

«САМОРЕАЛИЗАЦИЯ» МОЛОДЕЖИ В ИНТЕРНЕТ-ПРОСТРАНСТВЕ

Миненкова Н.И., Кузьмина В.М.

Курский институт социального образования (филиал) РГСУ

Рассматривается общение в социальных сетях как способ повышения самооценки молодежи.

Ключевые слова: самооценка, уровень притязаний, социальные сети

«SELF-REALIZATION» OF YOUTH IN CYBERSPACE

Minenkova NI., V. Kuzmin

Kursk Institute of Social Education (branch) RSSU

Is communicating in social networks as a way to improve the self-esteem of young people.

Key words: self esteem, the level of claims, social networks

К проблеме самооценки и уровню притязаний обращались многие отечественные психологи. Самооценка - ценность, значимость которой индивид наделяет себя в целом и отдельные стороны своей личности, деятельности, поведения. Самооценка выступает как относительно устойчивое структурное образование, компонент самопознания и как процесс самооценивания.

Анализу самооценки как компоненту самосознания и личностному образованию посвящены труды таких известных ученых как Б.Г.Ананьева, Р.Бернса, Л.И.Божович, Л.В.Бороздиной, У.Джеймса, И.С.Кона, Р.Мейли, С.Р.Пантелеева, А.Г.Спиркина, Л.Р.Чаматы, И.И.Чесноковой. Несмотря на достаточную обращенность исследователей к изучению данного вопроса, нет единого общепринятого определения самооценки. Так И.С.Кон отождествляет самооценку с «образом-Я», Р.Бернс - с эмоционально-ценностным отношением к себе, С.Р.Пантелеев с глобальным самоотношением. Л.В.Бороздина выводит самооценку в качестве отдельного элемента самосознания, имеющего автономный характер. Изучением особенностей самооценки и способов ее формирования у студентов занимались А.В.Захарова, Н.В.Кузьмина, В.Ф.Сафин. Исследователи отмечают, что процесс формирования самооценки во многом способствует восприятию себя как активного субъекта деятельности, начиная с первых дней обучения в вузе. От уровня сформированности самооценки напрямую зависит степень продуктивности и самоэффективности, что нашло свое подтверждение в работах Р.Бернса, Л.В.Бороздиной, А.И.Липкиной, Е.А.Серебряковой. Изучению вопросов формирования самооценки в процессе включения субъекта в профессиональную деятельность посвящены работы С.Х. Асадулина, И.С. Кона, Н.В. Кузьминой, А.М. Матюшкина, А.А. Реана, И.И. Чесноковой [1, с.91-96].

Самооценка в большой мере влияет на степень успешности осуществляемой деятельности». Исследования, проводившиеся А.И. Липкиной под руководством Н.А. Менчинской, показали, что неадекватная самооценка (как завышенная, так и заниженная) отрицательно сказывается на процессе, а также и на результате учебной деятельности. Возможно повышение самооценки школьника, когда она была занижена в результате длительных учебных неудач путем целенаправленного изменения с помощью педагога «социальной позиции» ученика в коллективе класса[2, с.410].

От самооценки зависят взаимоотношения человека с окружающими, его критичность, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам. Самооценка тесно связана с уровнем притязаний человека, т. е. степенью трудности целей, которые он ставит перед собой. Расхождение между притязаниями и реальными возможностями человека ведет к тому, что он начинает неправильно себя оценивать, вследствие чего его поведение становится неадекватным (возникают эмоциональные срывы,

повышенная тревожность и др.). Самооценка получает объективное выражение в том, как человек оценивает возможности и результаты деятельности других (например, принижает их при завышенной самооценке).

Поведение людей с высокой самооценкой противоположно хорошо известной психотерапевтам картине поведения людей, испытывающих депрессивное состояние. Для последних характерна пассивность, неуверенность в себе, в правильности своих наблюдений и суждений, они не находят в себе сил, чтобы влиять на других людей, противостоять им, не могут с лёгкостью и без внутренних колебаний выразить своё мнение.

Абсолютное большинство авторов считает высокую самооценку и связанные с ней уверенность в своих силах и высокий уровень притязаний важными положительными факторами успешного обучения студентов. Неуверенный в своих силах студент часто просто не берется за решение трудных задач, заранее признает свое поражение. Похвала за легкий успех приводит часто к формированию самоуверенности, боязни неудачи и избеганию трудностей, к привычке браться только за легко решаемые задачи. Акцент на ценности усилий, а не конкретного результата приводит к формированию установки на овладение мастерством [4, с.22].

Люди с высокой самооценкой не огорчаются, когда их критикуют, и не опасаются быть отвергнутыми. Они скорее готовы поблагодарить за «конструктивный совет». Получив отказ, они не воспринимают его как унижение своей персоны. Причины его они рассматривают иначе: следовало приложить больше усилий, не идти на пролом; просьба была чрезмерна или, наоборот, незначительна; время и место были выбраны неудачно; человек, давший отказ, сам страдает от каких-то проблем и потому нуждается в понимании. В любом случае причины отказа – не в них, а вне их; эти причины следует проанализировать, чтобы перегруппировать свои силы и предпринять новое наступление более надёжными средствами. Таким людям легко быть оптимистами: они чаще добиваются своего, чем проигрывают. Человек с низкой самооценкой, напротив, выглядит потеряннным. Он (она), как правило, более пассивен, внушаем и менее популярен. Такие люди чрезмерно чувствительны к критике, считая её подтверждением своей неполноценности. Они с трудом воспринимают и комплименты... Исследователи отмечают в целом более высокую невротичность людей с низкой самооценкой по сравнению с теми, у кого самооценка высока. Одарённые люди могут выступать сами для себя злейшими врагами, если их самооценка занижена. Если человек застенчив, как правило, он страдает низкой самооценкой - пишет Ф.Зимбардо, - там, где самооценка высока, нет и речи о застенчивости»[3, с.87].

