шкала «самопринятие»		
низкий	16,7%	8,3%
средний	16,7%	25,0%
высокий	66,7%	66,7%
Шкала «самопривязанность»		
низкий	8,3%	16,7%
средний	75,0%	66,6%
высокий	16,7%	16,7%
Шкала «внутренняя конфликтность»		
низкий	50,0%	58,3%
средний	25,0%	25,0%
высокий	25,0%	16,7%
Шкала «самообвинение»		
низкий	16,7%	25,0%
средний	66,7%	58,3%
высокий	16,7%	16,7%

Следует отметить, что достоверность результатов по методике исследования самооотношения проверялась с помощью шкалы «открытость/закрытость». Так как у подростков девочек значения по этой

шкале оказались значительно ниже 9–10 стенов, следовательно полученные нами результаты следует считать достоверными.

Наглядно уровни по шкалам самооотношения девочек старших подростков представлено на рисунке 2.

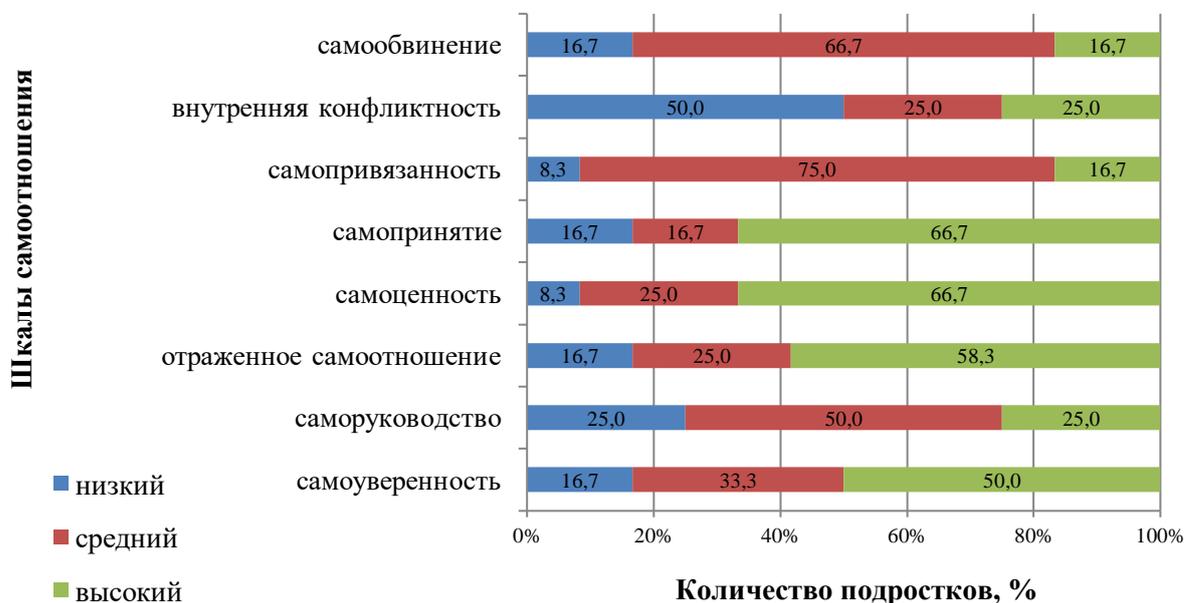


Рисунок 2. Распределение по уровню самооотношения девочек старших подростков

Рассмотрим результаты исследования самооотношения в группе девочек старших подростков.

По шкале «самоуверенность» в группе девочек процентные доли распределились следующим образом: низкий уровень имеют 16,7% девочек, средний уровень – 33,3% девочек, высокий уровень – 50,0% девочек. Следовательно, половина исследуемых девочек достаточно самоуверенны в себе, желают достигнуть успеха в любой деятельности, девочки-подростки довольны своими достижениями, своим поведением, высоко оценивают силу собственного «Я».

По шкале «саморуководство» в группе девочек процентные доли распределились следующим образом: низкий уровень имеют 25% девочек, средний уровень – 50,0% девочек, высокий уровень – 25% девочек.

Следовательно, девочки-подростки раскрывают особенности отношения к своему «Я» в зависимости от степени адаптированности в ситуации. Девочки способны осуществлять личный контроль в привычных для себя условиях существования, где они могут прогнозировать какие-либо изменения. В новых для себя ситуациях регуляционные возможности «Я» ослабевают, усиливается склонность к подчинению средовым воздействиям.

По шкале «отраженное самоотношение» процентные доли распределились следующим образом: низкий уровень имеют 16,7% девочек, средний уровень – 25,0% девочек, высокий уровень – 58,3% девочек. Следовательно, девочки воспринимают себя принятыми окружающими людьми. Считают, что окружающие его люди ценят их за личностные и духовные качества, за совершаемые поступки и действия, за соблюдение социальных норм. Ощущают эмоциональную открытость для взаимодействия с другими людьми и установления новых контактов.

По шкале «самоценность» процентные доли распределились следующим образом: низкий уровень имеют 8,3% девочек, средний уровень – 25,0% девочек, высокий уровень – 66,7% девочек. Следовательно, девочки достаточно высоко оценивают значимость своего мира, свою индивидуальность и неповторимость.

По шкале «самопринятие» процентные доли распределились следующим образом: низкий уровень имеют 16,7% девочек, средний уровень – 16,7% девочек, высокий уровень – 66,7% девочек. Следовательно, девочки-подростки положительно принимают разные проявления своего «Я», выражено чувство симпатии к себе, принятия себя со всеми достоинствами и недостатками.

По шкале «самопривязанность» процентные доли распределились следующим образом: низкий уровень имеют 8,3% девочек, средний уровень – 75% девочек, высокий уровень – 16,7% девочек. Преобладание среднего уровня у девочек самопривязанности свидетельствует об избирательности

отношения к своим личностным свойствам, на стремление к изменению лишь некоторых своих качеств при сохранении прочих других.

По шкале «внутренняя конфликтность» процентные доли распределились следующим образом: низкий уровень имеют 50,0% девочек, средний уровень – 25,0% девочек, высокий уровень – 25,0% девочек. Преобладает в группе девочек низкий уровень, следовательно девочки положительно относятся к себе, ощущают баланс между собственными возможностями и требованиями окружающей реальности, между притязаниями и достижениями.

По шкале «самообвинение» процентные доли распределились следующим образом: низкий уровень имеют 16,7% девочек, средний уровень – 66,4% девочек, высокий уровень – 16,7% девочек. Преобладание среднего уровня указывает на избирательное отношение девочек себе. Обвинение себя за те или иные поступки и действия сочетается с выражением гнева, досады в адрес окружающих.

Наглядно уровни по шкалам самооотношения мальчиков старших подростков представлено на рисунке 3.

