Оглавление

Введение………………………………………………………………………..2

Глава 1. Теоретическое исследование влияния самооценки на уровень успешности профессиональной деятельности……………………………….3

1.1. Подход к понятию деятельности в психологии…………………………4

#### 1.2. Структура деятельности…………………………………………………..7

1.3 Профессиональная деятельность и предпосылки её успешности…….10

1.4. Самосознание личности. Самооценка как фактор человеческой личности и её истоки…………………………………………………………………………14

1.5. Профессиональное самосознание………………………………………….29

1.6. Взаимосвязь самооценки и успешности профессиональной деятельности

Выводы…………………………………………………………………………36

Глава 2.1 Эмпирическое исследование проблемы влияния самооценки на уровень успешности профессиональной деятельности…………………….37

2.2. Результаты по методике Дембо – Рубинштейн успешных в профессиональной деятельности студентов:………………………………….39

2.3. Результаты по методике Дембо – Рубинштейн неуспешных в профессиональной деятельности студентов:………………………………….40

Выводы…………………………………………………………………………...44

Заключение……………………………………………………………………….45.

Библиография……………………………………………………………………..47

Приложения……………………………………………………………………….54

Введение.

Проблемой деятельностного подхода, структуры деятельности, её разновидностей и влияния на различные сферы человеческой жизни занимались такие авторы как С.Л. Рубинштейн [55,56,57], А.Н. Леонтьев [33], К.А. Альбуханова-Славская [1,2], Е.М. Борисова [11], Е.А. Климов [22,23,24], Л.А. Коростылёва [29], И.Ю. Кулагина, В.Н. Колюцкий [31], Н.А. Лаврова [32], А.К. Маркова [35,36], Р.С. Немов [40], Н.С. Пряжников [52], О.Н Родина [53], Н.В. Самоукина [59], С.В. Славнов [62], Х. Хекхаузен [69], А.Е. Чирикова [74], П.А. Шавир [75] и др..

Над исследованием самооценки, её составляющих, а также влияния на жизнедеятельность индивида работали следующие авторы: Б.Г. Ананьев (3,4), Н.Е. Анкудинова (5), Р. Бернс (7,8), Л.И. Божович (9), Ю.А. Борисов, И.А. Кудрявцев (10), Н.А. Гульянова (16), У. Джемс (17), Ф. Зимбардо (20), В. Квинн (21), И.С. Кон (26,27), Л.Н. Корнеева (28), Р. Мейли (37), И.Н. Михеева (39), В.В. Овсянникова (43), С.Л. Рубинштейн (55,56,57), Е.Т. Соколова, В.В. Столин (64,66), А.Г. Спиркин (65), П.Р. Чамата (70), И.И. Чеснокова (71,72,73) , Н.Е. Шафажинская (76), Т. Шибутани (77) и проч..

Но аспект влияния самооценки на успешность профессиональной деятельности освещён слабо, вследствие чего мы в своём эксперименте обратились к данной проблеме, так как она кажется мне наиболее интересной и, раскрыв суть данного вопроса, мы сможем применить результат в практической деятельности психолога. Кроме этого особенностью проведенного исследования является то, что оно было проведено его на группе студентов-заочников 5 курса Уральской академии государственной службы специальность Государственное и муниципальное управление у которой ведущей на данном этапе жизни выступала учебная деятельность. В качестве методик исследования самооценки была выбрана методику Дембо – С.Л. Рубинштейна, это будет отражено более подробно в ходе моего исследования.

Объектом данного исследования является профессиональная деятельность.

Предмет исследования - влияние самооценки на успешность профессиональной деятельности.

Гипотеза: при адекватной либо высокой самооценке профессиональная деятельность будет успешна.

Цель данной работы - проследить взаимосвязь уровня самооценки и успешности профессиональной деятельности.

Задачи:

1) провести теоретико-методологический анализ литературы по проблеме влияния самооценки на успешность профессиональной деятельности;

2) спланировать и организовать экспериментальный замысел;

3) выявить группы успешных и неуспешных в профессиональной деятельности участников эмпирического исследования;

4) обсудить результаты эмпирического и теоретико-эмпирического исследования;

5) обобщить полученные результаты и сформулировать основные выводы.

В ходе исследования для сбора данных использовалось тестирование, а для анализа результатов следующие математические обработки данных- корреляционный анализ, среднее значение, стандартное отклонение и процентное соотношение свойств от общего количества испытуемых.

Практическая значимость работы заключается в возможности определения как самооценка влияет на профессиональную деятельность, это исследование можно использоваться в своей будущей профессиональной деятельности.

Глава 1. Теоретическое исследование влияния самооценки на уровень успешности профессиональной деятельности.

**1.1. Подход к понятию деятельности в психологии.**

В психологическом словаре даётся описание понятия деятельности: «Деятельность – это активное взаимодействие с окружающей действительностью, в ходе которого живое существо выступает как субъект, целенаправленно воздействующий на объект и удовлетворяющий таким образом свои потребности» [47,с.95]; это "специфический вид активности человека, направленный на познание и творческое преобразование окружающего мира, включая самого себя и условия своего существования [40, с.147] "… в силу общественного характера человеческой деятельности она из инстинктивной, какой была у животных – становится сознательной" [С.Л.Рубинштейн, 57, с.465].

Теория деятельности - система методологических и теоретических принципов изучения психических феноменов. Основным предметом исследования признаётся деятельность, опосредствующая все психические процессы [91]. Данный подход начал формироваться в отечественной психологии в 20 – е гг. ХХ в. В 1930 – е гг. было предложено две трактовки деятельностного подхода в психологии – С.Л.Рубинштейна (1889-1960), который сформулировал принцип единства сознания и деятельности — один из основных принципов деятельностного подхода в психологии, в его контексте деятельность и сознание рассматриваются не как две формы проявления чего – то единого, различающиеся по средствам эмпирического анализа, а как две инстанции, образующие нерасторжимое единство; и А.Н.Леонтьева (1903-1979), который совместно с другими представителями Харьковской психологической школы (неформальной организацией психологов, которые работали в 30 – е гг. в научных учреждениях Харькова над развитием идей Л.С.Выготского и над формулированием на этой основе основ деятельностного подхода в психологии. К этой школе принадлежали: А.Н.Леонтьев, А.Р.Лурия, П.И.Зинченко, А.В. Запорожец, П.Я.Гальперин и др. [90]), разработал проблему общности строения внешней и внутренней деятельности [47].

Теория деятельности, разработанная С.Л.Рубинштейном, - реализация деятельностного подхода к анализу психологических феноменов. В качестве предмета анализа здесь рассматривается психика через раскрытие её существенных объективных связей и опосредований, в частности через деятельность. При решении вопроса о соотношении внешне практической деятельности и сознания, он исходил из того положения, что нельзя считать "внутреннюю" психическую деятельность как формирующуюся в результате свёртывания "внешней" практической. В его формулировке принципа детерменированности психического внешние причины действуют посредством внутренних условий. При такой трактовке деятельность и сознание рассматриваются не как две формы проявления чего-то единого, различающиеся по средствам эмпирического анализа, а как две инстанции, образующие нерасторжимое единство [92].

В теории деятельности А.Н. Леонтьева в качестве предмета анализа здесь рассматривается деятельность. Поскольку сама психика не может быть отделена от порождающих и опосредствующих ее моментов деятельности, и сама психика является формой предметной деятельности. При решении вопроса о соотношении внешне практической деятельности и сознания, принимается положение, что внутренний план сознания формируется в процессе свертывания изначально практических действий. При такой трактовке сознание и деятельность различаются как образ и процесс его формирования, образ при этом является «накопленным движением», свернутыми действиями. Этот постулат был реализован во многих исследованиях [82].

Важнейшая особенность концепции А.Н.Леонтьева состоит в том, что в ней структура деятельности и структура сознания суть понятия взаимопереходящие, связанные друг с другом в рамках одной целостной системы: " Функционально же их связи взаимны – деятельность и «управляема сознанием», и в то же время в известном смысле сама управляет им».

А.Н.Леонтьев говорил, что С.Л. Рубинштейн развил мысль о том, что психическое и физическое – это одна и тоже, а именно рефлекторная отражательная деятельность, но рассматриваемая в разных отношениях и что её психологическое исследование является продолжением её физиологического исследования. Леонтьев же, напротив, считал, что исследование движется от психологии к физиологии [33]. Различия между двумя вариантами деятельностного подхода отчётливо формулируются в 40-50 гг. и затрагивают в основном два круга проблем [47]:

1. Проблема предмета психологической науки. С точки зрения С.Л.Рубинштейна, психология должна изучать не деятельность субъекта как таковую, а "психику и только психику", правда через раскрытие её существенных объективных связей и опосредований, в том числе через исследование деятельности. А.Н.Леонтьев, напротив, считал, что деятельность неизбежно должна входить в предмет психологии, поскольку психика неотторжима от порождающих и опосредующих её элементов деятельности, более того: она сама является формой предметной деятельности (по П.Я. Гальперину, ориентировочной деятельностью).
2. Споры касались соотношения собственно внешне практической деятельности и сознания. По С.Л.Рубинштейну, нельзя говорить о формировании "внутренней" психической деятельности из "внешней" практической путём интериоризации: до всякой интериоризации внутренний (психический) план уже наличествует. А.Н.Леонтьев же полагал, что внутренний план сознания формируется как раз в процессе интериоризации изначально практических действий, связывающих человека с миром человеческих предметов. В то же время он утверждал, что С.Л.Рубинштейн при решении проблемы единства сознания и деятельности, не вышел за рамки критикуемой им же дихотомии: сознание по-прежнему рассматривается не в "деятельностном ключе", а как "переживания", "явления", как "внутреннее", а деятельность предстаёт как нечто принципиально "внешнее", и тогда единство сознания и деятельности выступает только как нечто постулируемое, но недоказываемое. А.Н. Леонтьев предлагал свой вариант "снятия" этой дихотомии: действительной противоположностью является противоположность между образом и процессом (последний может существовать как во внешних, так и во внутренних формах). Образ и процесс находятся в единстве, однако ведущим в этом единстве является процесс, связывающий образ с отражаемой действительностью (например, обобщения формируются в процессе реального практического "переноса" одного способа действий в другие условия, [47]).

В нашем исследовании мы руководствуемся теорией деятельности, разработанной А.Н. Леонтьевым.

#### **1.2. Структура деятельности**

В теории деятельности А.Н. Леонтьева предложена структурное строение деятельности, которое предполагает выделение собственно деятельности, действий, операций.

Среди компонентов деятельности выделяют [93]:

— мотивы, побуждающие субъект к деятельности;  
— цели как прогнозируемые результаты этой деятельности, достигаемые посредством действий;  
— операции, с помощью которых деятельность реализуется в зависимости от условий этой реализации  
 Действия — процесс взаимодействия с каким – либо предметом, который характеризуется тем, что в нем достигается заранее определенная цель.

