**Тема 1: Социализация личности**

**Личность** – это совокупность социально значимых качеств человека;

совокупностьсоциальных и духовных свойств человека, зависящих от его включения в общественную жизнь и культуру посредством его деятельности и общения.

Личность формируется на биологической основе, благодаря освоению человеком социального и культурного опыта. Но биологическая природа человека сама по себе не может создать личность, так как ни культура, ни социальный опыт не передаются биологическим (генетическим) путём. Поэтому для превращения человека как биологического существа в социального индивида и личность необходим процесс, который обозначается понятиями «социализация» и «социальная адаптация».



**Социализация** – это усвоение индивидом социальных и культурных норм, а также освоение им различных социальных ролей.

Обществу не безразлично, какой личностью станет индивид в результате социализации. От этого зависит его отношение к другим людям, способ решения конфликтов, готовность гармонично сочетать личные и общественные интересы.

Поэтому мы также можем с вами говорить о том, что **социализация** – это приучение человека к жизни в обществе, превращение его в полноценного члена общества.

Процесс социализации протекает всю жизнь – с самого рождения человека и до старости. В ходе социализации человек осваивает множество социальных норм и социальных ролей, учится взаимодействовать с другими, в этом процессе формируется его «Я». Человек становится социальным существом.

Расширение и углубление социализации происходит в сфере деятельности, сфере общения и сфере самосознания.

**В сфере деятельности** происходит расширение видов социализации, ориентировка в системе каждого вида деятельности, выделение главного в ней, её осмысления.

**В сфере общения** происходит расширение круга общения, углубление его содержания, развитие навыков общения.

**В сфере самосознания**происходит формирование образа собственного «Я» как активного субъекта деятельности, осмысление своей социальной принадлежности, социальной роли и другое.

Первичная социализация охватывает детство и юность, то есть период от рождения до формирования зрелой личности.

В процессе первичной социализации происходит приобретение общекультурных знаний, освоение начальных представлений о мире и характере взаимоотношений людей.

Агентами первичной социализации являются ближайшее социальное окружение человека: семья, родственники, друзья (все те, кто связаны с индивидом личными отношениями).



Для социализации в детском возрасте наиболее важны малые первичные группы. В них человек осваивает различные социальные роли. В них происходит формирование «Я» человека. Каждый человек формирует своё «Я», основываясь на реакциях других людей, с которыми он вступает в контакт, смотрясь в них, как в зеркало.

Большую роль в социализации индивида играют так называемые **значимые другие.**

**Значимый другой** – это общий термин для обозначения человека, который имеет важное значение. Его оценки и одобрение для жизни индивида очень важны, поскольку он их не только принимает, но и добивается.

Такие личности оказывают наибольшее влияние на формирование собственного «Я» при социализации. В качестве «значимых других» могут выступать родители, учителя, тренер спортивной команды, сверстники, более взрослые участники игр ребёнка, то есть все те люди, у которых ребёнок стремится перенять их роли и подражать им.

·        **имитация** – когда дети копируют поведение взрослых, не понимая его мотивов. Мама или папа убирают в квартире, а дети им «помогают», используя свой игрушечный пылесос или любой предмет, хотя бы отдалённо напоминающий то, чем пользуются в данный момент взрослые;

·        **игровая стадия** – дети копируют не просто отдельные действия, а социальные роли. Играя в дочки-матери, они говорят со своими куклами ласково или сердито, ставят их в угол. Воспроизводят модель отношений между родителями, принятую в их семьях. При этом они не только опробуют разные способы воздействия на других людей, но и учатся воспринимать впечатление о себе. Особенно когда меняются ролями;

·        **коллективная игра** – здесь уже речь идёт не о понимании одного партнёра, а об осознании интересов и ожиданий группы. Как при игре в футбол: есть какие-то общие правила, есть игровая стратегия команды. Человек учится оценивать своё поведение не только с собственной точки зрения и точки зрения другого индивида. Он сравнивает то, что делает, с существующими стандартами, общественными правилами, законами, нормами. Личность идентифицирует себя с социальным окружением. То есть относит себя к определённой социальной общности.

