

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

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/kurovaya-rabota/250020>

Тип работы: Курсовая работа

Предмет: Общая психология

Оглавление

Введение 2

Глава 1. Теоретические основы диагностики самооценки 4

1.1. Общее понятие самооценки 4

1.2. Особенности характеристик самооценки спортсмена 7

1.3. Диагностика самооценки 8

Глава 2. Эмпирическое исследование самооценки спортсменов 15

2.1. Описание выборки, подбор и обоснование психологически-диагностического инструментария 15

2.2. Анализ и интерпретация результатов исследования 20

Заключение 25

Список использованной литературы 26

Введение

Актуальность исследования. Самооценка является важным свойством личности, поскольку играет роль регулятора деятельности, обеспечивая, тем самым, наилучшую ее адаптацию к постоянно меняющимся условиям жизни. В связи с этим большинство авторов, исследующих данный психический феномен, называют его наиболее значимой частью самосознания и Я- концепции личности. В психологии спорта вопрос о роли самооценки в достижении спортсменом поставленных целей также активно изучается. Физическая усталость, сопутствующая значительной мышечной нагрузке во время тренировочных занятий преодолевается путем невероятных волевых усилий, благодаря мотивации и стремлению к реализации ближайших и перспективных целей карьеры спортсменов. В этом процессе самооценка собственных возможностей имеет главное связующее значение между целью, уровнем притязаний и мотивацией. Именно самооценка является в спорте наиболее уязвимым компонентом, поскольку подвергается атаке как со стороны личности каждый момент тренировочной и соревновательной борьбы, так и внешней оценке качества своего достижения. В то же время спортивная деятельность, как никакая другая, создает благоприятные условия для формирования адекватной самооценки. Показанные спортсменом в соревновании результаты являются и условиями, и причиной коррекции самооценки.

Цель данной работы заключается в изучении различий уровня самооценки у спортсменов и людей, не занимающихся спортом.

В качестве объекта исследования выступает самооценка лиц зрелого возраста.

Предметом исследования являются различия в уровне самооценки спортсменов и лиц, не занимающихся спортом.

Гипотеза исследования: существуют различия в уровне самооценки у спортсменов и лиц, не занимающихся спортом.

Задачи исследования:

1. Рассмотреть теоретические подходы к изучению самооценки личности.
2. Рассмотреть особенности формирования самооценки при занятии спортом.
3. Подобрать методики исследования самооценки.
4. Продиагностировать уровень самооценки у спортсменов и лиц, не занимающихся спортом.
5. Сравнить полученные результаты на качественном, количественном и статистическом уровнях.
6. Сформулировать выводы исследования.

В курсовой работе были использованы следующие методы исследования:

1. Тест - опросник самоотношения В. В. Столина, С.Р. Пантелеева
2. Методика самооценки личности С.А. Будасси

Исследование проведено на базе кроссфит клуба «ZAVOD». Испытуемыми были спортсмены данного клуба (20-30 лет) в количестве 15 человек. А так же люди, не занимающиеся спортом (20-30 лет) в количестве 15 человек.

Глава 1. Теоретические основы диагностики самооценки

1.1. Общее понятие самооценки

Анализ научных работ указывает, что содержание понятия “самооценка” в понимании некоторых авторов во многом совпадает. В большинстве исследований самооценка представлена как особая область психического, как центральная область “Я”, с которым отождествляет себя личность. Самооценка связана с уровнем притязания и включается в структуру потребностей человека. Это саморегуляция, которая определяет направление и уровень активности человека, его отношение к миру, людей, самого себя и, в конечном итоге, вершина его достижения (Л. Хьелл, Д. Зиглер).

Можно выделить несколько аспектов анализа самооценки, а именно рассмотрим историко-философский и психологический.

Историко-философский аспект.

Человеческое “Я” - явление историческое. Все понятия и термины, которыми человек себя определяет, как и критерии его самооценки соответствуют конкретной культуре. Можно сказать, что понятие “самооценка” является вариантом представлений о человеке, присущих данной культуре (И. Кон).