С. Л. Рубинштейн [57, с. 465] писал, что действие, совершаемое человеком, не является совершенно изолированным актом: "оно включается в более обширное целое деятельности данной личности и лишь в связи с ней может быть понято".

Могут быть выделены следующие составные части действия:  
— принятие решения;  
— реализация;  
— контроль и коррекция.  
 При этом в принятии решения происходит увязывание образа ситуации, образа действия, интегральной и дифференциальной программ. Реализация и контроль осуществляются циклически. В каждом из них происходит использование как усвоенных, так и индивидуальных выработанных средств и орудий.

Виды действий: управляющие, исполнительные, утилитарно-приспособительные, перцептивные, мнемические, умственные, коммуникативные.

Операция [93] (лат. operatio — действие) — исполнительная единица деятельности человека, соотносимая с задачей и с предметными условиями ее реализации. Операции, при помощи которых человек достигает своих целей, являются результатом овладения общественно выработанными способами действий. В качестве операций рассматривались, прежде всего, врожденные или рано сформированные перцептивные, мнемические и интеллектуальные акты.  
 Та или иная деятельность может начать играть решающую роль в психологических новообразованиях, возникающих в ходе онтогенетического развития человека. Такая деятельность получила обозначение "ведущая деятельность".   
 Ведущая деятельность — деятельность, при реализации которой происходит возникновение и формирование основных психологических новообразований человека на той или иной ступени его развития и закладываются основы для перехода к новой ведущей деятельности [93]).

Виды: непосредственное общение младенца со взрослыми; предметно – манипулятивная деятельность в раннем детстве; сюжетно – ролевая игра дошкольного возраста; учебная деятельность школьников; профессионально – учебная деятельность юности [31].

А.Н.Леонтьев [31] выделил 3 признака ведущей деятельности:

1) в рамках ведущей деятельности возникают и дифференцируются новые виды деятельности (например, ребёнок начинает учиться играя)

2) в ведущей деятельности формируются и перестраиваются отдельные психические функции (в игре, к примеру, появляется творческое воображение)

3)от неё зависят наблюдаемые в это время изменения личности (в той же игре ребёнок осваивает нормы поведения взрослых людей, взаимоотношения которые он производит в игровой ситуации, у него формируются этические представления – начинается развитие морального сознания).

Схематически структура деятельности может быть представлена в таком виде [31]:

П (потребность) – деятельность – М (мотив , предмет потребности)

д (действия) – Ц (цель)

у (условия достижения цели) – ОП (операция – особая сторона действия)

Как показали исследования российских психологов (А.Н. Леонтьева, С.Л. Рубинштейна и др.) протекание и развитие различных психических процессов существенно зависят от содержания и структуры деятельности, от её мотивов, целей и средств осуществления.

В ходе исторического развития изменяются содержание и технические средства деятельности человека, что определяет и формирование его сознания.

Профессиональная сфера является одной из основных сфер жизнедеятельности человека, многие авторы отмечают её как ведущую область самореализации личности: К.А.Альбуханова-Славская [1], Л.А. Коростылева [29], А.К.Маркова [36], Н.С. Пряжников [52]; Л. Росс, А. Нисбетт [54]; Л.А. Рудкевич, Е.Ф. Рыбалко [58], О.С. Советова [63].

* 1. **Профессиональная деятельность и предпосылки её успешности.**

Среди многообразных видов социальной деятельности личности особое место занимает профессиональная деятельность. Человек как субъект деятельности большую часть своей жизни посвящает профессиональному виду труда, как главному направлению становления человеческой сущности.

Н.В.Самоукина [59] даёт описание структуры профессиональной деятельности: термин "профессия" происходит из латинского и французского языков и имеет примерно такое значение: говорить публично, объявлять, заставлять.

Профессия понимается как общность, как область приложения сил, как деятельность и область проявления личности[24]. Профессионал может преобразовывать свою профессиональную деятельность, внося в неё творческие элементы, расширяя область приложения своих сил, придумывая новые средства, приёмы работы.

Профессия как трудовая деятельность имеет свою структуру. Н.В. Самоукина описывает её таким образом [59]:

* заданные цели, представления о результате труда;
* заданный предмет (исходный материал – не обязательно вещь, но и ситуация неопределённости, любая система, например, социальная, знаковая, художественно - эстетическая и др.);
* система средств труда (в зависимости от предмета они существенно различаются между собой);
* система профессиональных служебных обязанностей (заданных трудовых функций);
* система прав;
* производственная среда, предметные и социальные условия труда.

И.Ю.Кулагина, В.Н.Колюцкий [30] пишут, что самоопределение, как профессиональное, так и личностное, становятся центральным новообразованием ранней юности.

Личностные изменения, происходящие в ходе профессиональной деятельности, приводят к становлению личности как субъекта деятельности. Э.Ф.Зеер [18] под профессиональным становлением субъекта понимает движение личности в ходе профессионального труда. Профессиональное становление субъекта развёрнуто во времени и охватывает период от начала формирования профессиональных намерений до финиша, который заканчивает активную профессиональную деятельность.

Е.А.Климов предлагает возможную группировку фаз жизненного пути профессионала, выделяя следующие фазы: оптации, адепта, адаптации, интернала, мастерства, авторитета, наставничества [24].

Фазы развития профессионала:

1. Фаза оптанта или оптации. В данном периоде человек стоит перед проблемой выбора профессии или вынужденной переменой профессии и осуществляет свой выбор. Данная проблема может вставать и перед подростками, и будущими выпускниками средней школы, и профессионалами. Эта фаза завершается формированием реалистического представления о мире труда и своего места в нём, появлением профессионального плана.
2. Фаза адепта или профессиональной подготовки. По мере многолетней профессиональной подготовки у субъекта учебно–профессиональной деятельности происходят существенные изменения в самосознании, в направленности, информированности, умелости.
3. Фаза адаптации молодого специалиста к работе. Имеются различия в социальных, деятельностных нормах учебного заведения и производственного коллектива. В связи с этим специалист должен понять, почувствовать новые нормы, регулирующие его поведение, образ жизни, манеры, внешний облик, освоить "технологические" тонкости профессии и должен научиться соответствовать этим нормам. Профессионал должен адаптироваться к работе.
4. Фаза интернала. На данном этапе развития профессионал приобретает значительный профессиональный опыт, имеет профессиональную направленность, способен самостоятельно выполнять основные профессиональные функции на данном трудовом посту. Профессионал на данном этапе своего развития характаризуется состоявшимся "вхождением в профессию".
5. Фаза мастерства. Данная фаза включает характеристики последующих за нею фаз: авторитета, наставничества. Субъект деятельности способен решать самые сложные профессиональные задачи. Мастер отличается от других специальными качествами, умениями или универсализмом, широкой ориентированностью в своей профессиональной области. Он выработал индивидуальный стиль деятельности, стабильно получает хорошие результаты деятельности.
6. Фаза авторитета. Профессионал является мастером своего дела. Профессиональная деятельность характеризуется высокой успешностью. Несмотря на свой биологический возраст, он успешно решает профессионально - производственные задачи, опираясь на высокий уровень профессионализма, умелость, организаторские способности.
7. Фаза наставничества. Авторитетный мастер своего дела в каждой профессии имеет единомышленников, учеников, которые перенимают его опыт, следуют ему. Жизнь профессионала, несмотря на его биологический возраст, имеет определённую перспективу, смысл в связи с передачей опыта молодым профессионалам, отслеживанием их успехов, посильным включением в их дела.

Выделенная учёным фазовость в профессиональном развитии субъекта позволяет более дифференцированно представить жизненный путь профессионала как определённого рода целостность.

Н.В.Самоукина [59] говорит, что на всех этапах развития человека как профессионала он действует в условиях двух групп факторов: объективных и субъективных, причём теоретически необходимо чтобы система объективных профессиональных требований находилась в соответствии, взаимной сообразности с субъективными особенностями и возможностями человека-профессионала.

Объективные факторы – это требования, нормы и ограничения, выдвигаемые со стороны профессии к его труду и наличию у него определённых свойств и особенностей (профессиональных знаний, умений, навыков, профессионально значимых качеств).

Субъективные факторы – это имеющиеся у данного работника задатки и способности, индивидуально-психологические свойства и особенности, его мотивация и уровень притязаний, а также самооценка, которая интересует Нас наиболее всего в данном исследовании.

Рассмотрим точки зрения некоторых авторов на предпосылки успешности профессиональной деятельности.

Б.М. Теплов говорил, что успешность профессиональной деятельности зависит от индивидуальных способностей человека, описывая их таким образом [67, с.9-20]: "Способностями можно называть лишь такие индивидуально - психологические особенности, которые имеют отношение к успешности выполнения той или другой деятельности. Однако, не отдельные способности как таковые непосредственно определяют возможность успешного выполнения какой-нибудь деятельности, а лишь своеобразное сочетание этих способностей, которое характеризует данную личность ", но он делал оговорку: "одной из важнейших особенностей психики человека является возможность чрезвычайно широкой компенсации одних свойств другими, вследствие чего относительная слабость какой-нибудь одной способности вовсе не исключает возможности успешного выполнения даже такой деятельности, которая наиболее тесно связана с этой способностью. Недостающая способность может быть в очень широких пределах компенсирована другими, высокоразвитыми у данного человека... От одаренности зависит не успех в выполнении деятельности, а только возможность достижения этого успеха. Даже ограничиваясь психологической стороной вопроса, мы должны сказать, что для успешного выполнения всякой деятельности требуется не только одаренность, т. е. наличие соответствующего сочетания способностей, но и обладание необходимыми навыками и умениями. Одаренность не является единственным фактором, определяющим выбор деятельности, как не является она и единственным фактором, определяющим успешность выполнения деятельности".

У каждого человека существует также свой, индивидуальный стиль профессиональной деятельности, влияющий на её успешность или неуспешность. Е.А Климов [22, с.74-77] считает, что под индивидуальным стилем следует понимать всю систему отличительных признаков деятельности данного человека, обусловленных особенностями его личности: "…индивидуальный стиль есть индивидуально-своеобразная система психологических средств, которым сознательно или стихийно прибегает человек в целях наилучшего уравновешивания своей (типологически обусловленной) индивидуальности с предметными, внешними условиями деятельности…Среди особенностей такого рода, составляющих ядро индивидуального стиля, всегда оказываются две их категории: особенности, благоприятствующие успеху в данной обстановке («А»), и особенности, противодействующие успеху («Б»). При этом следует подчеркнуть чисто функциональный характер этого деления, т. е. одна и та же особенность деятельности может оказаться в одном случае в категории «А», в другом — в категории «Б» в зависимости от характера объективных требований. Предпочтение однообразных неторопливых движений у инертных окажется в категории «А», например, при ручной полировке изделия, и в категории «Б», если стоит задача срочно и часто менять характер движений, например при удержании равновесия на неустойчивой опоре... Формирование индивидуального стиля продвигает личность на все более высокие уровни осуществления деятельности, а значит, и способствует обоснованной реализации принципа «от каждого по способностям».

