**Тема: «МЕЖЛИЧНОСТНЫЕ ОТНОШЕНИЯ В ШКОЛЬНОМ
КОЛЛЕКТИВЕ, КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ»**

 Одинцова Елизавета

**МАОУ «Гимназия №1», г. Бугуруслан, Оренбургской области**

 **10 класс**

Руководитель:

учитель обществознания

МАОУ «Гимназия № 1»

Татьяна Валерьевна Ермакова

 Бугуруслан, 2021г.

 Содержание

ВВЕДЕНИЕ 3

[ГЛАВА I. Проблема межличностных отношений](#bookmark1)

5

1.1.Особенности межличностных отношений в школьном

5

коллективе

* 1. [Самооценка как результат межличностных отношений](#bookmark3)

8

в школьном коллективе

ГЛАВА **II.** Исследование межличностных отношений

15

на основе школьного коллектива «Гимназии №1»

1. [Организация и методы исследования](#bookmark5)

15

1. Анализ результатов исследований межличностных

16

отношений в школьном коллективе

* 1. Анализ результатов исследования самооценки

школьников

* 1. Рекомендации по формированию межличностных

18

отношений в школьном коллективе

* 1. [Рекомендации по формированию объективной самооценки](#bookmark8)

19

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

21

БИБЛИОГРАФИЯ

23

23

ПРИЛОЖЕНИЕ

**ВВЕДЕНИЕ**

Межличностные отношения возникают и складываются на основе определенных чувств, рождающихся у людей по отношению друг к другу. Эмоции и чувства выполняют регулирующую функцию во взаимодействии между людьми благодаря тому, что предстают как норма поведения, как готовность действовать определенным образом по отношению к тем или иным людям. Особенно большую роль на формирование личности и ее развитие играют межличностные отношения в юношеском возрасте в школьном коллективе.

**Актуальность** проблемы межличностных отношений в подростковом и юношеском возрасте состоит в том, что в этом возрасте определяются особенности взаимоотношений личности с окружающими, которые влияют на ее формирование и развитие, а также на развитие индивидуальности; в действиях личности формируется совокупность норм, правил и форм поведения, личность утверждает свое место в обществе.

**Цель исследования**: рассмотрение теоретических и практических аспектов межличностных отношений в школьном коллективе, как средство реализации личности.

**Задачи исследования**:

1. Провести анализ теоретического материала по вопросу межличностных отношений подростков.
2. Определить степень взаимоотношений в школьном коллективе, выявить влияние межличностных отношений на личность.
3. Проанализировать практические вопросы межличностных отношений старших классов МАОУ «Гимназия№1» и их влияния на личность.
4. Разработать рекомендации по формированию межличностных отношений.

**Объект исследования** - межличностные отношения школьников

**Предмет исследования** -формирование межличностных отношений и их влияние на личность подростка.

Для решения поставленных задач использовались следующие **методы исследования**:

1. Сравнительный метод
2. Метод анализа первичной и вторичной обработки данных
3. Социометрия

Практическая значимость заключается в том, что полученные в ней данные позволяют определить пути оптимизации проблемы межличностных отношений в социуме. Результаты исследования могут быть использованы на уроках обществознания и классных часах.

ГЛАВА I.ПРОБЛЕМА МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ.

1. Особенности межличностных отношений в юношеском

**возрасте**

При возникновении проблем личностного характера у подростков

мы обращаемся к его ближайшему окружению, и через призму межличностных отношений, начинаем глубже понимать проблемы личности и корни ее персонификации. Психологические отношения между людьми принято подразделять на официальные и неофициальные в соответствии с той организацией, где они формируются.

Различают деловые и личные или (межличностные отношения). Деловые отношения связаны с учебной или трудовой совместной деятельностью и определяются ею. Личные отношения могут быть оценочными (восхищение, популярность) и действенными (связанными с взаимодействием), они обусловлены не столько объективными условиями, сколько субъективной потребностью в общении и удовлетворении этой потребности.