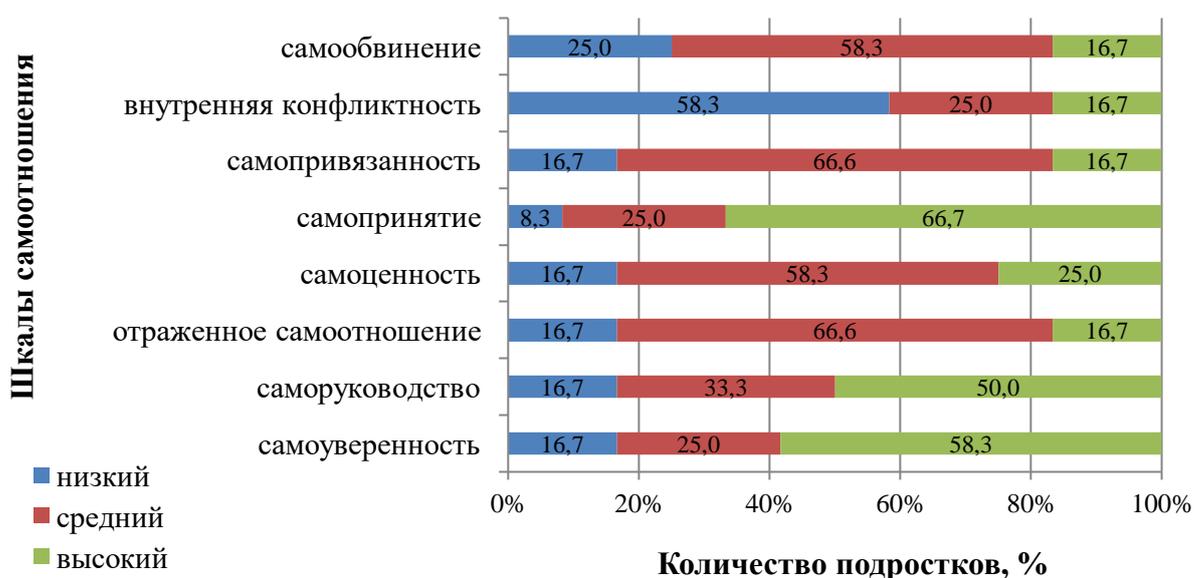


Рисунок 3. Распределение по уровню самооотношения мальчиков старших подростков

По шкале «самоуверенность» в группе мальчиков процентные доли распределились следующим образом: низкий уровень имеют 16,7% мальчиков, средний уровень – 25% мальчиков, высокий уровень – 58,3% мальчиков. Таким образом, более половины исследуемых мальчиков достаточно самоуверены в себе, желают достигнуть успеха в любой деятельности, мальчики-подростки довольны своими достижениями, своим поведением, высоко оценивают силу собственного «Я».

По шкале «саморуководство » в группе мальчиков процентные доли распределились следующим образом: низкий уровень имеют 16,7% мальчиков, средний уровень – 33,3% мальчиков, высокий уровень – 50% мальчиков. Следовательно, большинство исследуемых мальчиков-подростков считают именно свое «Я» основным источником развития своей личности, регулятором достижений и успехов. Переживают собственное «Я» как внутренний стержень, который организует отношения с людьми. Мальчики ощущают себя способными оказывать сопротивление внешним влияниям, свойствен контроль над эмоциональными реакциями.

По шкале «отраженное самоотношение» в группе мальчиков-подростков процентные доли распределились следующим образом: низкий уровень имеют 16,7% мальчиков, средний уровень – 66,6% мальчиков, высокий уровень – 16,7% мальчиков. Полученные данные свидетельствуют об избирательном восприятии мальчиками отношения окружающих к себе, считающих, что некоторые действия и качества подростков вызывают положительное отношение со стороны окружающих, а некоторые проявления личности и поведения способны вызывать у них раздражение и неприятие.

По шкале «самоценность» в группе мальчиков-подростков процентные доли распределились следующим образом: низкий уровень имеют 16,7% мальчиков, средний уровень – 58,3% мальчиков, высокий уровень – 25,0% мальчиков. Преобладание среднего уровня у мальчиков отражает избирательное отношение к себе. Подростки высоко оценивают некоторые

свои уникальные качества, другие же качества недооценивают, поэтому при замечании других людей ощущают свою личную несостоятельность.

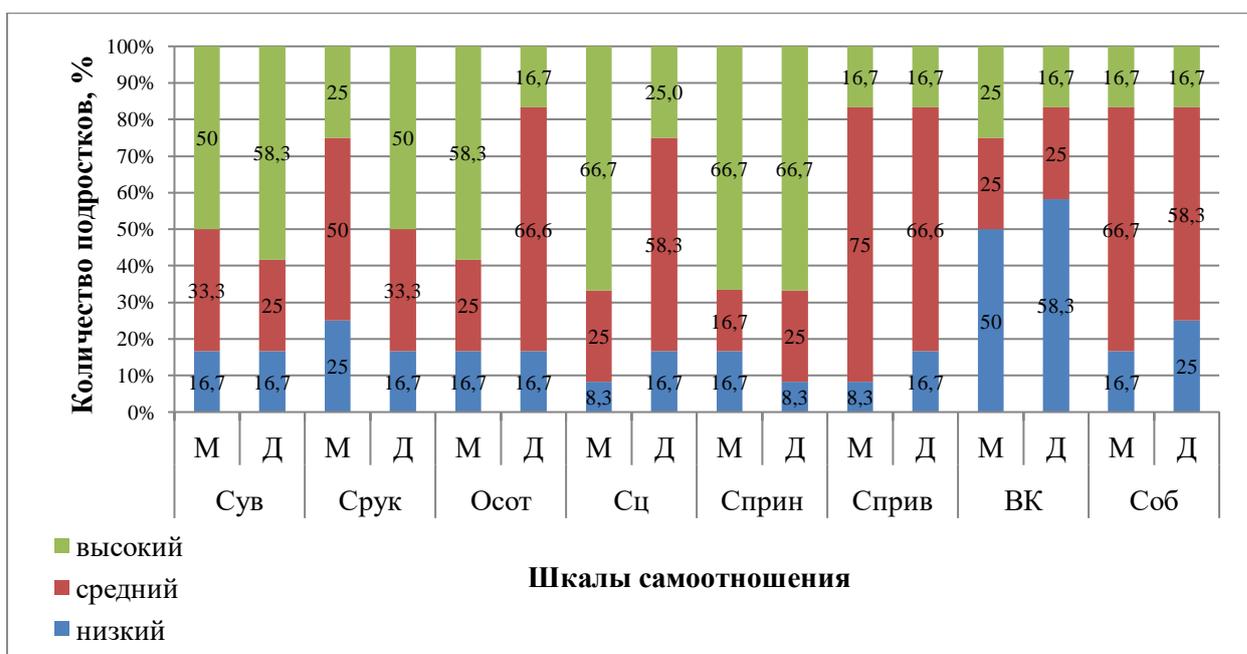
По шкале «самопринятие» в группе мальчиков-подростков процентные доли распределились следующим образом: низкий уровень имеют 8,3% мальчиков, средний уровень – 25,0% мальчиков, высокий уровень – 66,7% мальчиков. Следовательно, мальчики-подростки положительно принимают разные проявления своего «Я», выражено чувство симпатии к себе, принятия себя со всеми достоинствами и недостатками.

По шкале «самопривязанность» в группе мальчиков-подростков процентные доли распределились следующим образом: низкий уровень имеют 16,7% мальчиков, средний уровень – 66,6% мальчиков, высокий уровень – 16,7% мальчиков. Преобладание среднего уровня у мальчиков самопривязанности свидетельствует об избирательности отношения к своим личностным свойствам, на стремление к изменению лишь некоторых своих качеств при сохранении прочих других.

По шкале «внутренняя конфликтность» в группе мальчиков-подростков процентные доли распределились следующим образом: низкий уровень имеют 58,3% мальчиков, средний уровень – 25,0% мальчиков, высокий уровень – 16,7% мальчиков. Преобладает в группе мальчиков низкий уровень, следовательно мальчики положительно относятся к себе, ощущают баланс между возможностями и требованиями.

По шкале «самообвинение» процентные доли распределились следующим образом: низкий уровень имеют 58,3% мальчиков, средний уровень – 25,0% мальчиков, высокий уровень – 16,7% мальчиков. Преобладание среднего уровня указывает на избирательное отношение мальчиков к себе. Обвинение себя за те или иные поступки и действия сочетается с выражением гнева, досады в адрес окружающих.

Наглядно данные по уровням шкал самоотношения мальчиков и девочек старших подростков представлено на рисунке 4.



Примечание: Суv – самоуверенность, Срук – саморуководство, Осотн – отраженное самоотношение, Сц – самооценность, Сприн – самопринятие, Сприв – самопривязанность, ВК – внутренняя конфликтность, Соб – самообвинение, М – мальчики, Д – девочки

Рисунок 4. Распределение по уровню самоотношения мальчиков и девочек старших подростков

Проведение сравнительного анализа самоотношения мальчиков и девочек старшего подросткового возраста позволяет сделать следующие выводы.