Представляя нам сам термин успеха в профессиональной деятельности, Н.В.Самоукина высказывается о нём следующим, вполне соответствующим Нашему пониманию, образом: "Успех в профессиональной деятельности проявляется прежде всего в достижении работником значимой цели и преодолении или преобразовании условий, препятствующих достижению этой цели " [59, с.221].

Н.А. Лаврова [32], анализируя влияние личностных особенностей на успешность профессиональной деятельности в системе «человек – человек» показала в своём исследовании, что требования, выдвигаемые авторами, как определяющие для успешной профессиональной деятельности, более чем разнообразны. Ею выявлено, что субъект трудовой деятельности как личность характеризуется определённой специфической совокупностью устойчивости личностных образований, в которую входят: мотивы, установки, иерархическая система сложившихся субъективных отношений, направленность, способы поведения и реагирования, характерологические особенности и другие структуры, определяющие своеобразие его индивидуально- психологических проявлений в профессиональной деятельности.

Я принимаю утверждения всех вышеприведённых авторов по данной теме, так как они не противоречат друг другу, а, скорее, дополняют друг друга, способствуя лучшему пониманию факторов, от которых может зависеть успех в профессиональной деятельности.

Таким образом становится видно, что успех в профессиональной деятельности может быть вызван различными причинами. Но подробнее всего остановимся на самооценке человека, так как именно она является наиболее значимой для нашего исследования.

**1.4. Самосознание личности.**

В этой главе постараемся осветить взгляды различных исследователей на вопрос возникновения самосознания, стадиальность его развития и его составляющие, так как без раскрытия этого вопроса описание самооценки, являющейся его компонентом, было бы неполным.

Становление человека как субъекта деятельности неразрывно связано с развитием самосознания. В осуществлении различных видов активности субъекта, в том числе его деятельности, общения, поведения, значительная роль принадлежит самосознанию. В процессе практической деятельности человек как субъект (человек на характерном для него высшем уровне активности, целостности, автономности [13]), характеризуется совокупностью деятельностей и мерой их продуктивности, преобразует социальный мир, а также и самого себя. Изменяя мир, человек глубже понимает и его, и самого себя как субъекта деятельности (личность, имеющая определённые права, обязанности и выполняющая определённые роли и функции [4]).

Психологический словарь определяет самосознание как осознанное отношение человека к своим потребностям и способностям, влечениям и мотивам поведения, переживаниям и мыслям, выражающимся также в эмоционально – смысловой оценке своих субъективных возможностей, выступающих в качестве основания целесообразных действий и поступков [47].

В основе самосознания – способность человека отличать себя от своей собственной жизнедеятельности, возникающая в общении при формировании первичных способов человеческой жизнедеятельности. Отношение к своему бытию, опосредованное совместной (в общении осуществляемой) деятельностью, способствует формированию определённого представления о себе самом как о способном на общественно значимые поступки и действия. Представления о себе (субъективный образ своего Я) складывается под влиянием оценочного отношения других людей при соотнесении мотивов, целей и результатов своих поступков и действий с канонами и социальными нормами поведения, принятыми в обществе. "Образ Я" - непременное условие каждого акта целеполагания. Представление о цели и путях её достижения есть одновременно и представление о своих будущих действиях, о формирующихся в этих действиях способностях – о себе, уже добившемся своей цели, так или иначе изменившемся. При этом человек может и завышать, и занижать свои возможности; в первом случае он относит себя к тем, кто обладает нужными и престижными способностями, во втором - к тем, у которых этих способностей нет [47].

С.Л.Рубинштейн пишет, что проблема психологического изучения личности завершается раскрытием её самосознания [57]. Он считал, что развитие самосознания проходит ряд ступеней: от наивного неведения в отношении самого себя до всё более углублённого самопознания, соединяющегося затем со всё более определённой и иногда резко колеблющейся самооценкой. С.Л. Рубинштейн высказал суждение [55] о трёхкомпонентной структуре самосознания: переживаемое отношение к себе, отношение к другому человеку и воспринимаемое (или ожидаемое) отношение другого.

Самосознание принадлежит целостному субъекту и служит ему для организации его собственной деятельности, его взаимоотношений с окружающимииегообщенияcними.   
 Самосознание в психической деятельности человека выступает как сложный процесс опосредованного познания себя, развернутый во времени, связанный с движением от единичных, ситуативных образов через интеграцию подобных ситуативных образов в целостное образование –понятиесобственного«Я».   
 Образование отношений формирующегося человека к самому себе является наиболее поздним по сравнению с другими свойствами. Во всех видах деятельности и поведения эти отношения следуют за отношением к ситуации, предмету и средствам деятельности, к другим людям. Лишь пройдя через многие объекты отношений, сознание становится само объектом самосознания. Требуется накопление опыта множества подобных осознаний себя субъектом поведения для того, чтобы отношения к себе превратились в свойство, называемое рефлексивностью. Однако именно эти свойства завершают структуру личности и обеспечивают ее целостность. Они наиболее тесно связаны с целями жизни и деятельности, ценностными ориентациями, установками; выполняя функцию самопознания, самоконтроля, саморегуляции и самоорганизации личности [85].

Самопознание- сложный многоуровневый процесс, индивидуализированно развернутый во времени. Очень условно можно выделить 2 стадии: познание своих особенностей через познание особенностей другого, сличение и дифференциацию; на 2-й стадии подключается самоанализ [85].

По своему объекту (тому, что осознаётся) самосознание понимается как процесс, направленный на осознание себя как субъекта сознания, общения и действия (А.Г. Спиркин), своих отношений к внешнему миру, другим людям, к самому себе (П.Р. Чамата), своей личности как физического, духовного и общественного существа (Н.Е. Анкудинова); осознание самого себя как существа, осознающего мир и изменяющего его, как субъекта, действующего лица в процессе его деятельности – практической и теоретической, субъекта деятельности осознания в том числе (С.Л. Рубинштейн).

И.И. Чеснокова рассматривает самосознание как сложный [72] психологический процесс, заключающийся в восприятии личностью многообразных "образов" самого себя в различных ситуациях деятельности и в соединении этих образов в единое целостное образование – в представление, а затем в понятие о собственном Я. Процесс самопознания тесно связан с разнообразными переживаниями,которые в дальнейшем обобщаются в эмоционально-ценностное отношение личности к себе. Обобщённые результаты познания себя и эмоционально-ценностного отношения закрепляются в соответствующую самооценку, которая становится регулятором поведения личности. Таким образом,И.И. Чеснокова рассматривает самосознание как единство трёх сторон: самопознания, эмоционально-ценностного отношения к себе и саморегулирования поведения. Самосознание является динамичным образованием психики, находится в постоянном движении не только в онтогенезе, но и в постоянном функционировании.

Сторонами внутреннего строения сознания и самосознания являются знание и отношение.

Самосознание является рефлексивным отображением самого себя. Рефлексия выступает в качестве психологического механизма самосознания. В.Н. Козиев [25] определяет рефлексию как способность перейти в некоторую позицию и рассматривать другого человека или собственную личность с точки зрения этой позиции.

Самосознание сопровождает любые процессы сознания в специфической форме осознания, отнесённости акта осознания к моему "Я" [71].

Л.Д. Олейник [44] выделяет следующие стадии в развитии самосознания: закладывание основ самосознания (от рождения до 2 – 3 лет); становление личности и формирование субъекта сознания и самосознания на конкретном уровне (от 3 до 10 – 12 лет); дальнейшего становления личности и формирования самосознания на абстрактно – логическом уровне (от 12 до 18 - 20 лет); стадия зрелого самосознания (от 20 лет и далее).

Основанием для выделения стадий у И.И. Чесноковой [73] являются кризисы в развитии личности. Она условно выделяет следующие стадии: от годо до 3 лет; от 3 до 7; от 7 до 12; от 12 до 14; от 14 до 18. По её мнению последним вышеуказанным возрастным периодом процесс развития самосознания не завершается, а продолжает развиваться дальше, возможно всю жизнь. Онтогенез самосознания рассматривается у Чесноковой И.И. как развёртывающийся во времени психический процесс, состоящий из трёх всё более усложняющихся форм: самопознания, эмоционально – ценностного отношения и саморегуляции. Если на первых стадиях развития ребёнка все эти три сферы самосознания как бы слиты, то со временем каждая из этих форм самосознания становится относительно самостоятельной. Необходимо отметить, что стадиальность самосознания, рассмотренная И.И. Чесноковой ближе Нашему пониманию, по причине своей соотнесённости с возрастными кризисами.

Структура самосознания личности представляет собой взаимодополняющее соединение трех подструктур: когнитивной, аффективной и поведенческой [38, 36].

Когнитивная подструктура включает осознание себя в системе деятельности, в системе детерминированных этой деятельностью межличностных отношений и в системе его личностного развития. Постепенно на основе представления о себе в отдельных ситуациях, на основе мнения коллег складывается устойчивая Я - концепция, придающая ему чувство профессиональной уверенности или неуверенности.

В аффективно-оценочном отношении к себе различают оценку своих сегодняшних возможностей (актуальная самооценка), вчерашних (ретроспективная самооценка) и будущих достижений (потенциальная или идеальная самооценка), а также оценку того, что думают о нем другие (рефлексивная самооценка). По мнению А.К. Марковой если актуальная оценка выше ретроспективной, а идеальная выше актуальной, это говорит о росте профессионального самосознания.

И, наконец, третий компонент профессионального самосознания - поведенческий - означает способность действовать на основе знаний о себе и отношения к себе.

А.Г. Спиркин, анализируя особенности самосознания и самооценки, фактически отождествляет эти явления: «…сама сущность сознания выражается в оценке человеком своих действий и их результатов, мыслей, чувств, морального облика и интересов, идеалов и мотивов поведения, в целостной оценке самого себя и своего места в жизни» [65, с.148-149].

Основными функциями самосознания являются " развитие и совершенствование своей личности в соответствии с социально – нравственными требованиями общества и сознательное использование психических закономерностей своей личности для наиболее успешного преобразования природы и общества " [51, с.166].

Вышеприведённый обзор различных точек зрения на вопрос возникновения самосознания в онтогенезе, стадиальность его развития, показывает, что существуют разногласия по этим вопросам. Мы же будем придерживаться трёхкомпонентной структуры самосознания, как и большинство психологов, рассматривающих самосознание как единство трёх сторон: самопознания, эмоционально-ценностного отношения к себе, и саморегулирования.

Знание человека о самом себе многообразно по своему составу. Рефлексия, или самоотражение, выступает в качестве психологического механизма самосознания. В результате самоотражения возникает понятие о самом себе, или Я – концепция (динамическая система представлений индивида о себе, формирующаяся в процессе включения человека в различные социальные общности, в группы, активного участия в различных видах деятельности).

Для развития самосознания характерна стадиальность, то есть деление на временные отрезки, в пределах которых накапливаются количественные признаки, которые постепенно или скачкообразно приводят к качественным новообразованиям в самосознании. Каждая сторона самосознания детерминирована образом жизни, ведущей деятельностью и общением, а также уровнем развития психики индивида.

