|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Группа | Дисциплина | Вид занятия | Ф.И.О. |
| ***02.11.2021г.******III пара*** ***2 занятие*** | ***2 ТЭМ*** | ***«Психология общения»*** | ***Лекция*** | ***Кузнецова И.М.*** |

|  |
| --- |
| ***Домашнее задание:*** |
| 1. | Изучить лекционный материал по данной теме. |
| 2. | Письменно ответить на вопросы для самоконтроля. |
| 3. | **Фото с готовым домашним заданием отправить на адрес**: kira.kuz.ira@mail.ru |

 4. Домашнее задание выполнить **до 03.11.2021г.**

**Вид занятия**: лекция

**Тип занятия**: представление и усвоение нового учебного материала

**Цель занятия:**

**- дидактическая:** познакомить студентов с материалами темы, сформировать навыки общения в процессе межличностного взаимодействия;

**- воспитательная:**

а) воспитывать профессиональные качества личности: аккуратность, наблюдательность, дисциплинированность, самоконтроль;

б) воспитывать чувство ответственности за свою работу и работу коллектива;

в) формировать основы этической культуры, логику.

-**развивающая:** способствовать формированию понятий о психологических особенностях личности.

**Задачи:**

1. Обеспечить первоначальное знакомство с учебным материалом, организация его начального восприятия;
2. Формирование основы для дальнейшего самостоятельного изучения и овладения знаниями;
3. Формирование научного мировоззрения, воспитание у обучающихся познавательных интересов.

***Тема:* Личность в психологии.**

План:

1. Понятие «личность»

2. Самооценка

3. Притязания личности

4. Волевая регуляция поведения

Содержание

**1.Понятие «личность»**

Человек как субъект социальных отношений, носитель социально значимых качеств является личностью.

Наряду с понятием «личность» мы используем и такие термины, как «человек», «индивид» и «индивидуальность». Все эти понятия имеют специфику, но все они взаимосвязаны. Наиболее общее, интегративное понятие — понятие «человек» — существо, воплощающее высшую ступень развития жизни, продукт общественно-трудовых процессов, нерасторжимое единство природного и социального. Но неся в себе социально -родовую сущность, каждый человек — единичное природное существо, индивид.

**Индивид** — человек с точки зрения его психофизиологических особенностей (индивидуальные особенности). В основе понятия «индивид» лежит факт неделимости, целостности субъекта и наличия свойственных ему особенностей.

*В понятии «человек» как индивид выражаются два основных признака:*

1)человек — это своеобразный представитель других живых существ, продукт фило- и онтогенетического развития, носитель видовых черт;

2)отдельный представитель человеческой общности; выходящее за рамки природной (биологической) ограниченности социальное существо, использующее орудия, знаки и через них овладевающее собственным поведением и психическими процессами.

Оба значения понятия взаимосвязаны и описывают человека как существо своеобразное.

Наиболее общими характеристиками индивида являются: целостность и своеобразие психофизиологической организации; устойчивость во взаимодействии с окружающей средой; активность.

В обыденной жизни под индивидом понимают конкретного человека со всеми присущими ему особенностями.

**Индивидуальность**— это личность в ее своеобразии. Когда говорят об индивидуальности, то имеют в виду оригинальность личности. Обычно словом «индивидуальность» определяют какую-либо главенствующую особенность личности, делающую ее непохожей на окружающих. Индивидуален каждый человек, но индивидуальность одних проявляется ярко, других — малозаметно.

**Личность** — это сознательный индивид. Нельзя понять общественную роль личности, не анализируя ее психики: мотивов поведения, характера и способностей, а в некоторых случаях и особенностей ее телесной организации (например, типа нервной системы).

**Личность** — социальное качество человека, степень включенности в системы социальных отношений. Человек рождается биологическим существом, в процессе социализации становится собственно человеком (индивидом), далее — личностью, качество которой зависит от среды, культуры и других многочисленных социальных характеристик его окружения. Ж. Пиаже заметил однажды, что общество выпускает на свет божий тысячи дикарей, которых следует цивилизовать, сделать общественными индивидами.

В связях человека с обществом формируется и проявляется его социальная сущность. Каждое общество формирует свой эталон личности. Социология общества определяет психологические типы данного общества.

