



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ

КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Формирование адекватной самооценки младших школьников

**Выпускная квалификационная работа по направлению
44.03.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность программы бакалавриата
«Психология и педагогика инклюзивного образования»
Форма обучения заочная**

Проверка на объем заимствований:

51,95 % авторского текста
Работа рекоменд. к защите
рекомендована/не рекомендована

«15» 06 2021 г.
зав. кафедрой ТиПП
О.А. Кондратьева О. А.

Выполнила:

Студентка группы ЗФ 510-098-5-1
Иргалина Айсылу Жамилевна

Научный руководитель:

канд. пед. наук, доцент
Капитанец Елена Германовна

Челябинск
2021 г.

Содержание

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ	
1.1 Понятие, вида самооценки и их характеристики.....	8
1.2 Особенности формирования самооценки младших школьников	15
1.3 Модель формирования адекватной самооценки младших школьников.....	19
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ	
2.1 Этапы, методы исследования.....	27
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования....	31
ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ	
3.1 Программа формирования адекватной самооценки младших школьников.....	38
3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования	46
3.3 Рекомендации по формированию адекватной самооценки младших школьников.....	51
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	58
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	60
ПРИЛОЖЕНИЕ 1. Методики диагностики самооценки младших школьников.....	69
ПРИЛОЖЕНИЕ 2. Результаты исследования самооценки младших школьников.....	76

ПРИЛОЖЕНИЕ 3. Программа формирования адекватной самооценки младших школьников 81

ПРИЛОЖЕНИЕ 4. Результаты опытно-экспериментального исследования формирования адекватной самооценки младших школьников 86

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. На сегодняшний день в системе развития образования происходят значительные изменения, касающиеся образования и воспитания личности ребенка.

Федеральный государственный образовательный стандарт начального образования в качестве одного из приоритетных направлений определяет развитие способности ребёнка соотносить свои поступки с общепринятыми этическими и моральными нормами, способности оценивать свои поступки и поведение, проявлять самостоятельность и инициативность в жизнедеятельности.

В качестве наиболее сенситивного периода формирования самооценки ребёнка выступает младший школьный возраст. Именно в этот период активно развивается самосознание ребенка, осознание им собственных мотивов действий и поведения, а также потребностей. Поэтому формирования самооценки у детей младшего школьного возраста выступает одной из ведущих воспитательно-образовательных задач.

Следует отметить, что в каждом возрастном периоде на формирование самооценки преимущественно влияет та деятельность, которая в этом возрасте является ведущей.

В младшем школьном возрасте учебная деятельность является ведущим видом деятельности. Именно от того, как это происходит, зависит формирование у ребёнка самооценки, оно напрямую связано с его успеваемостью, успехами в учебе. Игры, занятия, общение постоянно привлекают его внимание к себе, ставят в ситуацию, когда он должен как-то относиться к себе – оценивать свои способности что-то делать, подчиняться определенным требованиям и правилам, проявлять определенные качества личности.

Данные положения предполагают становление ученика в роли субъекта учебной деятельности, что невозможно без развития у него

объективной и содержательной самооценки, которая является частью фундамента для дальнейшего самопознания и самообразования.

В связи с этим, огромную роль в формировании самооценки у учащихся начальной школы играют родители и педагоги. Именно взрослые закладывают и развивают основы формирующейся объективной самооценки у ребёнка.

Вопросам самооценки посвящено достаточно много исследований. Теоретические и практические аспекты изучения темы отражены в трудах как отечественных, так и зарубежных авторов (Б. Г. Ананьев, Л. И. Божович, Л. С. Выготский, В. И. Долгова, А. В. Захарова, А. И. Липкина, В. С. Мухина, К. О. Роджерс, Л. И. Чернышева, Д. Б. Эльконин, и др.).

Так, например, Л. С. Выготский считал, что именно в семилетнем возрасте начинает складываться, оформляться самооценка. Именно в период младшего школьного возраста самооценка получает свое развитие за счет учебной деятельности, новой позиции – позиции ученика, нового психического образования – рефлексии, которым ребенок только начинает овладевать. Именно в этот период ребенок впитывает, накапливает знания о других и о самом себе. По мнению А. И. Липкиной у младших школьников обнаруживаются все виды самооценки (адекватная устойчивая, завышенная устойчивая, неустойчивая в сторону неадекватного завышения или занижения), которые имеют свою специфику.

Таким образом, актуальность темы исследования определяется противоречием между возросшей в системе образования необходимостью формирования у учащихся начальной школы объективной самооценки, оказывающей влияние на дальнейшую жизнедеятельность человека, и требующимися практическими рекомендациями педагогу, оказывающему значительное влияние на формирование самооценки ребенка в процессе обучения.

Из указанного противоречия определилась цель, объект, предмет, гипотеза нашего исследования.

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность реализации психолого-педагогической программы формирования адекватной самооценки младших школьников.

Объект исследования: самооценка младших школьников.

Предмет исследования: формирование адекватной самооценки младших школьников.

Гипотеза исследования: формирование адекватной самооценки младших школьников возможно при реализации программы формирования адекватной самооценки младших школьников, включающей комплекс игр и упражнений.

Представленная цель достигается за счёт реализации следующих задач:

1. Рассмотреть понятие, виды самооценки и их характеристики.
2. Выявить особенности формирования самооценки детей младшего школьного возраста.
3. Обосновать модель формирования адекватной самооценки младших школьников.
4. Определить этапы, методы и методики исследования.
5. Дать характеристику выборки и проанализировать результаты исследования.
6. Разработать и реализовать программу формирования адекватной самооценки младших школьников.
7. Провести анализ результатов опытно-экспериментального исследования.
8. Разработать рекомендации по формированию адекватной самооценки младших школьников.

Методы исследования:

1. Теоретические: теоретико-методологический анализ

литературных источников по обозначенной проблеме, синтез, обобщение, целеполагание, моделирование.

2. Эмпирические: констатирующий и формирующий исследование, тестирование по методикам: методика В. Г. Щур «Лесенка», методика Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан «Изучение самооценки», методика «Какой Я?» (модификация методики О. С. Богдановой).

3. Математико-статистические: Т-критерий Вилкоксона.

База исследования: Муниципальное бюджетное образовательное учреждение Башкирская гимназия села Учалы.

Структура работы: работа состоит из введения, трех глав, заключения и списка использованных источников.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

1.1 Понятие, виды самооценки и их характеристики

В рамках самопознания у каждого человека формируется определенное эмоциональное отношение к себе, которое проявляется в самооценке. Самооценка – формирующий компонент системы «Я-концепция».

Самооценка – это компонент самосознания, который включает, помимо самопознания, оценку человеком себя, своих способностей, навыков, моральных качеств и места среди других людей. Объектом самооценки может быть любое проявление психической сферы человека (процессы, состояния, свойства), его поступки и действия [1, с.811].

По мнению Л. Столяренко, самооценка во многом определяет социальную адаптацию личности, является регулятором поведения и действия. Само формирование самооценки происходит в процессе действия и межличностного взаимодействия. Сравнивая мнения окружающих, человек учится сначала оценивать других, а затем и себя. Образовавшаяся у человека самооценка имеет возможность быть адекватной (человек объективно оценивает себя) либо неадекватно завышенной или неадекватно заниженной. А это в свою очередь, станет воздействовать на уровень притязаний личности, который характеризует степень трудности тех целей, к которым стремится человек и достижение которых представляется ему привлекательным и возможным [65, с.703].

В своих работах И. С. Кон уделял много внимания самосознанию и самооценке. Что касается изменений в младшем школьном возрасте, ученый обнаружил, что перестройка самосознания в сочетании с открытием собственного внутреннего мира, появлением новых контекстов и перспектив, с которых индивид воспринимает себя, оказывает

значительное влияние на самооценку. Это также связано с переходом осознания от внешнего контроля к самоконтролю и возросшей потребностью в достижении конкретных результатов [39, с.367].

Б. С. Братусь считал, что образование личности не может характеризоваться независимым становлением любого из её аспектов: рационального, волевого или эмоционального. Личность – это реально наивысшая интегративная система, некая нерасторжимая целостность. Можно предположить, что существуют несколько последовательно возникающих новообразований, характеризующих срединные стадии их онтогенетического развития [12, с.480].

Учёные, занимающиеся изучением личности, признают возникновение у неё «ядра», которое обозначается ими то терминам «Я-система», то «система-Я», то просто «Я». Эти концепции мы используем в качестве объяснения, при рассматривании поведение человека. Впрочем, психологическое содержание и структура этого «ядра» не раскрыты, не говоря уже о закономерностях его становления в онтогенезе. По всей видимости, это значит, что любой человек каким-то образом осознает, о чем идет речь, на основе эмпирически осмысленного опыта собственного «Я» [40, с.23].

По мнению И. С. Кона, самооценка также служит мерой психологической защиты. Стремление к положительной самооценке часто заставляет человека преувеличивать свои сильные стороны и преуменьшать свои слабости. В целом адекватность самооценок увеличивается с возрастом: самооценки взрослых более реалистичны и объективны по большинству показателей, чем самооценки подростков, а самооценки подростков больше, чем самооценки детей, что отражается в их прекрасном жизненном опыте, умственное развитие и стабилизация уровня притязаний [39, с.367].

В психолого-педагогической литературе термин «самооценка» достаточно широко трактуется и зачастую имеет соотношение с

категорией «самосознание».

Рассмотрим некоторые трактовки понятия самооценка.

Самооценка – это «отношение к себе», которое наряду с «познанием себя» входит в самосознание.

Самооценка – это специальная функция самосознания, не сводимая ни к одному из его элементов, ни к когнитивному измерению, ни к эмоциональному.

Самооценка – это устойчивая интеграция самопознания и отношения к себе.

Самооценка – это результат самопознания.

Самооценка – это критическая позиция индивида по отношению к тому, чем он обладает, «это не констатация имеющегося потенциала, а именно его оценка сточки зрения определенной системы ценностей по итогам проводимой самооценки формируется то или иное отношение к себе, позитивное или негативное, с чертами отрицания, неприятия» [5, с.118].

Самооценка – это специальная функция самосознания, не сводимая ни к «образу Я», ни к самоотношению, но полагающая их.

Рассматривая самооценку как значимое качество личности, следует отметить ее сложное структурно-динамическое строение, а также выделить при ее изучении два аспекта:

- 1) процесс, когда раскрываются пути, условия и способы ее возникновения, развития, функционирования;
- 2) результат, когда выявляется система знаний человека о себе и его отношение к себе.

Также, говоря о структуре самооценки, следует выделить два взаимосвязанных компонента: когнитивный (содержащий знание человека о себе разной степени обобщенности); аффективный (фиксирующий переживание человека по поводу того, что он узнает о себе).

Среди форм самооценки, выделяют самооценку общую

(иерархически выстроенная система частных самооценок, находящихся в постоянном взаимодействии между собой) и частную (в которой отражается оценка конкретных физических и психических качеств).

Выделяют достаточно широкое многообразие видов самооценки.

Рассмотрим их более детально:

1. Текущая самооценка – это оценивание человеком действий и поступков, которые он совершает. Именно эта самооценка и есть основа для саморегуляции человеком своего поведения и своей деятельности.

2. Именно с помощью самоконтроля своих действий, поступков, установление их приемлемости и потребности, степени успеха, личности корректирует эти действия в соответствии с самооценкой и действиями, то есть производит саморегуляцию их деятельности и поведения.

3. Личностная самооценка – это отношение человека к собственным возможностям, личным качествам и к внешнему облику. Она может помочь определить уровень удовлетворенности самим собой исходя из количественной оценки этого уровня.

4. Адекватная самооценка разрешает человеку относиться к себе критически, грамотно сопоставить свои силы с задачами разной трудности и требованиями окружающих людей. Можно сказать, что адекватная самооценка считается важным условием формирования личности.

5. Неадекватная самооценка говорит о не объективной оценке человеком самого себя, его мнение о себе не сходится с мнением находящихся вокруг людей.

Различают неадекватную завышенную самооценку-переоценку себя субъектом и неадекватную заниженную самооценку-недооценку себя субъектом [13, с.20].

Выделяют высокую самооценку, она бывает неадекватная и адекватная. Средняя самооценка бывает адекватная. Низкая самооценка бывает неадекватная и адекватная.

Итак, самооценка может быть высокой, средней и низкой.

Самооценка может быть устойчивой и неустойчивой, адекватной и неадекватной, заниженной или завышенной.

Стабильность самооценки зависит от успехов или неудач в жизни человека и от окружающих его людей. Самоуважение зависит не только от успеваемости. Члены команды, а в некоторых случаях и совершенно незнакомые люди, напрямую влияют на самооценку. Ещё можно сказать, что самооценка зависит от вида деятельности, предлагаемой человеку. Прогностическая – включает оценку собственных возможностей, определение собственного отношения к ним [61, с.130].

1. Актуальная – оценка и основанная на ней коррекция действий по ходу развертывания деятельности, поведения.

2. Ретроспективная – оценка достигнутых уровней развития, итогов деятельности, последствий поступков. Последняя из них и есть основа для определения перспектив развития.

С точки зрения внутреннего состава самооценка довольно сложна, поскольку она разнообразна и содержит разное содержание с разными уровнями сознания. Наличие уровней осознанности отдельных компонентов самооценки, а также и самооценка личности в целом связана с результатами самопознания и самоотношения, на основе которых вырабатывается самооценка. При этом только объективная самооценка дает возможность правильно определить круг тех актуальных задач, которые может решить человек, вовремя отказавшись от невыполнимых целей.

За счёт соответствия самооценки реальным способностям личности появляется возможность достичь внутренней гармонии с собой, чувства собственного достоинства. Рассогласованность самооценки с реальностью приводит к внутренним конфликтам, невротическим состояниям. Отсутствие адекватной самооценки приводит к потере человеком самого себя, повышению для личности важности оценки других [15, с.38].

Особенности формирования и развития самооценки заложены в

психологических теориях и концепциях, среди которых:

1. Гуманистическая теория самооценки. Основные положения заключаются в том, что самооценка будет устойчивой и здоровой, если она основана на реальных способностях, знаниях и умениях человека, когда она «вырастает из заслуженного уважения, а не из лести окружающих». К. Роджерс использовал в своей теории понятия «Я-концепция» и «Я-структура» как синонимы. Само «Я» включает в себя не только «Я-реальное», но и «Я-идеальное», а разрыв, существующий между двумя «Я» выступает в качестве препятствия здорового функционирования личности.

2. Теория зеркального «Я» рассматривает самооценку как продукт отражения оценок, даваемых индивиду окружающими людьми, особенно значимых для него. Данная теория демонстрирует особую значимость при формировании самооценки оценочных реакций других.

3. Психоаналитическая теория освещает проблему самооценки посредством трех инстанций личности: «Оно». «Я». «Сверх-Я».

Оно – это кладезь бессознательных, иррациональных реакций и импульсов биологической природы и психобиологического проявления. Его внутренние и внешние проявления регулируются и контролируются принципом удовольствия. «Я» – сила, которая, принимая во внимание потребности общества, социальные нормы, запреты и идеалы, принятые индивидуумом, противостоит давлению бессознательных влечений. «Сверх-Я» – это инстанция личности, представляющая собой совесть, эго-идеал, критика и цензора, контролирующая соблюдение норм, принятых в данном обществе. Складывается «Сверх-Я» ещё в дошкольные годы в итоге усвоения детьми нравственных общепринятых мерок, общественных стереотипов человеческого поведения, ценностей и установок. Он проявляется в виде чувства вины, неполноценности или гордости, всплесков честолюбия, стремления уравниваться с могущественным отцом, который так привлекал и пугал ребенка в детстве [23, с.160].

В российской психологии начальными пунктами изучения

самооценки считаются представления о самосознании, отраженные в работах Л. С. Выготского и С. Л. Рубинштейна, а также изложение и интерпретация Б. В. Зейгарник мнений К. Левина на природу уровня притязаний. Степень притязаний трактуется как степень трудности целей, избранных субъектом, и складывается под влиянием успеха или неудачи в деятельности. Такая линия анализа самооценки берёт своё начало в школе Курта Левина, которую представляла Б. В. Зейгарник [17, с.135].

С точки зрения Л. С. Выготского, самосознание – постоянный процесс, а его формирование – конкретная стадия становление личности. Становление самосознания считается итогом социально-культурного развития личности [18, с.282].

С. Л. Рубинштейн также утверждает, что самосознание – это сложная интегративное развитие личности, которое дается человеку с рождения, его развитие включено в процесс развития личности, возникает в процессе развития сознания личности [58, с.705].

Самосознание человека – итог знания, которое требует понимания реальной обусловленности его переживаний. Именно в переживании выражается то или же другое отношение личности к самому себе. Самооценка с точки зрения С. Л. Рубинштейна обоснована миропониманием, определяющим аспекты, идеалы, нормы оценки, т.е. самооценка, ориентируется вкладом личности в социальное дело, тем, «что он как публичный индивидуум готовит для».

Таким образом, проблема самооценки изучалась такими учеными, как Л. И. Божович, Л. С. Выготским, И. С. Кон, А. Н. Леонтьевым, А. В. Петровским, С. Л. Рубинштейном, Д. И. Фельдштейном и др. Самооценка – это ценность, значение, которое человек придает себе в целом и некоторым аспектам своей личности, деятельности, поведения. Самооценка выступает как устойчивое структурное образование, компонент «Я-концепции», самосознания. В основе самооценки лежит система личностных смыслов индивида, принятая им система ценностей.

Считается центральным образованием личности и центральным компонентом самооценки [11, с.400].

Следовательно, самооценка выполняет регулирующую и защитную функцию, влияя на поведение, активность и развитие человека, его отношения с другими людьми. Отражая степень удовлетворения или неудовлетворенности собой, уровень самооценки, чувство собственного достоинства создаёт основу для восприятия своего успеха, ставя цели на определенном уровне, например уровень притязаний на личность.

1.2 Особенности формирования самооценки младших школьников

У современного младшего школьника наблюдается снижение энергичности, их желание активно действовать. При этом возрос эмоциональный дискомфорт, снизился уровень детской любознательности и воображения, современные дети более коммуникабельны, чем предыдущее поколение, они более ориентированы на себя, собственный мир, им сложно принимать самостоятельные решения, у них менее представлена сюжетно-ролевая игра, а значит меньше опыта взаимодействия. Тревогу вызывает тот факт, что детей с ранних лет приобщают к различным гаджетам, виджетам, и телеэкранам. Зависимость от экрана приводит к неспособности ребенка сосредоточиться на какой-либо деятельности, отсутствию интереса, гиперреактивности, повышенной отвлеченности.