Исходя из вышеизложенного понимания самосознания, раскрывающего его содержательный аспект, можно вычленить следующее: человек как социальное существо осознаёт себя членом общества, группы: возрастной, половой, профессиональной, семьи и так далее, свой социальный статус, роли, социальные связи с другими людьми. Объектом самосознания является сама личность, как познающий субъект, которая осознаёт свои личностные особенности: направленность и отношения, психические состояния, процессы, свойства, характер, способности; проявления собственной активности: поступки, взаимоотношения с окружающим миром; осознаёт себя субъектом познания, общения и труда. Осознаёт свои индивидуальные свойства: особенности внешнего облика, функции своего тела, особенности соматической организации и так далее.

**Самооценка как фактор человеческой личности и её истоки.**

В рамках Я – концепции, как содержательной стороны самосознания, исследователи определяют самооценку как оценку личностью самой себя, своих возможностей, качеств, и места среди других людей [46]. Петровский А.В. утверждает, что " самооценка есть результат… своего рода проекция реального "Я" на "Я" идеальное" [там же, с.411].

«Самооценка – ценность, значимость, которой индивид наделяет себя в целом и отдельные стороны своей личности, деятельности, поведения (47,с.343). Самооценка выступает как относительно устойчивое структурное образование, компонент Я - концепции, самопознания, и как процесс самооценивания. Основу самооценки составляет система личностных смыслов индивида, принятая им система ценностей. Рассматривается в качестве центрального личностного образования и центрального компонента Я – концепции».

Самооценка интерпретируется как личностное образование, принимающее непосредственное участие в регуляции поведения и деятельности человека, как автономная характеристика личности, её центральный компонент, формирующийся при активном участии самой личности и отражающий своеобразие её внутреннего мира [81].

Т.Шибутани [77, с.220] говорит о самооценке так: «Если личность – это организация ценностей, то ядром такого функционального единства является самооценка».

Ведущая роль самооценке отводится в рамках исследования проблем самосознания: она характеризуется как стержень этого процесса, показатель индивидуального уровня его развития, его личностный аспект, органично включённый в процесс самопознания. С самооценкой связываются оценочные функции самопознания, вбирающие в себя эмоционально - ценностное отношение личности к себе, специфика понимания ею самой себя [81].

Б.Г.Ананьев [3] высказал мнение, что самооценка является наиболее сложным и многогранным компонентом самосознания (сложный процесс опосредованного познания себя, развёрнутый во времени, связанный с движением от единичных, ситуативных образов через интеграцию подобных ситуативных образов в целостное образование – понятие собственного Я [85]), являющимся прямым выражением оценки других лиц, участвующих в развитии личности.

Самооценку рассматривают и как элемент самоотношения, наряду с самоуважением, самосимпатией, самопринятием и т.п..[48]. Так И.С. Кон [26] говорит о самоуважении, определяя его как итоговое измерение "Я", выражающее меру приятия или неприятия индивидом самого себя.

А.Н.Леонтьев предлагает осмыслить самооценку через категорию "чувство" как устойчивое эмоциональное отношение, имеющее "выраженный предметный характер, который является результатом специфического обобщения эмоций" [33, с.304].

Структура самооценки представлена двумя компонентами – когнитивным и эмоциональным. Первый отражает знания человека о себе , второй – его отношение к себе как меру удовлетворённости собой [81].

В деятельности самооценивания эти компоненты функционируют в неразрывном единстве: в чистом виде не может быть представлено ни то, ни другое /И.И.Чеснокова/. Знание о себе, приобретаемые субъектом в социальном контексте, неизбежно обрастают эмоциями, сила и напряженность которых определяется значимостью для личности оцениваемого содержания [81].  
 Основу когнитивного компонента самооценки составляют операции сравнения себя с другими людьми, сопоставление своих качеств с выработанными эталонами, фиксация возможной рассогласованности этих величин /Л.И.Корнеева/. Э.И. Суверова (МОСУ) [81].

Самооценка характеризуется по следующим параметрам:

1. уровню – высокая, средняя, низкая
2. соотношению с реальной успешностью – адекватная и неадекватная
3. особенностям строения – конфликтная и бесконфликтная

По характеру временной отнесённости выделяются прогностическая, актуальная и ретроспективная самооценка.

Анализ самооценки как самооцениваний деятельности позволил выявить несколько её функций: прогностическую (заключающуюся в регуляции активности личности на самом начальном этапе деятельности); корректирующую (направленную на контроль и осуществление необходимых подстроек); ретроспективную (используется субъектом на заключительном этапе деятельности для подведения итогов, соотнесения целей, способов и средств выполнения деятельности с её результатами [76]).

Проанализируем самооценку с помощью понятий категорий деятельности - результат, средство, операции:

1. В качестве результата самооценки исследователями выделяются следующие характеристики: в результате осуществления самооценки индивид узнаёт превосходит ли исполнение стандарт, равняется ему или не достигает его [69]; личность сверяет себя с эталоном и, в зависимости от результатов проверки, оказывается довольна или недовольна собой [45]; констатация личностью качественных, содержательных особенностей своего Я, своих физических сил, умственных способностей, поступков, своего отношения к окружающим и себе [76]; самооценка бывает двух родов: самодовольство и недовольство собой [17]; самооценка отвечает на вопрос: "не что я имею, а чего это стоит, что это значит " [8, с.99].

Таким образом, результатом самооценки является либо констатация некоторых качеств, либо результат сопоставления этих качеств с некоторым эталоном, либо результат некоторого эмоционально-чувственного отношения.

1. Для изучения вопросов самооценки большое значение также имеют исследования средств самооценки.

В качестве средств или стандартов самооценки применяются такие параметры как: ценностные ориентации и идеалы личности (А.В. Петровский), мировоззрение (С.Л. Рубинштейн), уровень притязаний (Л.И.Божович, Х. Хекхаузен и др.), "Я" - концепция (Е.Т. Соколова, В.В. Столин), требования, предъявляемые коллективом (Е.И. Савонько).

Итак, в функции средств самооценки могут вступать два типа: когнитивные (Я - концепция или её отдельные стороны) и аффективные (ценности, идеалы, уровень притязаний, требования). Подводя итоги по этому пункту, можно заключить, что практически любой феномен бытия человека (в том числе и сама самооценка) может быть им самооценен, то есть содержательное поле самооценки бесконечно.

3) В самооценке выделяют следующие операции: самопознания как построения образа "Я – реальное" [12], сопоставление оцениваемого качества со стандартом [76] каузальная атрибуция результата сопоставления [76]; реакция (отношение, самоприятие) на достигнутый результат [17]. Каузальная атрибуция результата рассматривается как дополнительная процедура, которая может быть применима как к результату сопоставления, так и к результату самоотношения, если они чем-то не удовлетворяют оценивающего себя. Тогда оказывается, что в самооценке присутствуют лишь два типа фундаментальных операций: сопоставление и самоотношение, которые, помещаемые в разные контексты, приобретают разное звучание (например на сопоставлении базируется проектирование "Я - реального" на "Я - идеальное", А.В. Петровский), самокритика. В качестве своей основы самоотношение имеет самоприятие (Л.В. Бороздина), самодовольство и недовольство собой [7].

Самооценка является доминирующей, а её выражением считается уровень притязаний, заключает Л.В. Бороздина [12]. То есть уровень притязаний считается проявлением самооценки в действии личности. Подобная проблема возникает и в различении понятий самооценки и мотивации достижения. Например, Х. Хекхаузен утверждает, что "мотив достижения выступает как система самооценки" [69].

Уровень притязаний — характеризует: 1) уровень трудности, достижение которого является общей целью серии будущих действий (идеальная цель); 2) выбор субъектом цели очередного действия, формирующейся в результате переживания успеха или неуспеха ряда прошлых действий (уровень притязаний в данный момент); 3) желаемый уровень самооценки личности (уровень Я). Стремление к повышению самооценки в условиях, когда человек свободен в выборе степени трудности очередного действия, приводит к конфликту двух тенденций — тенденции повысить притязания, чтобы одержать максимальный успех, и тенденции снизить их, чтобы избежать неудачи. Переживание успеха (или неуспеха), возникающее вследствие достижения (или не достижения) уровня притязаний, влечет за собой смещение уровня притязаний в область более трудных (или более легких) задач. Снижение трудности избираемой цели после успеха или ее повышение после неудачи (атипичное изменение уровня притязаний) говорят о нереалистичном уровне притязаний или неадекватной самооценке [94]).

У. Джемс выдвинул свой постулат относительно самооценки[8,с.162]:

«Самооценка прямо пропорциональна успеху и обратно пропорциональна притязаниям, то есть потенциальным успехам, которых индивид намеревался достичь», в виде формулы это может быть представлено таким образом:

Самооценка = притязания / возможности.

Истоки умения оценивать себя закладываются в раннем детстве, а развитие и совершенствование его происходит в течение всей жизни человека [81].

Обычно мнение о себе основывается на отношении к нам других людей [21]. Можно выделить несколько источников формирования самооценки, которые меняют вес значимости на разных этапах становления личности: оценка других людей; круг значимых других или референтная группа; актуальное сравнение с другими; - сравнение реального и идеального Я [86].

Самооценка формируется и на базе оценки результатов собственной деятельности, а также на основе соотношения реального и идеального представлений о себе [47].

Низкая самооценка может быть обусловлена многими причинами : её можно перенять в детстве у своих родителей, не разобравшихся со своими личными проблемами ; она может развиться у ребёнка из-за плохой успеваемости в школе ; из-за насмешек сверстников или чрезмерного критицизма со стороны взрослых ; личностные проблемы, неумение вести себя в определённых ситуациях также формируют у человека нелестное мнение о себе [68].

Первым, кто выделил тип семейной ситуации, формирующей у ребёнка положительную Я - концепцию, был Скотт [8]. Исследовав 1800 подростков, он установил, что те из них, у кого дома царит атмосфера взаимного уважения и доверия между родителями и детьми, готовность принять друг друга, в жизни более приспособлены, независимы, у них выше самооценка. Напротив, подростки из семей, где царит разлад, менее приспособлены.

Вирджиния Н.Квинн высказывается по данному вопросу так: «Дети с низкой самооценкой не уверены в себе, у них слабо развито чувство собственного достоинства. У них чаще возникают трудности при общении с другими детьми, которые, в свою очередь, неохотно их принимают. В результате у детей с негативными «Я» - концепциями часто возникают поведенческие проблемы, из-за чего к ним хуже относятся сверстники, учителя, спортивные тренеры и другие групповые лидеры. А это ещё больше «подрывает» самооценку таких детей. Бывали случаи, когда проблемы с «Я» - концепцией, возникавшие в первом классе, повлияли на всю дальнейшую жизнь ребёнка» [21, с.285].