 Личность имеет многоуровневую организацию. Высший и ведущий уровень психической организации личности — ее потребностно-мотивационная сфера — направленность личности, ее отношение к обществу, отдельным людям, к себе и своим общественным и трудовым обязанностям. Но для личности существенна не только ее позиция, но и способность к реализации своих отношений. Это зависит от уровня развития деятельностных возможностей человека, его способностей; знаний и умений, его эмоционально-волевых и интеллектуальных качеств.

Человек не рождается с готовыми способностями, интересами, характером и т. д. Эти свойства формируются при жизни человека, но на определенной природной основе. Наследственная основа человеческого организма (генотип) определяет его анатомо-физиологические особенности, основные качества нервной системы, динамику нервных процессов. В биологической организации человека, его природе заложены возможности психического развития. Но человеческое существо становится человеком только благодаря освоению опыта предшествующих поколений, закрепленного в знаниях, традициях, предметах материальной и духовной культуры.

 **Развитие личности** — формирование системы ее социально положительных качеств — требует определенных общественных предпосылок, социального запроса. В становлении индивида как личности существенны процессы личностной идентификации.

 С другими людьми личность взаимодействует на основе "Я"-концепции личностной рефлексии — своих представлений о самой себе, своих возможностях, своей значимости. Личностная рефлексия может соответствовать реальному Я, но может и не соответствовать ему. Завышенные и заниженные уровни личностных притязаний могут порождать различные внутриличностные конфликты.

**2. Самооценка**

 ***Что такое самосознание***? В психологической науке принято следующее определение: «Совокупность психических процессов, посредством которых индивид осознает себя в качестве субъекта деятельности, называется самосознанием, а его представления о самом себе складываются в определенный «образ «Я» .

**«Образ «Я»** — это не просто представление или понятие личности о самой себе, а социальная установка, отношение личности к себе. Поэтому в образе «Я» можно выделить три компонента:

познавательный (когнитивный) — знание себя, самосознание;

эмоционально - оценочный — ценностное отношение к себе;

поведенческий — особенности регуляции поведения.

Как уже говорилось, образ «Я» — не статическое, а чрезвычайно динамичное образование личности. Образ «Я» может возникать как представление о себе в момент самого переживания, обычно обозначаемого в психологии как реальное «Я». Это «Я» все время меняется, например «Я» до соревнования и после соревнования, «Я» до экзамена и после экзамена будут различны. Одновременно образ «Я» является идеальным «Я» субъекта, т. е. каким он бы должен стать, чтобы соответствовать социальным нормам и ожиданиям окружающих. Это то, к чему стремится человек, кем он хочет сделаться в будущем. Возможно еще существование и фантастического «Я». В этом случае человек смотрит на себя сквозь призму собственных желаний, не учитывая своих реальных возможностей. Обычно фантастическое «Я» сопровождается словами «если бы», что означает, каким субъект желал бы стать, если бы это оказалось для него возможным.

 Все «Я» уживаются в человеке одновременно. И если одно из «Я» будет преобладать над другими, это может отразиться на его личности. Так, если перевес в структуре личности фантастических представлений о себе не сопровождается поступками, которые способствовали бы осуществлению желаемого, происходит дезорганизация деятельности и самосознания человека. Мальчик, которого все обижают, может в своих мечтах быть сильным и наказывать своих обидчиков. Но если эти мечты не подкрепляются занятиями спортом, ситуация в конце концов может его жестоко травмировать ввиду очередного несовпадения желаемого и действительного.

Степень правильности образа «Я» выясняется при изучении одного из важнейших его аспектов — самооценки личности, т. е. оценки личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. Это наиболее существенная и наиболее изученная в психологии сторона самосознания личности. Самооценка — непременный спутник нашего «Я». Она проявляется не столько в том, что человек думает или говорит о себе, сколько в его отношении к достижениям других. С помощью самооценки происходит регуляция поведения личности.

