



Самооценка- одна из самых интереснейший тем исследования в психологии. Она была изучена исследователями в отношении многих различных переменных, таких как насилие, злоупотребление наркотиками, издевательства, отношения и академические достижения. В целом, самооценка относится к тому, как человек чувствует себя или как человек оценивает о себе. Эта оценка играет важную роль, поскольку она влияет на отношение и поведение человека. Кроме того, существует много различий в характеристике низкой и высокой самооценки людей. Люди с низкой самооценкой склонны недооценивать себя и чувствовать себя незаслуженно успешными, но они отсутствуют у людей с высокой самооценкой. На самом деле, высокая самооценка заставляет человека позитивно оценивать себя и чувствовать себя хорошо с его сильными сторонами. Поэтому высокая самооценка мотивирует человека внутренне усердно работать, чтобы добиться успешного опыта на протяжении всей жизни. Изучение психологами самооценки личности показало, что она выполняет три функции:

- Регуляторные, ключевые задачи личного выбора.
- Защитная, обеспечивающая относительную устойчивость, а также независимость человека.
- Развиваясь, действуя как стимул для личностного развития.

Психологи советуют всем заглянуть в себя, ведь внутри находятся решения многих актуальных проблем. Перерыв в себе, человек способен избавиться от мусора там, как это бывает во время уборки квартиры в новогоднюю ночь. В то же время, полезные, необходимые вещи расположены ближе, и то, что не нужно, скрыто.

Слишком низкая или высокая самооценка нарушают самоуправление, нарушают самоконтроль. Такое поведение заметно в общении, когда причиной конфликта являются люди с низкой и высокой самооценкой.

Уровень притязаний- в целом это природа, свойственная любому человеку, и вне зависимости от специфики, проявляющейся в разных родах деятельности.

Вероятно, что люди с оптимистичным взглядом на жизнь быстрее достигают свои цели, даже если эта задача требует максимальных усилий. Такие люди отличаются стойкостью, настойчивостью и верой в свои способности. Люди, которые всегда сомневаются в своем мастерстве, постоянно стыдятся неудачи и недооценивают

собственные возможности, привлекая неудачи и неприятности.