Таким образом, высокая самооценка развивается у детей в семьях, отличающихся сплочённостью и солидарностью [8]. «Более позитивно здесь отношение матери к мужу. В глазах ребёнка родителям всегда сопутствует успех. Он с готовностью следует задаваемым ими образцам поведения, настойчиво и успешно решает встающие перед ним повседневные задачи, так как чувствует уверенность в своих силах. Он менее подвержен стрессу и тревожности, доброжелательно и реалистично воспринимает окружающий мир и себя самого» (8,с.149-150).

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

**1.5. Профессиональное самосознание.**

На этапе профессионального развития субъекта происходит дальнейшее вхождение в систему межлюдских отношений в данной профессиональной общности и дальнейшее развитие, формирование всех элементов структуры субъекта деятельности, в том числе и профессионального самосознания [23].

Профессиональное самосознание, по мнению П.А. Шавира, впервые появляется в юношеском возрасте. Он его истолковывает как "избирательно направленную деятельность самосознания, подчинённую задаче профессионального самоопределения. В наиболее обобщённом виде оно проявляется в осознании себя как субъекта будущей самостоятельной деятельности" [75].

С.В. Васьковская [89] трактует профессиональное самосознание как особый феномен человеческой психики, обусловливающий саморегуляцию личностью своих действий в профессиональной сфере на основе познания профессиональных требований, своих профессиональных возможностей и эмоционального отношения к себе как к субъекту профессиональной деятельности. По А.К. Марковой, профессиональное самосознание - это "комплекс представлений человека о себе как профессионале, это целостный образ себя как профессионала, система отношений и установок к себе как профессионалу" [36, с.308].

Профессиональное самосознание характеризует определенный уровень самоопределения личности. Личность, самоопределившаяся в профессиональном плане, - индивид, осознающий свои жизненные цели, планы, связанные с самореализацией в профессиональной сфере, профессиональные намерения (что он хочет), свои личностные и физические качества (что он представляет собой как профессионал), свои возможности, способности, дарования (что он может, пределы его самосовершенствования), требования, предъявляемые деятельностью, профессиональной группой [89].

По мере роста профессионализма профессиональное самосознание меняется. Оно расширяется за счет включения новых признаков развившейся профессии, что предъявляет новые требования к человеку - профессионалу; меняются сами критерии оценивания себя как профессионала. Расширение профессионального самосознания выражается в возрастании числа признаков профессиональной деятельности, отражающихся в сознании специалиста, в преодолении стереотипов образа профессионала, в целостном видении себя в контексте всей профессиональной деятельности [89].

Вопрос о профессиональном самосознании находится в неразрывной связи с проблемой самоопределения личности. Так П.А. Шавир [75] считает, что степень сформированности профессионального самосознания выпускника вуза может служить показателем успешности и завершенности его профессионального самоопределения.

Исходя из вышеизложенного, подведём итоги по этому пункту: профессиональное самосознание является важным звеном в регулировании, как текущей деятельности, так и профессионального развития субъекта в целом. Завершим главу словами Е.А. Климова, ведущего специалиста в этой области: "Образы самосознания человека (наряду с образами окружающего мира) – необходимая основа целесообразной регуляции , саморегуляции его трудовой деятельности и взаимодействия с окружающими людьми … Человек планирует и строит свою трудовую деятельность с учётом не только внешних обстоятельств и вероятности ожидаемых событий , но и личностных качеств , функциональных состояний … Развитое самосознание – одно из условий формирования оптимального индивидуального стиля ("своего почерка") в труде, связанного с максимальным использованием человеком своих сильных сторон и компенсацией недостатков … Образы самосознания – одно из необходимых условий нахождения человеком наиболее подходящего для него места, в частности, в профессиональной общности, а также условие планирования и построения личных профессиональных планов на этапе выбора профессии" [23, с.25].

Осветив вышеприведённые темы, перейдём теперь к завершающей теме моего теоретического исследования – вопросу влияния самооценки на успешность профессиональной деятельности.

**1.6. Взаимосвязь самооценки и успешности профессиональной деятельности**

С. Л. Рубинштейн пишет: "Реальная личность, отражаясь в своём самосознании, осознаёт себя как " я ", как субъекта своей деятельности ". Он говорит, что человек прежде всего для нас определяется его отношением к своему труду, поэтому его самооценка определяется тем, что он как общественный индивид делает для общества. Это сознательное общественное отношение к труду, по мнению С.Л. Рубинштейна, является стержнем самосознания личности (57, с639-640). На наш взгляд слова этого великого учёного остаются уникальными и по сей день.

Во «всемирной паутине», на страницах, посвящённых поиску работы, можно встретить описание факторов, необходимых для успешной карьеры (83):

1. Самооценка: важна, поскольку отражает уверенность человека в своих профессиональных и личных силах, его самоуважение и адекватность происходящему. Оптимальна - высокая самооценка, уважение к себе при трезвой (реалистичной) оценке своих возможностей и способностей. Заниженная самооценка приводит к выученной беспомощности - человек заранее опускает руки перед трудностям и проблемами, поскольку все равно ни на что не способен. Завышенная самооценка чревата чрезмерными претензиями на внимание к своей персоне и опрометчивыми решениями.

2. Уровень притязаний «самооценка в действии»: Высокий уровень притязаний указывает на то, что человек хочет многого достичь в жизни, подняться по социальной или профессиональной лестнице, завоевать свое место под солнцем. Он готов для этого рисковать и браться за трудные задачи. Низкий уровень притязаний бывает у людей, для которых важнее не потерять достигнутое, избежать неудачи.

3. Локус контроля. Это показатель ответственности человека. Люди с внешним локусом контроля ищут объяснения всего происходящего в стечении обстоятельств и поступках других людей. Внутренний локус контроля говорит об ответственности за свои поступки и способности делать выводы из собственных ошибок (иногда приводит к чрезмерному самообвинению (83)).

«Самооценка является важным фактором, поскольку отражает уверенность человека в своих профессиональных и личных силах, его самоуважение и адекватность происходящему. Оптимальна – высокая самооценка, уважение к себе при трезвой (реалистичной) оценке своих возможностей и способностей. Заниженная самооценка приводит к "выученной беспомощности" – человек заранее опускает руки перед трудностями и проблемами, так как всё равно ни на что не способен. Завышенная самооценка чревата чрезмерными претензиями на внимание к своей персоне и опрометчивыми решениями» (83).

Неверная самооценка, считают Санфорд и Донован, лежит в основе многих проблем, которые могут быть у женщин, - от переедания до алкоголизма. "Если мы не любим себя и не уважаем себя…мы выбираем работу, слишком простую для наших возможностей, и совершаем другие ошибки … в основе которых, - замечает Санфорд, - лежит наше мнение, что мы этого заслуживаем" [87].

Успех - это всегда следствие внутренних, а не внешних причин [80]. То есть все, что может помочь человеку в достижении успеха, находится в нем самом. К этим внутренним признакам, отличающим успешного человека от не успешного, относятся, в первую очередь, три фактора: самооценка, общительность,энергичность.  
 1) Самооценка, так как помогает найти свое место среди окружающих людей. Чем ниже самооценка, тем хуже считает себя человек по сравнению с окружающими людьми. Он ждет (и как правило, дожидается, неосознанно провоцируя окружающих) насмешки, обмана, унижения со стороны тех, кто с ним общается. Защищая себя, он выстраивает вокруг стену недоверия. Такие люди не могут объективно воспринимать мир и, следовательно, принимать правильные решения.

2)Общительность человека.

«Можно быть умным и образованным, но если человек не умеет общаться с людьми, то все знания и умения останутся нереализованными по той причине, что у вас не будет единомышленников. Выстроить свое дело и достичь в нем успеха для такого человека - вещь непосильная» [79].  
 3) Энергичность человека. Под энергичностью нужно понимать способность человека упорно тратить свои силы для достижения выбранной цели.

Р.Бернс [8, с.151] высказывается так о высокой самооценке: «Высокая самооценка обеспечивает хорошее владение техникой социальных контактов, позволяет индивиду показать свою ценность, не прилагая особых усилий».

Многое из того, что делает человек или отказывается делать, зависит от уровня собственного достоинства человека. Т.Шибутани пишет: «Те, кто сам не считает себя особенно талантливым, не стремятся к очень высоким целям и не проявляют огорчения, когда им не удаётся что-то хорошо сделать… Человек, который думает о себе как о никчёмном, ничего не стоящем объекте, часто неохотно прилагает усилия, чтобы улучшить свою судьбу. С другой стороны, те кто высоко себя ценит, часто склонны работать с большим напряжением. Они считают ниже своего достоинства работать недостаточно хорошо» [7, с.220].

Ф. Зимбардо [20, с.282] говорится: «…то, что мы думаем о себе, оказывает глубокое влияние на всю нашу жизнь. Люди, осознающие собственную значимость, как правило распространяют вокруг себя ореол удовлетворённости. Они менее зависимы от поддержки и одобрения окружающих, поскольку научились сами себя стимулировать. Такие люди своей предприимчивостью и инициативой заставляют вращаться социальный механизм, и соответственно им достаётся львиная доля предоставляемых обществом благ».

Обобщая результаты вышесказанного, можно подвести итог, выражаясь словами Петровского А.В.: "Всё что сложилось и отстоялось в личности, возникло благодаря совместной с другими людьми деятельности и в общении с ними и для этого предназначено. Человек включает в деятельность и общение существенно важные ориентиры для своего поведения, всё время сверяет то, что он делает, с тем, что ожидают от него окружающие, справляется с их мнениями, чувствами и требованиями. Познавая качества другого человека, личность получает необходимые сведения, которые позволяют выработать собственную оценку. Уже сложившиеся оценки собственного "Я" есть результат сопоставления того, что личность наблюдает в себе, с тем, что видит в других людях. Человек, уже зная кое-что о себе, присматривается к другому человеку, сравнивает себя с ним, предполагает, что и тот небезразличен к его личностным качествам, поступкам, проявлениям; всё это входит в самооценку личности и определяет её психологическое самочувствие" [46, с.410].

Можно заключить: самооценка является центральным звеном произвольной саморегуляции, определяет направление и уровень активности человека, его отношение к миру, к людям, к самому себе; выступает в качестве важной детерминанты всех форм и видов деятельности и социального поведения человека.

Она выполняет регуляторную и защитную функции, влияя на развитие личности, её деятельность, поведение и взаимоотношения с другими людьми. Отражая степень удовлетворённости или неудовлетворённости собой, уровень самоуважения, самооценка создаёт основу для восприятия собственного успеха или неуспеха, достижения целей определённого уровня, то есть уровня притязаний личности.

Люди с адекватной либо высокой самооценкой настроены более оптимистично, нежели те, у кого самооценка занижена; они успешно решают встающие перед ними задачи, так как чувствуют уверенность в собственных силах. Такие люди менее подвержены стрессу и тревожности, доброжелательно воспринимает окружающий мир и себя самого.

Верная самооценка дает человеку нравственное удовлетворение и поддерживает его человеческое достоинство.Основы самовосприятия закладываются в детстве и могут оказывать влияние на весь дальнейший ход жизни.