По шкале «самоуверенность» получены схожие результаты в группе мальчиков и девочек. Так, низкий уровень имеют по 16,7% мальчиков и девочек, а высокий уровень выявлен у 50,0% девочек и 58,3% мальчиков. Следовательно, подростки как мальчики, так и девочки характеризуются высокой самоуверенностью в своих силах, стремятся достигнуть успеха в любой деятельности, довольны своими достижениями, своим поведением, высоко оценивают силу собственного «Я».

По шкале «саморуководство» мальчики-подростки имеют более высокие показатели, в сравнении с девочками-подростками. Так, низкий уровень имеют 25% девочек и 16,7% мальчиков, средний уровень в большей степени представлен у девочек – 50% девочек и у 25% мальчиков, и

наоборот, в большей степени представлен высокий уровень у мальчиков, которые имеют 50% мальчиков и 25% девочек. Следовательно, мальчики в большей степени считают свое «Я» в качестве источника развития своей личности, активности, достижений, в большей степени ощущают себя способными оказывать сопротивление внешним влияниям, имеют более высокий контроль над эмоциональными реакциями. Девочки в большей степени осуществляют контроль в привычных для себя условиях существования. В новых для себя ситуациях их регуляционные возможности «Я» ослабевают, усиливается склонность к подчинению средовым воздействиям.

По шкале «отраженное самоотношение» девочки-подростки имеют более высокие показатели, в сравнении с мальчиками-подростками. Так, низкий уровень имеют по 16,7% девочек и мальчиков, средний уровень в большей степени представлен у мальчиков – 66,6% мальчиков и 25% девочек, и наоборот, в большей степени представлен высокий уровень у девочек – выявлен у 58,3% девочек и 16,7% мальчиков.

Следовательно, мальчики более избирательно воспринимают отношение окружающих к себе, считают, что часть их личностных качеств оценивается положительно, а часть – вызывают у окружающих раздражение и неприятие. По мнению девочек, окружающие ценят их за личностные и духовные качества, за совершаемые поступки и действия, за соблюдение социальных норм. Более эмоционально открыты для взаимодействия с другими людьми и установления новых контактов.

Показатели по шкале «самоценность» подростков свидетельствуют, что девочки в большей степени ощущают ценность собственной личности, в сравнении с мальчиками. Так, низкий уровень имеют 8,3% девочек и 16,7% мальчиков, средний уровень в большей степени представлен у мальчиков – 58,3% мальчиков и 25% девочек, и наоборот, в большей степени представлен высокий уровень у девочек – выявлен у 66,7% девочек и 25,0%

мальчиков. Девочки более высоко оценивают значимость своего мира, свою индивидуальность и неповторимость. Мальчики высоко оценивают некоторые свои уникальные качества, другие же качества недооценивают, поэтому при замечании других людей ощущают свою личную несостоятельность.

По шкале «самопринятие» у мальчиков и девочек преобладает высокий уровень (в обеих группах высокий уровень имеют по 66,7% мальчиков и девочек), что свидетельствует о положительном принятии мальчиками и девочками разных проявлений своего «Я», выражено чувство симпатии к себе, принятия себя со всеми достоинствами и недостатками.

По шкале «самопривязанность» у мальчиков и девочек преобладает средний уровень (в обеих группах средний уровень имеют 66,6% мальчиков и 75,0% девочек), что свидетельствует об избирательности отношения к своим личностным свойствам, на стремление к изменению лишь некоторых своих качеств при сохранении прочих других.

По шкале «внутренняя конфликтность» у мальчиков и девочек преобладает низкий уровень (в обеих группах низкий уровень имеют 58,6% мальчиков и 50,0% девочек), следовательно мальчики и девочки положительно относятся к себе, ощущают баланс между собственными возможностями и требованиями окружающей реальности, между притязаниями и достижениями.

По шкале «самообвинение» у мальчиков и девочек преобладает низкий уровень (в обеих группах средний уровень имеют 58,6% мальчиков и 66,7% девочек), у подростков обвинение себя за те или иные поступки и действия сочетается с выражением гнева, досады в адрес окружающих.

Таким образом, самоотношение мальчиков и девочек старших подростков характеризуются следующими характеристиками:

– характеризуются высокой самоуверенностью в своих силах, стремятся достигнуть успеха в любой деятельности, довольны своими достижениями, своим поведением, высоко оценивают силу собственного «Я»;

– положительно принимают разные проявления своего «Я», выражено чувство симпатии к себе, принятия себя со всеми достоинствами и недостатками;

– избирательное отношение к своим личностным свойствам, на стремление к изменению лишь некоторых своих качеств при сохранении прочих других;

– положительно относятся к себе, ощущают баланс между собственными возможностями и требованиями окружающей реальности, между притязаниями и достижениями;

– избирательное отношение к себе. Обвинение себя за те или иные поступки и действия сочетается с выражением гнева, досады в адрес окружающих.

Особенности самоотношения мальчиков характеризуется следующими особенностями:

– мальчики в большей степени считают свое «Я» в качестве источника развития своей личности, активности, достижений, в большей степени ощущают себя способными оказывать сопротивление внешним влияниям, имеют более высокий контроль над эмоциональными реакциями;

– мальчики более избирательно воспринимают отношение окружающих к себе, считают, что часть их личностных качеств оценивается положительно, а часть – вызывают у окружающих раздражение и неприятие;

– мальчики высоко оценивают некоторые свои уникальные качества, другие же качества недооценивают, поэтому при замечании других людей ощущают свою личную несостоятельность.

Особенности самоотношения девочек характеризуется следующими особенностями:

– девочки осуществляют контроль в привычных для себя условиях существования. В новых для себя ситуациях их регуляторные возможности «Я» ослабевают, усиливается склонность к подчинению средовым воздействиям;

– считают, что окружающие ценят девочек за личностные и духовные качества, за совершаемые поступки и действия, за соблюдение социальных норм. Более эмоционально открыты для взаимодействия с другими людьми и установления новых контактов;

– девочки более высоко оценивают значимость своего мира, свою индивидуальность и неповторимость.

Обратимся к результатам исследования образа «Я» старших подростков по методике: «Кто Я» М. Куна и Т. Макпартленда, полученные по описаниям старших подростков в виде ответов на вопрос «Кто Я»? Подростки отвечали так, как им хочется, фиксировали все ответы, которые приходят к ним в голову.

Было получено в совокупности 116 ответов в группе девочек подростков и 108 ответов в группе мальчиков подростков. Распределение ответов по частоте встречаемости по видам образа «Я»: социальное «Я», коммуникативное «Я», материальное «Я», физическое «Я», деятельное «Я», перспективное «Я», рефлексивное «Я» в группе мальчиков и девочек представлены в таблице 4.

Таблица 4

Распределение ответов по видам образа «Я» старших подростков

Образ «Я»	Подростки-девочки	Подростки-мальчики
Социальное «Я»	12,0%	10,3%
Коммуникативное «Я»	9,3%	6,9%
Материальное «Я»	1,8%	2,9%
Физическое «Я»	21,3%	11,2%
Деятельное «Я»	12,9%	22,2%

Образ «Я»	Подростки-девочки	Подростки-мальчики
Перспективное «Я»	7,5%	1,7%
Рефлексивное «Я»	35,2%	44,8%

Наглядно распределение самоописания по видам образа «Я» девочек старших подростков представлены на рисунке 5.