Младший школьный возраст чувствителен к формированию личной самооценки, очень важно в это время заложить и воспитать в ребенке те качества, которые помогут ему реализоваться [21, с.130].

Младший школьный возраст (7-11 лет) – начало школьной жизни ребенка. Он соответствует годам обучения в начальных классах общеобразовательной школы.

Ребёнок в этом возрасте приобретает:

- 1) внутреннюю позицию школьника;

2) учебную мотивацию.

По возрастной и педагогической психологии младший школьный возраст занимает особое место: в этом возрасте осваивается учебная деятельность, формируется произвольность психических функций, появляется рефлексия, самоконтроль, а действия начинают соотноситься с внутренним планом.

Этап младшего школьного возраста – время интенсивного становления познавательной работы ребёнка, её произвольности. Познавательная область младшего школьника имеет ряд особенностей. Достаточно вспомнить, что в 6 лет ребёнок становится учеником образовательной организации, чтобы предвидеть изменения в развитии его познавательной сферы (Спиркин А. Г.) [63, с.303].

Смена ведущей деятельности, обычный распорядок дня, появление значимого нового взрослого в лице учителя – все эти моменты следует рассматривать как обуславливающие развитие познавательной деятельности.

Младший школьный возраст – период интенсивного развития и качественной трансформации познавательных процессов: они начинают приобретать опосредованный характер, становятся осознанными и произвольными. Ребёнок постепенно осваивает свои мыслительные процессы, учится управлять восприятием, вниманием, памятью.

Младший школьный возраст является периодом интенсивного складывания самооценки личности [28, с.68].

По мнению А. Н. Леонтьева, дети с адекватной самооценкой, они активны, находчивы, жизнерадостны, с интересом и самостоятельно ищут свои ошибки в работе, выбирают задачи, соответствующие их способностям [44, с.304].

После успешного решения проблемы выбирают такую же или более сложную. После неудачи они проверяют себя или берутся менее сложную задачу.

Дети с высокой адекватной самооценкой отличаются активностью, стремлением к успехам в учебной деятельности. Для них характерна максимальная независимость. Они уверены, что самостоятельно смогут добиться успехов в образовательной деятельности. Это основано на правильной самооценке собственных способностей и навыков [62, с.31].

Захарова А. В. утверждает, что неадекватная низкая самооценка у детей младшего возраста явно проявляется в их поведении и личностных качествах. Дети выбирают легкие задания. Они, так сказать, дорожат своим успехом, боятся его потерять и поэтому несколько боятся самой учебной деятельности. Нормальному развитию детей с низкой самооценкой препятствует повышенная самокритика и неуверенность. Они просто ждут неудачи [33, с.44].

И. В. Маркова выделила показатели негативной и позитивной самооценки личности младшего школьника и факторы, обуславливающие процесс ее формирования. К ним исследователь относит [47, с.308]:

— предельно суженный круг общения в детстве, также отношение к нему родителей влияет на самооценку малыша, если они любят его, уважают, ценят его успехи, то, естественно, у ребёнка формируется позитивная самооценка;

— включение ребёнка в новую общественно значимую и оцениваемую деятельность, также отношение к нему окружающих от того, как окружающие относятся к ребёнку, зависит и его отношение к самому себе;

— влиянием результатов учебной деятельности, оценку этих результатов всегда дают окружающие взрослые, учитель, родители;

— способность реагировать на себя и воспринимать себя в общении с взрослыми, сверстниками и в коллективной деятельности.

В школьном возрасте происходит переход от конкретно – ситуативной самооценки (оценки своих действий, поступков) к более общей, возрастает и самостоятельность самооценки. Итак, Л. А. Кислицкая

отмечает, что в то время как самооценка первоклассника почти полностью зависит от оценок и поведения взрослых, ученики 2 и 3 классов оценивают свои достижения более независимо, критикуя самого учителя [37, с.320].

По словам, А. И. Липкиной, в первом классе самооценка обычно достаточно завышена. Во втором классе наблюдается склонность к переоценке себя и самооценка снижается. В третьем случае большинство детей демонстрируют либо адекватную, либо низкую самооценку, а количество учеников с высокой и нестабильной самооценкой значительно уменьшается [45, с.167].

В младшем школьном возрасте полностью признается авторитет взрослого, на первый план выходит авторитет учителя, и ученики безоговорочно принимают свои оценки.

Так, Р. С. Немов отмечает, что формирование и развитие позитивной самооценки – это фундамент, на котором строится вся последующая жизнь, позволяя же негативным схемам мышления доминировать, человек формирует привычку ожидания негативных факторов [51, с.688].

Таким образом, решающее влияние на формирование самооценки оказывают два фактора:

- отношение окружающих (значимых взрослых);
- осознание самим ребенком особенностей своей деятельности, её хода и результатов, способность понимать причину собственных неудач и успехов, реагировать на собственную неудачу, адекватно относиться к критике и к похвале, к трудностям и препятствиям, выстраивать отношения сотрудничества, адекватно относиться к указанию на ошибку, ценить достоинства других людей.

Так как в младшем школьном возрасте ведущей является учебная деятельность, то именно от её хода и результатов зависит в решающей степени характер самооценки ребёнка, напрямую связанный с успеваемостью, успехами в учении.

Таким образом, младший школьный возраст сенситивен для закладки

основных качеств характера ребёнка. Именно в этом возрасте дети начинают разграничивать добро и зло, хорошее и плохое, у них сменяется ведущая деятельность, появляется новый значимый взрослый. Новый уровень самосознания обнаруживает себя в самопознании ребенка и оформлении «Я-концепции», в самооценке личности, в самоконтроле и саморегуляции.

1.3 Модель формирования адекватной самооценки младших школьников

На основе результатов теоретического исследования, представленного в предыдущих параграфах, была построена модель формирования адекватной самооценки учащихся начальной школы. Под моделью понимается символический образ системы, в котором зафиксированы её наиболее существенные компоненты и связи, который может служить ещё одной моделью.

Моделирование – это процесс представления подходящей (похожей) модели объекту исследования и экспериментирования с моделью для получения информации об объекте исследования. При моделировании модель выступает как средство и как объект исследования, что связано со сходством с моделируемым объектом [31, с.39].

В педагогике и психологии под «моделью» понимается система предметов или знаков, воспроизводящих некоторые существенные свойства, качества и связи предметов. Модель представляет собой наглядно-практический прием, благодаря которому можно схематично и полно представить, как будет построен весь процесс формирования адекватной самооценки младших школьников. Основное преимущество разработки такой модели – о возможность отражать реальность и учитывать последовательность действий. При построении модели мы исходили из следующих положений. Процесс формирования адекватной самооценки младших школьников:

— наиболее успешно происходит, когда создаются условия для развития индивидуальности младших школьников в единстве с другими сферами психики, а также в единстве с личностными свойствами и качествами;

— представляет собой двусторонний процесс, в котором в единстве осуществляются деятельность психолога по формированию адекватной самооценки младших школьников и деятельность самих младших школьников;

— есть долгосрочный процесс, осуществляемый в соответствии с условно обозначенными этапами, каждый этап которого зависит от достижения своих целей по формированию адекватной самооценки учащихся начальной школы.

Таким образом, формирование адекватной самооценки у младших школьников происходит не в форме созерцания реальности, а в форме деятельности, операций, организованных в систему, создающую определенные знания, стремления и установки.

Существуют две фундаментальные формы научного знания, а также структурные компоненты и уровни научного знания: эмпирический (основанный на наблюдениях и экспериментальных данных) и теоретический (направленный на всестороннее познание объективной реальности в её существенных связях и взаимосвязях). Оба эти типа взаимосвязаны в целостной структуре научного знания. Эмпирическое ставит новые задачи перед теоретическим, а последнее ориентирует и направляет эмпирическое. Эмпирическое в своём развитии переходит из фазы спонтанного наблюдения в фазу выявления новых экспериментальных данных. Процесс моделирования формирования адекватной самооценки младших школьников начинается с целеполагания. Представим «дерево целей» процесса формирования адекватной самооценки младших школьников [35, с.176].

Идея метода «дерева целей» впервые была предложена

американским исследователем У. Черчменом. Термин «дерево» подразумевает использование иерархической структуры, полученной путем разбивки общей цели на подцели, а они, в свою очередь, на более конкретные компоненты, подцели более низких уровней. В настоящее время метод дерева целей является центральным, основным методом системного анализа.

Этот метод играет важную роль в изучении процессов формирования, поскольку деятельность формирования сводится к достижению сформулированных целей. Необходимость использования этого метода связана с тем, что «дерево целей» помогает получить стабильную структуру целей, которая будет относительно стабильной в течение определенного периода времени с происходящими изменениями [74, с.125].

«Дерево целей» строится при помощи осуществления 2 операций: декомпозиции – это операция выделения компонентов; структуризации – это операция выделения связей между компонентами.

Представим «дерево целей» формирования адекватной самооценки младших школьников на рисунке 1.

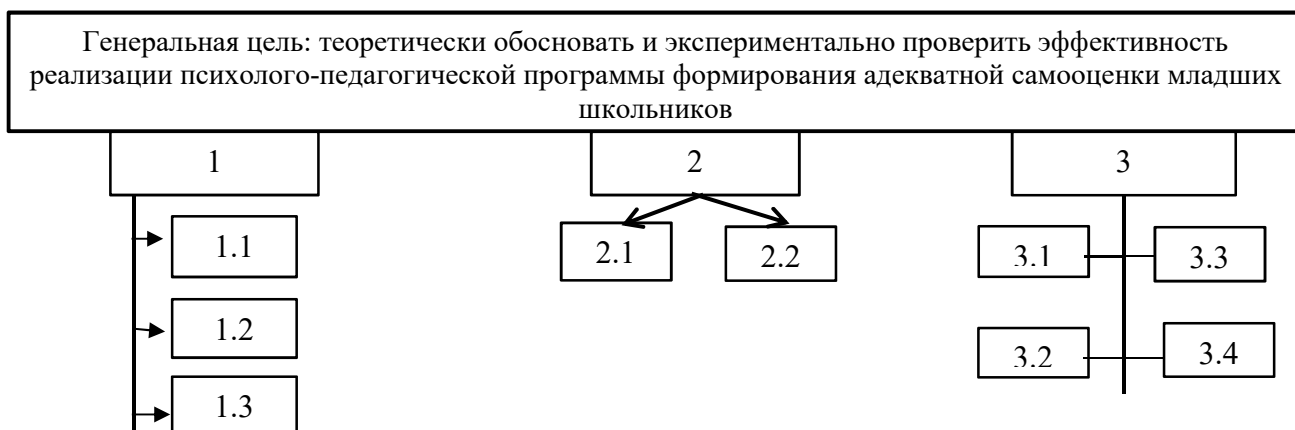


Рисунок 1 – «Дерево целей» формирования адекватной самооценки младших школьников

1. Изучить теоретические аспекты проблемы формирования адекватной самооценки младших школьников.

1.1. Проанализировать феномен самооценки в психолого-

педагогической литературе.

- 1.2. Выявить особенности самооценки младших школьников.
- 1.3. Разработать модель формирования адекватной самооценки младших школьников.
2. Организовать и провести исследование адекватной самооценки младших школьников.
 - 2.1. Определить этапы, методы и методики исследования.
 - 2.2. Дать характеристику выборки и провести анализ результатов исследования.
3. Организовать опытно-экспериментальное исследование по формированию адекватной самооценки младших школьников.
 - 3.1. Разработать психолого-педагогическую программу формирования адекватной самооценки младших школьников.
 - 3.2. Проанализировать результаты формирующего эксперимента.
 - 3.3. Составить психологические рекомендации родителям и педагогам по формированию адекватной самооценки младших школьников.
 - 3.4. Разработать технологическую карту внедрения результатов исследования формирования адекватной самооценки младших школьников.

При построении «дерева целей» необходимо руководствоваться следующими правилами:

- каждая сформулированная цель должна иметь средства и ресурсы для ее обеспечения;
- декомпозиция каждой цели на подцели осуществляется по одному выбранному классификационному признаку;
- развитие отдельных ветвей дерева может заканчиваться на разных уровнях системы;
- вершины вышележащего уровня системы представляют собой цели для вершин нижележащих уровней;

— развитие «дерева целей» продолжается до тех пор, пока лицо, решающее проблему, не будет иметь в распоряжении все средства для достижения вышестоящей цели.

Модель содержит четыре блока: теоретический, диагностический, формирующий, аналитический.

Теоретический блок представлен путем анализа изученной психолого-педагогической литературы по проблеме формирования самооценки у младших школьников, а также выявления оптимального количества уровней и определения методов и приемов, необходимых для решения задач изучения формирования адекватной самооценки младших школьников.

Диагностический блок представлен тремя методиками, которые позволят оценить уровень сформированности компонентов самооценки младших школьников: методика В. Г. Щур «Лесенка»; методика Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан «Изучение самооценки»; методика «Какой Я?» (модификация методики О. С. Богдановой).

Формирующий блок представлен психолого-педагогической программой формирования адекватной самооценки младших школьников.

Программа разработана с учётом содержания компонентов самооценки и состоит из 10 занятий.

Проведённое целеполагание помогло определить поэлементный состав модели формирования адекватной самооценки младших школьников, которая представлена на рисунке 2.



Рисунок 2 – Модель формирования адекватной самооценки младших школьников

Тренировочный процесс включает в себя комплекс приёмов, основанных на использовании различных видов коррекции и тренировочных приёмов своеобразным символическим образом, позволяющих, стимулируя проявления детской активности и детских отношений, формировать адекватную самооценку учащихся начальной

школы.

Целесообразность её заключается также в расширении использования методов работы: психотехнических упражнений, направленных на эмоционально-физическое сближение ребёнка со сверстниками, арт-терапевтические методы, сказко-терапевтические методы.

В аналитический блок входит анализ результативности формирующих занятий (сравнение результатов на начало и конец эксперимента); выявление динамики в количественном и качественном отношении при помощи трех методик (методика В. Г. Щур «Лесенка», методика Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан «Изучение самооценки», методика «Какой Я?» (модификация методики О. С. Богдановой).

Таким образом, в модели формирования адекватной самооценки младших школьников все основные процессы и взаимосвязи, блоки (теоретический, диагностический, формирующий, аналитический) показаны во взаимосвязи и взаимозависимости в виде динамической системы, которая структурирована в соответствии иерархическому принципу. Модель представляет собой наглядно-практический метод, благодаря которому можно схематично и в полном виде показать то, как выстраивается весь ход коррекционной работы. Главное преимущество разработки такой модели – возможность отражать реальность и учитывать последовательность действий.

Вывод по главе 1

В данной главе рассмотрены теоретические основы развития самооценки в младшем школьном возрасте, а также влияние возрастных особенностей на процесс формирования самооценки. На основе исследования данной проблемы можно сделать ряд выводов, которые положены в основу экспериментального этапа.

Самооценка – ценность, значимость, которое человек имеет в целом и отдельные аспекты его личности, деятельности, поведения. Самооценка выступает как устойчивое структурное образование, компонент «Я-концепции», самосознания. В основе самооценки лежит система личных знаний человека, система ценностей, которую он принимает. Он считается как центральное личностное образование и центральный компонент «Я-концепции».

Самооценка выполняет регуляторную и защитную функцию, влияя на поведение, деятельность и развитие человека, её взаимоотношения с другими людьми. Отражая степень удовлетворенности или неудовлетворенности собой, уровень самоуважения, самооценка создаёт основу для восприятия собственного успеха, постановки целей определенного уровня, т.е. уровня притязаний личности.

Формирование самооценки сопровождает весь ход учебной и познавательной деятельности, то опережая выполнение действий и операций, определяя качество, то перепроверя уже выполненные действия. Чем сильнее оценочный компонент в учебно-познавательной деятельности ребёнка, чем динамичнее этот компонент с обостренными свойствами сомнения и контролем во всем процессе решения проблем и сопровождает этот процесс, тем успешнее ребенок достигает способности к действительной самостоятельности в учении.

В модели формирования адекватной самооценки младших школьников все основные процессы и взаимосвязи, а также компоненты (эмоциональный, мотивационный и поведенческий) и блоки (диагностический, формирующий, аналитический и прогностический) представлены во взаимосвязи и взаимозависимости в виде динамической системы, построенной по иерархическому принципу.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

2.1 Этапы, методы исследования

Исследование формирования адекватной самооценки младших школьников проходило в три этапа:

1. Поисково-подготовительный: проведен теоретический анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования; уточнены цели, объект, предмет, задачи, методы и гипотеза исследования; обоснованы условия психолого-педагогического формирования адекватной самооценки младших школьников.

2. Опытно-экспериментальный: определялось оптимальное содержание экспериментальной работы, проводились диагностические срезы по исследуемым показателям (эмоциональный компонент – методика В. Г. Щур «Лесенка», мотивационный компонент – методика Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан «Изучение самооценки», поведенческий компонент – методика «Какой Я?» (модификация методики О. С. Богдановой), определялась структура и организационные формы, разрабатывалась модель психолого-педагогического формирования адекватной самооценки младших школьников, проводился формирующий эксперимент, разрабатывалась и апробировалась психолого-педагогическая программа, реализующая условия формирования адекватной самооценки младших школьников.

3. Контрольно-обобщающий: проводился анализ, обобщение и систематизация накопленных материалов, повторные диагностические срезы по исследуемым показателям (эмоциональный компонент – методика В. Г. Щур «Лесенка», мотивационный компонент – методика Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан «Изучение самооценки», поведенческий компонент – методика «Какой Я?»

(модификация методики О. С. Богдановой), интерпретация полученных результатов при помощи методов математической статистики (Т-критерий Вилкоксона и их оформление).

Система методов и приемов, использованных в исследовании, определялась исходными методологическими предпосылками, а также целями и задачами всего экспериментального исследования и его отдельных этапов.

Задачи подготовительного и констатирующего этапов исследования потребовали использования метода теоретического анализа. Теоретический анализ проблемы психолого-педагогического формирования адекватной самооценки младших школьников позволил охарактеризовать понятие «самооценка», «психолого-педагогическое формирование» в научных исследованиях, выявить психологические особенности самооценки младших школьников, ее значение в жизни младших школьников.