 Как же личность осуществляет самооценку? Известно, что человек становится личностью в результате совместной деятельности и общения с другими людьми. Именно деятельность и общение дают ему некоторые важные ориентиры для поведения. Поэтому уже в детском саду часто можно слышать: «Коля — хороший мальчик, он всегда спит в тихий час»; или: «Игорь — плохой, он плохо ест». Таким образом, воспитатель дает ребенку точку отсчета для оценки его поведения. По подобным ориентирам мы постоянно сверяем то, что делаем, с тем, чего от нас ожидают окружающие. В конечном счете, все, что человек делает для себя, он вместе с тем делает и для других, даже если ему кажется, что он делает что-то только для себя. Уже сложившиеся оценки собственного «Я» есть результат постоянного сопоставления того, что личность наблюдает в себе, с тем, что видит в других людях. Человек, уже зная что-то о себе, присматривается к другому человеку, сравнивает себя с ним, предполагает, что и тот небезразличен к его качествам, поступкам. Все это входит в самооценку личности и определяет ее психологическое самочувствие. Другими словами, у личности всегда имеется круг людей, с которыми она считается, среди которых черпает свои ценностные ориентации.

 Таких людей в психологии называют референтными или значимыми, поскольку их идеалы являются идеалами этой личности, их интересы — ее интересами.

 Самооценка тесно связана с уровнем притязаний личности, с желаемым уровнем ее самооценки. Уровнем притязаний называют уровень образа «Я», проявляющийся в степени трудности цели, которую человек ставит перед собой. Психолог Джемс вывел формулу, которая показывает зависимость самооценки человека от его притязаний.

Формула свидетельствует, что стремление к повышению самооценки может реализовываться двумя способами. Человек может или повысить притязания, чтобы пережить максимальный успех, или снизить их, чтобы избежать неудачи. В случае успеха уровень притязаний обычно повышается, человек проявляет готовность решать более сложные задачи, при неуспехе — соответственно, снижается. Уровень притязаний личности в конкретной деятельности может быть определен довольно точно.

Поведение тех людей, которые стремятся к успеху, и тех, кто старается избегать неудач, существенно различается. Люди, мотивированные на успех, обычно ставят перед собой определенные положительные цели, достижение которых однозначно расценивается как успех. Они изо всех сил стараются добиться успеха. Человек активно включается в деятельность, выбирает соответствующие средства и способы, с тем, чтобы кратчайшим путем достигнуть цели.

Противоположную позицию занимают люди, мотивированные на избежание неудач. Цель их деятельности не в том, чтобы добиться успеха, а в том, чтобы избежать неудачи. Все их действия в первую очередь направлены именно на реализацию этой цели. Для таких людей характерны неуверенность в себе, неверие в возможность достичь успеха, боязнь критики. Любая работа, и особенно та, которая чревата возможностью неудачи, вызывает у них отрицательные эмоциональные переживания. Поэтому человек не испытывает удовольствия от своей деятельности, тяготиться ею, избегает ее. Обычно в результате он оказывается не победителем, а побежденным. Таких людей нередко называют неудачниками.

 Еще одна важная психологическая особенность, которая влияет на достижение человеком успеха, — это требования, предъявляемые им к самому себе. Тот, кто предъявляет к самому себе повышенные требования, в большей мере старается добиться успеха, чем тот, чьи требования к себе невысоки.

Очень много для достижения успеха значит и представление человека о своих способностях, необходимых для решения задачи. Установлено, что люди, имеющие высокое мнение о наличии у них таких способностей, в случае неудачи переживают меньше, чем те, кто считает, что соответствующие способности у них развиты слабо.

Психологи пришли к выводу, что уровень своих притязаний личность устанавливает где-то между чересчур трудными и чересчур легкими задачами и целями — так, чтобы сохранить на должной высоте свою самооценку.  Формирование уровня притязаний определяется не только предвосхищением успеха или неудачи, но и прежде всего учетом и оценкой прошлых успехов и неудач. Однако, в целом для людей характерно некоторое завышение своих способностей, приписывание себе уникальности, непохожести на других. Так, опрос взрослых людей показал, что большинство считают себя более умными, чем средний человек; каждый водитель говорит, что он аккуратнее и осторожнее, чем остальные; женщины полагают, что они красивее большинства своих знакомых и т. п. Следовало бы задать себе вопрос: если все имеют показатели выше средних, то у кого же тогда все-таки они средние и у кого низкие?