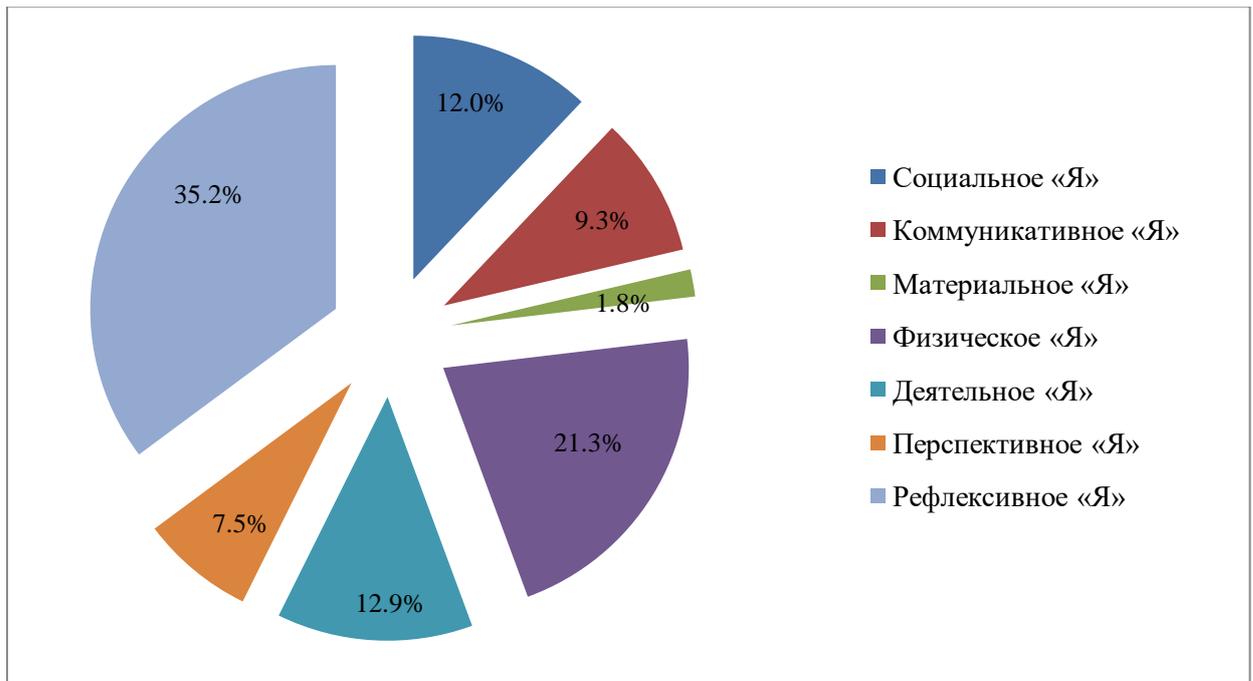


Рисунок 5. Частота встречаемости самоописаний образов «Я» девочек старших подростков

Большинство ответов девочек старших подростков представлены по шкале «Рефлексивное Я», которое составляет 35,2% от числа всех ответов в группе девочек. Больше всего встречались такие ответы девочек, как «личность» (20,3% ответов), описание индивидуального стиля поведения: добрая (18,9% ответов), искренняя (15,52% ответов), вредная (13,79% ответов), персональные характеристики, из которых чаще всего встречалось собственное имя (22,4% ответов.); эмоциональное отношение к себе, например, «я клеевая» (13,8% ответов), «Я лучше всех» (12,1% ответов), встречались также ответы «Алиса в Стране чудес» (0,9%).

Следующим по частоте встречаемости ответов представлено у девочек «Физическое Я» которое составляет 21,3%. У всех девочек присутствовала оценка своей внешности, чаще всего встречались ответы: «я красивая» (31,4% ответов), «красивые глаза» (16,7% ответов), «веснушки» (16,7% ответов), «посредственность» (14,8% ответов), также встречались ответы «толстуха» (7,4% ответов), «как Белоснежка» (1,8% ответов).

На третьей позиции представлен образ «Деятельное Я» - 12,9% ответов, чаще встречались в самоописаниях девочек «блогер» (4,6% ответов), «спортсменка» (3,7% ответов), «пианистка (скрипачка)» (2,7% ответов), встречались описания «люблю косплей» (0,9% ответов).

«Социальное Я» встречается в 12,0% самоописаниях девочек подростков. Больше всего встречалось в ответах обозначение пола «девушка «девочка» (8,3% ответов), «дочь» (2,7% ответов).

В меньшей степени представлено в самоописания девочек подростков представлены образы «Коммуникативное Я», «Материальное Я» и «Перспективное Я».

Так, образ «Коммуникативное Я» представлен в 9,3% ответов девочек подростков, преобладающее большинство ответов связано со значимостью дружбы в данном возрасте – ответ «друг» (4,6% ответов).

Образ «Перспективное Я» встречался в 7,5% ответов девочек подростков, встречались в самоописаниях «будущая мать» (1,8% ответов), «будущий профессионал» (1,8% ответов).

Менее всего самоописаний девочек относились к образу «Материальное Я» - 1,8% ответов.

Таким образом, в самоописаниях девочек старших подростков преобладают образы «Рефлексивное Я», «Физическое Я», на третьей позиции представлен образ «Деятельное Я». Менее представлены образы «Социальное Я», «Коммуникативное Я», «Перспективное Я» и «Материальное Я».

Наглядно распределение самоописаний по видам образа «Я» мальчиков старших подростков представлены на рисунке 6.

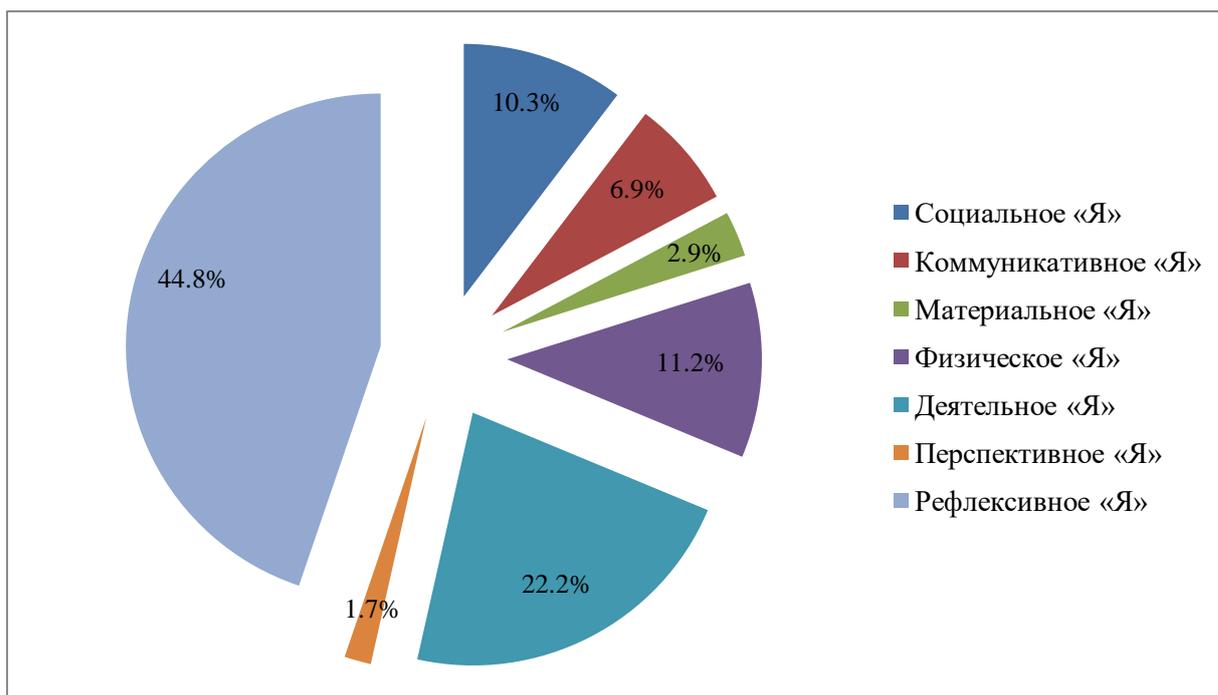


Рисунок 6. Частота встречаемости самоописаний образов «Я» мальчиков старших подростков

Большинство ответов мальчиков старших подростков представлены по шкале «Рефлексивное Я», которое составляет 44,8% от числа всех ответов в группе мальчиков. Больше всего встречались такие ответы мальчиков, как «человек» (22,4% ответов), «личность» (13,7% ответов), описание индивидуального стиля поведения: добрый (8,6% ответов), хороший (6,9% ответов), веселый (5,1% ответов), персональные характеристики, из которых чаще всего встречалось собственное имя (13,7% ответов.); эмоциональное отношение к себе, например, «я классный» (6,9% ответов), «Я супер» (3,4% ответов), встречались также ответы «житель планеты Земля» (0,8% ответов), представитель человеческой расы (0,8% ответов).