Профессиональная самооценка рассматривается как самоотношение служащего к результату сопоставления реального и идеального "Я - профессионал", формирующегося в результате процесса самооценивания (в контексте профессиональной деятельности службы, в сравнении с другими и с самим собой).

Ещё у С. Л. Рубинштейна [56] основной мыслью концепции субъекта и его деятельности, основания которой заложены в статье 1922 года ("Принцип творческой самодеятельности") является то, что человек и его психика формируются и проявляются в деятельности. Согласно принципу единства сознания и деятельности, деятельность человека обуславливает формирование его сознания и самосознания, психических процессов, свойств человека, а они в свою очередь являются регуляторами его деятельности, условиями её адекватного выполнения.

Выводы по главе 1

Подводя итог первой части работы, можно заключить, что исследования, проведённые российскими и зарубежными авторами, показали зависимость успешности профессиональной деятельности от уровня самооценки человека. Все авторы единогласны во мнении негативного влияния неадекватной, либо заниженной и завышенной самооценки на социальное поведение человека и его деятельность. Попробуем проследить в эмпирической части исследования выявленную закономерность.

**Глава 2. Эмпирическое исследование проблемы влияния самооценки на уровень успешности профессиональной деятельности.**

В данном исследовании принимали участие студенты 5 курса, заочного отделения Уральской Академии Государственной службы, специализации «Государственное и муниципальное управление ». В эксперименте рассматривалась успешность их учебной деятельности, как профессиональной, путём сопоставления их оценок и собственной оценки успешности своей учебной деятельности с уровнем самооценки испытуемых.

В исследовании участвовало 31 человек. Успешными в профессиональной (в данном случае учебной) деятельности я признаны 12 из них и столько же признано неуспешными. Остальные участники эмпирического исследования были мной отсеяны, так как я не могла их отнести ни к одной из вышеуказанных групп по нижеприведённой причине.

Исследование проходило в аудиториях УРАВГС, в вечернее время, после лекций. Испытуемым вслух зачитывалась инструкция, после чего раздавались бланки для ответов, заполняемые самостоятельно.

Успешными студентами признали таких, у которых в зачетке за последний год обучения (так как именно он результативен для показания успешности предстоящей профессиональной деятельности) было не более двух оценок «хорошо». Неуспешными – тех, у кого имелась хотя бы одна оценка «удовлетворительно». Остальные студенты мной не рассматривались из-за невозможности влиять на ход эксперимента, однако я приведу таблицу, в которой более подробно освещены эти данные.

Для большей наглядности заменим оценки «отлично» на «5», «хорошо» на «4», «удовлетворительно» на «3».

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | ФИО | Пол | возраст | оценки | считает ли сам студент успешной свою учебную деятельность | Среднее  Значение  ˉх |
| 1 | ФТВ | Ж | 22 | 544455555 | Да | 4.66 |
| 2 | ЮВВ | Ж | 28 | 545544455 | Да | 4.66 |
| 3 | АСЕ | Ж | 23 | 545554454 | Да | 4.66 |
| 4 | БДН | Ж | 22 | 444555445 | Да | 4.44 |
| 5 | РНН | Ж | 21 | 454545454 | Да | 4.44 |
| 6 | СЮН | Ж | 21 | 454454455 | Да | 4.44 |
| 7 | ОДН | Ж | 22 | 444445555 | Да | 4.44 |
| 8 | ОЕЛ | Ж | 38 | 555555555 | Да | 5 |
| 9 | ЗОВ | Ж | 27 | 555555555 | Да | 5 |
| 10 | ЛЛВ | Ж | 21 | 55555555 | Да | 5 |
| 11 | СТА | Ж | 25 | 555555555 | Да | 5 |
| 12 | БОА | Ж | 21 | 545555555 | Да | 4.88 |
| 13 | ЛИБ | М | 33 | 545555555 | Да | 4.88 |
| 14 | НСА | Ж | 21 | 554555555 | Да | 4.88 |
| 15 | СИН | Ж | 23 | 555545554 | Да | 4.77 |
| 16 | МНА | Ж | 26 | 555545554 | Да | 4.77 |
| 17 | ЛВА | Ж | 21 | 555555544 | Да | 4.77 |
| 18 | КЕН | Ж | 21 | 554455555 | Да | 4.77 |
| 19 | КИА | Ж | 23 | 555555445 | Да | 4.77 |
| 20 | ЩЮМ | М | 22 | 354454354 | Нет | 4.11 |
| 21 | УАФ | Ж | 21 | 344443345 | Да | 3.77 |
| 22 | СОН | Ж | 22 | 454543544 | Да | 4.22 |
| 23 | ПНР | Ж | 22 | 534444553 | Нет | 4.11 |
| 24 | НВЛ | Ж | 22 | 555555553 | Нет | 4.77 |
| 25 | КОА | Ж | 27 | 355545555 | Да | 4.11 |
| 26 | ЁСБ | Ж | 21 | 534433344 | Да | 3.66 |
| № п/п | ФИО | Пол | возраст | оценки | считает ли сам студент успешной свою учебную деятельность | Среднее  Значение |
| 27 | ВИВ | Ж | 26 | 455444553 | Да | 4.33 |
| 28 | АОИ | М | 38 | 343545554 | Да | 4.22 |
| 29 | ГАА | Ж | 21 | 344455443 | Да | 4 |
| 30 | КАМ | Ж | 21 | 434455455 | Средне | 4.33 |
| 31 | РЛН | Ж | 21 | 434545545 | Да | 4.33 |

Была применена методика исследования самооценки Дембо-Рубинштейн.

**2.2. Результаты по методике Дембо – Рубинштейн успешных в профессиональной деятельности студентов:**

«самооценка / уровень притязаний/ целевое отклонение »

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Пол | «умение много делать своими руками» | «Характер» | «Умственные способности» | «Авторитет у сверстников» | «Внешность» | «Уверенность в себе» | Средний показатель | ФИО |
| 1 | Ж | 69/100/31 | 63/66/3 | 74/100/26 | 73/93/20 | 68/88/20 | 82/92/10 | 71/90/22 | ОЕЛ |
| 2 | Ж | 51/53/2 | 69/71/2 | 75/89/14 | 53/58/5 | 78/78/2 | 79/79/0 | 67/71/4 | ЗОВ |
| 3 | Ж | 69/75/6 | 71/79/8 | 92/96/4 | 72/82/10 | 74/94/14 | 78/87/19 | 76/85/10 | ЛЛВ |
| 4 | Ж | 64/75/11 | 67/81/14 | 73/79/6 | 73/87/14 | 72/76/4 | 67/100/33 | 69/83/14 | СТА |
| 5 | Ж | 59/77/18 | 67/87/20 | 73/98/25 | 77/92/15 | 87/100/13 | 87/100/13 | 75/92/19 | БОА |
| 6 | М | 71/80/9 | 74/74/0 | 83/98/15 | 74/93/19 | 75/75/0 | 86/96/10 | 77/86/9 | ЛИБ |
| 7 | Ж | 70/91/21 | 77/92/15 | 81/96/15 | 66/77/11 | 74/79/5 | 78/83/5 | 74/86/12 | НСА |
| 8 | Ж | 70/100/30 | 81/100/19 | 89/100/11 | 84/100/16 | 86/100/24 | 85/100/15 | 82/100/19 | СИН |
| 9 | Ж | 68/86/18 | 76/89/13 | 81/93/12 | 72/83/11 | 65/83/18 | 82/94/12 | 74/88/14 | МНА |
| 10 | Ж | 81/91/10 | 80/88/8 | 76/96/20 | 77/95/18 | 85/94/9 | 71/88/17 | 78/92/14 | ЛВА |
| 11 | Ж | 85/85/0 | 60/60/0 | 83/92/9 | 80/80/0 | 76/96/20 | 76/84/8 | 77/83/6 | КЕН |
| 12 | Ж | 57/86/29 | 74/80/6 | 82/100/18 | 81/81/0 | 70/79/9 | 75/89/14 | 73/86/11 | КИА |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ср сред.. знач. | 68/84/15 | 73/81/9 | 80/95/15 | 73/85/12 | 76/87/13 | 79/91/14 | **75/87/13** |

Средний показатель самооценки по группе равен 75 баллам, что соответствует крайней границе адекватного уровня (76 баллов – уже завышенный уровень самооценки); средний показатель уровня притязаний – 87 баллов (адекватен); средний показатель целевого отклонения – 13 баллов (группе в целом присущ развитый механизм целеполагания, умение ставить реально осуществимые цели).

**2.3. Результаты по методике Дембо – Рубинштейн неуспешных в профессиональной деятельности студентов:**

«самооценка / уровень притязаний / целевое отклонение»

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Пол | «умение много делать своими руками» | «Характер» | «Умственные способности» | «Авторитет у сверстников» | «Внешность» | «Уверенность в себе» | Средний показатель | ФИО |
| 1 | М | 84/96/12 | 51/77/26 | 70/97/27 | 76/100/24 | 84/96/12 | 74/91/17 | 73/93/20 | ЩЮМ |
| 2 | Ж | 62/100/38 | 40/100/60 | 41/100/59 | 66/100/34 | 21/100/79 | 59/100/41 | 48/100/52 | УАФ |
| 3 | Ж | 52/88/36 | 33/100/67 | 70/100/30 | 76/100/24 | 67/79/12 | 82/100/18 | 63/94/31 | СОН |
| 4 | Ж | 22/96/74 | 60/100/40 | 78/98/20 | 52/96/44 | 85/100/15 | 52/98/46 | 58/98/40 | ПНР |
| 5 | Ж | 72/97/25 | 80/86/6 | 91/96/5 | 61/74/13 | 73/91/18 | 85/89/4 | 77/89/12 | НВЛ |
| 6 | Ж | 62/100/38 | 77/100/23 | 78/100/22 | 43/100/57 | 59/100/41 | 12/85/73 | 55/97/42 | КОА |
| 7 | Ж | 32/62/30 | 63/84/21 | 48/77/29 | 56/92/36 | 75/92/17 | 47/85/38 | 53/82/28 | ЁСБ |
| 8 | Ж | 100/100/0 | 68/78/10 | 82/92/10 | 74/74/0 | 80/80/0 | 74/98/24 | 80/87/7 | ВИВ |
| 9 | М | 95/100/5 | 36/100/64 | 81/100/19 | 63/93/30 | 78/82/4 | 31/95/64 | 64/95/31 | АОИ |
| 10 | Ж | 75/75/0 | 73/81/8 | 60/81/21 | 30/57/27 | 54/72/18 | 54/78/24 | 58/74/16 | ГАА |
| 11 | Ж | 9/64/58 | 27/75/28 | 59/84/25 | 100/100/0 | 81/100/19 | 43/71/28 | 53/82/26 | КАМ |
| 12 | Ж | 81/81/0 | 56/86/30 | 77/95/18 | 90/90/0 | 87/87/0 | 63/81/18 | 76/87/11 | РЛН |
| Сред. знач. | | 62/88/26 | 55/89/40 | 70/93/24 | 66/90/24 | 70/90/20 | 54/89/33 | **63/90/27** |

Средний показатель самооценки в группе – 63 балла (адекватный уровень); уровень притязаний – 90 баллов (завышен, что соответствует инфантильной личности, не умеющей ставить реальные цели); целевое отклонение – 27 баллов (завышенный уровень, указывающий на неразвитый механизм целеполагания, неумение ставить реально достижимые цели).