Межличностные отношения - это вид отношений личности, раскрывающихся в отношениях к другим людям. Межличностные отношения в юношеском возрасте эмоциональны по своей природе. Они сопровождаются различными переживаниями (симпатиями и антипатиями). Для обозначения межличностных отношений в психологии используется термин «взаимоотношения». Через межличностные отношения человек опосредованно может включиться в систему общественных отношений. Первоначально такое включение происходит через ближайшее окружение человека, но по мере взросления границы расширяются. Неофициальные, эмоционально насыщенные, личностно значимые межличностные отношения создают основу для формирования личности.

В центре лежит представление о личности, ядром которой является индивидуальная система субъективно-оценочных отношений к действительности.

Рассмотрим влияние различных факторов на структуру формальных

и неформальных отношений, особенности общения в школьном коллективе. Межличностные отношения возникают и функционируют внутри каждого из видов общественных отношений, в том числе и при обучении в МАОУ «Гимназия№1» и позволяют конкретным людям проявить себя как личность в актах общения и взаимодействия. Общение является обязательным условием осуществления процесса воспитания и обучения гимназистов. Его роль и важность обусловлены рядом факторов.

Во-первых, жизнедеятельность человека на любом уровне в том числе и в школьном коллективе, предполагает установление информационных связей и контактов, взаимопонимания и взаимодействия между людьми.

Во-вторых, никакие человеческие общности, в том числе школьные коллективы не могут осуществлять полноценную совместную деятельность, если не будет установлен контакт между людьми и достигнуто среди них взаимопонимание.

В-третьих, сама психологическая природа человека вызывает у него потребность в поддержке и помощи других людей, в изучении и использовании их жизненного опыта, в получении необходимого совета и информации, что особенно актуально и необходимо для студентов первого года обучения.

В-четвертых, успешное решение учебно-воспитательных задач, активизация школьников на их выполнение, принятие решений, осуществление контроля за исполнением поручений - осуществляется с помощью общения.

В отечественной социальной психологии выделяют три различных по своей ориентации типа межличностного общения: императив, манипуляцию и диалог.

В условиях МАОУ «Гимназия №1» наглядно проявляется третий тип общения, т.е. диалогическое общение. Это равноправное субъект-субъективное взаимодействие, которое имеет целью взаимное познание, самопознание партнеров по общению. Его эффективность во многом определяется строгим соблюдением правил: психологический настрой на состояние собеседника; безоценочное восприятие личности партнера; восприятие партнера как равного, имеющего собственное мнение. Естественно, что этот вид общения требует от учителей большого опыта в работе с людьми, а также определенных личностных качеств; сдержанности, уважения к собеседнику, терпения и т.д.

Императивное общение - это авторитарная, директивная форма взаимодействия с партнером по общению. К нему прибегают с целью достижения контроля над поведением и мыслями партнера, принуждения его к определенным действиям. Особенность императивного общения состоит в том, что партнер является пассивной стороной. При этом в ходе общения не скрывается его конечная цель, ее принудительный характер.

Манипулятивное общение - это одна из форм межличностного общения, при которой воздействие на партнера для достижения своих намерений осуществляется скрытно. При манипулятивном общении также ставится цель добиться контроля над поведением и мыслями другого человека, но партнер в этом случае не информируется об истинных целях общения. Они либо скрываются, либо подменяются другими.

Эффективность общения зависит от индивидуально-личностных и социально-психологических условий и предпосылок. К ним в психологии относят: ясное понимание целей общения; наличие соответствующих мотивов; владение средствами общения; сформированность у общающихся навыков и знаний коммуникации.

Центральным компонентом психологии школьного коллектива, ядром социально-психологического климата в нем являются выступающие в двух основных формах взаимоотношения между гимназистами.