Далее у мальчиков встречалось в ответах «Деятельное Я» - частота встречаемости ответов – 22,2% ответов. Чаще всего встречались ответы,

связанные с интересами, хобби: «умный» (10,3% ответов), «спортсмен» (6,9% ответов), «волонтер» (3,4% ответов), «игроман» (1,7% ответов),

«Физическое Я» у мальчиков старших подростков по частоте встречаемости занимает третью позицию - которое составляет 11,2%. Чаще всего встречались ответы: «я блондин (брюнет)» (5,6% ответов), «кареглазый (голубоглазый)» (4,3% ответов), также встречались ответы «толстый» (1,7% ответов), «похож на Карлсона» (0,8% ответов).

«Социальное Я» встречается в 10,3% самоописаниях мальчиков подростков. Больше всего встречалось в ответах обозначение пола «юноша «мужчина» (5,1% ответов), семейные роли «сын, брат» (3,4% ответов).

В меньшей степени представлено в самоописания девочек подростков представлены образы «Коммуникативное Я», «Материальное Я» и «Перспективное Я».

Образ «Коммуникативное Я» представлен в 6,9% ответов мальчиков подростков, преобладающее большинство ответов «друг» (4,3% ответов), также встречался ответ «общительный» (1,7% ответов).

Образ «Материальное Я» встречался в 2,9% ответов мальчиков подростков.

Менее всего самоописаний мальчиков относились к образу «Перспективное Я» - 1,7% ответов.

Таким образом, в самоописаниях мальчиков старших подростков преобладают образы «Рефлексивное Я», «Деятельное Я», на третьей позиции представлен образ «Физическое Я». Менее представлены образы «Социальное Я», «Коммуникативное Я», «Материальное Я» и «Перспективное Я».

Далее рассмотрим различия в самоописаниях «Кто Я»? и видов образа «Я» мальчиков и девочек старших подростков. Наглядно распределение ответов по видам образа «Я» мальчиков и девочек старших подростков представлено на рисунке 7.

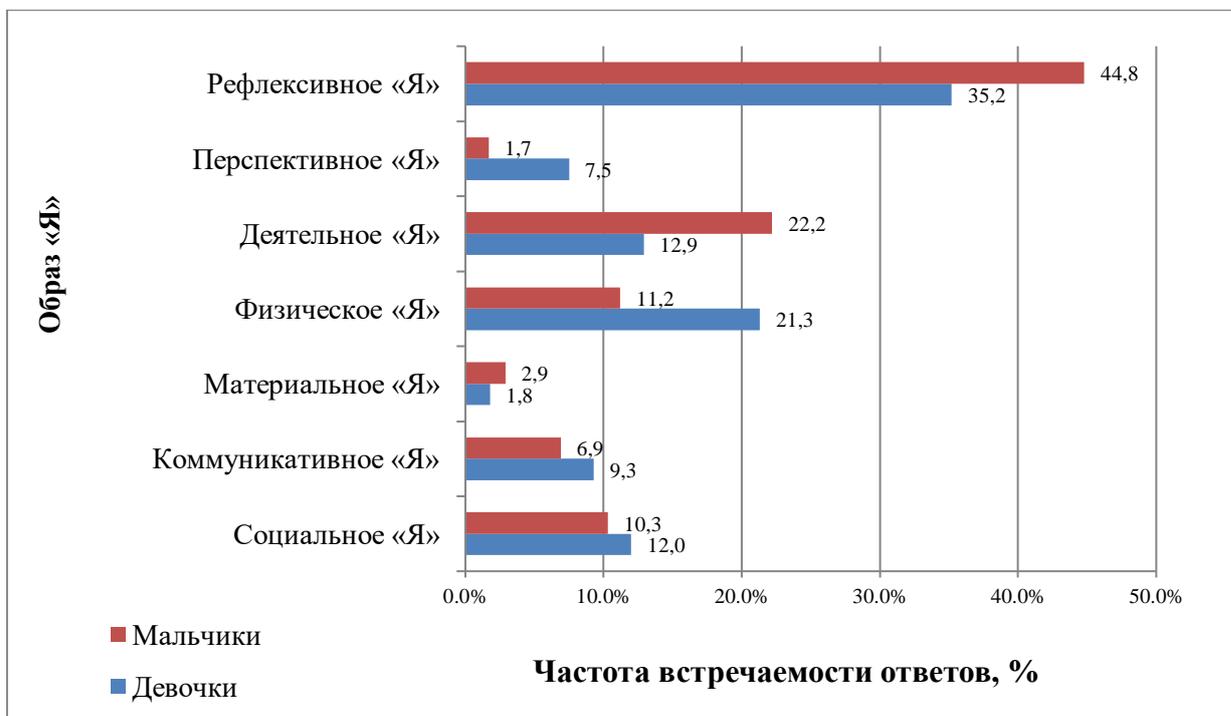


Рисунок 7. Частота встречаемости самоописаний образов «Я» девочек и мальчиков старших подростков

Проведение сравнительного анализа распределения ответов образа «Я» мальчиков и девочек старшего подросткового возраста позволяет сделать следующие выводы.

Образ «Рефлексивное Я» преобладает в группе мальчиков и девочек. Частота встречаемости самоописаний в группе девочек – 35,2% ответов, в группе мальчиков – 44,8% ответов. По шкале «Рефлексивное Я» мальчики и девочки чаще всего отмечали качества своего характера, а также давали описания своего поведения. Именно в подростковом возрасте происходит более активное развитие рефлексии. При этом, образ «Рефлексивное Я» более выражен в группе мальчиков, чем у девочек.

Образ «Перспективное Я» встречался в 7,5% ответах девочек и 1,7% ответах мальчиков. Следовательно, у девочек образ «Перспективное Я» является более выраженным, и, девочки подростки в большей степени направлены на реализацию будущего, осознание профессиональных

намерений и жизненной перспективы, чем мальчики подростки, для которых образ «Перспективное Я» является не выраженным.

Образ «Деятельное Я» более выражен в группе мальчиков-подростков, в сравнении с девочками. Частота встречаемости самоописаний в группе мальчиков – 22,2% ответов, в группе девочек – 12,9% ответов. У мальчиков подростков в большей степени выражено стремление научиться чему-то новому или оценить свои навыки, умения и знания, чем у девочек подростков.

Образ «Физическое Я» в большей степени выражено у девочек подростков, частота встречаемости в самоописаниях – 21,3% ответов, у мальчиков частота встречаемости в самоописаниях – 11,2%. У всех девочек присутствовала оценка своей внешности, девочки делают в большей степени акцент на своем телесном облике, проводят сравнение и оценку себя с точки зрения эталонов «женственности», чем мальчики подростки.

Образ «Материальное Я» в обеих исследуемых группах мальчиков и девочек в самоописаниях представлен в меньшей степени. У девочек подростков, частота встречаемости в самоописаниях – 1,8% ответов, у мальчиков – 2,9%. Несмотря на то, что для современных подростков значимо материальное положение, так как их статус в группе сверстников во многом зависит от показателя достатка и материального благополучия, процент «Материального Я» является одним из низких, что в данном случае говорит о том, что у подростков другие ценности, что также подтверждается в исследовании А.И. Кнутовой.