Таблица 1

Показатели успешности учебной деятельности успешных и неуспешных студентов.

|  |  |
| --- | --- |
| **ГРУППА** | **СРЕДНЯЯ ВЕЛИЧИНА** |
| **УСПЕШЫЕ** | **4.874±0.1** |
| **НЕУСПЕШНЫЕ** | **4.163±5.95** |
| **В ЦЕЛОМ В ГРУППЕ** | **4.518±3.02** |

Среднее значение в целом по группе составляет 3.02 баллов, при стандартном отклонении 3.02. Средние значения успешности учебной деятельности группы успешных студентов равно 4.874, а стандартное отклонение в группе 0.1 , т.е разброс значений минимален. Наибольшее стандартное отклонение по группе неуспешных студентов 5.95, что может свидетельствовать о большом разбросе оценок в этой группе. Средний уровень успешности по учебной деятельности данных лиц является заниженным 4.163.

Таблица 2

Средняя самооценка (Дембо – Рубинштейн)

|  |  |
| --- | --- |
| **ГРУППА** | **СРЕДНЯЯ САМООЦЕНКА** |
| **УСПЕШНЫЕ** | 75±124.4 |
| **НЕУСПЕШНЫЕ** | 63±803.2 |
| **В ЦЕЛОМ В ГРУППЕ** | 69±463.8 |

Среднее значение самооценки в целом в группе составляет 69 баллов, при стандартном отклонении 463.8 . Средние значении уровня самооценки у неуспешных студентов 63- адекватный уровень, и наибольшее стандартное отклонение 803.2, т.е. выше разброс значений самооценки. Средний уровень самооценки у успешных студентов 75, что соответствует крайней границе адекватного уровня. Стандартное отклонение в этой группе 124.4, т.е. ниже разброс значений самооценки.

Таблица 3

Доля лиц с разными уровнями самооценки и уровня притязаний среди успешных и неуспешных студентов (в % от количества студентов в каждой группе)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| КАЧЕСТВА | УРОВНИ | ГРУППЫ |  |
|  |  | УСПЕШНЫЕ | НЕУСПЕШНЫЕ |
| САМООЦЕНКА | ВЫСШИЙ | 41.66 | 33.33 |
|  | СРЕДНИЙ | 25 | 16.67 |
|  | НИЗКИЙ | 33.33 | 50 |
| УРОВЕНЬ | ВЫСШИЙ | 33.33 | 58.33 |
| ПРИТЯЗАНИЙ | СРЕДНИЙ | 58.66 | 41.67 |
|  | НИЗКИЙ | 8.66 | 8.33 |

В группе успешных студентов в целом самооценка находится на уровне, близком к завышенному, и эти значения являются ровными по данному параметру, присущими каждому из студентов данной группы. Уровень притязаний по группе в целом также находится в рамках средних значений, хотя и с некоторыми сдвигами в отдельных случаях, в которых он является скорее немного завышенным, а уровень целевого отклонения более занижен, чем завышен в индивидуальных случаях, хотя в среднем по группе он является адекватным. Уровень самооценки в группе неуспешных в профессиональной деятельности студентов, видно, что разброс их значений хаотичнее, нежели у студентов, чья профессиональная деятельность успешна. Здесь можно встретить и нереалистично заниженные и нереалистично завышенные показатели по уровню самооценки, чего ни в коей мере не наблюдалось во второй результативной группе испытуемых. Уровень притязаний по группе в целом неадекватно завышен.

Таблица 4

Показатели значимости различий успешности и неуспешности студентов(U)

|  |  |
| --- | --- |
| КАЧЕСТВА | ПОКАЗАТЕЛИ U эмп |
| САМООЦЕНКА | 31.4(при U0.05=42) |
| УРОВЕНЬ ПРИТЯЗАНИЙ | 60.5(приU0.05=42) |

Таким образом согласно данным математической обработки статистически значимыми являются различия в уровне самооценки и уровне притязаний между успешными и неуспешными студентами.

**Выводы.**

Обобщая результаты, полученные по результатам данной методики у двух групп испытуемых (успешных и неуспешных в профессиональной деятельности), можно заключить, что они сильно различны по своему составу: у успешных студентов более стабильные показатели по параметру самооценка, в то время как в группе неуспешных студентов наблюдаются разрозненные, даже «скачкообразные» результаты. Это отношение прямо противоположно результатам друг друга. Ни один из испытуемых группы неуспешных студентов не показал чётких однозначных оценок по какой–либо из представленных шкал.

В любом случае по итогам данной методики видно, что результат успешных в профессиональной деятельности студентов выше результата противоположной группы и приближен к завышенному уровню самооценки. К тому же он является относительно стабильным. У неуспешных студентов мы, хотя и наблюдаем адекватный показатель самооценки и не адекватный уровень притязаний по группе в целом, всё же он складывается из резко колеблющихся оценок, которые и приводят к подобному результату.

**Заключение**

В процессе работы над теоретическим исследованием влияния самооценки на уровень успешности профессиональной деятельности, анализируя различные источники информации, я пришла к выводу, что самооценка оказывает непосредственное влияние на успешность профессиональной деятельности: все авторы едины во мнении негативного влияния заниженной и сильно завышенной самооценки на успешность деятельности человека, в том числе и профессиональной.

Спланировав и организовав эмпирическое исследование, опробировала в нём выдвинутую гипотезу о том, что при адекватной либо высокой самооценке профессиональная деятельность будет успешна.

Из всех участников эмпирического исследования я отобрала успешных и неуспешных в профессиональной деятельности студентов, тем самым, реализовав выполнение одной из поставленных мной задач.

Проанализировав информацию, полученную посредством выработанных мной критериев отбора, я пришла к нескольким выводам:

- результаты группы успешных в профессиональной деятельности студентов имеют определённую стабильность: я не видела ни заниженных, ни предельно завышенных оценок. Уровень самооценки в данной группе студентов практически одинаков и является средним, в то же время граничащим с завышенной самооценкой использованной в исследовании (м. Дембо-Рубинштейн ). У неуспешных в профессиональной деятельности студентов , напротив, выявлено, что разброс их значений хаотичнее, нежели у студентов, чья профессиональная деятельность успешна. Здесь можно встретить как нереалистично заниженные, так и нереалистично завышенные показатели по уровню самооценки, чего ни в коей мере не наблюдали в предыдущей группе испытуемых.

- группе студентов, успешных в профессиональной деятельности, в целом присущ адекватный балл по параметру целевого отклонения, причём адекватный результат наблюдается по всем шкалам методики Дембо – Рубинштейн. Это свидетельствует о развитом механизме целеполагания, свойственном данной группе участников эмпирического исследования. У группы неуспешных в своей профессиональной деятельности студентов, напротив, у каждого из испытуемых уровень целевого отклонения является сильно завышенным хотя бы по одной из шкал указанной методики, что является нехарактерным для противоположной группы участников моего исследования и свидетельствует о недостаточно развитом механизме целеполагания, свойственном студентам, чья профессиональная деятельность не является успешной.

- группе успешных в профессиональной деятельности студентов присущ адекватный показатель по уровню притязаний, в отличие от группы студентов, чья профессиональная деятельность не является таковой (у неуспешных в профессиональной деятельности студентов уровень притязаний сильно завышен, что говорит об инфантильности, неумении ставить реально осуществимые цели).

Таким образом, моя гипотеза о том, что у успешных в профессиональной деятельности людей самооценка либо адекватна, либо высока, подтвердилась.

Практическая значимость моего исследования может заключаться в возможном применении его результатов в деятельности психолога. В частности, при профессиональном отборе кандидатам на определённую вакансию может быть предложен тест на выявление уровня самооценки личности, что позволит спрогнозировать успешность данного человека в будущей профессиональной деятельности.