Появление понятия “самооценка” берет свое начало далеко в прошлом, в античности. Многие философы и историки утверждают, что как раз в Греции человек впервые начал открывать свой внутренний мир. Исходя из проведенного анализа можно сказать, что у Декарта самооценка - абстрактный субъект познания; у Локка - внутреннее чувство; у Юма - совокупность сменяющих друг друга самоощущений; у Фихте - общий субъект деятельности; Кант связывал самооценку с моральным идеалом; Гегель - как повышение от единичного к общему; Фейербах восстанавливал в правах чувственно-телесную природу “Я”, подчеркивая одновременно его диалогичность. “Я” становилось узловой точкой превращения социального в индивидуальное и наоборот.

Психологический аспект самооценки. В трудах многих исследователей (Б. Ананьева, Л. Божович, И. Кона, К. Роджерса, А. Захаровой и др.) самооценка представлена как личностное образование. Существует несколько направлений трактовки природы самооценки: Самооценка - как показатель степени удовлетворения собой (Р. Мейли), самооценка-как фиксация результата познания себя.

Одной из задач нашего исследования является определение структуры самооценки и ее функций в развитии личности младшего школьника.

Исходя из анализа психолого-педагогической литературы, можно выделить следующие функции самооценки: мотивационную, ориентационную, регулятивную и рефлексивную.

Мотивационная функция самооценка проявляется в виде мотивов, целей, идеалов, выражающих причины деятельности личности (С. Рубинштейн).

Ориентационная функция что предполагает ориентировку в ситуациях и оценке себя, своих возможностей, своей деятельности в группе.

Регулятивная функция обеспечивает сознательную саморегуляцию своего поведения в условиях что требует сознательных усилий, чтобы двигаться к цели, не отступая от задачи.

Рефлексивная функция проявляется в умении человека осознавать то, что он делает и аргументировать, обосновывать свою деятельность.

Анализ теоретической литературы показывает, что в научной литературе не существует единых позиций по рассмотрению структуры самооценки. Общим для отдельных авторов является выделение когнитивного и эмоционально-ценностного компонентов. Компоненты самооценки - когнитивный и эмоциональный - пронизывают все ее формы, виды и уровни.

Взаимодействие когнитивного и эмоционального компонентов возможна в таких вариантах: высокий уровень развития когнитивного компонента может проявляться как и в адекватно высоком удовлетворения собой, так и неадекватно низком. Но при этом сохраняется рефлексивно критическое отношение личности к себе.

Основываясь на проведенном теоретическом исследовании можно предложить структуру, которая включает следующие компоненты: когнитивный, мотивационно-ценностный, практически-деятельностный. Становление самооценки в младшем школьном возрасте является менее исследованным, чем в детском и юношеском. Выяснено, что самооценка зависит от социально-значимых обязанностей учащихся в школе.

Она не всегда является объективной, поскольку в процессе оценивания выявляя результаты собственной деятельности ребенок склонен к их переоценке (Б. Ананьев, Л. Божович, А. Липкина)

В определении основных условий формирования самооценки выделяют следующие факторы: общение с окружающими и собственную деятельность ребенка. (Н.Пеньковская) Определение адекватной самооценки зависит от внешней оценки, оценки учителей, родителей, сверстников. Совместная оценка и признает то общее о ребенке мнение, которое часто и определяет его судьбу.

Выше указанные функции дали возможность установить следующие структурные компоненты самооценки: когнитивный и мотивационный. Основу когнитивного составляют знания человека о себе. Формирование его предопределяется уровнем сформированности у субъекта гностических способностей. Мотивационный компонент характеризуется положительным отношением к действию процесса самооценки, предусматривает систему самооценки и характеризуется способностью ребенка дифференцировать признаки своих положительных и отрицательных черт характера.