С понятием социализации неразрывно связано и понятие **социальной адаптации –**это процесс приспособления человека к меняющейся социальной среде с помощью различных социальных средств.

Показателями адаптации могут быть: успешное выполнение индивидом своих социальных ролей, его высокий социальный статус, общая психологическая удовлетворённость социальной средой и многое другое.

Как мы с вами видим, социализация –это сложный, жизненно важный процесс. От него во многом зависит, как индивид сумеет реализовать свои задатки, способности, состояться как личность.

***Задание к теме1: ответьте письменно на следующие вопросы:***

1.     Что такое личность?

2.     Что такое социализация?

3.     Что такое социальная адаптация? (Выполнить до 09.11.21)

**Тема 2: Самосознание и социальное поведение.**

1. Самосознание это:

       осознание человеком своих действий, чувств, мыслей, мотивов поведения, интересов, своего положения в обществе.

       осознание человеком себя как личности, способной принимать решения и нести за них ответственность.

2. Самопознание – изучение личностью собственных психических и физических особенностей.  
3. Виды самопознания: опосредованное (через самоанализ), непосредственное (самонаблюдение, в т.ч. через дневники, анкеты и тесты), самоисповедь (полный внутренний отчет перед самим собой), рефлексия (размышления о происходящем в сознании), познание себя путем познания других, в процессе общения, игры, труда, познавательной деятельности.

Человек занимается самопознанием всю свою сознательную жизнь, но не всегда отдает себе отчет в том, что он осуществляет этот вид деятельности. Самопознание начинается в младенчестве и заканчивается смертью человека. Оно формируется постепенно по мере отражения как внешнего мира, так и познания самого себя. Познание себя путем познания других. Ребенок вначале не выделяет себя из окружающего мира. Но в возрасте 3-8 месяцев он постепенно начинает различать себя, свои органы и тело в целом среди окружающих его предметов. Этот процесс называется самоузнавание. С этого и начинается самопознание. Взрослый является основным источником знаний ребенка о самом себе – он дает ему имя, приучает откликаться на него и т.д. Известные слова ребенка: «Я сам…» означают его переход к важному этапу познания себя – человек учится словами обозначать признаки своего «Я», характеризовать себя. Познание свойств собственной личности протекает в процессе деятельности и общения. В общении люди познают и оценивают друг друга. Эти оценки сказываются на самооценке личности.

4. Самооценка – эмоциональное отношение к собственному образу (всегда субъективна). Самооценка может быть реалистической (у людей, ориентированных на успех), нереалистической (завышенной или заниженной у людей, ориентированных на избегание неудач).

5. Факторы, влияющие на самооценку:

       сопоставление реального «Я» с идеалом,

       оценка других людей и сравнение себя с ними,

       отношение личности к собственным успехам и неудачам.

6. Образ «Я» («Я»-концепция) – относительно устойчивое, в большей или меньшей степени осознанное или зафиксированное в словесной форме представление человека о самом себе. Самопознание тесным образом связано с таким явлением, как рефлексия, отражающим процесс размышления индивида о происходящем в его сознании. Рефлексия включает не только собственный взгляд человека на себя, но и учитывает то, каким видят его окружающие, особенно значимые для него отдельные личности и группы.

7. Поведение – совокупность поступков человека, совершаемых им в относительно продолжительный период в постоянных или изменяющихся условиях. Если деятельность состоит из действий, то поведение – из поступков.

8. Поступок – действие, рассматриваемое с точки зрения единства мотива и последствий, намерений и дел, целей и средств.     Для обозначения поведения человека в обществе используется понятие социальное поведение.

9. Социальное поведение – поведение человека в обществе, рассчитанное на оказание определенного влияния на окружающих людей и общество в целом.  
10. Виды социального поведения:

       массовое (активность масс, не имеющая определенной цели и организованности) – групповое (совместные действия людей);

       просоциальное (мотивом деятельности будет является добро) – асоциальное;

       помогающее – конкурентное;

       девиантное (отклоняющееся) – противоправное.