Характер проявляется не только отношением к другим людям, но и к самому себе. Каждый из нас, намеренно или сам того не осознавая, нередко сравнивает себя с окружающими и в итоге вырабатывает довольно устойчивое мнение о своем интеллекте, внешности, здоровье, положении в обществе, т. е. формирует «набор самооценок», от которого зависит: скромны мы или высокомерны, требовательны к себе или самоуспокоенны, застенчивы или кичливы.

Невозможно понять истоки некоторых межличностных столкновений без анализа самооценки конфликтующих людей.

У большинства людей проявляется тенденция оценивать себя чуть выше среднего. Это позволяет сделать вывод, что человеку свойственна потребность в достаточно высокой самооценке, т. е. каждому хочется уважать себя. Самоуважение — один из истоков психологической устойчивости, хорошего настроения. Допустим, человек совершил ошибку, сделал что-то не так. Если этот человек обладает достаточно высоким уровнем самооценки, он может успокоить себя: «Ничего страшного, ведь в целом я отнюдь не глупец и подобное для меня не характерно», т. е. срабатывает психологическая защита и человек успокаивается.

Низкая самооценка может быть обусловлена многими причинами. Иногда человек перенимает ее в детстве у своих родителей, так и не вобравшихся со своими личностными проблемами, в других случаях она развивается у ребенка из-за плохой успеваемости в школе, что, в свою очередь, является результатом неблагоприятных условий для занятий дома или недостаточного внимания родителей. На самооценке ребенка могут пагубно отразиться как насмешки сверстников, так и чрезмерный критицизм со стороны взрослых. Личностные проблемы, неумение вести себя в определенных ситуациях, равно как и недостаток житейских навыков также формируют у человека нелестное мнение о себе. С какими же трудностями в общении сталкивается человек с заниженной самооценкой? Представления о себе как о менее способном, некрасивом, невезучем, несчастном, больном присущи, в основном, людям с тревожным, застревающим и педантичным типами акцентуации характера, они создают пониженный фон настроения, закрепляют «комплекс неполноценности». Стойкая излишне низкая самооценка влечет за собой чрезмерную зависимость от других, несамостоятельность и даже заискивание, появляются робость, замкнутость, даже искаженное восприятие окружающих.

Трезвое и объективное отношение к себе составляет основу нормальной самооценки. В нашем окружении всегда будут люди, в чем-либо превосходящие нас: более сильные, красивые, обаятельные, интеллигентные, удачливые или популярные. И точно так же всегда найдутся те, кто уступает нам в этом.

 На формирование самоуважения и самооценки влияют многие факторы, действующие уже в раннем детстве, — отношение родителей, положение среди сверстников, отношение педагогов. Сопоставляя мнение о себе окружающих людей, человек формирует самооценку, причем любопытно, что человек вначале учится оценивать других, а потом уже оценивать себя. И лишь к 14—15 годам подросток овладевает навыками самоанализа, самонаблюдения и рефлексии, анализирует достигнутые собственные результаты и тем самым оценивает себя. («Если я не спасовал в трудной ситуации, значит, я не трус», «Если смог осилить трудную задачу, значит я способный» и т. п.) Сложившаяся у человека самооценка может быть адекватной (человек правильно, объективно оценивает себя), либо неадекватно завышенной или неадекватно заниженной. А это, в свою очередь, будет влиять на уровень притязаний личности, который характеризует степень трудности тех целей, к которым стремится человек и достижение которых представляется человеку привлекательным и возможным.

**3. Притязания личности.**

 Самооценка тесно связана с уровнем притязания личности, которую можно определить как желаемый уровень самооценки личности, проявляющийся в степени трудности цели, которую индивид ставит перед собой. Если личность стремится к повышению самооценки в случае, когда имеется возможность свободно выбирать степень трудности очередного действия, то могут возникнуть два конфликта: с одной стороны - стремление повысить притязания, чтобы пережить максимальных успех, а с другой - снизить притязания, чтобы избежать неудачи. В первом варианте уровень притязания обычно повышается, а во втором - уменьшается.

Уровень притязания обычно устанавливается где-то между чересчур легкими и чересчур трудными целями и задачами, для того, чтобы сохранить на приемлемом уровне собственную самооценку.