Самооценка является сложным личностным образованием и относится к фундаментальным свойствам личности. В ней отражается то, что человек узнает о себе от других, и ее собственная активность, направленная на осознание своих действий и личностных качеств. [2].

Отношение человека к самому себе является наиболее поздним образованием в системе его мировосприятия. Но, несмотря на это (а может быть, именно благодаря этому), в структуре личности самооценке принадлежит особо важное место. [8].

Отечественная наука в контексте фундаментальных положений теории Л. С. Выготского рассматривает самооценку, как компонент самосознания личности в концепции деятельности и общения: «все процессы самосознания носят опосредованный характер поскольку они развиваются в деятельности человека и его общения с другими людьми» [20, с. 174]. В работах известных ученых: С. Л. Рубинштейна, В. В. Столина, Р. Д. Азимовой Р. Х. Шакурова в общетеоретическом и методологическом аспектах вопрос о становлении самооценки проанализирован в контексте развития самооценки личности. Данные авторы понимают самооценку как сложный и многогранный компонент самосознания (сложный долговременный процесс опосредованного познания себя, связанный с движением от единичных, ситуативных образов через интеграцию подобных ситуативных образов в целостное образование - понимание личного).

Самооценка связана с одной из центральных потребностей человека - потребностью в самоутверждении, которое определяется отношением ее действительных достижений к тому, на что человек претендует, какие цели перед собой ставит - уровень притязаний.

Как отмечает Соколова Е. Т., " самооценка не есть нечто устойчивое, исконно присущее личности. Само формирование самооценки происходит в процессе деятельности и межличностного взаимодействия. Социум в значительной степени влияет на формирование самооценки личности. Поэтому формирование оптимальной самооценки очень зависит от справедливой оценки всех этих людей. Адекватное оценивание себя в ситуации взаимодействия с другими людьми является одним из основных показателей социально-психологической адаптации. Если самооценка деформирована, то это уже достаточное условие для социальной дезадаптации." [49, с. 27].

«У человека существует несколько сменяющих друг друга образов "Я". Знание индивида о себе в данный момент, в момент самого переживания обозначается как "я - реальное". Кроме этого у человека существует знание о том, какой он должен быть, чтобы соответствовать собственным знаниям об идеале, так называемом "Я-идеальное», - на это указывала Липкина А. И. [35]

Знания, накопленные человеком о самом себе, а также глобальная самооценка, формирующаяся на основе таких знаний, позволяют сформировать принцип стоит применить многомерное образование, которое называется «Я-Концепцией» и составляет ядро личности. » Я - концепция " -это более или менее осознанная, пережитая как неповторимая система знаний человека о себе, на основе которой он строит взаимодействие с другими людьми, осуществляет регуляцию своего поведения и деятельности. При этом «Я-Концепция» представляет набор описательных знаний о себе, а самооценка предполагает оценочный компонент [10].

Выделяют актуальную (то, что уже достигнуто) и потенциальную (то, на что способен человек) самооценку. Потенциальную самооценку часто называют уровнем притязаний.

Рассматривают самооценку как адекватную / неадекватную-соответствующую / несоответствующую реальным достижениям и потенциальным возможностям индивида. Так же различается самооценка по уровню-высокому, среднему, низкому [49, с. 27].

К оптимальной самооценке относятся "высокий уровень" и "выше среднего уровня" (человек заслуженно ценит, уважает себя, доволен собой), а также "средний уровень" (человек уважает себя, но знает свои слабые стороны и стремится к самосовершенствованию, саморазвитию). Но самооценка может быть и

неоптимальной - чрезмерно завышенной или слишком заниженной.

Четыре основных источника оценочных суждений, способных значительно влиять на самооценку - это семья, школа, референтная группа и интимно-личностное общение. Таким образом, самооценка человека формируется в первую очередь в результате его активного взаимодействия с окружающей средой, особенно с социумом [49, с. 27].