Рассматривая динамику отношений школьников необходимо учитывать особенности, специфические проявления и противоречия, свойственных юношескому возрасту на стадии перехода к зрелости.

1. Самооценка как результат межличностных отношений

Самооценка является сложным личностным образованием и относится к фундаментальным свойствам личности. В ней отражается то, что человек узнает о себе от других, и его собственная активность, направленная на осознание своих действий и личностных качеств. 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. 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 - уровню притязаний. В своей практической деятельности человек обычно стремится к достижению таких результатов, которые согласуются с его самооценкой, способствуют ее укреплению, нормализации. Существенные изменения в самооценке появляются тогда, когда достижения связываются субъектом деятельности с наличием или отсутствием у него необходимых способностей. Следовательно, функции самооценки и самоуважения психической жизни личности состоят в том, что они выступают внутренними условиями регуляции поведения и деятельности человека. Благодаря включению самооценки в структуру мотивации деятельности личность постоянно соотносит свои возможности, психические ресурсы с целями и средствами деятельности. В соответствии с привычным целостным восприятием человека о единстве его чувств, ума и воли проявления самооценки могут быть представлены эмоциональными, познавательными и волевыми формами. На социально-психологическом уровне выделяется поведенческая форма самооценки. При этом самооценка в составе самосознания позволяет осуществлять не только функцию саморегуляции поведения, но и две другие: психологической защиты и когнитивную (познавательную) функцию.

Самооценка не есть нечто данное, изначально присущее личности. Само формирование самооценки происходит в процессе деятельности и межличностного взаимодействия. Социум в значительной степени влияет на формирование самооценки личности. Став устойчивой, самооценка меняется с большим трудом, то изменить ее можно, изменив отношение окружающих. Поэтому формирование оптимальной самооценки сильно зависит от справедливости 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. Развивается самооценка путем постепенного погружения внешних оценок, выражающих семейные требования, в требования человека к самому себе. По мере формирования и укрепления самооценки возрастает способность к утверждению и отстаиванию своей жизненной позиции. Процесс, в результате которого человек привыкает действовать в определенной социальной среде и в соответствии с нормами данного общества, осваивает мораль, имеет много аспектов и продолжается всю жизнь. Но наиболее сензитивными этапами в формировании личности и ее социализации является подростковый и юношеский возраст. Подростковый возраст - завершающий этап первичной социализации. В качестве основных институтов социализации прежде всего выступает семья и школа, соответственно, родители, ровесники и учителя.

Ведущим мотивом в период формирования самооценки выступает желание утвердиться в коллективе сверстников, завоевать авторитет уважение и внимание товарищей. При этом те, кто ценит себя высоко, предъявляют высокие требования и в общении, стараясь им соответствовать, так как считают ниже своего достоинства быть на плохом счету в коллективе. Для молодого человека типично стремление к сохранению такого статуса в группе, который поддерживает его повышенную самооценку.

Знания, накопленные человеком о самом себе, а также глобальная самооценка, формирующаяся на основе таких знаний, позволяют сформировать многомерное образование, которое называется Я- концепцией и составляет ядро личности. Я-концепция — это более или менее осознанная, переживаемая как неповторимая система представлений 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 представлений о себе, а самооценка предполагает оценочный компонент. Например, осознание человеком того, что по темпераменту он является сангвиником составляет часть его Я-концепции, но это свойство в оценочном плане не рассматривается. У человека существует несколько сменяющих друг друга образов "Я". Представление индивида о себе в текущий момент, в момент самого переживания обозначается как "Я-реальное". Помимо этого, у человека существует представление о том, каким он должен быть, чтобы соответствовать собственным представлениям об идеале, так называемое "Я-идеальное". Соотношение между "Я - реальным" и "Я - идеальным" и характеризует адекватность представлений человека о себе, находящую свое выражение в самооценке. Психологи рассматривают самооценку с различных точек зрения. Различают общую и частную самооценку. Частной самооценкой будет, например, оценка каких-то деталей своей внешности, отдельных черт характера. В общей, или глобальной самооценке отражается одобрение или неодобрение, которое переживает человек по отношению к самому себе. Помимо этого, выделяют актуальную (то, что уже достигнуто) и потенциальную (то, на что способен) самооценку. Потенциальную самооценку часто называют уровнем притязаний. Человек может оценивать себя адекватно и неадекватно (завышать либо занижать свои успехи, достижения). Самооценка может быть высокой и низкой, различаться по степени устойчивости, самостоятельности, критичности. Неустойчивость общей самооценки может проистекать из того, что формирующие ее частные оценки находятся на разных уровнях устойчивости и адекватности. Кроме того, они могут по-разному взаимодействовать между собой: быть согласованными, взаимно дополнять друг друга или противоречивыми, конфликтными.