Образ «Коммуникативное Я» представлен в 6,9% ответов мальчиков подростков и 9,3% девочек подростков. Мальчики и девочки обозначали себя как «друг/подруга», поскольку в подростковом возрасте общение со сверстниками становится ведущим видом деятельности и дружба начинает занимать одно из главных мест в жизни подростка.

Образ «Социальное Я» встречается в 12,0% самоописаниях девочек подростков и 10,3% самоописаниях мальчиков подростков. Больше всего встречалось в ответах обозначение пола «девушка / юноша (девочка / мальчик)». Осознавая себя как социального индивида, ребенок отождествляет и сравнивает себя с определенной группой людей - возрастной, половой, этнической, семейной, профессиональной и др.

Таким образом, система образа «Я» мальчиков и девочек старших подростков характеризуются следующими характеристиками:

- высокая выраженность образа «Рефлексивное Я», выраженность образов «Физическое Я» и «Деятельное Я»;

- менее представлены образы «Социальное Я», «Коммуникативное Я», «Материальное Я» и «Перспективное Я»;

Образ «Я» мальчиков подростков характеризуется следующими особенностями:

- образ «Рефлексивное Я» является более выраженным у мальчиков, в большей степени имеют представления об особенностях характера, индивидуального стиля поведения, отмечают персональные характеристики и выражают эмоциональное отношение к себе;

- у мальчиков подростков в большей степени выражено стремление научиться чему-то новому или оценить свои навыки, умения и знания, что представлено в образе «Деятельное Я»;

Образ «Я» девочек подростков характеризуется следующими особенностями:

- у девочек образ «Перспективное Я» является более выраженным, и, девочки подростки в большей степени направлены на реализацию будущего, осознание профессиональных намерений и жизненной перспективы

- девочки делают в большей степени акцент на своем телесном облике, проводят сравнение и оценку себя с точки зрения эталонов «женственности», что представлено в образа «Физическое Я».

2.3. Психолого-педагогические рекомендации по развитию образа «Я» старших подростков

Разрабатывая данные психолого-педагогические рекомендации по развитию образа «Я» подростков мы исходили из следующих его возрастных особенностях, обуславливающих актуальность его развития.

Одним из самых важных аспектов в развитии личности подростка, является формирование его самосознания. Во время развития познания подростком окружающей действительности, наступает такой период, когда объектом глубокого изучения становится человек и его внутренний мир. Стремление к познанию и оценке психологических качеств человека, вызывает интерес к своей психической жизни, интерес к себе и качествам своей личности, потребность сравнивать себя с другими людьми, оценивать себя, разбираться в своих переживаниях и чувствах. Именно так формируется представление подростка о своей личности.

В подростковом возрасте происходит активный процесс самопознания, формирования образа «Я». Формирование образа «Я» в подростковом возрасте касается таких элементов, как: образ тела, самооценка, характер и динамика самооценки влияние мнения родителей на самооценку, внутрисемейный стиль общения, личное самоопределение себя в социуме, эгоцентризм, социальные роли и другие.

Образ «Я» подростка оформлен его чувствами, а самооценка фиксирована на своей уникальности, включая такие эмоционально значимые характеристики, как любовь, ненависть, чувственность и жесткость. На основании чего подростки часто презентуют себя далеко от действительности, более фантастично.

Данные рекомендации разработаны в соответствии с теоретической моделью реализации условия развития Я-концепции и направлены на

отдельные компоненты Я-концепции: образ «Я», внутренняя конфликтность, самопринятие, отраженное самоотношение, самоуверенность.

Развитие образа «Я» обеспечивается за счет:

1. Детализации старшими подростками представлений о Реальном Я, Идеальном Я, Зеркальном Я и Профессиональном Я;
2. Развития адекватной самооценки и позитивного принятия себя;
3. Мотивации на личностное и профессиональное саморазвитие;
4. Развития умений рефлексивной деятельности;
5. Развития умений, стимулирующих механизмы формирования интерноризации оценок других людей;
6. Развития умений психологической самопомощи и самоподдержки, обеспечивающих внутреннюю согласованность и непротиворечивость образа «Я» (отбор и упорядочение информации при интерпретации жизненного опыта, контролируемое социальное сравнение, целеполагание, самоконтроль).

Условием развития образа «Я» старших подростков является:

1. Использование аутентичные тексты нравственного, проблемного и социокультурного характера;
2. Осуществление анализа и интерпретации аутентичных текстов, стимулирующих рефлексивную деятельность студентов;
3. Учет особенностей Я-концепции в старшем подростковом возрасте;
4. Использование комплекса интерактивных методов обучения, использования личностного тренинга.

Важную роль в развитии образа «Я» играет организация разноплановой рефлексивной деятельности старших подростков.

На уроках по психологии можно использовать методы мозгового штурма с последующим обсуждением в ходе дискуссии в малых группах и общегрупповых дискуссиях рекомендуется обсудить вопросы:

1. Насколько важной частью личности является образ «Я»?

2. Когда начинается формирование образа «Я»?
3. Что такое образ Я? Как люди презентуют себя?
4. Каковы связи между образом «Я» и самооценкой?
5. Что способствует повышению и понижению самооценки?
6. Что является показателями позитивной Я-концепции?

На уроках рекомендуется проводить обсуждение индивидуальных реферативных выступлений и презентаций старших подростков на тему: «Сущность образа «Я».

Цель проводимой работы:

1. Помочь старшим подросткам создать и скорректировать образ Идеального Я (общего и в различных социальных контекстах).
2. Познакомить старших подростков со стратегиями повышения самооценки и самовосприятия.
3. Сформировать мотивацию развития образа «Я».
4. Помочь старшим подросткам создать программу саморазвития, наметить пути достижения целей саморазвития.

Для организации рефлексивной деятельности старшим подросткам предлагаются следующие вопросы, которые задают направление их размышлениям:

- Как Вы можете описать ситуацию в Вашей жизни, где Вам необходимо было разрешить проблему или конфликта?
- Как Вы себя чувствовали в тот момент?
- Что вы предприняли?
- Как на это отреагировали окружающие?
- Удалось ли вас успешно разрешить сложную ситуацию?
- Как Вы себя чувствовали в тот момент?
- Какова была реакция окружающих?
- Открыли ли вы в себе нечто новое?
- Какие уточнения и изменения Вы бы внесли в Ваш «план действий»?

Поскольку подросток еще не обладает достаточным умением правильно анализировать собственные личностные проявления, то возможны конфликты, порождаемые противоречием между уровнем притязаний подростка, его мнением о себе и его реальным положением в коллективе, отношением к нему со стороны взрослых и сверстников.

Поэтому подростку необходима помощь взрослого человека, чтобы помочь выявить и преодолеть переживания и внутриличностные конфликты, возникающие в процессе его личностного развития.

Неосознаваемые внутренние конфликты и переживания часто бывает легче выразить с помощью зрительных образов, чем высказать их. Изобразительная деятельность может являться альтернативным «языком», более точным и выразительным, чем слова, это инструмент для исследования бессознательного человека. Потребности, чувства, переполняющие подростка, выплескиваются в воображаемой ситуации. Невозможные в реальной жизни желания легко исполняются в мире фантазий. Поэтому воображение и фантазия в ряде случаев приносят успокоение, снимая напряженность и устраняя внутренний конфликт.