Согласно целям и задачам исследования необходимо было определить качества, являющиеся условием успешного формирования адекватной самооценки учащихся начальной школы, которая может формироваться и развиваться на основе экспериментальной работы.

Исследование методом срезов позволили сформулировать выводы о закономерностях изменений на основе одномоментного исследования испытуемых. Достоинством этого метода является его небольшая продолжительность, а также возможность изучения большого количества испытуемых, что позволяет использовать современные статистические методы.

Беседа как метод научного исследования использовалась на всех этапах экспериментальной работы. Она была организована с целью выявления индивидуальных особенностей личности, мотивов деятельности, жизненной позиции младших школьников. Многократное применение метода беседы в процессе групповой работы с младшими

школьниками в рамках программы психолого-педагогического формирования самооценки позволило выявить изменения характеристик личности младших школьников и определить их динамику.

Математико-статистический анализ осуществлялся с помощью Т-критерия Вилкоксона. Данный критерий используется для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых. Он позволяет установить не только направленность изменений, но и их выраженность.

Уровень сформированности самооценки младших школьников определялся при помощи методик:

1. Методика В. Г. Щур «Лесенка» (Приложение 1).

Цель: выявить уровень развития самооценки младших школьников.

Методика предназначена для выявления системы представлений ребёнка о том, как он оценивает себя сам, как, по его мнению, его оценивают другие люди и как соотносятся эти представления между собой.

Методика «Лесенка» имеет два варианта использования: групповой и индивидуальный. Групповой вариант позволяет оперативно выявить уровень самооценки. При индивидуальном изучении самооценки есть возможность выявить причину, которая сформировала (формирует) ту или иную самооценку, чтобы в дальнейшем в случае необходимости начать работу по коррекции трудностей, возникающих у детей.

2. Методика исследования самооценки личности по Дембо-Рубинштейна в модификации А. М. Прихожан (Приложение 1).

Цель: выявить уровень самооценки младших школьников.

Любой человек оценивает свои способности, навыки, характер, интеллект, способности и т.д. Уровень развития каждого качества, со стороны человеческой личности можно условно можно представить вертикальной линией, нижняя точка которой будет символизировать самое низкое развитие, а верхняя – наивысшее. Вам предлагаются семь таких строк. Они означают: здоровье; умственные способности; характер;

авторитет у сверстников; умение многое делать своими руками, умелые руки; внешность; уверенность в себе.

В каждой строке отметьте чертой (-), как вы оцениваете развитие этого качества внутри вас, со стороны вашей личности в данный момент времени. После этого отметьте крестиком (x), на каком уровне развития этих качеств, сторон вы были бы довольны собой или чувствовали «гордость за себя».

Испытуемому выдается бланк, состоящую из семи линий высотой 100 мм, с указанием верхней, нижней точек и середины шкалы. При этом верхняя и нижняя точки отмечаются заметными линиями, центр или заметной точкой.

Методику можно проводить фронтально – с целой группой, и индивидуально. При фронтальной работе необходимо проверять, насколько каждый испытуемый заполнил первую шкалу. Необходимо убедиться, правильно ли применяются предложенные значки, ответить на вопросы. После этого испытуемый работает самостоятельно. На заполнение шкалы отводится 10-12 мин. Обработка проводится по семи шкалам. Каждый ответ выражается в баллах.

3. Методика «Какой Я?» (модификация методики О. С. Богдановой) (Приложение 1).

Цель: выявить количественное выражение уровня самооценки.

Выявление уровня осознанности нравственных категорий и адекватности оценки наличия у себя нравственных качеств. Экспериментатор, используя протокол, спрашивает ребёнка, каким он видит себя, и оценивает по десяти различным положительным качествам личности. Оценки, которые предлагает сам себе ребёнок, вносятся экспериментатором в соответствующие графы протокола, затем переводятся в баллы.

Математический и статистический анализ проводится с использованием Т-критерия Вилкоксона. Этот критерий используется для

сравнения показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых. Он помогает установить не только направленность изменений, но и их выраженность.

Таким образом, опытно-экспериментальное изучение психолого-педагогического формирования самооценки младших школьников проходило в три этапа: поисково-подготовительного, опытно-экспериментального и контрольно-обобщающего. В работе использовались следующие методы и методики: анализ психолого-педагогической и методической литературы, беседа, наблюдение, тестирование, констатирующий и формирующий эксперименты, тестирование при помощи методик В. Г. Щур «Лесенка», Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан, методики «Какой Я?» (модификация методики О. С. Богдановой), метод математической статистики.

2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования

Исследование проводилось на базе МБОУ Башкирская гимназия села Учалы, в исследовании принимали участие младшие школьники в количестве 30 человек.

Младшие школьники из 2 «А» класса, в количестве 15 человек, и школьники из 2 «В» класса, в количестве 15 человек.

Со слов классного руководителя учащиеся вполне знают и понимают друг друга. Классы недостаточно сплочены и цельны, поэтому в решении проблем очень редко приходят к одному мнению. Большинство учащихся проживают в неполных семьях.

Некоторые учащиеся проживают в многодетных семьях. У большей части класса родители имеют средне-профессиональное образование, у меньшей – высшее образование.

Родители большинства учеников имеют постоянное место работы, меньшее количество – временную работу или не работают совсем.

У основного количества семей отношения внутри семьи доброжелательные, в некоторых семьях преобладает авторитарный стиль воспитания. Имеются семьи, где родители не занимаются воспитанием и не интересуются жизнью своих детей. Большинство относятся к учебе положительно. В зависимости от состояния здоровья, учащиеся имеют: 15 человек – I группу здоровья, 15 человек – II группу здоровья.

Отношение учащихся к классному руководителю положительное. Дети уважительно относятся к нему, слушают внимательно, во время урока стараются соблюдать тишину. Педагогу с легкостью удаётся организовывать класс на какие-либо школьные и внешкольные мероприятия. Конфликты между классным руководителем и детьми почти отсутствуют.

Во время эксперимента некоторые учащиеся проявляли волнение, краснели. Слушали внимательно, но иногда часть учащихся отвлекались, смотрели по сторонам, разговаривали друг с другом. В основном, дети выполняли инструкции к методикам правильно, без ошибок.

Исследуя самооценку младших школьников по методике В. Г. Щур, были получены следующие результаты. Результаты исследования представлены на рисунке 3 [Приложение 2, таблица 1].

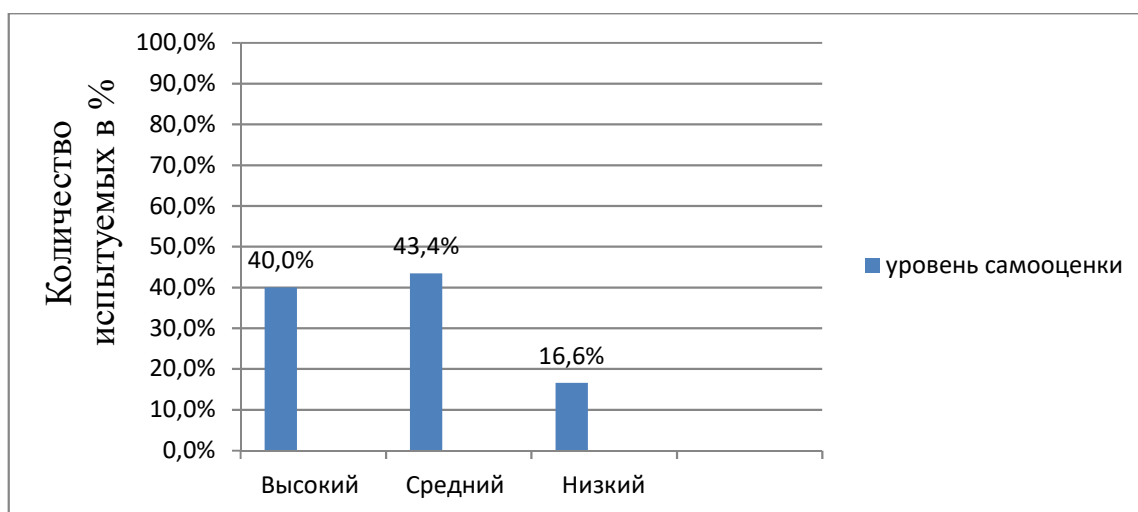


Рисунок 3 – Распределение результатов исследования уровня самооценки младших школьников по методике В. Г. Щур «Лесенка»

Анализ полученных данных по методике В. Г. Щур «Лесенка» показал следующие результаты: 40% (12 школьников) – имеют высокий уровень самооценки. Неадекватно завышенная самооценка характеризует нереалистичный уровень притязаний, завышенная самооценка чревата чрезмерными претензиями на внимание к своей персоне и опрометчивыми решениями, возможно самодовольство собой. Показатели среднего уровня самооценки по методике самооценки личности «Лесенка» у 43,4% (13 учеников). Средний уровень самооценки характеризуется тем, что идеальный образ представляется достижимым, он побуждает к самовоспитанию, стремлением развить в себе желательные качества. 16,6% (5 младших школьников) имеют низкий уровень самооценки.

В результате исследования самооценки младших школьников по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан, были получены следующие результаты рисунке 4 [Приложение 2, таблицы 2].

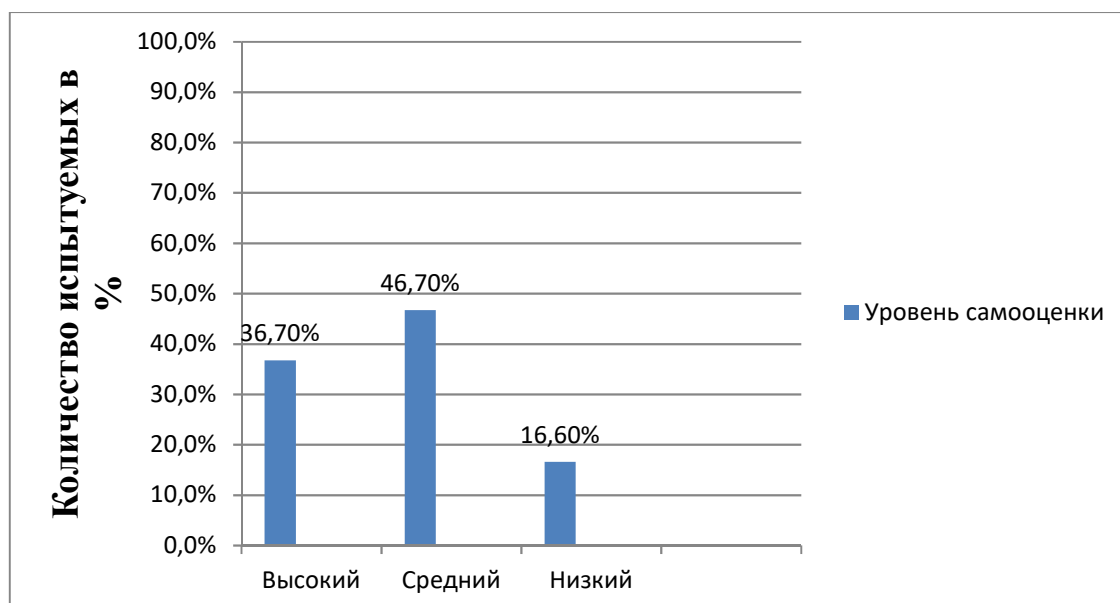


Рисунок 4 – Распределение результатов исследования уровня самооценки младших школьников по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан

36,7% (11 школьников) – имеют завышенную самооценку. Завышенная самооценка указывает на определенные отклонения в

формировании личности. Завышенная самооценка может подтверждать личностную незрелость, неумение правильно оценить результаты своей деятельности, сравнивать себя с другими; такая самооценка может указывать на существенные искажения в формировании личности – «закрытости для опыта», нечувствительности к своим ошибкам, неудачам, замечаниям и оценкам окружающих. Эти школьники могут переоценивать себя в ситуациях, которые не дают для этого повода, а также столкнувшись с противодействием окружающих, могут озлобиться, проявить мнительность, высокомерие или агрессию, замкнуться.

46,7% (14 школьников) – оценивают себя объективно, удостоверяют реалистическую (адекватную) самооценку.

16,6% (5 школьников) показали низкий уровень самооценки. Возможно, у этих школьников могут возникать проблемы с тревожностью, недооценкой своих способностей. Заниженная самооценка (недооценка себя) свидетельствует о крайнем неблагополучии в развитии личности. Эти испытуемые составляют «группу риска». За низкой самооценкой могут скрываться два совершенно разных психологических явления: подлинная неуверенность в себе и «защитная», когда декларирование (самому себе) собственного неумения, отсутствия способности и тому подобного позволяет не прилагать никаких усилий. Неуверенность в себе, неверие в свои возможности, отсюда, избегание неудач, возможно из-за этого школьник может не испытывать удовлетворения от своей деятельности, требования к самому себе невысоки, а значит от этого мала вероятность успеха в каких-либо делах.

По методике «Какой Я?» (модификация методики О. С. Богдановой) были получены результаты, представленные на рисунке 5 [Приложение 2, таблица 3].

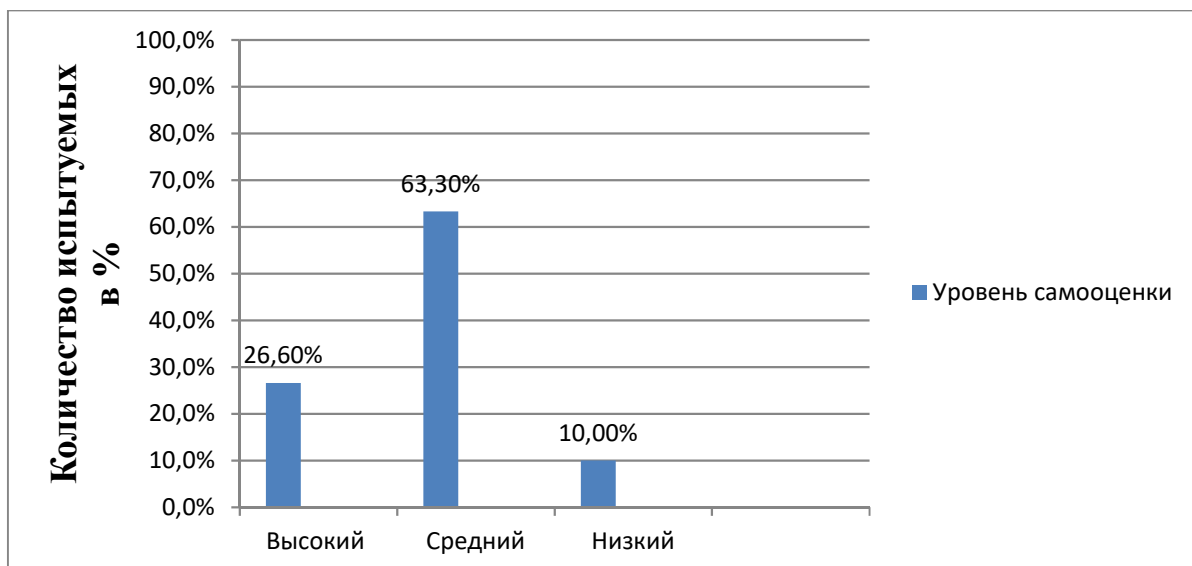


Рисунок 5 – Распределение результатов по методике «Какой Я?» (модификация методики О. С. Богдановой)

Анализ результатов по методике «Какой Я?» (модификация методики О. С. Богдановой) показал, что:

26,6% (8 школьников) имеют высокий уровень самооценки личности. Высокие показатели говорят о том, что школьник принимает себя как личность, склонен осознавать себя как носителя позитивных, социально желательных характеристик, в определённом смысле удовлетворен собой, результаты свидетельствуют о достаточном уровне самоуважения.

63,3% (19 школьников) показали средний уровень самооценки. Эти данные указывают на критическое отношение школьника к самому себе, его неудовлетворенность собственным поведением, уровнем достижений, особенностями личности, недостаточный уровень принятия самого себя.

10% (3 школьника) – низкий уровень развития самооценки, это свидетельствует о проблемах связанных с ощущением малой ценности своей личности.

Таким образом, исследование уровня самооценки младших школьников проводилось при помощи методик: методики В. Г. Щур «Лесенка», методики Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан и методики «Какой Я?» (модификация методики О. С. Богдановой).

В результате исследования были получены следующие результаты. В основном младшие школьники имеют завышенный и средний уровень самооценки по всем методикам. Это объясняется возрастной спецификой школьников, особенностями восприятия картины мира. Достаточно низкий процент учеников имеет низкий уровень самооценки.

Данные результаты дают основание для разработки программы психолого-педагогического формирования самооценки младших школьников и более глубокого эмпирического исследования данного феномена. Целевой группой для реализации программы формирования адекватной самооценки являются младшие школьники, имеющие неадекватный уровень самооценки – завышенный

Вывод по главе 2

Таким образом, опытно-экспериментальное исследование формирования самооценки младших школьников проходило в три этапа: поисково-подготовительного, опытно-экспериментального и контрольно-обобщающего.

В работе использовались следующие методы и методики: анализ психолого-педагогической и методической литературы, беседа, наблюдение, тестирование, констатирующий и формирующий эксперименты, тестирование при помощи методик: методики В. Г. Щур «Лесенка», методики Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан и методики «Какой Я?» (модификация методики О. С. Богдановой).

Математико-статистический анализ осуществлялся с помощью критерия Вилкоксона. Данный критерий используется для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых. Он позволяет установить не только направленность изменений, но и их выраженность.

В результате исследования были получены следующие результаты. Анализ полученных данных по методике В. Г. Щур «Лесенка» показал

следующие результаты: высокий уровень – 40% (12 школьников). Средний уровень – 43,4% (13 школьников). Низкий уровень – 16,6% (5 школьников). Анализ результатов по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан, 36,7% (11 школьников) имеют завышенную самооценку, 46,7% (14 школьников) имеют (адекватную) самооценку, 16,6% (5 школьников) показали низкий уровень самооценки.

Анализ результатов по методике «Какой Я?» (модификация методики О. С. Богдановой) показал, что, 26,6% (8 школьников) имеют высокий уровень самооценки личности. 63,3% (19 школьников) показали средний уровень самооценки. 10% (3 школьника) – низкий уровень развития самооценки. В основном младшие школьники имеют завышенный и средний уровень самооценки по всем методикам. Это объясняется возрастной спецификой школьников, особенностями восприятия картины мира. Достаточно низкий процент учеников имеет низкий уровень самооценки.