Рассматривают самооценку как адекватную и неадекватную - соответствующую и несоответствующую реальным достижениям и потенциальным возможностям индивида. Так же различается самооценка по уровню - высокому, среднему, низкому. Под влиянием оценки окружающих у личности постепенно складывается собственное отношение к себе и самооценка своей личности, а также отдельных форм своей активности: общения, поведения, деятельности, переживаний. При оптимальной, адекватной самооценке субъект правильно соотносит свои возможности и способности, достаточно критически относится к себе, стремится реально смотреть на свои неудачи и успехи, старается ставить перед собой достижимые цели, которые можно осуществить на деле. К оценке достигнутого он подходит не только со своими мерками, но и старается предвидеть, как к этому отнесутся другие люди: товарищи по работе и близкие. Иными словами, адекватная самооценка является итогом постоянного поиска реальной меры, т.е. без слишком большой переоценки, но и без излишней критичности к своему общению, поведению, деятельности, переживаниям. Такая самооценка является наилучшей для конкретных условий и ситуаций.

К оптимальной относятся самооценки "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 . Если человек недооценивает себя по сравнению с тем, что он в действительности есть, то у него самооценка заниженная. В тех же случаях, когда он переоценивает свои возможности, результаты деятельности, личностные качества, наружность, характерной для него является завышенная самооценка. Неадекватная самооценка осложняет жизнь не только тех, кому она свойственна, но и окружающих, тех людей, которые, в разных ситуациях - производственных, бытовых и других - общаются с ними. Конфликтные ситуации, в которых оказывается человек, очень часто являются следствием его неправильной самооценки. В практике встречаются два типа низких самооценок: низкая самооценка в сочетании с низким уровнем притязания (тотально низкая самооценка) и сочетание низкой самооценки с высоким уровнем притязания. В первом случае человек склонен преувеличивать свои недостатки, а соответственно достижения расценивать как заслугу других людей или относить за счет простого везения. Второй случай, называемый "аффектом неадекватности", может свидетельствовать о развитии комплекса неполноценности, о внутренней тревожности личности. Такие люди стремятся во всем быть первыми, поэтому любая ситуация проверки их компетентности оценивается ими как угрожающая и часто оказывается очень сложной в эмоциональном плане. Человек, имеющий второй тип низкой самооценки, как правило, характеризуется низкой оценкой окружающих. Слишком высокая самооценка приводит к тому, что человек переоценивает себя и свои возможности. В результате этого у него возникают необоснованные претензии, зачастую не поддерживаемые окружающими. Имея опыт подобного "отвержения", индивид может замкнуться в себе, разрушая межличностные отношения.

Знать самооценку человека очень важно для установления отношений с ним, для нормального общения, в которое люди, как социальные существа, неизбежно включаются.