Одной из наиболее динамично развивающихся в последние годы форм работы с группами является групповая арт-терапия, в ходе которой смутные побуждения предстают перед подростком в яркой образной форме, он лучше осознает собственные влечения и эмоции. Пионеры психотерапии детей и подростков (Д. В. Винниконт, В. Ловенфельд, А. Фрейд и другие) подчеркивали важную роль изобразительных и игровых средств в процессе оказания психологической помощи. [4]

Арт-терапия дает выход внутренним конфликтам и сильным эмоциям, помогает при интерпретации вытесненных переживаний, способствует повышению самооценки подростка. Арт-терапия имеет «инсайт-ориентированный» характер и направлена на изменение мироощущения человека и системы его отношений (включая окружающий мир и самого

себя), достижение им лучшего понимания своих переживаний либо такое изменение их «качества», которое делает человека более аутентичным, творческим, счастливым.

Для развития образа «Я» могут быть использованы следующие арт-терапевтические техники и упражнения.

1. Техника «Метафоричный Автопортрет».

Цель: осознать самих себя – свою внешность и внутренние характеристики, повышение уверенности в себе.

2. Упражнение «Рисуем имя...»

Цель: исследование личностной идентичности, рефлексии, проявлению истинных чувств, содействие осознанию ценности и уникальности собственной личности, развитию положительного, целостного образа «я», самопринятия.

3. Коллаж «Все грани моего Я»

Цель: формирование установки на взаимопонимание, развитие навыков рефлексии, повышение самооценки.

4. «Мой герб»

Цель: осознание и исследование своей идентичности, актуализация и осознание внешних и внутренних ресурсов своей личности, повышение самооценки.

Выводы по главе 2

Проведенное эмпирическое исследование позволяет сделать следующие выводы.

1. При диагностике уровня сформированности структурных компонентов Я-концепции в подростковом возрасте были использованы следующие диагностические методики:

- опросник «Самоотношения» (С.Р. Пантлеев и В.В. Столин);
- методика «Кто Я?» (М. Куна и Т. Макпартленд).

Таким образом, самоотношение мальчиков и девочек старших подростков характеризуются следующими характеристиками:

- характеризуются высокой самоверенностью в своих силах, стремятся достигнуть успеха в любой деятельности, довольны своими достижениями, своим поведением, высоко оценивают силу собственного «Я»;

- положительно принимают разные проявления своего «Я», выражено чувство симпатии к себе, принятия себя со всеми достоинствами и недостатками;

- избирательное отношение к своим личностным свойствам, на стремление к изменению лишь некоторых своих качеств при сохранении прочих других;

- положительно относятся к себе, ощущают баланс между собственными возможностями и требованиями окружающей реальности, между притязаниями и достижениями;

- избирательное отношение к себе. Обвинение себя за те или иные поступки и действия сочетается с выражением гнева, досады в адрес окружающих.

Особенности самоотношения мальчиков характеризуется следующими особенностями:

– мальчики в большей степени считают свое «Я» в качестве источника развития своей личности, активности, достижений, в большей степени ощущают себя способными оказывать сопротивление внешним влияниям, имеют более высокий контроль над эмоциональными реакциями;

– мальчики более избирательно воспринимают отношение окружающих к себе, считают, что часть их личностных качеств оценивается положительно, а часть – вызывают у окружающих раздражение и неприятие;

– мальчики высоко оценивают некоторые свои уникальные качества, другие же качества недооценивают, поэтому при замечании других людей ощущают свою личную несостоятельность.

Особенности самоотношения девочек характеризуется следующими особенностями:

– девочки осуществляют контроль в привычных для себя условиях существования. В новых для себя ситуациях их регуляторные возможности «Я» ослабевают, усиливается склонность к подчинению средовым воздействиям;

– считают, что окружающие ценят девочек за личностные и духовные качества, за совершаемые поступки и действия, за соблюдение социальных норм. Более эмоционально открыты для взаимодействия с другими людьми и установления новых контактов;

– девочки более высоко оценивают значимость своего мира, свою индивидуальность и неповторимость.

Система образа «Я» мальчиков и девочек старших подростков характеризуются следующими характеристиками:

– высокая выраженность образа «Рефлексивное Я», выраженность образов «Физическое Я» и «Деятельное Я»;

– менее представлены образы «Социальное Я», «Коммуникативное Я», «Материальное Я» и «Перспективное Я»;

Образ «Я» мальчиков подростков характеризуется следующими особенностями:

– образ «Рефлексивное Я» является более выраженным у мальчиков, в большей степени имеют представления об особенностях характера, индивидуального стиля поведения, отмечают персональные характеристики и выражают эмоциональное отношение к себе;

– у мальчиков подростков в большей степени выражено стремление научиться чему-то новому или оценить свои навыки, умения и знания, что представлено в образе «Деятельное Я»;

Образ «Я» девочек подростков характеризуется следующими особенностями:

– у девочек образ «Перспективное Я» является более выраженным, и, девочки подростки в большей степени направлены на реализацию будущего, осознание профессиональных намерений и жизненной перспективы

– девочки делают в большей степени акцент на своем телесном облике, проводят сравнение и оценку себя с точки зрения эталонов «женственности», что представлено в образа «Физическое Я».

Психолого-педагогические рекомендации по развитию образа «Я» старших подростков представляют собой рекомендации по развитию образа «Я» старших подростков путем организации разноплановой рефлексивной деятельности старших подростков и использовании техник и упражнений арт-терапии.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Рассматривая теоретические аспекты образа «Я» в подростковом возрасте можем выделить следующие аспекты:

1. На данный момент наука не имеет единой схемы описания сложного строения образа «Я». Образ «Я» есть целостное образование, все компоненты которого хотя и обладают относительно самостоятельной логикой развития, тесно взаимосвязаны (Э. Эриксон, Р. Бернс). Структурно образ «Я» можно представить, как формирующуюся из трех составных процессов: самовосприятия, самонаблюдения, самоанализа (Л.А. Николенко). В рамках каждого из процессов можно выделить три компонента: когнитивный, оценочный и поведенческий.

2. Подростковый возраст является особым периодом онтогенеза личности поскольку является связующим между детский возрастом и взрослостью. Подростковый возраст заставляет ребенка пробовать варианты, именно поэтому подростки нуждаются в поддержке со стороны взрослого, хотя часто отказываются от этой поддержки. Активное формирование личности, проходящее через критическое отношение к себе к своим недостаткам и полезным свойствам, формирует собственное «Я». Центральным фактором психологического развития подростков, является становление нового уровня самосознания, формирование образа «Я».

3. Формирование образа «Я» в подростковом возрасте проходит через такие взаимодействия, как: Я и образ тела, Я и самооценка, Я и мнение родителей, Я и мой внутрисемейный стиль общения, личностное самоопределение, Я и мои роли. Каждое из этих взаимодействий движет мнением подростка и себе, об окружающем мире, дает понимание каким в этом мире он хочет быть. Изначально наблюдается сильное расхождение своих представлений об идеальном мире, идеальных ролях, идеальных людях

вокруг, и реальном мире. К старшему подростковому возрасту наблюдается стабилизация таких представлений.

4. На основании анализа теории по выбранной теме, можно выделить компоненты образа «Я»:

– когнитивный компонент («Я-реальное») - установки, связанные с тем, как индивид воспринимает свои актуальные способности, роли, свой актуальный статус, то есть с его представлениями о том, каков он есть в настоящем времени; «Я-зеркальное» - установки, связанные с представлениями индивида о том, как его видят другие; «Я-идеальное» - установки, связанные с представлениями индивида о том, каким он хотел бы стать – изучали с помощью «Опросник самооотношения» (С.Р. Пантелеева и В.В. Столина);

– оценочный компонент образа «Я». (переживаемое отношение к себе в целом или к отдельным сторонам своей личности, деятельности и т. п.; к этому компоненту, другими словами, относят систему самооценок).

– поведенческий компонент (проявления когнитивного и оценочного компонентов в поведении (в т. ч. в речи, в высказываниях о себе изучали с помощью методики «Кто Я?» М. Кун и Т. Макпартленд.).