Не только на основе предвосхищения успеха или неудачи, но и на основе прежних успехов или неудач идет формирование личностью своего уровня притязаний.

Может возникнуть вопрос о том, с помощью чего личность может повысить свой уровень притязания?  С одной стороны это может происходить после того, как будут успешно выполнены поставленные перед собой определенные цели. Но так же это может произойти с помощью коллектива или руководителя, если последние будут всячески подбадривать индивида в процессе выполнения поставленных задач. К примеру, в процессе ответа на поставленный вопрос на [семинарском занятии](https://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fpandia.ru%2Ftext%2Fcategory%2Fseminarskie_zanyatiya%2F) студенту говорят: «Вы идете в правильном направлении» или «Ваша мысль правильна» и т. п. В этом случае повышается самооценка личности, а вследствие чего личность может достигнуть успеха. В конечном счете у индивида повышается уровень притязания. На этом примере было наглядно показано о том, как между собой связаны самооценка и уровень притязания личности.

**4. Волевая регуляция поведения и деятельности**

 Люди познают предметы и явления окружающего мира и переживают чувства по отношению к ним в деятельности, направленной на его преобразование в ходе удовлетворения своих личных потребностей и потребностей общества, которому они принадлежат.

**Деятельность человека**—это система связанных воедино и вытекающих одно из другого действий, в которых решаются частные задачи. Действия направлены на получение результата, который мыслится или представляется как желательный, как цель того, что делает человек. Так, при посадке молодой яблони, роя яму известной глубины, закладывая удобрения, вбивая в центр ямы кол, расправляя корни спущенного туда растения, привязывая его и т. д., работающий человек, осуществляя свою цель, действует по плану. В ходе работы этот план развертывается в виде ряда мыслей и представлений и осуществляется, реализуется посредством движений, определенных по силе, скорости, размаху, согласованности, точности. При выполнении движений, составляющих отдельные действия, и мыслительных операций в связи с отображением того, что, как и п каком порядке следует делать, проявляется сосредоточенное, напряженное внимание и к предмету, и к орудиям, и к самому процессу труда. Вместе с тем по ходу действий перживаются те или иные чувства: неудовольствия и беспокойства от препятствий и затруднений и удовольствия от успешного удовлетворения испытываемых нужд, чувства трудового подъема и утомления, а также радости от самого труда.

 В отличие от непроизвольного действия, непосредственно определяемого находящимся в «поле» раздражителем, преднамеренное действие реализуется с помощью необходимых для этого средств (знаков, нормативных ценностей и т. д.), т. е. опосредствованно. Ученик читает чертеж, справляется с инструкциями, вспоминает наставления мастера производственного обучения и т. д., таким образом еще до осуществления деятельности обеспечивает ее построение в своем сознании, и только после этого действует.

 Преднамеренное действие осуществляется с помощью саморегуляции. Ее структура включает цель, которой стремится достигнуть человек; программу тех действий и операций, которую он должен осуществить, чтобы достигнуть ее; выяснение критериев успешности действий и сопоставление с ними реально полученных результатов действия; наконец, принятие решения о том, надо ли считать действие законченным или его следует продолжать, внося в его исполнение необходимые коррективы.

Таким образом, саморегуляция преднамеренного действия предполагает произвольный контроль над его планированием и исполнением. В процессе онтогенеза функция регулирования и контроля первоначально осуществляется взрослым в процессе совместной деятельности и общения с ребенком, а в дальнейшем, ввиду того, что происходит интериоризация образцов и схем выполнения действий, ребенок сам научается в соответствии с этими схемами и образцами контролировать действие.

Преднамеренность действия предполагает принятие человеком решения о том, что образ будущего результата действия отвечает мотиву его деятельности (т. е. тому, ради чего он действует), и действие тогда приобретает личностный смысл и выступает для субъекта как цель деятельности.

В структуре деятельности преднамеренные действия образуют ее высший уровень, им присущи сознательно поставленная цель и выбор средств, необходимых для достижения этой цели. Они могут совершаться и не обнаруживаясь внешним образом: при продумывании учеником плана сочинения, при повторении материала про себя и т. д.