Психологические исследования убедительно доказывают, что особенности самооценки влияют и на эмоциональное состояние, и на степень удовлетворенности своей работой, учебой, жизнью, и на отношения с окружающими. Вместе с тем, сама самооценка также зависит от вышеописанных факторов. Становление личности индивида и ее отдельных структурных компонентов, в частности самооценки как составляющей образа "я" не может рассматриваться в отрыве от общества, в котором он живет, от системы отношений, в которые он включается. Четыре основных источника оценочных суждений, способных оказывать значительное влияние 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, в особенности с социумом. Важную роль в формировании самооценки играет сопоставление образа реального "Я" с образом идеального "Я", то есть с представлением о том, каким человек хотел бы быть. Кто достигает в реальности характеристик, определяющих для него идеальный "образ Я", тот должен иметь высокую самооценку. Если же человек ощущает разрыв между этими характеристиками и реальностью своих достижений, его самооценка, по всей вероятности, будет низкой. Другой фактор, важный 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. Наконец, еще один взгляд на природу и формирование самооценки заключается в том, что человек оценивает успешность своих действий и проявлений через призму своей идентичности. Он испытывает удовлетворение не от того, что он что-то делает хорошо, а от того, что он избрал определенное дело и именно его делает хорошо. В целом картина выглядит таким образом, что люди прилагают большие усилия для того, чтобы с наибольшим успехом "вписаться" в структуру общества. Следует 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.

Таким образом, самооценка как важнейший компонент целостного самосознания личности, выступает необходимым условием гармонических отношении человека как с самим собой, так и с другими людьми, с которыми он вступает в общение и взаимодействие. Адекватная самооценка коррелирует с позитивным отношением к другим людям, а также способностью к самораскрытию, установлению глубоких межличностных контактов.

**ГЛАВА II. ИССЛЕДОВАНИЕ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ НА ОСНОВЕ ШКОЛЬНОГО КОЛЛЕКТИВА «ГИМНАЗИИ №1»**

2.1 Организация и методы исследования.

Цель исследования: рассмотрение практических аспектов проблемы межличностных отношений в школьном коллективе.

Задачи исследования:

1. Проанализировать практические вопросы межличностных отношений подростков на примере МАОУ «Гимназии №1».
2. Разработать рекомендации по формированию межличностных отношений.

Объект исследования - межличностные отношения школьников

Предмет исследования -формирование межличностных отношений

Для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования:

1.Сравнительный метод

2.Метод анализа первичной и вторичной обработки данных

3.Социометрия

Исследование проводилось в МАОУ «Гимназии №1». Общее количество опрошенных 35 человек учащихся старшей школы.

Анкетирование проводилось анонимно и в один день, что позволило исключить влияние временных ситуационных факторов. Эти организационные мероприятия позволили повысить достоверность полученных результатов.

В нашем исследовании мы применяли следующие методики:

1. Анкетирование в МАОУ «Гимназия №1» 10 классов
2. Опрос в социальной сети интернета .

**2.2 Анализ результатов исследования межличностных отношений.**

Для того, чтобы провести полноценный анализ было проведено анкетирование в старших классах для выявления уровня межличностных отношений. (Приложение ^Анкетирование проводилось в один день, для формирования возможных объективных данных. В результате обработки анкетных данных были сформулированы следующие результаты. Около 83% считают себя общительными людьми, но только у 37% респондентов более обширный круг общения. Это значит, что остальные старшеклассники выбирают для общения в основном одноклассников и близких родственников. 90% видят в своих друзьях одноклассников, у 16% друзья - это родственники. Именно школьные межличностные отношения в силу объективных причин самые важные для подростка и соответственно более всего влияют на развитие его личности. Разными и оказались причины объединения друзей. У 78% это интересы, увлечения, а у 23% учеба. Из этого можно сделать вывод, что подростки выбирают себе друзей для извлечения из этого пользы. Друзья-одноклассники помогут в учебе, помогут с мелкими проблемами. А друзья-родственники поставят на правильный путь советами. Интересен тот факт, что при выборе в вопросах «Бывает ли, что вы не согласны в чем-то с вашим другом?» и «Можете ли вы отказать другу?» около 98% ответили да. Это безусловно способствует формированию конструктивных взаимоотношений, уберегает личность от девиантных действий, так сказать «за компанию». Так как анкетирование проводилось анонимно, то есть большая доля вероятности объективного результата. Хотя у 28% опрошенных, родители запрещали общаться с друзьями или приятелями. Возможно мотивами их негативного отношения стали деструктивное влияние на ребенка и родители в силу имеющегося у них социального опыта, постарались оградить своих детей от этого влияния. Исходя из проведенного опроса были сделаны следующие выводы, что доминирующее большинство респондентов выделили конструктивные межличностные отношения с одноклассниками. Они