11. Значимые виды социального поведения:

       связанные с проявлением добра и зла, дружбы и вражды;

       связанные со стремлением добиваться успеха и власти;

       связанные с уверенностью и неуверенностью в себе.

12. Нравы – типичные, повторяемые множеством людей реакции на определенные события; преобразуются по мере сознания людей. Основаны на привычках. Обычаи – форма поведения человека в определенной ситуации; обычаям следуют неуклонно, не задумываясь об их происхождении и почему они существуют. Социальная ответственность выражается в склонности человека вести себя в соответствии с интересами других людей.

13. Отклоняющееся (девиантное) поведение – поведение, противоречащее принятым в данном обществе правовым, нравственным, социальным и другим нормам и рассматриваемое большей частью членов общества как предосудительное и недопустимое. Основными видами отклоняющегося поведения являются: преступность, наркомания, проституция, алкоголизм.

14. Делинквентное поведение (от лат. delictum — проступок, англ. — delinquency — правонарушение, провинность) — антиобщественное противоправное поведение индивида, воплощённое в его поступках (действиях или бездействии), наносящих вред как отдельным гражданам, так и обществу в целом. Девиантное поведение может иметь коллективный и индивидуальный характер. Причем индивидуальная девиация в ряде случаев трансформируется в коллективную. Распространение последней обычно связано с влиянием криминальной субкультуры, носителями которой являются деклассированные элементы общества.

Типы девиантного поведения:

       Инновация (принятие целей, отрицание законных способов их достижений)

       Ритуализм (отрицание принятых целей при согласии со средствами)

       Ретритизм (отвергает и цели и способы)

       Бунт\Мятеж (не только отвержение, но и попытка замены своими ценностями).

Всякое девиантное поведение является отклоняющимся поведением, но не всякое отклоняющееся поведение можно отнести к делинквентному поведению. Признание отклоняющегося поведения делинквентным всегда связано с действиями государства в лице его органов, уполномоченных на принятие правовых норм, закрепляющих в законодательстве то или иное деяние в качестве правонарушения.

***Задание к теме2: Изучите материал лекции и пройдите тест на выявление уровня самооценки, прочитайте советы, как поднять самооценку.***  (Выполнить до 09.11.21)

**Тест на выявление уровня самооценки.**

1. Как часто вас терзают мысли, что вам не следовало

говорить или делать что-то?

а) очень часто — 1 балл;

б) иногда — 3 балла.

2. Если вы общаетесь с блестящим и остроумным человеком, вы:

а) постараетесь победить его в остроумии — 5 баллов;

б) не будете ввязываться в соревнование, а отдадите ему должное и выйдете из разговора — 1 балл.

3. Выберите одно из мнений, наиболее вам близкое:

а) то, что многим кажется везением, на самом деле, результат упорного труда — 5 баллов;

б) успехи зачастую зависят от счастливого стечения обстоятельств — 1 балл;

в) в сложной ситуации главное — не упорство или везение, а человек, который сможет одобрить или утешить — 3 балла.

4. Вам показали шарж или пародию на вас. Вы:

а) рассмеетесь и обрадуетесь тому, что в вас есть что-то

оригинальное — 3 балла;

б) тоже попытаетесь найти что-то смешное в вашем партнере и высмеять его — 4 балла;

в) обидитесь, но не подадите вида — 1 балл.

5. Вы всегда спешите, вам не хватает времени или вы беретесь за выполнение заданий, превышающих возможности одного человека?

а) да — 1 балл;

б) нет — 5 баллов;

в) не знаю — 3 балла.

6. Вы выбираете духи в подарок подруге. Купите:

а) духи, которые нравятся вам — 5 баллов;

б) духи, которым, как вы думаете, будет рада подруга,

хотя вам лично они не нравятся — 3 балла;

в) духи, которые рекламировали в недавней телепередаче.

7. Вы любите представлять себе различные ситуации, в

которых вы ведете себя совершенно иначе, чем в жизни?