Агафанов А. Ю. выделяет «другой фактор, который важен для формирования самооценки, связан с интериоризацией социальных реакций на данного человека. Иными словами, человек склонен оценивать себя так, как, по его мнению, его оценивают другие. В целом картина выглядит таким образом, что люди прилагают большие усилия для того, чтобы с наибольшим успехом «вписаться» в структуру общества. Стоит особо подчеркнуть, что самооценка, независимо от того, лежат ли в ее основе собственные суждения человека о себе или интерпретации суждений других людей, индивидуальные идеалы или культурно заданные стандарты, всегда носит субъективный характер» [2].

Список использованной литературы

1. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание, 1986
2. Будасси, С.А. Методика исследования самооценки / С.А. Будасси // Вопросы психологии. - 1971. - № 3. - С. 87-91.
3. Волков, О.И. Воздействие систематических занятий спортом на познавательные интересы старших школьников в сфере средств массовой информации: автореф. дисс. СПб., 2003
4. Все тесты ру [Электронный ресурс]: <http://vsetesti.ru/287/>
5. Все тесты ру [Электронный ресурс]: <http://vsetesti.ru/282/>
6. Енин, В.И. Развитие психических свойств личности подростков в процессе занятий спортом: автореф. дисс. ... канд. психол. наук. 1986.
7. Жилин, СВ. Особенности Я-концепции личности спортсменов: дисс. ... канд. психол. наук: 13.00.04 : защищена 27.02.03. СПб., 2003
8. Лозовая, Г.В. Взаимосвязи самооценки и ценностной сферы личности спортсменов / Г.В. Лозовая // Материалы ежегодной научной конференции СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта / Санкт-Петербургская гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. - СПб., 2001
9. Лозовая, Г.В. Взаимосвязи самооценки и самореализации у юных спортсменов / Г.В. Лозовая // Теория и практика управления образовательным процессом: педагогические, социальные и психологические проблемы: Вестник БПА / Санкт-Петербургская балт. пед. акад. - СПб., 2003.
10. Лозовая, Г.В. Методологические проблемы изучения самооценки личности / Ежегодник Российского психологического общества: материалы 3-го Всероссийского съезда психологов 25-28 июня 2003 года / Санкт-Петербургский гос. ун-т. - СПб., 2003
11. Лозовая, Г.В. Специфика спорта как вида деятельности / Г.В. Лозовая // Психологические основы педагогической деятельности: материалы межвузовской научной конференции 3.06.2003. / Санкт-Петербургская гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. - СПб., 2003
12. Лозовая, Г.В. Формирование самооценки спортсмена: [учеб. пособие] / Г.В. Лозовая ; Санкт-Петербургская гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. - СПб., 2003.
13. Макарова И.В. Психология. Конспект лекций. М.: 2010.
14. Немов Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. - 3, 4-е изд. - М., 2000
15. Палий, В.И. Влияние особенностей личности и успешности деятельности на самооценку спортивного мастера гимнастик: автореф. дисс. ... канд. психол. наук / В.И. Палий ; Московский гос. ун-т. - М., 1987.
16. Плашко, Р.В. Динамика изменений некоторых личностных особенностей у студентов ГАФК / Р.В. Плашко. СПб., 2001
17. Пси-шпаргалка психологический образовательный сайт [Электронный ресурс]: <http://psylist.net/praktikum/00111.htm>
18. Пуни, А.Ц. Предмет психологии физического воспитания и спорта / А.Ц. Пуни. - М.: Физкультура и спорт, 1984.
19. Пуни, А.Ц. Проблема личности в психологии спорта / А.Ц. Пуни. - М.: Спортгиз, 1980.
20. Столин В.В. Самосознание личности. - М., 1983
21. Тарас, А. Е. Психология спорта : Хрестоматия / А. Е. Тарас. М.: АСТ, 2007
22. Харланова Ю. В. Общая психология и история психологии. ВНИИ, 2007.

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

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/kurovaya-rabota/250020>