используют данные отношения для реализации себя в учебе, в спорте и творчестве. Но результаты и показали наличие деструкции в отношениях гимназистов. Которые выражаются в отсутствии у учащихся друзей или неумении противостоять мнению других. Данный вид отношений опасен для подростка и может привести в дальнейшем к девиантному поведению.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что межличностные отношения между старшеклассниками играют важную роль в реализации личности. 80% друзей помогают в учебе, в мелких проблемах, в решении сложных вопросов с родителями, 18% респондентов отметили роль друзей и приятелей в вовлечении их в спортивную деятельность. 3% из них показывают факт успешной спортивной жизни. 7% учащихся отмечают влияние межличностных отношений на творческую деятельность. Полученные данные указывают на тот факт, что в реальной жизни и учебной деятельности у этих людей в межличностных отношениях преобладает больше симпатии, чем антипатии между собой и данные межличностные отношения способствовали раскрытию способностей респондентов и формированию интересов. Но у 18% отношения с одноклассниками вызывают подавление и агрессию. В русле решения данного исследования существенным является рассмотрение межличностных отношений, как важнейшего элемента учебной деятельности, что в экспериментальной группе проявились (как результат деятельности) при анкетировании.

**2.3 Анализ результатов исследования самооценки школьников**

Для того, чтобы проанализировать причины различных видов межличностных отношений был проведен опрос в старших классах для выявления уровня самооценки учащихся. (Приложение 1)

В результате проведенного исследования были получены следующие результаты. У 15% опрошенных низкий уровень самооценки, у 25%- завышенный и 30% показали средний уровень самооценки. (Приложение 3).

 Такие данные, скорее всего, обусловлены положительными межличностными отношениями и доказывают влияние межличностных отношений на самооценку личности. Также немаловажным фактором формирования самооценки может служить социальный статус родителей и образовательный уровень учащихся.

**2.4.Рекомендации по формированию конструктивных межличностных отношений.**

Учитывая результаты исследования были разработаны рекомендации направленные на улучшение межличностных отношений с одноклассниками.

1. Имей уважительное отношение к себе.
2. Принимай другого человека как ценность. Береги общение с этим человеком.
3. Относись к другому человеку так же, как хотел бы, чтобы относились к тебе.
4. Стремись понять другого человека. И старайся быть понятым другим.
5. Во всем должно быть чувство меры.
6. Разумно используй средства общения, (интонацию, мимику, дикцию, четкость, понятность мысли).

**2.5 Рекомендации по формированию объективной самооценки.**

Большую роль в формировании межличностных отношений играет и самооценка личности. Предлагаю несколько советов как повысить самооценку и тем самым способствовать эффективности межличностных отношений.