Данные результаты дают основание для разработки психолого-педагогической программы формирования самооценки младших школьников и более глубокого эмпирического исследования данного феномена. Целевой группой для реализации программы формирования адекватной самооценки являются младшие школьники, имеющие неадекватный уровень самооценки – завышенный.

ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

3.1 Программа формирования адекватной самооценки младших школьников

В психолого-педагогических исследованиях различными авторами (В. М. Астапов, А. И. Захаров, А. М. Прихожан, Е. И. Рогов, Т. Яничева и др.) разрабатывались коррекционные программы, направленные на психолого-педагогическое формирование самооценки младших школьников. На основе программ этих авторов нами была разработана психолого-педагогическая программа по формированию адекватной самооценки младших школьников.

Цель формирующей программы – сформировать у младшего школьника оптимальный уровень адекватной самооценки.

Задачи формирующей программы:

1. Актуализировать проблему самооценки.
2. Помочь осознать сущность самооценки (символическая актуализация или преобразование).
3. Выработать новые стратегии поведения в ситуациях, травмирующих самооценку младшего школьника.

Психолого-педагогическая программа формирования самооценки построена в соответствии тремя этапами, которые взаимосвязаны:

Этап 1: обучение младшего школьника приёмам и методам овладения своим волнением, повышенной тревожностью.

Этап 2: расширение функциональных и операционных возможностей школьника, формирование у него необходимых навыков, умений, знаний и др., ведущих к повышению результативности деятельности, созданию «запаса прочности» в процессе оценивания себя.

Этап 3: перестройка особенностей личности школьника, прежде

всего, его самооценки и мотивации. Одновременно необходимо проводить работу с семьёй ребёнка и его учителями с тем, чтобы они могли выполнять свою часть формирующего воздействия.

Форма и объём занятий: программа включает в себя 8 занятий продолжительностью 45 минут (1урок). Занятия проходят 3 раза в неделю.

Структура занятий: количество участников группы – не более 20 человек (в данном случае две группы по 15 человек).

Данная программа предназначена для работы с младшими школьниками «группы риска» (с завышенным уровнем самооценки). Для данной группы характерно:

— на физиологическом уровне проявляется в усилении сердцебиения, учащении дыхания, повышение давления, возрастание общей возбудимости;

— на эмоциональном уровне – переживание превосходства, всесильности, защищённости, затруднения в принятии решений, резкие перепады настроения, эйфория, неадекватное восприятие себя и своих успехов в социуме;

— на поведенческом уровне – бесцельное хождение по помещению, качание на стуле, стук пальцами по столу, теребление волос, кручение в руках разных предметов, демонстрация неуважения окружающих, игнорирование правил в играх, вербальная агрессия в адрес сверстников.

Методы и приёмы, используемые в проведение данной программы:

— ситуационно-ролевые, деловые и развивающие игры.

Упражнения и игровые элементы, соответствующие темам занятий:

— арт-терапевтические методы (изо-терапия, танцевальная терапия, сказко-терапия);

— групповое обсуждение или дискуссия (направленное обсуждение, целью которого является формирование участниками группы выводов, необходимых для последующей работы, ненаправленное

обсуждение с целью вербализации опыта);

— психогимнастические упражнения, направленные на снижение психоэмоционального напряжения и раскрепощение участников в начале занятия.

Занятия по формированию оптимального адекватного уровня самооценки у младших школьников проводятся в групповой форме.

Цель групповой работы состоит в восстановлении психического единства личности младшего школьника посредством нормализации её межличностных отношений. Необходимым условием групповых занятий является закрытый характер группы, при необходимости повторного проведения программы, можно включать в группу других.

Процесс групповой динамики состоит из нескольких фаз:

В первой фазе – ориентации группы, происходит эмоциональное объединение детей и появление у них однородных стремлений. В этой фазе возможно возникновение критического периода в жизни группы – её эмоционального расторможения.

Во второй фазе – дифференциации группы, оформляются статусные различия, симпатии и антипатии детей. В данной фазе возможно появление другого критического периода, обусловленного отражением в группе конфликтных ситуаций детей в жизни.

В третьей фазе – интеграции группы, отмечается стабилизация её структуры, сплочение детей и развитие коллективных отношений, что способствует формированию оптимального адекватного уровня самооценки младших школьников.

Следует отметить наличие кодекса в группе (ритуала общения), который состоит из нескольких правил:

- каждый член группы подчиняется её законам;
- всё неприятное и злое оставить за дверью, но если принёс с собой, то должен обсудить со всеми;
- если кому-то больно, не делать ещё больнее;

- помогать друг другу в тяжёлых ситуациях, стараться понять того, кто рядом;
- не терять чувство юмора;
- не выносить за пределы группы происходящее в ней;
- не опаздывать;
- не бояться ошибок, не ругаться, не причинять другим физическую боль.

Предлагаемая программа психолого-педагогического формирования самооценки младших школьников предназначена для работы с младшими школьниками с заниженной и завышенной самооценкой.

1. Вводная часть предназначена для знакомства с группой и активизацию на дальнейшую работу.

2. Основная часть нацелена на точность межличностного восприятия, на обращение к личности ребёнка, его самосознанию, самооценке через стимуляцию самовоспитания к самосовершенствованию личности, а также на раскрытие нравственных аспектов поведения младшего школьника.

3. Заключительная часть: подведение итогов совместной работы, ритуал прощания.

Занятие 1

Вводная часть. Цель: познакомить всех участников программы друг с другом, подготовить их к дальнейшей совместной работе.

Задачи: создать атмосферу доверительных и доброжелательных отношений, дать представление о значении общения в жизни человека. В игровой форме познакомить участников между собой.

Игра «Дракон кусает свой хвост»

Цель. Снятие напряженности, развитие сплоченности группы.

Упражнение-разминка «Карандаши»

Цель: создать атмосферу доверительных и доброжелательных отношений.

Упражнение «Надувная кукла»

Цель: упражнение направлено на преодоление скованности и напряженности участников группы, на тренировку мышечного расслабления.

Занятие 2

Краткий рассказ школьникам о том, чем им предстоит заниматься на этом занятии. Цель занятия: развить способность к проявлению активности, инициативности и самостоятельности.

Упражнения «Спутанные цепочки»

Цель: создание положительного настроения участников на работу в группе.

Игра «Комплименты»

Цель: Помочь ребенку увидеть свои положительные стороны; дать почувствовать, что его понимают и ценят другие.

Упражнение «Надувная кукла»

Цель: упражнение направлено на преодоление скованности и напряженности участников группы, на тренировку мышечного расслабления.

Рефлексия (обратная связь), собственная оценка происходящему, обмен мнениями, опыт, полученный на занятии, закрепление позитивного состояния и ритуал прощания.

Занятие 3

Эмоциональный блок. Теоретическая часть.

Цель: Познакомить школьников с психической природой человека: ощущением, восприятием, чувством, а также с базовыми эмоциями человека (негативными и позитивными).

Практическая часть.

Цель: Практическими приёмами и упражнениями развить умения дифференцировать свои эмоции, прислушиваться к ощущениям собственного тела, его потребностям и возможностям. Развить умение

рефлексивных навыков, а также работа с негативом и закрепление позитива, развитие умений социальной сензитивности (точность межличностного восприятия).

Упражнение «Угадай эмоцию»

Цель: развивать умения восприятия невербальной информации, свидетельствующей об эмоциональных состояниях, так и навыки экспрессивного поведения.

Занятие 4

Цель занятия: развивать умение социальной сензитивности (точность межличностного восприятия)

Упражнение-разминка «Карандаши»

Цель: создать атмосферу доверительных и доброжелательных отношений.

Упражнение «Назови и покажи».

Цель. Определение и передача эмоциональных состояний, выраженных при помощи мимики.

Упражнение «Скульптор и глина»

Цель: умение выражать свои эмоции и чувства, развитие эмпатии, спланивающий эффект от упражнения.

Занятие 5

Цель занятия: развивать умение социальной сензитивности (точность межличностного восприятия), развить умение рефлексивных навыков.

Разминка «Спутанные цепочки»

Цель: создание положительного настроения участников на работу в группе.

Игра «Назови эмоцию»

Цель: развить умение рефлексивных навыков, а также работа с негативом и закрепление позитива.

Игра «Замороженные»

Цель: тренировать навыки саморегуляции, эмоциональной

устойчивости в ситуациях социального взаимодействия.

Занятие 6

Поведенческий блок. Выработать и скорректировать формы межличностного взаимодействия, развить способность гибко реагировать на ситуацию, научить адекватному поведению в различных условиях и разных группах.

Цель занятий: развитие умений социальной рефлексии. Развитие умений взаимодействия.

Игра «Покажи понятие»

Цель: тренировать навыки межличностного взаимодействия.

Игра «Самосуд»

Цель: развить умение рефлексивных навыков.

Занятие 7

Краткий рассказ младшим школьникам о том, чем им предстоит заниматься на этом занятии.

Цель занятия: развивать умение социальной рефлексии. Развитие навыков взаимодействия.

Упражнение «Животные»

Цель: творческое взаимодействие с другими членами группы.

Игра-упражнение «Мусорное ведро»

Школьники запоминают свои негативные мысли, неприятные случаи, истории, ситуации. Изображают их на бумаге, а затем сминают листы и выбрасывают их в ведро (забывая это навсегда).

«Надувная кукла»

Цель: упражнение направлено на тренировку мышечного расслабления.

Занятие 8

Когнитивный блок. Теоретическая часть. Направлена на овладение определёнными социально-психологическими знаниями. Познакомить младших школьников с понятиями: развитие, саморазвитие,

самосовершенствование, самовоспитание личности, раскрыть нравственные аспекты самооценки человека.

Практическая часть. Центральная задача – сформировать у младших школьников «Я-концепцию», самосознание, развить коммуникативные способности, рефлексивные навыки, а также умение адекватно воспринимать себя и окружающих.

Цель занятий: развитие способности к эмоциональной и поведенческой саморегуляции, сотрудничеству, адекватному проявлению активности, инициативе и самостоятельности.

Упражнение «Зеркало»

Цель: раскрытие своего «Я», формирование стремления к самосовершенствованию.

Упражнение «Ситуация»

Цель: развивать умения самостоятельно, принимать верные решения.

Упражнение «Как мне это здорово удастся»

Цель: развивать умение адекватно воспринимать себя.

Занятие 9

Цель занятия: развивать способность к эмоциональной и поведенческой саморегуляции, сотрудничеству, адекватному проявлению активности, инициативе и самостоятельности, умение уверенно отстаивать свою позицию в конфликтных ситуациях, не переходя ни к агрессии, ни к пассивно-зависимому поведению.

Упражнение «Автопортрет»

Цель: развивать умение адекватно воспринимать себя.

Упражнение «Зубы дарёного коня».

Цель: развивать способности к эмоциональной и поведенческой саморегуляции.

Занятие 10

Заключительная часть. Активизировать младших школьников на дальнейшее конструктивное взаимодействие, закрепление рефлексивных умений.

Цель последнего этапа: подведение итогов работы.

Рефлексия (обратная связь), собственная оценка происходящему, обмен мнениями, опыт, полученный на занятиях, закрепление позитивного состояния, соотношения целей и результатов, полученных на занятиях, ритуал прощания.

Упражнение «Чемодан»

Цель: дать участникам обратную связь, продемонстрировать их достижения и недоработки.

Таким образом, программа психолого-педагогического формирования самооценки младших школьников была составлена на основе работ таких авторов как: В. М. Астапов, А. И. Захаров, А. М. Прихожан, Е. И. Рогов, Т. И. Яничевой и др. Организация и содержание процесса формирования адекватной самооценки младших школьников направлены на расширение функциональных и операционных возможностей школьника, формирование у него необходимых навыков, умений, знаний и др., ведущих к повышению результативности деятельности, созданию «запаса прочности» в процессе оценивания себя. В процессе формирующего воздействия происходит перестройка особенностей личности школьника, прежде всего, его самооценки и мотивации.

3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования

После проведения опытно-экспериментальной работы, реализации психолого-педагогической программы формирования самооценки младших школьников были получены результаты по методике В. Г. Щур «Лесенка». Сравнительный анализ результатов исследования на констатирующем и контрольных этапах эксперимента представлены на

рисунке 6 [Приложение 4, таблица 4].

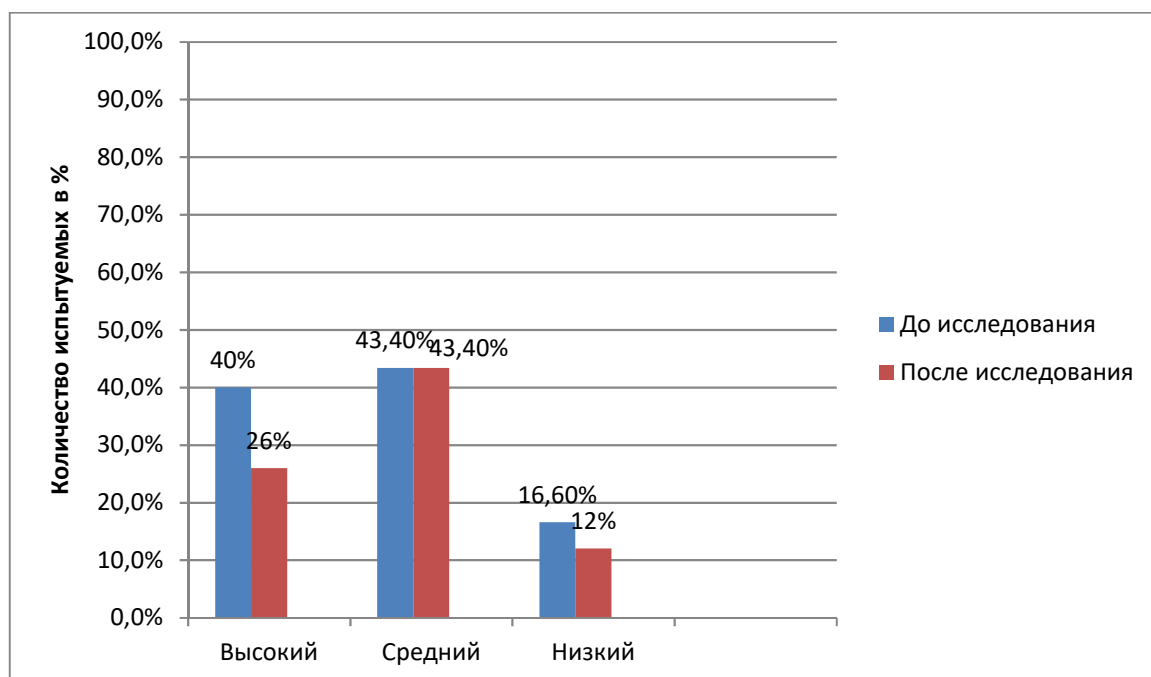


Рисунок 6 – Распределение показателей исследования уровня самооценки младших школьников по методике В. Г. Щур «Лесенка» до и после реализации программы

Анализ полученных данных по методике В. Г. Щур «Лесенка» показал следующие результаты: 26% (8 школьников) – имеют высокий уровень самооценки. Неадекватно завышенная самооценка характеризует нереалистичный уровень притязаний, завышенная самооценка чревата чрезмерными претензиями на внимание к своей персоне и опрометчивыми решениями, возможно самодовольство собой.

Показатели среднего уровня самооценки по методике самооценки личности «Лесенка» у 62% (19 учеников). Средний уровень самооценки характеризуется тем, что идеальный образ представляется достижимым, он побуждает к самовоспитанию, стремлением развить в себе желательные качества. У 12% (3 младших школьника) имеют низкий уровень самооценки.

В результате исследования самооценки младших школьников по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан, были получены следующие результаты (Приложение 4): 31% (9 школьников) –

имеют завышенную самооценку. Завышенная самооценка указывает на определенные отклонения в формировании личности.

Завышенная самооценка может подтверждать личностную незрелость, неумение правильно оценить результаты своей деятельности, сравнивать себя с другими; такая самооценка может указывать на существенные искажения в формировании личности – «закрытости для опыта», нечувствительности к своим ошибкам, неудачам, замечаниям и оценкам окружающих. 55% (17 школьников) – оценивают себя объективно, удостоверяют реалистическую (адекватную) самооценку.

14% (4 школьника) показали низкий уровень самооценки. Возможно, у этих школьников могут возникать проблемы с тревожностью, недооценкой своих способностей. Заниженная самооценка (недооценка себя) свидетельствует о крайнем неблагополучии в развитии личности.

Сравнительный анализ результатов исследования на контрольном этапе эксперимента представлены на рисунке 7 [Приложение 4, таблица 5].