Самым простым способом для повышения самооценки для молодежи и не только видится общение в социальных сетях. Наиболее популярные социальные сети, которые ежедневно привлекают новых участников – это [vkontakte.ru](https://vk.com), odnoklassniki.ru, [Facebook.com](https://facebook.com) и [Myspace.com](https://myspace.com). Постоянные пользователи этих социальных сетей имеют разный социальный статус, возраст, семейное и материальное положение, разные вкусы и пристрастия. А объединяет всех их нечто общее - непреодолимое желание общаться. И хотя, общение через социальные сети позволяет беспрепятственно общаться миллионам людей, необходимо помнить об опасностях, которые таит в себе виртуальное общение. Поэтому, поговорим о положительных и негативных сторонах такого общения.

Какую пользу приносит общение через социальные сети?

1. С помощью социальных сетей, любой человек может отыскать старых друзей или завести новых.

2. В социальной сети можно восполнить дефицит общения, там, можно поделиться проблемой, найти поддержку и понимание, получить готовое решение или совет.

3. Социальные сети расширяют наши возможности в получении информации. Люди больше не находятся в информационном вакууме, и в любой момент можно узнать, кто и что думает по тому или иному вопросу.

4. Попадая в виртуальный мир, человек как бы выпадает из суровой реальности жизни, что помогает сломать устоявшиеся шаблоны поведения и стереотипы, преодолеть застарелые страхи.

5. В социальной сети можно лучше узнать себя, взглянуть на свою жизнь и на себя с другой стороны, повысить самооценку и реализоваться.

Какой вред приносит общение через социальные сети?

1. По увлекательности, работа, по сравнению с общением в социальных сетях явно проигрывает. Картина складывается печальная: активные пользователи из всех сил стремятся попадать в любимую сеть ежедневно, регулярно и неизменно, что, разумеется, негативно сказывается на работе. Как показывает статистика, сотрудники фирм и офисов тратят на общение в социальных сетях почти две трети всего рабочего дня. А из-за недоработки своих подчиненных, работодатели терпят огромные убытки. Зная это, некоторые руководители фирм предпринимают меры, ограничивая доступ в Интернет или если это невозможно, только на какие-то конкретные ресурсы, как, например, социальные сети. Но, к сожалению, это не всегда помогает, так как работники все равно находят способы, как добраться до вожделенной игрушки.

2. Социальные сети «разглашают» личную информацию. Те, кто уже регистрировался в социальной сети «ВКонтакте», скорее всего, без особого беспокойства и сомнений оставляли свои личные данные администрации данного ресурса, хотя эти данные, собственно говоря, никому не нужно разглашать. В социальных сетях, свободно выкладывается вся информация о личной жизни, начиная от рождения детей, и заканчивая семейными фотографиями, которой могут воспользоваться злоумышленники или просто нечестные люди. Кроме того, такое разглашение напоминает шоу «За стеклом», так как вся ваша жизнь выставляется на всеобщее обозрение любопытных.

3. Социальные сети негативно сказываются на отношениях в семье. Именно поэтому, против общения в социальных сетях выступают медики. Им, как никому другому, понятны все тонкости нашей психологии и возникновения зависимости от различных сетей. Такая зависимость, особенно угрожает тем, у кого возникли какие-то неприятности на работе или в жизни. Постепенно, реальное общение сменяется «посиделками» до глубокой ночи, а потом приводит к круглосуточному «дежурству» у монитора. Социальные сети - это сильный наркотик для неустойчивой психики.

Таким образом, самооценка является важным фактором, поскольку отражает уверенность человека в своих профессиональных и личных силах, его самоуважение и адекватность происходящему. Оптимальна - высокая самооценка, уважение к себе при трезвой (реалистичной) оценке своих возможностей и способностей. Заниженная самооценка приводит к «выученной беспомощности» - человек заранее опускает руки перед трудностями и проблемами, так как всё равно ни на что не способен. Завышенная самооценка чревата чрезмерными претензиями на внимание к своей персоне и опрометчивыми решениями. Но в реалиях современной действительности лучше повышать самооценку делами, поступками, а не выдумыванием своего «статуса», места в социальных сетях.

ЛИТЕРАТУРА

1. Корнеева Л.Н. Самооценка как механизм саморегуляции учебной деятельности // Вестник ЛГУ. 2007. Вып. 4. С.91-96.
2. Петровский А.В. Введение в психологию. -М., 2005. - 400с.
3. Соколова Е.Т., Столинн В.В. Самосознание и самооценка при аномалиях личности. -М., 2009. - 210с.
4. Шафажинская Н.Е. Личностная и учебная самооценка студента педвуза. - М., 2009.-180с.