1. Осознайте, что высокая самооценка и уверенность в себе - это жизненное преимущество. Нет ничего высокоморального в застенчивости. Вы должны понять и глубоко принять эти слова - они сами по себе добавят вам уверенности, повысят самооценку. Наше сознание работает на нас!
2. Ведите дневник успеха! Каждый день записывайте хотя бы 5 вещей, которые удались вам «на отлично». Заносите в него даже незначительные успехи каждый день.
3. Сделайте над собой усилие и начните заниматься чем-нибудь, что полезно и требует твердой воли. Например, начните бегать по утрам или изучать иностранный язык.
4. Занимайтесь спортом !!! Бегая по утрам, мы поднимаем самооценку, заботимся о здоровье и настраиваемся на продуктивный день. Очень важно осознавать это! Тогда вы будете чувствовать, что жизнь более полна и более успешна, а значит, это на самом деле придет в жизнь! Кроме того, такое мышление позволяет добиваться отличных результатов в других сферах.
5. Никогда не оправдывайтесь, особенно - перед собой. Скажите просто: ну да, может, тут и есть моя вина. Успешный человек с адекватной самооценкой всегда адекватно признает свои ошибки.
6. Не откладывайте дела!!! Задумали что-то - приступайте к делу сразу. Потом уйдет энтузиазм, пропадет уверенность - и что в итоге? Разочарование от очередной мертворожденной идеи (самооценка падает ниже плинтуса...) и растраченное впустую время на бесплодное мечтание. Задумал - сделал. Задумал - сделал.
7. Не ищите подтверждений своей «крутости» искусственно. Не придумывайте себе испытаний. Делайте дело! Просто делайте то, что нужно и полезно. Подтверждения - это костыли для самооценки. Уверенный в себе человек и так знает, что он может чуть меньше, чем все.
8. Не заставляйте себя быть идеальным во всем. Что-то можно сделать и не на отлично.

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Юность одновременно самый искренний и самый неискренний возраст. В юности сильнее всего потребность быть в согласии с самим собой, бескомпромиссность, жажда полного и безоглядного самораскрытия. Юность эмоциональна, она бурно увлекается новыми людьми, идеями, делами. Хотя эти увлечения порой непродолжительны, они помогают в короткий срок пережить и освоить много нового.

Изучение природы межличностных отношений непростая задача. Особенно сложно решаема в школьных коллективах. В своей работе я попыталась проанализировать влияние межличностных отношений на личность и особенно аспект реализации способностей личности, ее интересов, выбор профессии, статусное положение внутри класса посредством конструктивных межличностных отношений. А так же разработать доступные механизмы корректировки межличностных отношений в случае из негативного влияния на личность.

Данная тема исследования представляет практический интерес и может быть продолжена для обсуждения на уроках обществознания, классных часах и внеклассных мероприятиях.

**БИБЛИОГРАФИЯ**

1. Обозов Н.Н. Психология межличностных отношений Киев, 1990
2. Чеснокова И.И. Проблема самосознания в психологии М. 1977
3. Петровский А.В. Личность. Деятельность. Коллектив. М.: Знание,

 1982

1. Аронсон Э. Социальная психология: Психологические законы поведения человека в социуме
2. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис под ред. Толстых

 А.В.М., 1996

1. Миславский Ю.А. Саморегуляция и активность личности в юношеском возрасте // Вопросы психологии 1999
2. Роббер М.А. Психология индивида и группы М.: Прогресс, 1988
3. Грецов, Бедарева Психологические игры для старшеклассников и студентов Спб.: Питер,2008
4. Рувинский Л.И. Самовоспитание личности М., 1984
5. Карелин А.А. Психологические тесты. М., Владос 2002
6. <http://ru.wikipedia.org/>
7. http://vocabulary.ru/dictionary/894/word/otnoshenija-mezhlichnostnye

13 .<http://odiplom.ru/psihologiya/mezhliclmostnye-otnosheniya>

1. [http://www.grandars.ru/college/psihologiya/mezhlichnostnye- otnosheniya.html](http://www.grandars.ru/college/psihologiya/mezhlichnostnye-otnosheniya.html)
2. http://www.k2x2.info/
3. <http://vocabulary.ru/> dictionary/25/word/lichnost-formirovanie
4. http ://anketki.ru/
5. http://www.taxru.com/publ/8-1-0-1242

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

АНКЕТА №1 Формирование межличностных отношений

1. Общительный ли вы человек?