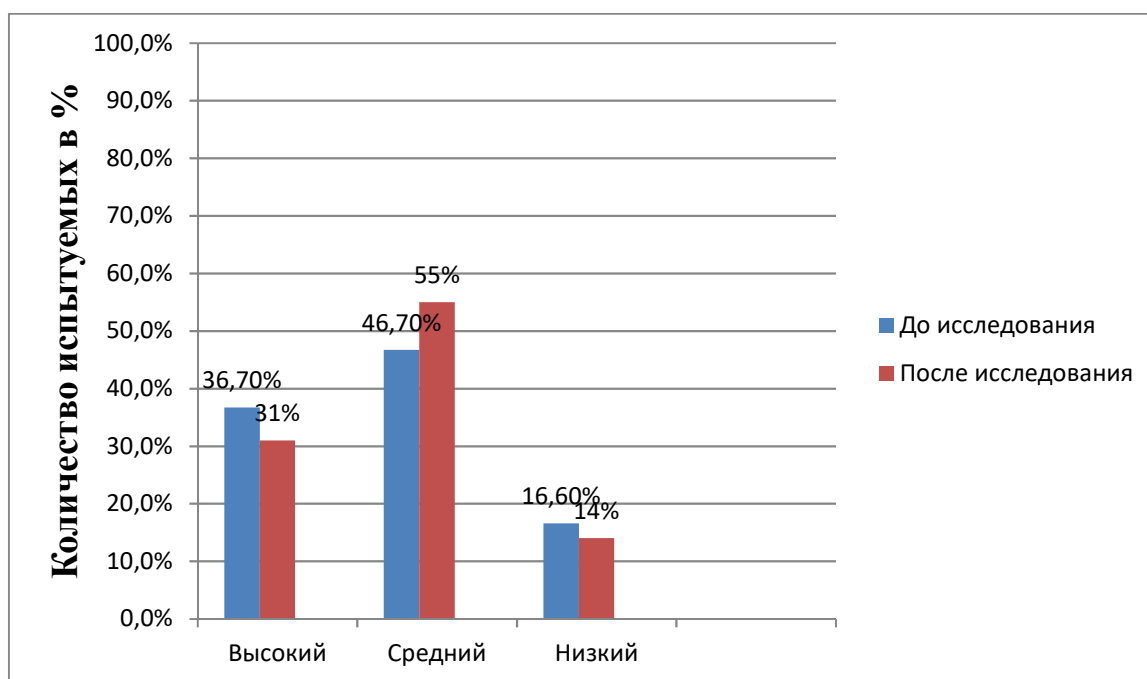


Рисунок 7 – Распределение показателей диагностики уровня самооценки младших школьников по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан до и после реализации программы

Сравнительный анализ результатов исследования уровня самооценки до и после проведения психолого-педагогической программы формирования по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан показал, что уровень самооценки младших школьников изменился. Показатели самооценки высокого, среднего, низкого уровней имеют тенденцию изменения в сторону адекватности самооценки, которая характеризует оптимальное представление ребенка о своих возможностях, что является важным фактором личностного развития. Адекватная самооценка характеризует умение школьника правильно оценивать результаты своей деятельности, преодолевать трудности, ставить перед собой цели, характеризует реальную уверенность в своих силах, возможностях.

Анализ результатов по методике «Какой Я?» (модификация методики О. С. Богдановой) показал, что 23,5% (7 школьников) имеют высокий уровень самооценки личности. Высокие показатели говорят о том, что школьник принимает себя как личность, склонен осознавать себя как носителя позитивных, социально желательных характеристик, в определенном смысле удовлетворен собой, результаты свидетельствуют о достаточном уровне самоуважения. 68,5% (21 школьник) показали средний уровень самооценки.

Эти данные указывают на критическое отношение школьника к самому себе, его неудовлетворенность собственным поведением, уровнем достижений, особенностями личности, недостаточный уровень принятия самого себя. У 8% (2 школьников) – низкий уровень развития самооценки, что свидетельствует о проблемах связанных с ощущением малой ценности своей личности.

Сравнительный анализ результатов исследования на

констатирующем и контрольном этапах эксперимента по методике «Какой Я?» (модификация методики О. С. Богдановой) представлены на рисунке 8 [Приложение 4, таблица 6].

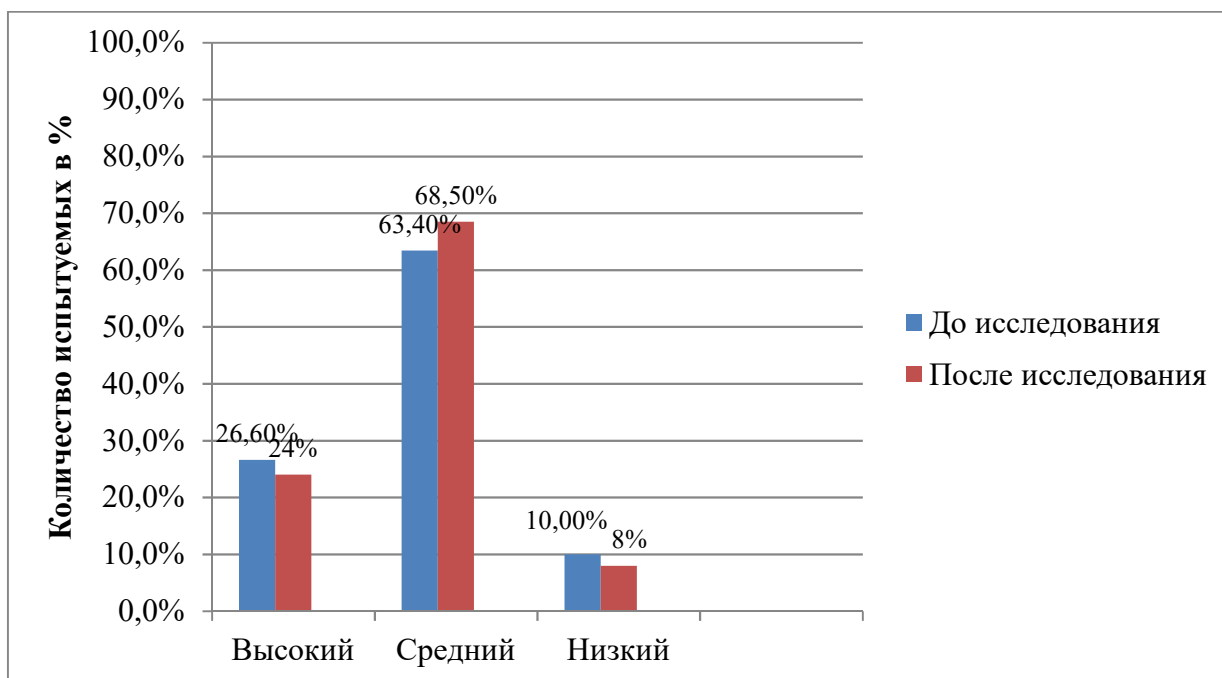


Рисунок 8 – Распределение показателей исследования уровня самооценки личности по методике «Какой Я?» (модификация методики О. С. Богдановой) до и после проведения программы

Для определения эффективности программы формирования самооценки младших школьников был выполнен расчёт T-критерия Вилкоксона показателей по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан.

Сформулируем рабочие гипотезы.

H_0 : интенсивность сдвигов показателя сформированности самооценки младших школьников в направлении увеличения не превосходит интенсивность сдвигов в направлении её уменьшения.

H_1 : интенсивность сдвигов показателя сформированности самооценки младших школьников в направлении увеличения превосходит интенсивность сдвигов в направлении её уменьшения.

$$T_{элт} = 10 + 10 + 10 + 10 = 40$$

где R_r - ранговые значения сдвигов с более редким знаком.

Определяем критические значения T для $n = 30$:

$$T_{кр.} = \begin{cases} 151 (\rho \leq 0,05) \\ 120 (\rho \leq 0,01) \end{cases}$$

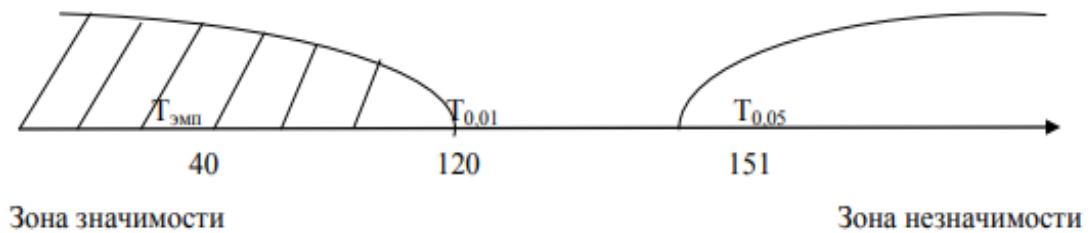


Рисунок 9 – Зона значимости

Эмпирическое значение критерия находится в зоне значимости, поэтому принимается альтернативная гипотеза: интенсивность сдвигов показателя самооценки младших школьников формирования самооценки младших школьников в направлении увеличения не превосходит интенсивность сдвигов в направлении её уменьшения.

Таким образом, гипотеза исследования экспериментально подтверждена: формирование адекватной самооценки младших школьников будет эффективным при реализации опытно-экспериментальной работы, включающей: обоснование и апробацию модели формирования адекватной самооценки младших школьников, внедрение программы формирования адекватной самооценки младших школьников, разработку рекомендаций родителям и педагогам.

3.3 Рекомендации по формированию адекватной самооценки младших школьников

Изучение психологических особенностей каждого ребенка с неадекватной самооценкой (в учебной и общественной деятельности, социальное окружение, интересы, отношение со значимыми взрослыми, ценностные ориентации), а также побеседовать с классными руководителями и родителями, чтобы охарактеризовали этих школьников. Вести дневник наблюдений за этими учениками и отражать в нем их поведение, организованность и включенность в деятельность обучения.

Провести психологическую диагностику на выявление ценностных ориентаций, или смысложизненных ориентаций.

Педагогу-психологу на основании собранной информации об учебной деятельности, дневника наблюдений, данных психодиагностики, нужно проанализировать полученные данные и спланировать работу по психологической коррекции самооценки школьников.

По мнению Е. В. Руденского, основные задачи психокоррекционных групп – совместное исследование, получение знаний о своей личности, её формирование и раскрытие. Многие люди думают, что имеют неструктурированные взаимодействия «здесь и сейчас» с участниками, в ходе которых они узнают о своих внутренних психических процессах и делятся друг с другом глубокими впечатлениями от жизни.

Эта форма работы очень распространена, но отдельные группы, которые обсуждаются ниже, имеют довольно жесткую организацию (например, группы тренинга умений), а члены других групп имеют дело не только с доступным («здесь и сейчас») опытом, но и с опытом прошлым.

Процессы, которые, являются общими для психокоррекционных групп:

- 1) облегчают выражение эмоций;
- 2) создают чувство принадлежности к коллективу;
- 3) побуждают к самораскрытию;
- 4) знакомят с новыми образцами поведения;
- 5) позволяют сопоставить личностные особенности отдельных членов группы;
- 6) способствуют распределению ответственности между руководителем и остальными участниками.

Психокоррекционные группы вполне вероятно поделить на четыре категории: группы организационного развития или решения проблем; группы обучения руководителей и развития межличностных навыков; группы личностного развития; терапевтические группы. На практике цели

этих четырех типов групп совпадают; например, многие классы, ориентированные на результат, также считаются терапевтическими.

Каждая из перечисленных категорий владеет широким внутренним разнообразием: они могут включать получение информации, выполнение конкретных заданий, понимание собственной личности; в них могут поощряться либо жестко просчитанные, либо спонтанные действия; основная роль в определении хода групповых процессов может принадлежать руководителю или же самим членам группы; группы могут различаться по степени структурированности и длительности существования.

Классификация различных типов групп:

— степень, в какой руководитель группы сохраняет за собой доминирующую роль в организации группы и управлении ее работой;

— значение, которое придаётся эмоциональному стимулированию членов группы по сравнению со значением, придаваемым рациональному побуждению к работе.

Образовательная программа, направленная на работу с самооценкой младших школьников, должна быть нацелена на развитие навыков межличностного общения и личностное развитие. В ходе реализации формирующей программы решается ряд задач корректирующих самооценку – это создание чувства принадлежности к коллективу, побуждение к самораскрытию, знакомство с новыми образцами поведения, сопоставление личностных особенностей отдельных членов группы, распределение ответственности между руководителем и остальными участниками. Также проводить просветительскую профилактическую работу по формированию общей психологической культуры, предупреждение нарушений в становлении личности с помощью лекций, бесед, для педагогов и родителей. Темы бесед и лекций: «Возрастные особенности младшего школьного возраста», «Психология личности» и т.д.

Родители должны учитывать сложность данного периода, характерные для этапа гормональной перестройки организма неустойчивость настроения физического состояния и самочувствия, ранимость, неадекватность реакций.

Для родителей школьников с завышенной и низкой самооценкой, важно знать с какие трудности и проблемы могут возникнуть с их детьми в образовательной деятельности, в межличностных отношениях со сверстниками, и внутрисемейных отношениях. В чём причина недовольства собой, безразличия к учебной деятельности, пропусков занятий, лжи, а так же как вести себя, если ребенок не ночует дома, а говорит, что ушёл к друзьям, непослушание, отказ разговаривать с родителями и т.д.

Младший школьный возраст – это возрастной период, который требует особого внимания родителей к тем переменам, которые происходят в этом возрасте, особой гибкости и педагогической тактики, огромного терпения, взвешенности, умения видеть позитивное и истинное в вызывающем поведении своего ребёнка.

Родителям легко распознавать новые потребности и новые способности растущих детей, но гораздо труднее отказаться от «детских» форм контроля, подобрать взаимоприемлемые способы признания взросления младшего школьника. Передача ответственности и свободы действий ребёнку – важная задача «расширения рамок» разрешенного поведения на основе общности моральных ценностей. В связи с этим велико значение родительского примера как модели построения жизни (к примеру, «сначала карьера, потом – семья»), избираемых стратегий преодоления трудностей (избегание, компромисс, сотрудничество).

Эталоны взрослого мужчины, любящего мужа (или ловеласа), разумного отца (или деспота) небезразличны для ребенка, хотя влияние может быть не только прямым – в виде подражания, но и по принципу «отрицательного подражания», т.е. следования противоположной модели

поведения. От родителей требуется готовность по достоинству оценить ростки нового понимающего отношения к взрослому – появление эмпатии, стремление разделить переживания взрослых, помочь, поддержать. Открытости во взаимоотношениях с ребенком в семье нельзя добиться силой, её можно только заслужить. Необходимо способствовать формированию нового уровня самосознания, способности к познанию себя как личности и становлению избирательности интересов, выделению стержневых, постоянных личностных интересов.

Родители должны помнить о таких существенных аспектах развития в младшем школьном возрасте, как:

- ярко выраженная потребность ребенка быть «значимым» в глазах сверстников, утвердиться среди них;

- частое возникновение отклонений самооценки и уровня притязаний в сторону чрезмерного занижения или завышения;

- склонность к немотивированному риску, к неадекватному реагированию (вплоть до попыток суицида) по, казалось бы, незначительным поводам, неумение предвидеть последствия своих поступков;

- повышенная вероятность обострения или возникновения патологических реакций, психических заболеваний.

Таким образом, в психолого-педагогических рекомендациях педагогам, психологам, родителям в формировании адекватной самооценки младшего школьника важно помнить, что оценка своих возможностей формирует адекватное отношение к себе. Это позволяет развивающейся личности намечать пути своего развития, строить самообразовательные планы, формировать способность рассчитывать на свои силы. Человек, обладающий такой способностью, всегда психически уравновешен и нормально развивается в своей среде. Личность с неадекватной оценкой в коллективе чувствует себя неуютно, постоянно ощущает дискомфорт. Она зачастую создает конфликтные ситуации.

Поэтому можно считать, что адекватная самооценка выступает своего рода регулятором поведения в обществе. Адекватную самооценку необходимо формировать непосредственно в процессе обучения.

Вывод по главе 3

Психолого-педагогическая программа формирования самооценки младших школьников была составлена на основе работ таких авторов как: В. М. Астапов, А. И. Захаров, А. М. Прихожан, Е. И. Рогов, Т. И. Яничевой и др. Организация и содержание процесса формирования адекватной самооценки младших школьников направлены на расширение функциональных и операционных возможностей школьника, формирование у него необходимых навыков, умений, знаний и др., ведущих к повышению результативности деятельности, созданию «запаса прочности» в процессе оценивания себя.

В процессе формирующего воздействия происходит перестройка особенностей личности школьника, прежде всего, его самооценки и мотивации.

После проведения опытно-экспериментальной работы, реализации психолого-педагогической программы формирования самооценки младших школьников были получены результаты по методике В. Г. Щур «Лесенка»: 26% (8 школьников) – имеют высокий уровень самооценки; 62% (19 учеников) имеют средний уровень самооценки; 12% (3 младших школьника) имеют низкий уровень самооценки. В результате исследования самооценки младших школьников по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан, были получены следующие результаты: 31% (9 школьников) – имеют завышенную самооценку; 55% (17 школьников) – оценивают себя объективно, удостоверяют реалистическую (адекватную) самооценку. 14% (4 школьника) показали низкий уровень.

Анализ результатов по методике «Какой Я?» (модификация

методики О. С. Богдановой) показал, что 23,5% (7 школьников) имеют высокий уровень самооценки личности; 68,5% (21 школьник) показали средний уровень самооценки 8% (2 школьников) – низкий уровень развития самооценки. Показатели самооценки высокого, среднего, низкого уровней имеют тенденцию изменения в сторону адекватности самооценки, которая характеризует оптимальное представление ребёнка о своих возможностях, что является важным фактором личностного развития. Адекватная самооценка характеризует умение школьника правильно оценивать результаты своей деятельности, преодолевать трудности, ставить перед собой цели, характеризует реальную уверенность в своих силах, возможностях.

В психолого-педагогических рекомендациях педагогам, психологам, родителям в формировании адекватной самооценки младшего школьника важно помнить, что оценка своих возможностей формирует адекватное отношение к себе. Это позволяет развивающейся личности намечать пути своего развития, строить самообразовательные планы, формировать способность рассчитывать на свои силы. Адекватную самооценку необходимо формировать непосредственно в процессе обучения.

Гипотеза исследования экспериментально подтвердилась при использовании метода математической статистики: формирование адекватной самооценки младших школьников будет эффективным при реализации опытно-экспериментальной работы, включающей: обоснование и апробацию модели формирования адекватной самооценки младших школьников, внедрение программы формирования адекватной самооценки младших школьников, разработку рекомендаций родителям и педагогам. Задачи исследования решены, цель исследования достигнута.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

По результатам проведенного исследования можно сделать следующие выводы:

Младший школьный возраст – это период интенсивного формирования самооценки. Самооценка – важнейший механизм регулирования поведения: она играет важную роль в овладении ребенком учебной деятельностью, в реализации его возможностей и способностей, в установлении дружеских отношений со сверстниками. Поэтому в начальных классах следует уделять внимание самооценке детей. Её знания необходимы учителю для построения воспитательного процесса.

Формирование самооценки сопровождает весь ход учебно-познавательной деятельности, то опережая выполнение действий и операций, определяя качество, то перепроверя уже выполненные действия и операции с целью установления их правильности.

В модели формирования адекватной самооценки младших школьников все основные процессы и взаимосвязи и блоки (теоретический, диагностический, формирующий, аналитический) представлены во взаимосвязи и взаимозависимости в виде динамической системы, построенной по иерархическому принципу.

Опытно-экспериментальное исследование формирования самооценки младших школьников проходило в три этапа: констатирующий, формирующий и контрольный.