5. В результате эмпирического исследования были получены результаты об образе «Я» старших подростков – мальчиков и девочек.

Старших подростков характеризуются следующими характеристиками: высокой самоуверенностью в своих силах, высоко оценивают силу собственного «Я»; положительно принимают разные проявления своего «Я», выражено чувство симпатии к себе, принятия себя; ощущают баланс между собственными возможностями и требованиями окружающей реальности. Избирательное отношение к себе (к своим личностным свойствам, на стремление к изменению лишь некоторых своих качеств при сохранении прочих других, обвинение себя за те или иные поступки и действия сочетается с выражением гнева, досады в адрес окружающих).

Особенности самоотношения мальчиков характеризуется следующими особенностями: в большей степени считают свое «Я» в качестве источника развития своей личности, активности, достижений, более избирательно воспринимают отношение окружающих к себе, высоко оценивают некоторые свои уникальные качества, другие же качества недооценивают.

Особенности самоотношения девочек характеризуется следующими особенностями: осуществляют контроль в привычных для себя условиях существования, снижение регуляционных возможностей «Я» в новых условиях, считают, что окружающие их ценят за личностные и духовные качества, высоко оценивают значимость своего мира, свою индивидуальность и неповторимость.

Система образа «Я» старших подростков характеризуется следующими характеристиками: высокая выраженность образа «Рефлексивное Я», выраженность образов «Физическое Я» и «Деятельное Я», менее представлены образы «Социальное Я», «Коммуникативное Я», «Материальное Я» и «Перспективное Я».

Образ «Я» мальчиков подростков характеризуется следующими особенностями: мальчики имеют представления об особенностях характера, индивидуального стиля поведения, отмечают персональные характеристики и выражают эмоциональное отношение к себе, представлено стремление научиться чему-то новому или оценить свои навыки, умения и знания, что представлено в образе «Деятельное Я»;

Образ «Я» девочек подростков характеризуется следующими особенностями: девочки подростки в большей степени направлены на реализацию будущего, осознание профессиональных намерений и жизненной перспективы, делают в большей степени акцент на своем телесном облике, проводят сравнение и оценку себя с точки зрения эталонов «женственности», что представлено в образа «Физическое Я».

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Аверин В.А. Психология детей и подростков. СПб.: Речь, 1998. 379 с.
2. Агафонов А.Ю. Исследование Я-концепции учащихся подросткового возраста как средства качественной оценки образовательных систем: Автореферат дис. канд. психол. наук. Казань, 2000. 24 с.
3. Ананьев В.Г. К постановке проблемы развития детского самосознания. СПб.: Питер, 2001. 215 с.
4. Бернс Р. Что такое Я-концепция // Психология самосознания: хрестоматия / Под ред. Д.Я. Райгородского. Самара: Бахрах-М, 2003. С.333–393.
5. Божович Л.И. Проблемы формирования личности. М.: Международная педагогическая академия, 1995. 368 с.
6. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. СПб.: Питер, 2008. 400 с.
7. Большой психологический словарь. / Под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко М.: Прайм-Еврознак, 2003. 672 с.
8. Бороздина Л.В. Что такое самооценка // Психологический журнал. 1992. Т.13. №4. С. 99–101.
9. Василькина Ю.Х. Подростки - проблемы в общении со сверстниками и их решение URL: <http://5psy.ru/roditeli-i-deti/podrostki-problemy-v-obshhenii-so-sverstnikami-i-ih-reshenie.html> (дата обращения: 14.05.2021).
10. Выготский Л.С. Психология развития высших психических функций. М. : Юрайт, 2021. 570 с.
11. Дубровина И.В. Формирование личности в переходный период: от подросткового к юношескому возрасту. М., 2007. 320 с.
12. Зимняя И.А. Педагогическая психология. Ростов на Дону: Феникс, 1997. 360 с.

13. Казнова Г.В. Взаимосвязь общественно-полезной деятельности и общения подростков // Вопросы психологии. 1993. № 3. С. 40–45.
14. Кнутава А.И. Особенности «Образа-Я» в подростковом возрасте // Концепт. 2019. № 3 (март). URL: <http://e-koncept.ru/2019/192010.htm> (дата обращения: 14.04.2021).
15. Ковалевская А.В. Влияние учебной мотивации на успеваемость подростков // Концепт. 2015. № 1 (январь). URL: <http://e-koncept.ru/2015/192010.htm> (дата обращения: 12.04.2021).
16. Кон И.С. Психология старшеклассника. М. : Просвещение. 2010. 256 с.
17. Личко А.Е. Подростковая психиатрия. М. : Медицина. 2005. 329 с.
18. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. М.: Академия.. 2016. 456 с.
19. Николенко Л.А. На пути к личности, Псков: ПС-арт, 2011. 108 с.
20. Психология современного подростка / под ред. Д.И.Фельдштейна. М. : Педагогика, 2007. 313 с.
21. Реан А.А., Бордовская Н.В. Психология и педагогика. СПб.: Питер, 2002. 432 с.
22. Реан А.А. Психология подростка: «Трудный» возраст от 11 до 18 лет». СПб.: прайм ЕВРОЗНАК, 2006. 480 с.
23. Роджерс К. Становление личности. Взгляд на психотерапию. М.: Институт общегуманитарных исследований. 2016. 258 с.
24. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб. : Питер, 2000. 685 с.
25. Самосознание и защитные механизмы личности / Под ред. Д.Я. Райгородского. Самара: Бахрах-М, 2000. 656 с.
26. Самосознание как объект психодиагностики // Общая психодиагностика / Под ред. А.А. Бодалева, В.В. Столина. М.: Изд-во Московского университета, 2007. С.245–268.

27. Теории «Я-концепция» личности. URL: <https://pro-psichology.ru/obshhaya-psixologiya/1029-ya-koncepciya-lichnosti.html> (дата обращения: 24.03.2021)

28. Толстых Н.Н., Прихожан А.М. Психология подросткового возраста. М. : Юрайт, 2016. 406 с.

29. Федосова Е.Д., Федорченко В.Е. Роль идеала в становлении образа «Я» подростка // Шаг в науку. 2018. № 1. С. 143–146.

30. Фельдштейн Д.И. Психология развивающейся личности. М.: Просвещение, 1996. 375 с.

31. Чижишева О. В. Психолого-педагогические особенности детей школьного возраста и «Я-концепция» // Проблемы и перспективы развития образования: материалы II междунар. науч. конф. Пермь: Меркурий, 2012. С. 90–92.

32. Чичеркина В.К., Могилко Д.В. Динамика образа «Я»: от младших школьников к подросткам // Проблемы научной мысли. 2016. Т. 12. № 8. С. 22–24.

33. Чудакова Е.С. Развитие «Я-образа» подростка как педагогический феномен // Новое слово в науке: перспективы развития. 2014. № 2 (2). С. 69–71.

34. Шильштейн Е.С. Уровневая организация системы Я // Вестник МГУ. Сер.14. Психология. 1999. № 2. С. 34–45.

35. Шкач Е.Н., Бондарева М.Ю. Исследование образа «Я» подростков с различным содержанием эмоционального благополучия // Власть и управление на Востоке России. 2014. № 2 (67). С. 132–137.

36. Элкин Д. Эрик Эриксон и восемь стадий человеческой жизни // Психология личности / Под ред. Д.Я. Райгородского. Самара, 1999. С. 246–279.

37. Эльконин Д.Б. К проблеме периодизации психологического развития в детском возрасте // Вопросы психологии. 1981. №4. С. 32–37.

38. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. М.: Флинта, 2006. 342 с.
39. Яблокова С.В. Динамика образа «Я» в структуре Я-концепции подростков // Общественные науки. 2016. № 3. С. 520–525.
40. Яшина О.В. Психолого-педагогические аспекты формирования образа «Я» у младших подростков // Научное отражение. 2018. № 4 (14). С. 29–31.