**Библиография:**

1. Альбуханова-Славская К.А.. Стратегия жизни. М.: Мысль, 1991 г., с.299.
2. Альбуханова-Славская К.А.. Личность в процессе деятельности // Психология личности // т. 2// Хрестоматия.- Самара: Изд. Дом "Бахрах", 1999г., с.240.
3. Ананьев Б.Г.. К постановке проблем детского самосознания // Известия АПН РСФСР// Вып.18, 1948 г., с.111-115.
4. Ананьев Б.Г.. О проблеме современного человекознания. М.: Наука , 1977 г., 380 с..
5. Анкудинова Н.Е.. О развитии самосознания // Дошкольное воспитание. -1958 г.,- №2. - с.9-16
6. Ануфриев А.Ф.. Научное исследование // Курсовые, дипломные и диссертационные работы. М., Изд. «Ось-89», 2002г., 112с.
7. Бернс Р.. Развитие Я - концепции и воспитание. М.: Прогресс , 1986 г., с.422
8. Бернс Р. Я – концепция и Я – образы. Самосознание и защитные механизмы личности. Самара. Изд. Дом «Бахрах», 2003г., 656 с.
9. Божович Л.И.. Этапы формирования личности в онтогенезе// Вопросы психологии, 1979 г., №4, с.22-34
10. Борисов Ю.А., Кудрявцев И.А.. Смысловая сфера сознания и самосознания успешных и неуспешных менеджеров среднего звена// Психосемантика// Психологический журнал , 2003 г., т.24, №1, с.91-103
11. Борисова Е.М.. О роли профессиональной деятельности в формировании личности// Психология формирования и развития личности. М., 1981г., с.159-177
12. Бороздина Л.В.. Исследование уровня притязаний // Учебное пособие. - М.: Инс-т Психологии РАН РФ , 1993 г., с.141
13. Брушлинский А.В.. Проблемы психолологии субъекта. М. , 1994 г., 90 с.
14. Гиппенрейтер Ю.Б.. Метод интроспекции и проблема самонаблюдения // Введение в общую психологию. Изд-во МГУ, 1988 г., с.34-47
15. Гиппенрейтер Ю.Б., Пузырей А. А.. Предисловие к фрагменту книги У.Джемса // Психология личности. Тексты / под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, Пузырей А.А. . М., 1982 г, с.60
16. Гульянова Н.А.. Освязи самоприятия и осознания Я – образа в ситуации неуспеха // Вестник моск. ун-та //сер.14//психология,2001 г., №3, с.68-75
17. Джемс У.. Психология. М.: Педагогика, 1991 г., с.88
18. Зеер Э.Ф.. Психологические основы профессионального становления личности инженера – педагога // Дис. …докт. психол. наук Свердловск , 1985 г.
19. Зейгарник Б.В. Теория личности К.Левина. М.,1981г., с.169
20. Зимбардо Ф.. Формирование самооценки. Самосознание и защитные механизмы личности. Самара. Изд. Дом «Бахрах», 2003г.
21. Квинн Вирджиния Н.. Прикладная психология. – С-Пб., М., Харьков, Минск: Питер, 2000г., 560 с.
22. Климов Е.А..Индивидуальный стиль деятельности//Психология индивидуальных различий. Тексты/ под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, В.Я. Романова. М.: Изд-во МГУ, 1982 г., с.74-77
23. Климов Е.А.. Введение в психологию труда. М., 1988 г., 200 с.
24. Климов Е.А.. Реплика о структуре профессионализма и профессионала // Психология профессионала. М. , 1996 г., с.145-204
25. Козиев В.Н. Психологический анализ профессионального самосознания // Дис… канд. психол. наук. Л ., 1980 г.
26. Кон И.С.. Открытие Я. М.: Политиздат , 1978 г., 367 с.
27. Кон И.С.. Категория "Я" в психологии // Психол. ж - л., 1981 г., т.2., № 3, с.25-38
28. Корнеева Л.Н.. Самооценка как механизм саморегуляции профессиональной деятельности // Вестник ЛГУ . 1989 г., Вып . 4 , с.91-96
29. Коростылева Л.А.. Самореализация личности в профессиональной сфере: генезис затруднений// Психологические проблемы самореализации личности. Вып. 5 под ред. Г.С. Никифорова, Л.А. Коростылевой. С-пб.: Изд-во Спб. унив-та , 2001 г., с.232
30. Крылов А.Н. "Образ Я" как фактор развития личности // Дис. …канд. психол. наук., М., 1984 г.
31. Кулагина И.Ю., Колюцкий В.Н. Возрастная психология. М.: ТЦ Сфера, Юрайт, 2001 г., 464 с.
32. Лаврова Н.А.. Влияние личностных особенностей на успешность профессиональной деятельности в системе «человек – человек»/ Психодиагностика: области применения, проблемы, перспективы развития./ Тезисы московской межвузовской научно-практической конференции под ред. Карелиной М.Ю.. М.: МИССО, 2003 г., 195с.
33. Леонтьев А.Н.. Деятельность. Сознание. Личность. М., 1975 г., с.304.
34. Лисина М.И.. Общение детей с взрослыми и сверстниками. Общее и разное // Исследование по проблемам возрастной и педагогической психологии. М., 1980 г., с.3-32.
35. Маркова А.К.. Психологические критерии эффективности учебного процесса// Вопросы психологии // 1977 г., №4, с.40-51
36. Маркова А.К.. Психология профессионализма. - М., 1996 г., с.88
37. Мейли Р. Различные аспекты Я// Экспериментальная психология / Под ред. П. Фресса и Ж. Пиаже. М., 1975 г.. Вып.V. с.132-141
38. Митина Л.М.. Формирование профессионального самосознания учителя //Вопросы психологии , № 3, 1990 г., с.58-64
39. Михеева И.Н.. Я – концепция и конфликт в сфере нравственной жизни личности. Самосознание и защитные механизмы личности. Самара. Изд. Дом «Бахрах», 2003г.
40. Немов Р.С. Психология. М.:Владос, 2003 г., т .1, 688 с.
41. Непомнящая Н.И. и др.. Ценность как центральный компонент психологической структуры личности // Вопросы психологии . 1980 г., № 1, с.20-30
42. Непомнящая Н.И.. Становление личности ребёнка 6-7 лет. М.: Педагогика , 1992г., с.160
43. Овсянникова В.В.. Самооценка учащегося ПТУ как субъекта профессиональной деятельности// Дис. …канд. психол. наук. Л. , 1982 г.
44. Олейник Л.Д.. Индивидуальное самосознание и пути его формирования // Дис. … канд. филос. наук М . , 1975 г.
45. Петровский А.В.. Введение в психологию. М., 1981 г., №1
46. Петровский А.В.. Введение в психологию. М., 1995 г., с.410
47. Психологический словарь под ред.В.П. Зинченко, Б.Г. Мещерякова. М.: Педагогика - Пресс, 2001 г., 440 с.
48. Психологическое тестирование / Раздел 7/ Личность: опросниковые методики/ Часть 1/ Тексты опросников/ Пенза, 1990 г., с.124
49. Практикум по возрастной психологии (ред. Головей Л.А., Рыбалко Е.Ф.). С-пб, Издательство «Речь», 2001г., 688с.
50. Проблемы психологии профессиональной деятельности кадров гос. службы. М.:РАУ, 1994 г., с.93
51. Проблемы экспериментальной психологии личности// Учёные зап. Пермского пед ин-та. Пермь , 1970 г., 296 с.
52. Пряжников Н.С.. Психологический смысл труда: учебное пособие к курсу "Психология труда и инженерная психология". М.:Изд. Институт практической психологии. Воронеж: НПО, МОДЕК , 1997 г., с.52
53. Родина О.Н. Предпосылки успеха в труде психолога// Вестник МГУ. Сер.14, Психология. 1996 г., №3, с .60-67
54. Росс Л., Нисбетт А.. Человек и ситуация // Перспективы социальной психологии// пер. с англ. В.В. Румынского, под ред. Е.Н.Емельянова, В.С.Магуна. М.: Аспект Пресс , 1999 г., 429 с.
55. Рубинштейн С.Л.. Проблемы Общей психологии. М.,1973 г., 416 с.
56. Рубинштейн С.Л.. Принцип творческой самодеятельности // Вопросы психологии . 1986 г., № 4, с.101-108
57. Рубинштейн С.Л.. Основы общей психологии. С-Пб., М., Харьков, Минск: Питер, 1999 г., 720 с.
58. Рудкевич Л.А., Рыбалко Е.Ф.. Возрастная динамика самореализации творческой личности // Психологические проблемы самореализации личности. Под ред. А.А.Крылова, Л.А.Коростылевой. Спб.: Изд-во С-пб ун-та, 1997 г., с.240
59. Самоукина Н.В.. Психология и педагогика профессиональной деятельности. М.: Экмос, 1999 г., 352 с.
60. Серебрякова Е.А.. Уверенность в себе и условия её формирования у школьников// Учёные записки Тамбовского Пед. инст-та, 1956 г., Вып.10, 173 с.
61. Силвестру А.И.. Основные факторы развития образа самого себя у дошкольников // Исследования по проблемам возрастной и педагогической психологии. М., 1980 г., с.119-139
62. Славнов С.В.. Структурно-динамические характеристики образа успешного профессионала налоговой полиции// Психологический журнал, 2003 г., т.24, с.82-90
63. Советова О.С.. Возможности самореализации личности в контексте психологических инноваций // Психологические проблемы самореализации личности. Под ред. А.А.Крылова, Л.А.Коростылевой. Спб.: Изд-во Спб ун-та, 1997 г., с.240
64. Соколова Е.Т., Столинн В.В.. Самосознание и самооценка при аномалиях личности. - М., 1989, с.87
65. Спиркин А.Г..Сознание и самосознание. М.: Политиздат , 1972 г., 303 с.
66. Столин В.В.. Самосознание личности. М., 1983 г., 284 с.
67. Теплов Б.М.. Способности и одарённость// Проблемы индивидуальных различий. М., 1961 г., с.9-20
68. Фолкэн Чак Т. Психология – это просто. - М.: Гранд, 2002 г., 640 с.
69. Хекхаузен Х.. Мотивация и деятельность в 2 т.// пер. с немец. под ред. Величковского Б.М.. М.: Педагогика, т.1, 1986 г..
70. Чамата П.Р.. Вопросы самосознания личности в советской психологии // Психологическая наука в СССР. М., 1960 г., т.2., с.91-109
71. Чеснокова И.И.. Самосознание личности // Теоретические проблемы психологии личности. М., 1974 г., с.209-225

###### Чеснокова И.И.. Проблема самосознания в психологии. М.: Наука , 1977 г., 144 с.

1. Чеснокова И.И.. Особенности развития самосознания в онтогенезе // Принцип развития в психологии. М . , 1978 г., с.26-27
2. Чирикова А.Е.. Психология предпринимательской деятельности// Личностные предпосылки успешности деятельности российских предпринимателей// Психологический журнал, 1999 г., т.20, №3, с.81-92
3. Шавир П.А.. Психология профессионального самоопределения в ранней юности. М.: Педагогика , 1981 г., 91 с.
4. Шафажинская Н.Е.// Личностная и профессиональная самооценка студента педвуза. М., 1986 г., с.22
5. Шибутани Т.. Я – концепция и чувство собственного достоинства. Самосознание и защитные механизмы личности. Самара. Изд. Дом «Бахрах», 2003г.
6. http://www.soob.ru/soob/02/02-10-32/freedata/pract1.html
7. http://kolesnikov-s.narod.ru/art\_samoocenka1.htm
8. http://ipjob.net/istatyi\_556.htm
9. http://psi.lib.ru/detsad/sbor/saodshv.htm
10. http://exitt.narod.ru/gloss/350.htm
11. http://www.job-today.ru/issue/s09\_99\_1.htm
12. http://www.cross-edu.ru/IpkCdoSt12.htm
13. http://azps/ru/articles/tezis/40so.html
14. http://azps.ru/articles/pers/pers5.html
15. http://med-site.narod.ru/wo67.htm
16. http://testonline.webservis.ru/test/test3/index.php
17. http ://www.yspu.yar.ru/vestnik/pedagoka\_i\_psichologiy/13\_7/
18. http :// psi.webzone.ru/st/128700.htm
19. http :// psi.webzone.ru/st/142900.htm
20. http ://exitt.narod.ru/gloss/351.htm
21. http ://psi.webzone.ru/intro/intro03.htm
22. http ://encikl.by/ru/txt/uu15.htm
23. http ://linky.ru/~alexxxey/book/tom.htm

**Приложения**

Методика исследования самооценки личности по Дембо – Рубинштейн.

Инструкция: «Каждый человек может оценивать способности, возможности, характер. Каждую сторону человеческой личности условно можно представить в виде вертикальной линии, где её нижняя граница – самое низкое развитие данного качества, а верхняя – наивысшее его развитие. На каждой линии отметьте чёрточкой уровень, который есть у вас на данный момент, а крестиком тот уровень, достигнув которого вы были бы удовлетворены».

Используемые в методике шкалы: «здоровье» - не оценивается, “запускает” механизм самооценки, «умение много делать своими руками», «авторитет у сверстников», «внешность», «умственные способности», «характер», «уверенность в себе».

Обработка данных: 1 параметр – высота самооценки (в нашем исследовании мы руководствовались в основном лишь этим параметром). Адекватная самооценка расположена в границах от 45 до 75 баллов (1 балл = 1 мм стомиллеметровой шкалы). Ниже – заниженная и наоборот;

2 параметр – уровень притязаний. Реальный уровень располагается в границах от 75 до 89 баллов. Ниже – нежелание развития, отсутствие притязаний. Выше – незрелая личность, не умеющая ставить реальные цели;

3 параметр – целевое отклонение. Наилучший вариант – в пределах от 8 до 22 баллов. Выше 23 баллов – неразвитый механизм целеполагания, неумение ставить реально достижимые цели.