В работе использовались следующие методы и методики: анализ психолого-педагогической и методической литературы, беседа, наблюдение, тестирование, констатирующий и формирующий эксперименты, тестирование при помощи методик: методики В. Г. Щур «Лесенка», методики Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан и методики «Какой Я?» (модификация методики О. С. Богдановой). Математико-статистический анализ осуществлялся с помощью Т-критерия

Вилкоксона. Данный критерий используется для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых.

В результате исследования были получены следующие результаты. В основном младшие школьники имеют завышенный и средний уровень самооценки по всем методикам. Это объясняется возрастной спецификой школьников, особенностями восприятия картины мира. Достаточно низкий процент учеников имеет низкий уровень самооценки. Данные результаты дали нам основание для разработки программы психолого-педагогического формирования самооценки младших школьников и более глубокого эмпирического исследования данного феномена.

В ходе работы была составлена психолого-педагогическая программа формирования самооценки младших школьников.

В психолого-педагогических рекомендациях педагогам, психологам, родителям в формировании адекватной самооценки младшего школьника важно помнить, что оценка своих возможностей формирует адекватное отношение к себе. Это позволяет развивающейся личности намечать пути своего развития, строить самообразовательные планы, формировать способность рассчитывать на свои силы. Адекватную самооценку необходимо формировать непосредственно в процессе обучения.

Таким образом, гипотеза исследования экспериментально подтвердилась: формирование адекватной самооценки младших школьников будет эффективным при реализации опытно-экспериментальной работы, включающей: обоснование и апробацию модели формирования адекватной самооценки младших школьников, внедрение программы формирования адекватной самооценки младших школьников, разработку рекомендаций родителям и педагогам.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абрамова, Г. С. Возрастная психология [Текст] : учебник и практикум для академического бакалавриата / Галина Абрамова. – 2-е изд., ред. и доб. – Москва : Изд-во Юрайт, 2014. – 811 с.
2. Агафонова, Е. В. Особенности самооценки младших школьников [Текст] / Е. В. Агафонова, В. В. Белева, В. В. Нечепуренко // Сборник статей международной научно-практической конференции. – 2017. – С. 189-191.
3. Акрушенко, А. В. Психология развития и возрастная психология [Текст] : учебное пособие / А. В. Акрушенко, О. А. Ларина, Т. В. Катарьян. – 2-е изд. – Саратов : Научная книга, 2019. – 127 с.
4. Алексеев, Н. Г. Концепция развития исследовательской деятельности учащихся [Текст] / Н. Г. Алексеев, А. В. Леонтович, А. С. Обухов, Л. Ф. Фомина // Исследовательская работа школьников. – 2016. – № 1. – С. 12-16.
5. Алентьева, Е. И. Формирование адекватной самооценки у младших школьников [Текст] / Е. И. Алентьева, Ю. Ю. Курбангалиева, Н. О. Дубченкова // Воспитание. Образование. Школа. – 2014. – № 4. – С.113-118.
6. Баранова, Э. А. Диагностика познавательного интереса у младших школьников и дошкольников [Текст] : учебное пособие / Эльвира Баранова. – Москва : Речь, 2019. – 219 с.
7. Баркова, Н. П. Изучение самооценки младших школьников [Текст] / Н. П. Баркова, Н. И. Аркаева // Молодой ученый. – 2018. – № 26. – С. 148-153.
8. Батюта, М. Б. Особенности влияния стиля семейного воспитания на уровень самооценки младших школьников [Текст] / М. Б. Батюта, Е. В. Сидорина // Современные научные исследования и инновации. – 2017. – № 4. – С. 797-800.

9. Баштовенко, А. В. Особенности развития самооценки в младшем школьном возрасте [Текст] / Анна Баштовенко // Сборник статей Международной научно-практической конференции. – 2017. – С. 53-56.
10. Блонский, П. П. Психология младшего школьника [Текст] / П. П. Блонский; сост. и ред. А. И. Липкина, Т. Д. Марцинковская. – Москва : Воронеж: Изд-во Института практической психологии, 2018. – 575 с.
11. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте [Текст] : учебник для вузов / Леонид Божович. – Москва : Просвещение, 2016. – 400 с.
12. Братусь, Б. С. Смысловая сфера личности. Психология личности в трудах отечественных психологов [Текст] : учебное пособие / Борис Братусь. – Санкт-Петербург : Изд-во Питер, 2017. – 480 с.
13. Валявко, С. М. Современные исследования проблемы самооценки в зарубежной психологии [Текст] / С. М. Валявко, П. А. Жокина // Системная психология и социология. 2016. – № 20. – С. 15-20
14. Витушкина, Э. В. Формирование самооценки младших школьников как фактор достижения личностных результатов образования [Текст] : автореф. дисс. канд. пед. наук / Эмма Витушкина. – Челябинск, 2015. – 23 с.
15. Волчегорская, Е. Ю. Влияние самооценки младшего школьника на его становление [Текст] / Е. Ю. Волчегорская, М. В. Евстропова // Молодой ученый: вызовы и перспективы. – 2016. – С. 34-38.
16. Волчегорская, Е. Ю. Динамика самооценки качества жизни младших школьников [Текст] / Е. Ю. Волчегорская, И. Р. Минимуллина // Психолого-педагогические проблемы личности и социального взаимодействия. – Прага: Vědeckovydatelské centrum «Sociosféra-CZ». – 2013 – С. 77-79.
17. Выготский, Л. С. Психология развития человека [Текст] : учебное пособие / Лев Выготский. – Москва : Смысл; Эксмо, 2016. – 135 с.
18. Выготский, Л. С. Психология развития. Избранные работы

[Текст] : учебное пособие / Лев Выготский. – Москва : ЮРАЙТ, 2019. – 282 с.

19. Габелия, Т. К. Формирование самооценки как условие успешности обучения младших школьников [Текст] / Татьяна Габелия // Сборник статей Международной научно-практической конференции. – 2016. – С. 141-143.

20. Гаврильева, Н. Н. Формирование адекватной самооценки младших школьников [Текст] / Н. Н. Гаврильева, А. П. Бутаева // Актуальные проблемы развития личности в онтогенезе. – 2016. – С. 48-49.

21. Галеева, Е. В. Педагогические условия развития диалогической речи у детей старшего дошкольного возраста [Текст] / Е. В. Галеева, Н. Н. Бартош // Балтийский гуманитарный журнал. – 2016. – Т. 5. – № 2 (15). – С. 127-131.

22. Галушко, И. Г. Влияние оценки на самооценку младшего школьника [Текст] / И. Г. Галушко, В. А. Пономарева, Е. В. Казманина // В сборнике: Организационно-методические аспекты повышения качества образовательной деятельности и подготовки обучающихся по программам высшего и среднего профессионального образования. – 2020. – С. 54-57.

23. Гарькавая, Е. Ю. Опыт формирования самооценки младших школьников [Текст] / Елена Гарькавая // Сборник трудов IV Всероссийской научно-практической конференции. – Педагогический институт Северо-Восточного федерального университета им. М. К. Аммосова. – 2019. – С. 158-161.

24. Гасимова, Н. А. Особенности формирования самооценки младших школьников [Текст] / Наталья Гасимова // Сборник статей XVII Международной научно-практической конференции. – 2018. – С. 125-127.

25. Гилева, Н. С. Факторы, влияющие на становление самооценки младших школьников [Текст] / Наталья Гилева // В сборнике: Наука и общество: проблемы современных исследований. – 2016. – С. 30-32.

26. Горохова, В. С. Формирование самооценки младших

школьников в процессе обучения [Текст] / В. С. Горохова // Материалы региональной научно-практической конференции. – 2017. – С. 68-72.

27. Данилова, А. А. Особенности самооценки младших школьников [Текст] / Анна Данилова // В сборнике: XIX Всероссийская студенческая научно-практическая конференция Нижневартковского государственного университета. – 2017. – С. 317-319.

28. Дедова О. Ю. Опыт формирования я учебного действия самооценки у младших школьников [Текст] / Ольга Дедова // В сборнике: Современное дошкольное и начальное образование: проблемы и тенденции развития. – 2020. – С. 67-69.

29. Дейкина, А. Ю. Познавательный интерес: сущность и проблемы изучения [Текст] / Анна Дейкина. – Москва : Просвещение, 2019. – 258 с.

30. Дубровина, И. В. Психология [Текст] : учебник для студентов средних педагогических учебных заведений / И. В. Дубровина, Е. Е. Данилова, А. М. Прихожан. – 6-е изд., стереотипное – Москва : Академия, 2018.– 496 с.

31. Жокина, П. А. Анализ научных подходов к изучению самооценки и уверенности в себе в зарубежной психологии [Текст] / Полина Жокина // Психолого-педагогическая поддержка детей с ограниченными возможностями здоровья. – 2016. – С. 31-40

32. Жуйкова, И. В. Условия формирования самооценки младшего школьника [Текст] / Ирина Жуйкова // В сборнике: Актуальные проблемы фасилитации межличностных отношений в образовательном процессе. – 2017. – С. 212-220.

33. Захарова, Аида В. Генезис самооценки [Текст] : автореферат доктора психологических наук / Аида Захарова. – Москва, 2015. – 44 с.

34. Каирова, Н. З. Формирование навыков самоконтроля и самооценки у младших школьников [Текст] / Наталья Каирова // Начальная школа. – 2014. – № 8. – С. 42-43.

35. Карпенко А. В. Влияние взаимоотношений в семье на самооценку младших школьников в учебной деятельности [Текст] / А. В. Карпенко, Ю. С. Зирченко // Сборник статей Международной научно-практической конференции. – 2016. – С. 175-179.
36. Кирпичева, Е. В. Психологическая безопасность образовательной среды как условие успешной социализации младших школьников [Текст] / Е. В. Кирпичева, Л. С. Дадиана // Материалы Международной научно-практической конференции «Современному АПК – эффективные технологии». – 2019. – С. 318-319.
37. Кислицкая, Л. А. Самооценка младших школьников [Текст] : учебное пособие / Людмила Кислицкая. – Санкт-Петербург: Питер, 2016. – 320 с.
38. Кобялковская, Т. Н. Педагогические условия формирования самооценки личности у младшего школьника [Текст] / Т. Н. Кобялковская // сборник статей по материалам XI Всероссийской с международным участием научно-практической конференции. – 2020. – С. 156-161.
39. Кон, И. С. Открытие «Я» [Текст] : учебное пособие / Игорь Кон – Москва : Политиздат, 2018. – 367 с.
40. Корепанова, Е. В. Гуманизация взаимоотношений педагога с обучающимися в образовательной среде школы [Текст] / Елена Корепанова // Наука и образование. – 2018. – № 3-4. – С. 15-23
41. Кравчук, К. А. Особенности формирования самооценки у младших школьников [Текст] / Кира Кравчук // Сборник статей по итогам Международной научно-практической конференции. – 2019. – С. 56-58.
42. Кукубаева, А. Х. Пути формирования самооценки и самосознания у младшего школьника [Текст] / А. Х. Кукубаева, Д. Вагнер // Вестник Омского регионального института. – 2018. – № 3. – С. 244-247.
43. Лахин, Р. А. Формирование самооценки младших школьников [Текст] / Р. А. Лахин, Р. С. Давыдова // В сборнике: Молодой исследователь: вопросы науки и практики. – 2020. – С. 12-16.

44. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. [Текст] : учебник для вузов / Алексей Леонтьев. – 2-е изд. – Москва : Политиздат, 2017. – 304 с.
45. Липкина, А. И. Самооценка школьника [Текст] : учебное пособие / Анна Липкина. – Москва : Просвещение, 2014. – 167 с.
46. Лицегевич, Н. Н. Формирование навыков самоконтроля и самооценки младших школьников [Текст] / Николай Лицегевич // Вестник Науки и Творчества. – 2018. – № 12 (36). – С. 45-48.
47. Маркова, А. К. Психология профессионализма / Аэлита Маркова. – Москва : Междунар. гуманитар. фонд «Знание». – 2016. – 308 с.
48. Миронова, Е. Н. Особенности и факторы становления самооценки у младших школьников [Текст] / Е. Н. Миронова, М. Б. Миронова // Сборник статей по материалам V Всероссийской научно-практической конференции. – 2020. – С. 121-125.
49. Михина, Л. Выявление уровня самооценки у младших школьников [Текст] / Л. Михина, С. В. Алехина // В сборнике: Современные направления модернизации российского образования: проблемы и перспективы. – 2016. – С. 203-206.
50. Назранова, К. А. Особенности самооценки младших школьников и возможности её развития [Текст] / Ксения Назранова // Сборник статей Международной научно-практической конференции. – 2018. – С. 100-102.
51. Немов, Р. С. Психология [Текст] : учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Роберт Немов. – 4-е изд. – Москва : ВЛАДОС, 2016. – 688 с.
52. Оралова, А. А. Критерии сформированности адекватной самооценки младших школьников [Текст] / Анна Оралова // В сборнике: Воспитание и обучение в современном культурно-образовательном пространстве начальной школы. – 2020. – С. 79-84.
53. Остапова, С. Н. Развитие навыков самооценки и самоконтроля

[Текст] / Светлана Остапова // Начальная школа. – 2014. – № 12. – С. 42-45.

54. Петренко, Л. В. Формирование самооценки младших школьников [Текст] / Л. В. Петренко, Р. Газизова // Сборник статей Международной научно-практической конференции. – 2016. – С. 174-176.

55. Петрова, И. Н. Социально-психологический тренинг [Текст] : учебное пособие / Ирина Петрова. – Чебоксары : Чуваш. гос. пед. ун-т, 2015. – 105 с.

56. Пивоварова, Н. Л. Формирование самооценки у младшего школьника [Текст] / Нина Пивоварова // В сборнике: Наука, образование, общество: тенденции и перспективы развития. – 2017. – С. 199-200.

57. Пряхина, Е. О. Особенности самооценки младших школьников [Текст] / Елена Пряхина // Постулат. – 2019. – № 8 (46). – С. 43-59.

58. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии [Текст] / Сергей Рубинштейн. – Москва : Питер, 2018. – 705 с.

59. Савостьянова, Л. В. Формирование самооценки младших школьников в условиях реализации ФГОС [Текст] / Людмила Савостьянова // Образование от «А» до «Я». – 2015. – Т. 3. – № 3-3. – С. 75-77.

60. Севостьянова, Е. П. Влияние оценки учителя на самооценку младших школьников [Текст] / Е. П. Севостьянова, Е. П. Разбежкина // Студенческий вестник. – 2017. – № 4-1 (4). – С. 28-31.

61. Сергеева, Б. В. Факторы развития самооценки в младшем школьном возрасте [Текст] / Б. В. Сергеева, Т. К. Габелия // Международный журнал экспериментального образования. – 2016. – № 1. – С. 128-132.

62. Сопочкина, О. А. Особенности самооценки младших школьников [Текст] / Ольга Сопочкина // В сборнике: Современная образовательная среда: теория и практика. – 2018. – С. 105-106.

63. Спиркин, А. Г. Сознание и самосознание [Текст] / Александр Спиркин. – Москва : Политиздат, 2016. – 303 с.

64. Степанова, С. С. Особенности оценки и самооценки младших школьников [Текст] / Светлана Степанова // Материалы VI Всероссийской студенческой научно-практической конференции с международным участием. – 2017. – С. 61-63.
65. Столяренко, Л. Д. Основы психологии. Практикум [Текст] : для студентов вузов / Людмила Столяренко. – 2. изд., доп. и перераб. – Ростов н/Д : Феникс, 2014. – 703 с.
66. Сумина, Д. А. Исследование самооценки младших школьников [Текст] / Дарья Сумина // В сборнике: Тенденции развития профессионального образования в современном мире. – 2020. – С. 127-129.
67. Терещенко, Е. С. Самооценка в структуре личности младшего школьника [Текст] / Елена Терещенко // Бакалавр. – 2017. – № 3-4 (28-29). – С. 31-34.
68. Топилина, Н. В. Специфика познавательной самооценки младших школьников [Текст] / Нина Топилина // В сборнике: Достижения вузовской науки: от теории к практике. – 2018. – С. 39-45.
69. Троицкая, И. Ю. Специфика самооценки в младшем школьном возрасте [Текст] / И. Ю. Троицкая, Т. Н. Петрова // Молодой ученый. – 2017. – № 6 (140). – С. 207-209.
70. Троицкая, И. Ю. К проблеме преемственности в реализации образовательных стандартов на ступенях дошкольного и начального образования [Текст] / И. Ю. Троицкая, Е. Н. Рогожина // Государственные образовательные стандарты. – 2015. – С. 127-132.
71. Фадеева, О. А. Формирование адекватной самооценки младших школьников [Текст] / Ольга Фадеева // Экономика и социум. – 2019. – № 1-2 (56). – С. 132-135.
72. Фомина, Л. Ю. Что влияет на формирование самооценки младших школьников [Текст] / Людмила Фомина // Начальная школа плюс до и после. – 2018. – № 5. – С. 44-45.
73. Харайданова, Ж. И. Диагностика самооценки младших

школьников [Текст] / Жанна Харайданова // В сборнике: Актуальные проблемы развития личности в онтогенезе. – 2018. – С. 105-107.

74. Чернавских, Е. Е. Формирование самооценки младших школьников [Текст] / Елена Чернавских // В книге: Молодежь XXI века: образование, наука, инновации. – 2019. – С. 125-126.

75. Юденкова, И. В. Влияние оценки учителя на формирование самооценки младших школьников [Текст] / И. В. Юденкова, Д. Н. Бежаева // Молодой ученый. – 2016. – № 19. – С. 409-410.

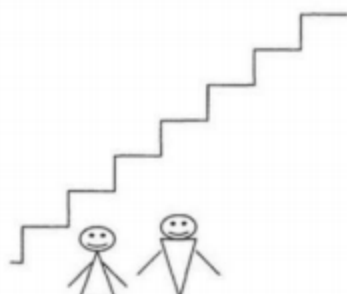
76. Яковлева, М. В. Психолого-педагогическая коррекция самооценки младших школьников [Текст] / Мария Яковлева // Научно-методический электронный журнал Концепт. – 2015. – № 10. – С. 151-155.

77. Яшкова, А. Н. Особенности самооценки младших школьников [Текст] / А. Н. Яшкова, Е. В. Голубева // Актуальные проблемы и перспективы развития современной психологии. – 2019. – № 1. – С. 236-240.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методики диагностики самооценки младших школьников

Методика «Лесенка» В. Г. Щур (методика изучения представлений ребенка об отношениях к нему других людей)



Цель: определить особенности самооценки ребенка (как общего отношения к себе) и представлений ребенка о том, как его оценивают другие люди.