Да

Нет

 2)Большой ли у вас круг общения?

 Да

 Нет

3) Кого бы вы отнесли к друзьям?

 Родители

 Сестра/брат

 Одноклассники

 Сосед/соседка(по дому)

4) У вас много друзей?

 Да

 Нет

 5) Что объединяет вас с вашим друзьями?

 Интересы

 Учеба

 Цели

 Увлечения

6) Бывает ли, что вы не согласны в чем-то с вашим другом?

 Да

 Нет

 7)В чем помогают тебе твои друзья?

 8)Можете ли вы сказать нет?

 Да

 Нет

9) Бывает ли, что вы что-то делаете за компанию?

Да

Нет

10) Бывает ли, что друзья влияли на вас негативно?

Да

Нет

11) Запрещали ли вам родители с кем-то дружить?

Да

Нет

АНКЕТА №2

Определение уровня самооценки

2 - да; 1- трудно сказать; 0 - нет.

Вопросы:

1. Мне нравится создавать фантастические проекты.
2. Могу представить себе то, чего не бывает на свете.
3. Буду участвовать в том деле, которое для меня ново.
4. Быстро нахожу решения в трудных ситуациях.
5. В основном стараюсь обо всем иметь свое мнение.
6. Мне нравится находить причины своих неудач.
7. Стараюсь дать оценку поступкам и событиям на основе своих убеждений.
8. Могу обосновать: почему мне что-то нравится или не нравится.

9. Мне нетрудно в любой задаче выделить главное и второстепенное.

10. Убедительно могу доказать правоту.

11. Умею сложную задачу разделить на несколько простых.

12. У меня часто рождаются интересные идеи.

13. Мне интереснее работать творчески, чем по-другому.

14. Стремлюсь всегда найти дело, в котором могу проявить творчество.

15. Мне нравится организовывать своих товарищей на интересные дела.

16. Для меня важно, как оценивают мой труд окружающие.

**Результат:**

**24-32** балла - высокий уровень

**12-24** балла -средний уровень

**0-12** баллов -низкий уровень

**ПРИЛОЖЕНИЕ 2**

**Результат анкетирования по выявления по выявлению уровня межличностных отношений**

1. Вы общительный человек?

 2.Большой ли у вас круг общения?

3. Кого бы вы отнесли к друзьям?

4. У вас много друзей?

 5. Что объединяет вас с вашими друзьями?

6.Бывает ли, что вы не согласны в чем-то с вашим другом?

 7.Можете ли вы сказать нет?

 8.Бывает ли, что вы что-то делаете за компанию?

 9.Бывает ли, что друзья влияли на вас негативно?

 10.Запрещали ли вам родители с кем-то дружить?

**ПРИЛОЖЕНИЕ 3**

**Результат анкетирования по выявлению уровня самооценки**

1.Мне нравится создавать фантастические проекты.

 2.Могу представить себе то, чего не бывает на свете.

 3.Буду участвовать в том деле, которое для меня новое.

 4.Быстро нахожу решения в трудных ситуациях.

 5.В основном стараюсь обо всем иметь свое мнение.

 6.Мне нравится находить причины своих неудач.

 7.Стараюсь дать оценку поступкам и событиям на основе своих

 убеждений.

 8.Могу обосновать :почему мне что-то нравится или не

 нравится.

 9.Мне нетрудно в любой задаче выделить главное и

 второстепенное.

 10.Убедительно могу доказать правоту.

 11.Умею сложную задачу разделить на несколько простых.

 12.У меня часто рождаются интересные идеи.

 13.Мне интереснее работать творчески, чем по-другому.

 14.Стремлюсь всегда найти дела, в котором могу проявить

 творчество.

 15.Мне нравится организовывать своих товарищей на интересные

 дела.

 16.Для меня важно ,как оценивают мой труд окружающие.

 **Уровень самооценки респондентов**