Особый вид преднамеренных действий составляют волевые действия. Волевое действие, сохраняя все существенные признаки преднамеренного действия, включает в качестве необходимого условия преодоление трудностей. То или иное преднамеренное действие может принадлежать и не принадлежать к волевым в зависимости от того, связано ли оно с преодолением трудностей или нет.

Волевые действия могут различаться по сложности. Так, школьник, впервые делая попытку на уроке физкультуры совершить опорный прыжок, преодолевает некоторые опасения, связанные с возможным падением и ушибом. Подобные волевые действия называются простыми. Сложное волевое действие включает в себя ряд простых. Молодой человек, приняв решение освоить сложную производственную деятельность, преодолевает ряд внутренних и внешних препятствий и трудностей и осуществляет свой замысел. В свою очередь, сложные действия входят в систему организованной волевой деятельности человека, направленной на достижение сознательно поставленных близких и далеких целен. В ней обнаруживаются те или иные волевые качества человека, проявляется воля.

 **Воля—**это сознательная организация и саморегуляция человеком своей деятельности и поведения, направленная на преодоление трудностей при достижении поставленных целей.

**Воля**—это особая форма активности личности, особый вид организации ее поведения, определяемого поставленной ею самой целью.

Воля возникла в трудовой деятельности человека, овладевающего законами природы и таким образом получающего возможность изменять ее в соответствии со своими потребностями. Воля обеспечивает выполнение двух взаимосвязанных функций—побудительной и тормозной и в них себя проявляет.

 Побудительная функция обеспечивается активностью человека. В отличие от реактивности, когда действие обусловливается предшествующей ситуацией (на оклик человек оборачивается, брошенный в игре мяч отбивает, на грубое слово обижается и т. д.), активность порождает действие в силу специфики внутренних состояний субъекта, обнаруживающихся в момент самого действия (человек, нуждающийся в получении необходимой информации, окликает товарища, испытывая состояние раздражения, позволяет себе грубить окружающим и т. д.).

Сладй 24 В отличие от полевого поведения, отличающегося непреднамеренностью, активность характеризуется произвольностью, т. е. обусловленностью действия сознательно поставленной целью. Активность может и не быть вызвана требованиями сиюминутной ситуации, стремлением приспособиться к ней, действовать в границах заданного, она характеризуется надситуативностью, т. е. выходом за пределы исходных целей, способностью человека подниматься над уровнем требований ситуации, ставить цели, избыточные по отношению к исходной задаче (таков «риск ради риска», творческий порыв и т. д.).

Вопросы для самоконтроля:

Что мы имеем в виду под понятием «личность»?

Что такое самооценка, от чего она зависит?

Какие компоненты можно выделить в образе «Я»?

Что понимается под притязаниями личности?

С помощью чего осуществляется регуляция поведения?

# Информационное обеспечение обучения

**Основные источники:**

1) Андреева Г. М. «Социальная психология». - М. : Аспект – пресс, 2009.

2) Андреенко Е. В. «Социальная психология» - М.: Академия, 2009. 3) Соснин В. А., Красникова Е. А. Социальная психология. Учебник для ССУЗов (изд:2). – М., 2009.

4) Морозов А.В. Деловая психология. СПб.: Издательство «Союз», 2000

5) Шеламова Г.М. Основы культуры профессионального общения. М.: Издательский центр «Академия», 2012

**Дополнительные источники:**

1) Анцупов А.Я., Шипилов А.И. Конфликтология. – М.: 2007.

3) Бороздина Г.В. Психология делового общения. –М.: 2006..

4) Гришина Н.В. Психология конфликта. – СПб.: 2008

5) Майерс Д. Социальная психология. – СПб.: 2007.

6) Панфилова А.П. Деловая коммуникация и профессиональной деятельности. Учебное пособие. – СПб.: 2005.

9) Шеламова Г.М. Деловая культура и психология общения. М.: Издательский центр «Академия», 2012

Интернет-источники: 1) Портал психологии - "Psychology.ru": [Электронный ресурс] - Режим доступа: http://www.psychology.ru

2) PSYLIB: Психологическая библиотека "Самопознание и саморазвитие": [Электронный ресурс] - Режим доступа: http://psylib.kiev.ua/