а) да — 1 балл;

б) нет — 5 баллов;

в) не знаю — 3 балла.

8. Задевает ли вас, когда ваши знакомые и друзья добиваются большего успеха, чем вы?

а) да — 1 балл;

б) нет — 5 баллов;

в) иногда — 3 балла.

9. Доставляет ли вам удовольствие возражать кому-либо?

а) да — 5 баллов;

б) нет — 1 балл;

в) не знаю — 3 балла.

10. Закройте глаза и попытайтесь представить себе 3 цвета:

а) голубой — 1 балл;

б) желтый — 3 балла;

в) красный — 5 баллов.

**Подсчет баллов**

**50—38 баллов**. Вы довольны собой и уверены в себе. У вас большая потребность доминировать над людьми, любите подчеркивать свое «я», выделять свое мнение. Вам безразлично то, что о вас говорят, но сами вы имеете склонность критиковать других. Чем больше у вас баллов, тем больше вам подходит определение: «Вы любите себя, но не любите других». Но у вас есть один недостаток: слишком серьезно к себе относитесь, не принимаете никакой критической информации. И даже если результаты теста вам не понравятся, скорее всего, вы «защититесь» утверждением «все врут календари». А жаль...

**37—24 балла**. Вы живете в согласии с собой, знаете себя и можете себе доверять. Обладаете ценным умением находить выход из трудных ситуаций как личного характера, так и во взаимоотношениях с людьми. Формулу вашего отношения к себе и окружающим можно выразить словами: «Доволен собой, доволен другими». У вас нормальная здоровая самооценка, вы умеете быть для себя поддержкой и источником силы и, что самое главное, не за счет других.

**23—10 баллов**. Очевидно, вы недовольны собой, вас мучают сомнения и неудовлетворенность своим интеллектом, способностями, достижениями, своей внешностью, возрастом, полом... Остановитесь! Кто сказал, что любить себя плохо? Кто внушил вам, что думающий человек должен быть постоянно собой недоволен? Разумеется, никто не требует от вас самодовольства, но вы должны принимать себя, уважать себя, поддерживать в себе этот огонек.

Проанализируйте устно уровни самооценки. Итак, высокая самооценка: какие у нее сильные и слабые стороны?

Как будет складываться у человека с высокой самооценкой отношения в семье, на работе, с друзьями?

Низкая самооценка: какие у нее сильные и слабые стороны?

Как будут складываться у человека с низкой самооценкой отношения в семье, на работе, с друзьями?

**Как поднять самооценку: 7 советов**

 1. Осознайте, что высокая самооценка и уверенность в себе – это жизненное преимущество. Нет ничего высокоморального в застарелых странностях и застенчивости. Вы должны понять и глубоко принять эти слова – они сами по себе добавят вам уверенности, повысят самооценку. Наше сознание работает на нас!

2. Совет от Бодо Шефера: ведите дневник успеха! Каждый день записывайте хотя бы 5 вещей, которые удались вам «на отлично». Заносите в него даже незначительные успехи каждый день. Повторение – мать учения, таким образом вы убедите свое подсознание, что вы – ого-го!) И самооценка пойдет вверх.

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.

(Кстати. Еще один очень полезный «навык» в мышлении успешного человека заключается в том, что его занятия служат сразу многим целям. 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, не только в саморазвитии и области психики. В бизнесе, например.)

4. Никогда не оправдывайтесь, особенно – перед собой. Скажите просто: ну да, может, тут и есть моя вина, ну что теперь, все ошибаются, и я, в том числе, главное не повторять свои ошибки.

5. Не откладывайте дела!!! Задумали что-то – приступайте к делу сразу. Потом уйдет энтузиазм, пропадет уверенность – и что в итоге? Разочарование от очередной мертворожденной идеи и растраченного впустую времени на бесплодное мечтание. Задумал – сделал. Задумал – сделал.

6. 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 всё.

7. Не заставляйте себя быть идеальным во всем. Что-то можно сделать не на отлично. Расслабьтесь!

***Успешного подъема и адекватной самооценки!***