Материалы и оборудование: Рисуем на листе бумаги лестницу из 10 ступенек.

Инструкция: Показываем ребенку лесенку и говорим, что на самой нижней ступеньке стоят самые плохие мальчики и девочки. На второй – чуть-чуть получше, а вот на верхней ступеньке стоят самые хорошие, добрые и умные мальчики и девочки. На какую ступеньку поставил бы ты себя? Нарисуй себя на этой ступеньке. Можно нарисовать 0, если ребенку трудно нарисовать человечка. А на какую тебя поставят мама, учитель?»

Обработка и анализ результатов:

Обращается внимание, на какую ступеньку ребенок сам себя поставил. Считается нормой, если дети ставят себя на ступеньку «очень хорошие» и даже «самые хорошие» дети. Положение на любой из нижних ступенек (а тем более на самой нижней) говорит не об адекватной оценке, а об отрицательном отношении к себе, неуверенности в собственных силах. Это серьезное нарушение структуры личности, которое может привести к депрессии, асоциальности.

Об отношении родителей к ребенку и их требованиях говорят ответы на вопрос, куда их поставят взрослые. Для ощущения чувства защищенности ребенка важно, чтобы кто-то поставил его на самую высокую ступеньку.

Признаком неблагополучия, как в структуре личности ребенка, так и в его отношениях с близкими взрослыми являются ответы, в которых они ставят его на нижние ступеньки. Однако при ответе на вопрос: «Куда тебя поставит учительница?» – помещение на одну из нижних ступеней нормально и может служить доказательством адекватной, правильной самооценки, особенно в том случае, если ребенок действительно плохо себя ведет и часто получает замечания от воспитателя.

В старшем дошкольном и младшем школьном возрастах подавляющее большинство детей считают себя «хорошими» и помещают себя на верхние ступеньки лесенки. При этом, как показывают данные В. Г. Щур, дети, поставившие себя на самую верхнюю ступеньку (т.е. причислившие себя к самым лучшим), практически никогда не могут обосновать такую самооценку. Дети же, не считающие себя самыми хорошими, подходили к оценке себя более объективно и критично и объясняли свой выбор различными причинами, например: «Я все-таки иногда балуюсь», «Я очень много вопросов задаю» и др.

Как правило, отношение других людей к ребенку воспринимается им достаточно дифференцированно: дети считают, что близкие взрослые (мама, папа, дедушка,

бабушка, а также учитель) по-разному относятся к ним.

Наиболее важным для понимания сложившейся у ребёнка самооценки является соотношение оценок «за себя» и «за маму». Благополучным является вариант, когда дети считают, что мама поставит их на самый верх лесенки, а сами себя ставят немного ниже – на вторую-третью ступеньку сверху. Такие дети, ощущая твердую поддержку со стороны наиболее значимых взрослых, уже выработали способность достаточно критически подходить к оценке себя как личности. Их автор методики называет «самыми благополучными».

Другой вариант – высокое мнение ребенка о себе совпадает с мнением мамы. Такая ситуация может быть характерна для детей:

- действительно благополучных;
- инфантильных (все оценки размещаются на самой верхней ступеньке, но при этом нет обоснованных, развернутых формулировок, поясняющих такое приписывание);
- «компенсирующих» (выдающих желаемое за действительное).

И еще один вариант – дети ставят себя выше, чем, как они полагают, поставила бы их мама.

Автор методики считает такую ситуацию неблагоприятной для развития личности ребенка, так как расхождение оценок замечено ребенком и несет для него страшный смысл – его не любят.

По данным В. Г. Щур, прогнозируемая ребенком низкая оценка со стороны матери во многих случаях бывает связана с наличием в семье более маленьких детей, которые, по убеждению испытуемых, будут помещены мамой на самую верхнюю ступеньку.

Вместе с тем именно для таких детей чрезвычайно важно, чтобы их позиция на верхней ступеньке была подкреплена кем-то из взрослых. В этой ситуации целесообразно задать вопрос: «А кто из близких все-таки поставит тебя на самую верхнюю ступеньку?» И, как правило, у каждого ребенка находится кто-то из окружающих людей, для кого он «самый хороший». Чаще всего это папа или бабушка и дедушка, даже если ребенок встречается с ними довольно редко. Если же дети не ожидают высокой оценки ни от кого из близких взрослых, они заявляют, что на самую высокую ступеньку их поставит друг или подруга.

Для младших школьников важно также выяснить прогнозируемую ребенком оценку со стороны учителя и проанализировать объяснения ребенка по этому поводу.

- 1-4 ступенька - низкий уровень самооценки (заниженная);
- 5-7 ступенька - средний уровень самооценки (правильный);
- 8-10 ступенька - высокий уровень самооценки (завышенная).

Подобным образом можно попросить ребенка оценить такие характеристики, как «умный-глупый», «добрый-злой» и т.д.

Методика исследования самооценки личности по Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан

Цель: Выявить уровень самооценки младших школьников. Проведение исследования.

Инструкция. Любой человек оценивает свои способности, возможности, характер, ум, способности и т.д. Уровень развития каждого качества, со стороны человеческой личности можно условно изобразить вертикальной линией, нижняя точка которой будет символизировать самое низкое развитие, а верхняя – наивысшее.

Вам предлагаются семь таких линий.

Они обозначают:

- 1) здоровье;

- 2) ум, способности;
- 3) характер;
- 4) авторитет у сверстников;
- 5) умение многое делать своими руками, умелые руки;
- 6) внешность;
- 7) уверенность в себе.

На каждой линии чертой (-) отметьте, как вы оцениваете развитие у себя этого качества, стороны вашей личности в данный момент времени. После этого крестиком (x) отметьте, при каком уровне развития этих качеств, сторон вы были бы удовлетворены собой или почувствовали «гордость за себя».

Испытуемому выдается бланк, на котором изображено семь линий, высота каждой – 100 мм, с указанием верхней, нижней точек и середины шкалы. При этом верхняя и нижняя точки отмечаются заметными чертами, середина – едва заметной точкой.

Методика может проводиться как фронтально – с целым группой, так и индивидуально. При фронтальной работе необходимо проверить, как каждый испытуемый заполнил первую шкалу. Надо убедиться, правильно ли применяются предложенные значки, ответить на вопросы. После этого испытуемый работает самостоятельно. Время, отводимое на заполнение шкалы вместе с чтением инструкции, 10-12 мин.

Обработка и интерпретация результатов. Обработка проводится по семи шкалам. Каждый ответ выражается в баллах. Как уже отмечалось ранее, длина каждой шкалы 100 мм, в соответствии с этим ответы испытуемых получают количественную характеристику (например, 54 мм=54 баллам).

1. По каждой из семи шкал определить: а. уровень притязаний – расстояние в мм от нижней точки шкалы («0») до знака «х»; б. высоту самооценки – от «0» до знака «-»; с. значение расхождения между уровнем притязаний и самооценкой – расстояние от знака «х» до знака «-», если уровень притязаний ниже самооценки, он выражается отрицательным числом.

2. Рассчитать среднюю величину каждого показателя уровня притязаний и самооценки по всем семи шкалам.

Уровень притязаний. Норму, реалистический уровень притязаний, характеризует результат от 60 до 89 баллов. Оптимальный – сравнительно высокий уровень – от 75 до 89 баллов, подтверждающий оптимальное представление о своих возможностях, что является важным фактором личностного развития.

Результат от 90 до 100 баллов обычно удостоверяет нереалистическое, некритическое отношение испытуемых к собственным возможностям. Результат менее 60 баллов свидетельствует о заниженном уровне притязаний, он — индикатор неблагоприятного развития личности. Высота самооценки. Количество баллов от 45 до 74 («средняя» и «высокая» самооценка) удостоверяют реалистическую (адекватную) самооценку. Количество баллов от 75 до 100 и выше свидетельствует о завышенной самооценке и указывает на определенные отклонения в формировании личности.

Завышенная самооценка может подтверждать личностную незрелость, неумение правильно оценить результаты своей деятельности, сравнивать себя с другими; такая самооценка может указывать на существенные искажения в формировании личности – «закрытости для опыта», нечувствительности к своим ошибкам, неудачам, замечаниям и оценкам окружающих. Количество баллов ниже 45 указывает на заниженную самооценку (недооценку себя) и свидетельствует о крайнем неблагополучии в развитии личности. Эти испытуемые составляют «группу риска», их, как правило, мало.

За низкой самооценкой могут скрываться два совершенно разных психологических явления: подлинная неуверенность в себе и «защитная», когда декларирование (самому себе) собственного неумения, отсутствия способности и тому

подобного позволяет не прилагать никаких усилий.

Методика «Какой Я?» (модификация методики О. С. Богдановой)

Цель: выявление уровня осознанности нравственных категорий и адекватности оценки наличия у себя нравственных качеств.

Детям предлагается выписать из данных качеств те, которые есть у них в два столбика:

А	Б
аккуратный	драчливый
вежливый	злой
честный	ленивый
добрый	упрямый
любопытный	невнимательный
отзывчивый	неаккуратный
справедливый	грубый
трудолюбивый	жадный
старательный	завистливый
верный	нечестный

Обработка данных. Учитель определяет самооценку каждого ребенка (завышенная, адекватная, заниженная) по формуле:

$$I = \frac{K}{A}$$

0

где КА – количество слов, выбранных ребенком из столбика А.

$$2 = \frac{K}{B}$$

0

где КБ – количество слов, выбранных ребенком из столбика Б.

Если $K1 \geq 0,6$, $K2 \leq 0,3$, то самооценка завышена,

$K1 \leq 0,3$, $K2 \geq 0,6$, то самооценка занижена,

$K1 \approx K2 \approx 0,4 - 0,6$, то самооценка адекватна.

Универсальные учебные действия нравственно-этического оценивания.

Задание на норму справедливого распределения.

Цель: выявление ориентации ребенка на моральное содержание ситуации и усвоения нормы справедливого распределения.

Возраст: дошкольная ступень (6,5-7 лет)

Оцениваемые УУД: действия нравственно-этического оценивания – выделение морального содержания ситуации; ориентация на норму справедливого распределения как основания решения моральной дилеммы.

Форма (ситуация оценивания): индивидуальное обследование ребенка

Метод оценивания: беседа

Описание задания (в этом случае и во всех последующих пробах): ребенку зачитывают рассказ, затем задают вопросы. Пол персонажа рассказа варьируется в зависимости от пола исследуемого ребенка. Для мальчиков – главный герой – мальчик, для девочек – соответственно, девочка. В случае необходимости текст задания – моральной дилеммы – зачитывается повторно.

Текст задания:

Представь себе, что однажды ты и другой мальчик (девочка), Ваня (Аня), гуляли по площадке в детском саду. Вам захотелось поиграть. Вы подошли к воспитательнице и попросили ее принести вам игрушки. Когда она вернулась, то принесла с собой 3 игрушки, дала их тебе и сказала «Играйте».

1. Как ты поступишь в этой ситуации? (что ты сделаешь в этой ситуации?).
2. Почему ты так сделаешь?

Критерии оценивания:

1. Способ решения моральной дилеммы – принятие нормы справедливого распределения как основания поведения (ответ на вопрос № 1)
2. Осознание нормы, лежащей в основе ситуации (ответ на вопрос № 2). Возможно выделение и вербализация (осознание) нормы ребенком уже при ответе на вопрос № 1).
3. Уровень моральных суждений как показателя развития морального сознания (ответ на вопрос № 2).

Показатели уровня выполнения задания:

Уровни освоения нормы справедливого распределения:

Варианты ответов на 1 вопрос:

- 1) Эгоцентризм, ориентация только на свои желания, игнорирование сверстника – взять все игрушки себе, со сверстником не делится, указывает на свои желания (я возьму себе, я больше хочу играть»).
- 2) Ориентация на норму справедливого распределения, но ее выполнение предполагает приоритет собственных интересов: поделить в неравной пропорции: две игрушки себе, одну сверстнику (эгоцентризм).
- 3) Ориентация на норму справедливого распределения и интересы партнера, готовность к альтруистическому действию – поделить игрушки таким образом, что одну оставляет себе, две отдает сверстнику.
- 4) Отдать все три игрушки сверстнику (альтруизм). Решение об эгоцентризме или альтруизме основывается на аргументации, данной ребенком:
 - а) другой ребенок как более нуждающийся с выделением качеств «слабого» (альтруизм),
 - б) другой ребенок как более авторитетный, властный, сильный, драчливый и т.п. (эгоцентризм).
- 5) Осознанная ориентация на норму справедливого распределения и поиск способов ее реализации. Ребенок предлагает поделить по одной игрушке, с третьей – играть по очереди или вместе. Совместная игра («нужно вместе играть, тогда будет общая») или правило очередности («пусть сначала один поиграет со второй машинкой, а потом второй поиграет»).

Уровни осознания нормы:

Варианты ответа на 2 вопрос:

- 1 – норму не называет;
- 2 – называние нормы через описание действий (например «всем надо давать игрушки»);
- 3 – называние нормы («надо делиться с другими»).

Уровень моральных суждений (по Л. Кольбергу):

1. Стадия «власть и авторитет» – указание на власть («воспитательница

накажет», «мама заругает», «сверстник отнимет»).

2. Стадия инструментального обмена («в другой раз он мне даст-не даст игрушки»).

3. Стадия межличностной комфортности («обидится, не будет дружить, я хороший, а с хорошими дружат»).

4. Стадия «закон и порядок» – формулирование нормы как правила, которому необходимо следовать всем («нужно делиться с другими», «должно всем достаться поровну»).

Задание на усвоение нормы взаимопомощи.

Цель: выявление уровня усвоения нормы взаимопомощи. Оцениваемые УУД: действия нравственно-этического оценивания – выделение морального содержания ситуации; учет нормы взаимопомощи как основания построения межличностных отношений.

Возраст: дошкольное образование (6,5-7 лет).

Форма (ситуация оценивания): индивидуальное обследование ребенка.

Метод оценивания: беседа

Текст задания: Мама, уходя на работу, напомнила Андрею (Лене), что ему надо есть на обед. Она попросила его помыть посуду после еды, потому что вернется с работы уставшей. Андрей поел и сел смотреть мультфильмы, а посуду мыть не стал. Вечером пришли с работы мама и папа. Мама увидела грязную посуду. Вздохнула и стала мыть посуду.

Андрею стало грустно, и он ушел в свою комнату.

— Почему Андрею (Лене) стало грустно?

— Правильно ли поступил Андрей (Лена)?

— Почему?

— Как бы ты поступил на месте Андрея (Лены)?

Критерии оценивания:

1. Ориентация на эмоции и чувства героя в выделении морального содержания ситуации (ответ на вопрос № 1).

2. Решение моральной дилеммы (ответ на вопрос № 4).

3. Ориентация на норму взаимопомощи (ответы на вопросы № 2 и 3). Возможно выделение и вербализация нормы ребенком уже при ответе на вопрос № 1).

4. Уровень моральных суждений (ответ на вопрос №3).

5. Выделение установки ребенка на просоциальное поведение (ответ на вопрос № 2).

Уровни выделения морального содержания поступка:

Варианты ответов на вопрос № 1:

— ребёнок не выделяет моральное содержание рассказа - нет адекватного ответа, не знаю. Ориентировка на связь эмоций Андрея и невыполненного поручения отсутствует;

— ребёнок ориентируется на связь эмоций матери и Андрея, но еще не выделяет морального содержания рассказа («грустно, потому что мама вздохнула»);

— ребёнок выделяет моральное содержание рассказа, ориентируясь на чувства героев. Указывает на невыполненную просьбу матери («ему грустно, потому что мама его попросила, а он не сделал»). Ориентировка на связь эмоций Андрея и невыполненной просьбы мамы;

— ребёнок выделяет моральное содержание рассказа и дает ответ с указанием причины негативных эмоций героя – невыполнения нормы взаимопомощи («Грустно, потому что нужно помогать, когда тебя просят»). Уровни ориентации на просоциальное поведение.

Варианты ответов на вопрос №2:

— установка на просоциальное поведение отсутствует – нет ответа,

неадекватная оценка поведения;

— неустойчивая ориентация на просоциальное поведение – ответ «и верно, и неверно»;

— принятие установки на просоциальное поведение – указание на неправильное поведение героя.

Уровни развития моральных суждений:

Варианты ответа на вопрос № 3:

— указание на власть и авторитет «мама (папа) накажет»;

— инструментальный обмен – «не дадут мультики смотреть»;

— межличностная комфортность, «не будет больше просить, обидится; «хорошие так не делают»;

— называет норму как обязательное правило – «надо помогать».

Уровни решения моральной дилеммы:

Варианты ответа на вопрос № 4:

— нет выделения морального содержания ситуации - нет ответа;

— отсутствует ориентация на выполнение нормы («поступил бы как Андрей (Лена); возможно, добавление развлекательных действий («поиграл», «попрыгал»);

— ориентация на норму взаимопомощи как основание поступка («помыл бы посуду», «помог бы маме помыть посуду», «старшим надо помогать»).

Для уровня начальной школы показателями благополучия морального развития будут:

— ориентация на чувства и эмоции героев (грустно, вздохнула) как показатель денитрации, (учет позиции матери);

— установка на просоциальное поведение;

— уровень развития моральных суждений – конвенциональный уровень, 3 стадия межличностной комфортности («пай мальчик»).

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Результаты исследования самооценки младших школьников

Таблица 1 – Результаты диагностики самооценки младших школьников на контрольном этапе исследования по методике «Лесенка» В. Г. Щур

№ п/п	Показатель Самооценки		№ п/п	Показатель Самооценки	
	г	С		г	С
1.	0.64	В	16.	0.50	С
2.	0.68	В	17.	0.71	В
3.	0.46	С	18.	0.22	Н
4.	0.74	В	19.	0,22	Н
5.	0.36	С	20.	0.62	В
6.	0.74	В	21.	0.16	Н
7.	0,90	В	22.	0.49	С
8.	0,84	В	23.	0.41	С
9.	0.74	В	24.	0.17	С
10.	0.92	В	25.	0.19	Н
11.	0.41	С	26.	0.34	С
12.	0.47	В	27.	0.37	С
13.	0.35	С	28.	0.37	С
14.	0.21	Н	29.	0.17	Н
15.	0.84	В	30.	0.28	С

Условные обозначения: В – высокий уровень; С – средний уровень; Н – низкий уровень.

