

**«Основные методики для  
изучения личностных  
характеристик.**

---

**Самооценка»**

Выполнила: Шабалина А.А.

Курс - 1

Группа - ДФ-12

# Личность

---

Социальное существо, включенное в общественные отношения, участвующие в общественном развитии и выполняющее определенную общественную роль.

Понятие «личность» несколько уже, чем понятие «человек». Новорожденный ребенок или психически больной человек, не способный самостоятельно себя обслуживать, не говоря уже о выполнении какой-либо социальной роли, личностью не является.

# Самооценка - это

Представление человека о важности своей личности, деятельности среди других людей и оценивание себя и собственных качеств и чувств, достоинств и недостатков



# Самоотношение - это

целостное, относительно постоянное эмоциональное отношение к себе, мера принятия или непринятия индивидом самого себя.



# Функции самооценки:

- **Регуляторная** – обеспечивает принятие личностью задач и выбора решений.
- **Защитная** – обеспечение относительной стабильности личности и ее независимости.
- **Развивающая** – стимулирует личность к развитию и совершенствованию.
- **Отражающая (или сигнальная)** – отображает реальное отношение человека к себе, своим поступкам и действиям, а также позволяющая оценить адекватность своих действий.
- **Эмоциональная** – позволяет человеку ощущать удовлетворенность собственной личностью, своими качествами и характеристиками.
- **Адаптационная** – помогает человеку приспособливаться к социуму и окружающему миру.

# Функции самооценки:

- **Прогностическая** – регулирует активность человека в начале выполнения деятельности.
- **Корригирующая** – обеспечивает контроль в процессе выполнения деятельности.
- **Ретроспективная** – обеспечивает возможность оценки человеком своего поведения и деятельности на заключительном этапе ее выполнения.
- **Мотивирующая** – побуждает человека действовать для получения одобрения и позитивных самооценочных реакций (удовлетворенности собой, развития самоуважения и гордости).
- **Терминальная** – заставляет человека остановиться (прекратить деятельность), если его действия и поступки способствуют появлению самокритики и недовольства собой.

**Адекватная**

```
graph TD; A[Адекватная] --- B[Уровни самооценки]; B --- C[Завышенная]; B --- D[Заниженная];
```

***Уровни  
самооценки***

**Завышенная**

**Заниженная**

# «Самооценка психических состояний»

(по Айзенку)

Данная методика включает в себя определение уровня тревожности, фрустрации, агрессивности и ригидности.



# «Самооценка эмоциональных состояний»

(А. Уэссман и Д. Рикс)

Методика применяется для самооценки  
эмоциональных состояний и степени бодрствования. Данная методика эффективна, если необходимо выявить изменение эмоционального состояния человека на протяжении определенного периода времени. Простота выполнения задания делают ее весьма оперативным инструментом.

**Методика диагностика самооценки**

---

**Дембо - Рубинштейн.**

**Модификация А.М. Прихожан**

---

**Методика исследования**  
**самооценки личности**  
**С.А. Будасси**

---

**Тест на выявление уровня  
самооценки**