Таблица 2 – Результаты диагностики самооценки младших школьников на контрольном этапе исследования по методике «Самооценка личности» Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан

№	Признаки	Здоровье	Уровень	Умственная способность	Уровень	Характер	Уровень	Автор у сверстников	Уровень	Умелые руки	Уровень	Внешность	Уровень	Уверенность в себе	Уровень	Средние значения	Уровень
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1.	Оценка Притязания Разность	50 85 35	С	55 100 45	С	70 90 20	В	93 100 7	В	50 95 45	С	98 100 30	В	70 100 30	В	69 4 95	Н
2.	Оценка Притязания Разность	60 98 38	С	55 98 44	С	45 98 55	Н	55 55 0	С	75 98 23	В	55 98 43	С	55 98 43	С	57 77 35	С
3.	Оценка Притязания Разность	90 100 10	В	85 100 15	В	70 90 20	В	65 97 32	С	62 95 33	С	70 98 28	В	70 98 28	В	73 8 96	В
4.	Оценка Притязания Разность	85 100 15	В	55 85 30	С	55 75 20	С	88 90 2	В	88 98 10	В	93 100 7	В	93 100 7	В	71 2 86	В
5.	Оценка Притязания Разность	50 75 25	С	35 85 50	Н	65 90 25	С	55 65 10	С	58 70 12	С	75 90 15	В	75 90 15	В	55 4 79	Н
6.	Оценка Притязания Разность	45 100 55	Н	55 100 45	С	50 60 10	С	40 70 30	Н	40 100 60	Н	50 90 30	С	50 50 0	С	47 1 81	С
7.	Оценка Притязания Разность	45 80 35	Н	65 95 30	С	93 100 7	В	75 95 20	В	95 100 5	В	97 100 3	В	97 100 3	В	77 1 94	В
8.	Оценка Притязания Разность	50 98 48	С	70 98 28	В	90 98 8	В	98 98 0	В	60 90 30	С	92 100 8	В	98 98 0	В	79 97 17	В

Продолжение таблицы 2

9.	Оценка Притязания Разность	55 85 30	C	55 85 30	C	68 98 30	B	45 75 30	H	80 100 20	B	95 100 5	B	95 100 5	B	63 2 91	C
10.	Оценка Притязания Разность	75 100 25	B	50 75 25	C	65 100 35	C	70 100 30	B	65 90 25	C	55 10 45	C	65 100 35	C	63 5 95	C
11.	Оценка Притязания Разность	45 70 25	H	50 90 30	C	48 48 0	H	30 50 20	H	65 65 0	C	60 65 15	C	70 70 0	B	52 5 65	C
12.	Оценка Притязания Разность	60 98	C	55 75	C	50 50	C	50 50	C	85 98	B	65 65	C	98 98	B	66 4	H
13.	Оценка Притязания Разность	35 90 55	H	35 90 55	H	45 90 45	H	45 95 50	H	50 95 45	C	50 95 35	C	35 95 55	C	49 93 5	H
14.	Оценка Притязания Разность	75 100 25	B	75 100 25	B	60 90 30	C	100 10	B	75 100 25	B	75 100 25	B	75 100 25	B	74 2 97	B
15.	Оценка Притязания Разность	60 85 15	C	60 85 15	C	63 100 37	C	55 75 20	C	75 100 25	B	75 100 25	B	75 100 25	B	66 193 5	C
16.	Оценка Притязания Разность	45 80 35	H	50 80 30	C	45 65 20	H	55 65 10	C	60 65 5	C	45 60 15	C	30 80 50	H	47 1 70	C
17.	Оценка Притязания Разность	80 98 18	B	55 75 20	C	90 98 8	B	80 98 18	B	65 80 15	C	65 80 15	C	90 98 8	B	75 89 5	B
20.	Оценка Притязания Разность	80 98 18	B	55 75 20	C	90 98 8	B	80 98 18	B	65 80 15	C	65 80 15	C	90 98 8	B	75 89 5	B

Продолжение таблицы 2

21.	Оценка Притязания Разность	55 98 43	C	65 85 20	C	70 70 0	B	70 78 8	B	55 80 45	C	60 75 15	C	45 98 53	C	60 83 26	C
22.	Оценка Притязания Разность	50 80 30	C	55 75 20	C	50 70 20	C	60 60 0	C	60 85 25	C	65 70 15	C	45 85 50	H	55 75 23	C
23.	Оценка Притязания Разность	60 80 30	C	60 80 30	C	70 90 20	B	80	B	50 80 30	C	80 90 10	B	80 90 10	B	69 84 17	C
24.	Оценка Притязания Разность	45 70 25	H	45 75 30	H	65 65 0	C	68 73 5	B	70 80 10	B	69 70 1	B	85 85 0	B	63 74 10	C
25.	Оценка Притязания Разность	95 100 5	B	80 100 20	B	90 100 10	B	10	C	90 100 10	B	10 0 10	B	100 100 0	B	94 100 6	B
26.	Оценка Притязания Разность	45 93 48	H	47 93 46	H	47 93 46	H	60 93 33	C	98 93 -5	B	85 10 0	B	100 93 -7	H	69 94 25	C
27.	Оценка Притязания Разность	50 95 48	C	70 98 28	B	45 80 35	H	60 60 0	C	80 98 18	B	50 50 0	C	60 98 38	C	59 83 23	C
28.	Оценка Притязания Разность	90 100 10	B	100 100 0	B	70 95 25	B	65 10 0	C	90 100 10	B	75 95 20	B	75 100 20	B	81 99 17	B
29.	Оценка Притязания Разность	75 100 25	B	60 100 40	C	55 100 45	C	80	B	43 100 57	H	63 10 0	C	35 65 30	H	59 95 36	C
30.	Оценка Притязания Разность	75 93 18	B	50 80 20	C	75 60 -15	B	90 98 -8	B	85 85 0	B	70 70 0	B	95 95 0	B	77 83 15	B

Таблица 3 – Результаты диагностики самооценки младших школьников на контрольном этапе исследования по методике «Какой Я?» (модификация О. С. Богдановой)

№ п/п	Показатели Самооценки	
1.	0,7	ЗАВ
2.	0,5	А
3.	0,4	А
4.	0,6	А
5.	0,9	ЗАВ
6.	0,5	А
7.	0,6	А
8.	0,4	А
9.	0,4	А
10.	0,6	А
11.	0,6	А
12.	0,80	ЗАВ
13.	0,5	А
14.	0,6	А
15.	0,3	ЗАН
16.	0,6	А
17.	0,4	А
18.	0,6	А
19.	0,9	ЗАВ
20.	0,7	ЗАВ
21.	0,6	А
22.	0,6	А
23.	0,5	А
24.	0,5	А
25.	0,11	ЗАВ
26.	0,14	ЗАВ
27.	0,6	А
28.	0,2	ЗАН
29.	0,85	ЗАВ
30.	0,1	ЗАН

Условные обозначения: Зав - завышена, Зан - занижена, А – адекватна

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Программа формирования адекватной самооценки младших школьников

В психолого-педагогических исследованиях различными авторами (В. М. Астапов, А. И. Захаров, А. М. Прихожан, Е. И. Рогов, Т. Яничева и др.) разрабатывались коррекционные программы, направленные на психолого-педагогическое формирование самооценки младших школьников. На основе программ этих авторов нами была разработана психолого-педагогическая программа по формированию адекватной самооценки младших школьников.

Цель формирующей программы – сформировать у младшего школьника оптимальный уровень адекватной самооценки.

Задачи формирующей программы:

1. Актуализировать проблему самооценки.
2. Помочь осознать сущность самооценки (символическая актуализация или преобразование).
3. Выработать новые стратегии поведения в ситуациях, травмирующих самооценку младшего школьника.

Психолого-педагогическая программа формирования самооценки построена в соответствии тремя этапами, которые взаимосвязаны:

Этап 1: обучение младшего школьника приёмам и методам овладения своим волнением, повышенной тревожностью.

Этап 2: расширение функциональных и операционных возможностей школьника, формирование у него необходимых навыков, умений, знаний и др., ведущих к повышению результативности деятельности, созданию «запаса прочности» в процессе оценивания себя.

Этап 3: перестройка особенностей личности школьника, прежде всего, его самооценки и мотивации. Одновременно необходимо проводить работу с семьёй ребенка и его учителями с тем, чтобы они могли выполнять свою часть формирующего воздействия.

Форма и объём занятий: программа включает в себя 8 занятий продолжительностью 45 минут (1 урок). Занятия проходят 3 раза в неделю.

Структура занятий: количество участников группы - не более 20 человек (в данном случае две группы по 15 человек).

Данная программа предназначена для работы с младшими школьниками «группы риска» (с завышенным уровнем самооценки). Для данной группы характерно:

— на физиологическом уровне проявляется в усилении сердцебиения, учащении дыхания, повышении давления, возрастание общей возбудимости;

— на эмоциональном уровне – переживание превосходства, всеильности, защищённости, затруднения в принятии решений, резкие перепады настроения, эйфория, неадекватное восприятие себя и своих успехов в социуме;

— на поведенческом уровне – бесцельное хождение по помещению, качание на стуле, стук пальцами по столу, теребление волос, кручение в руках разных предметов, демонстрация неуважения окружающих, игнорирование правил в играх, вербальная агрессия в адрес сверстников.

Методы и приёмы, используемые в проведение данной программы:

— ситуационно-ролевые, деловые и развивающие игры. Упражнения и игровые элементы, соответствующие темам занятий;

— арт-терапевтические методы (изо-терапия, танцевальная терапия, сказкотерапия);

— групповое обсуждение или дискуссия (направленное обсуждение, целью которого является формирование участниками группы выводов, необходимых для последующей работы, ненаправленное обсуждение с целью вербализации опыта);

— психогимнастические упражнения, направленные на снижение психоэмоционального напряжения и раскрепощение участников в начале занятия.

Занятия по формированию оптимального адекватного уровня самооценки у младших школьников проводятся в групповой форме.

Цель групповой работы состоит в восстановлении психического единства личности младшего школьника посредством нормализации её межличностных отношений. Необходимым условием групповых занятий является закрытый характер группы, при необходимости повторного проведения программы, можно включать в группу других.

Процесс групповой динамики состоит из нескольких фаз:

В первой фазе – ориентации группы, происходит эмоциональное объединение детей и появление у них однородных стремлений. В этой фазе возможно возникновение критического периода в жизни группы – её эмоционального расторможения.

Во второй фазе – дифференциации группы, оформляются статусные различия, симпатии и антипатии детей. В данной фазе возможно появление другого критического периода, обусловленного отражением в группе конфликтных ситуаций детей в жизни.

В третьей фазе – интеграции группы, отмечается стабилизация её структуры, сплочение детей и развитие коллективных отношений, что способствует формированию оптимального адекватного уровня самооценки младших школьников.

Следует отметить наличие кодекса в группе (ритуала общения), который состоит из нескольких правил:

- каждый член группы подчиняется её законам;
- всё неприятное и злое оставить за дверью, но если принёс с собой, то должен обсудить со всеми;
- если кому-то больно, не делать ещё больнее;
- помогать друг другу в тяжёлых ситуациях, стараться понять того, кто рядом;
- не терять чувство юмора;
- не выносить за пределы группы происходящее в ней;
- не опаздывать;
- не бояться ошибок, не ругаться, не причинять другим физическую боль.

Предлагаемая программа психолого-педагогического формирования самооценки младших школьников предназначена для работы с младшими школьниками с заниженной и завышенной самооценкой.

1. Вводная часть предназначена для знакомства с группой и активизацию на дальнейшую работу.

2. Основная часть нацелена на точность межличностного восприятия, на обращение к личности ребенка, его самосознанию, самооценке через стимуляцию самовоспитания к самосовершенствованию личности, а также на раскрытие нравственных аспектов поведения младшего школьника.

3. Заключительная часть: подведение итогов совместной работы, ритуал прощания.

Занятие 1

Вводная часть.

Цель: познакомить всех участников программы друг с другом, подготовить их к дальнейшей совместной работе.

Задачи: создать атмосферу доверительных и доброжелательных отношений, дать

представление о значении общения в жизни человека. В игровой форме познакомить участников между собой.

Игра «Дракон кусает свой хвост»

Цель. Снятие напряженности, развитие сплоченности группы.

Упражнение-разминка «Карандаши»

Цель: создать атмосферу доверительных и доброжелательных отношений.

Упражнение «Надувная кукла»

Цель: упражнение направлено на преодоление скованности и напряженности участников группы, на тренировку мышечного расслабления.

Занятие 2

Краткий рассказ школьникам о том, чем им предстоит заниматься на этом занятии. Цель занятия: развить способность к проявлению активности, инициативности и самостоятельности.

Упражнения «Спутанные цепочки»

Цель: создание положительного настроения участников на работу в группе.

Игра «Комплименты»

Цель: Помочь ребенку увидеть свои положительные стороны; дать почувствовать, что его понимают и ценят другие.

Упражнение «Надувная кукла»

Цель: упражнение направлено на преодоление скованности и напряженности участников группы, на тренировку мышечного расслабления.

Рефлексия (обратная связь), собственная оценка происходящему, обмен мнениями, опыт, полученный на занятии, закрепление позитивного состояния и ритуал прощания.

Занятие 3

Эмоциональный блок. Теоретическая часть.

Цель: Познакомить школьников с психической природой человека: ощущением, восприятием, чувством, а также с базовыми эмоциями человека (негативными и позитивными).

Практическая часть.

Цель: Практическими приемами и упражнениями развить умения дифференцировать свои эмоции, прислушиваться к ощущениям собственного тела, его потребностям и возможностям. Развить умение рефлексивных навыков, а также работа с негативом и закрепление позитива.

Цель: развитие умений социальной сензитивности (точность межличностного восприятия).

Упражнение «Угадай эмоцию»

Цель: развивать умения восприятия невербальной информации, свидетельствующей об эмоциональных состояниях, так и навыки экспрессивного поведения.

Занятие 4

Цель занятия: развивать умение социальной сензитивности (точность межличностного восприятия)

Упражнение-разминка «Карандаши»

Цель: создать атмосферу доверительных и доброжелательных отношений.

Упражнение «Назови и покажи».

Цель. Определение и передача эмоциональных состояний, выраженных при

помощи мимики.

Упражнение «Скульптор и глина»

Цель: умение выражать свои эмоции и чувства, развитие эмпатии, сплывающий эффект от упражнения.

Занятие 5

Цель занятия: развивать умение социальной сензитивности (точность межличностного восприятия), развить умение рефлексивных навыков.

Разминка «Спутанные цепочки»

Цель: создание положительного настроения участников на работу в группе.

Игра «Назови эмоцию»

Цель: развить умение рефлексивных навыков, а также работа с негативом и закрепление позитива.

Игра «Замороженные»

Цель: тренировать навыки саморегуляции, эмоциональной устойчивости в ситуациях социального взаимодействия.

Занятие 6

Поведенческий блок. Выработать и скорректировать формы межличностного взаимодействия, развить способность гибко реагировать на ситуацию, научить адекватному поведению в различных условиях и разных группах.

Цель занятий: развитие умений социальной рефлексии. Развитие умений взаимодействия.

Игра «Покажи понятие»

Цель: тренировать навыки межличностного взаимодействия.

Игра «Самосуд»

Цель: развить умение рефлексивных навыков.

Занятие 7

Краткий рассказ младшим школьникам о том, чем им предстоит заниматься на этом занятии.

Цель занятия: развивать умение социальной рефлексии. Развитие навыков взаимодействия.

Упражнение «Животные»

Цель: творческое взаимодействие с другими членами группы.

Игра-упражнение «Мусорное ведро»

Школьники запоминают свои негативные мысли, неприятные случаи, истории, ситуации. Изображают их на бумаге, а затем сминают листы и выбрасывают их в ведро (забывая это навсегда).

«Надувная кукла»

Цель: упражнение направлено на тренировку мышечного расслабления.

Занятие 8

Когнитивный блок. Теоретическая часть. Направлена на овладение определёнными социально-психологическими знаниями. Познакомить младших школьников с понятиями: развитие, саморазвитие, самосовершенствование, самовоспитание личности, раскрыть нравственные аспекты самооценки человека.

Практическая часть. Центральная задача – сформировать у младших школьников «Я-концепцию», самосознание, развить коммуникативные способности,

рефлексивные навыки, а также умение адекватно воспринимать себя и окружающих.

Цель занятий: развитие способности к эмоциональной и поведенческой саморегуляции, сотрудничеству, адекватному проявлению активности, инициативе и самостоятельности.

Упражнение «Зеркало»

Цель: раскрытие своего «Я», формирование стремления к самосовершенствованию.

Упражнение «Ситуация»

Цель: развивать умения самостоятельно, принимать верные решения.

Упражнение «Как мне это здорово удастся»

Цель: развивать умение адекватно воспринимать себя.

Занятие 9

Цель занятия: развивать способность к эмоциональной и поведенческой саморегуляции, сотрудничеству, адекватному проявлению активности, инициативе и самостоятельности, умение уверенно отстаивать свою позицию в конфликтных ситуациях, не переходя ни к агрессии, ни к пассивно-зависимому поведению.

Упражнение «Автопортрет»

Цель: развивать умение адекватно воспринимать себя.

Упражнение «Зубы дареного коня».

Цель: развивать способности к эмоциональной и поведенческой саморегуляции.

Занятие 10

Заключительная часть. Активизировать младших школьников на дальнейшее конструктивное взаимодействие, закрепление рефлексивных умений. Цель последнего этапа: подведение итогов работы. Рефлексия (обратная связь), собственная оценка происходящему, обмен мнениями, опыт, полученный на занятиях, закрепление позитивного состояния, соотношения целей и результатов, полученных на занятиях, ритуал прощания.

Упражнение «Чемодан»

Цель: дать участникам обратную связь, продемонстрировать их достижения и недоработки.

Таким образом, программа психолого-педагогического формирования самооценки младших школьников была составлена на основе работ таких авторов как: В. М. Астапов, А. И. Захаров, А. М. Прихожан, Е. И. Рогов, Т. И. Яничевой и др.

Организация и содержание процесса формирования адекватной самооценки младших школьников направлены на расширение функциональных и операционных возможностей школьника, формирование у него необходимых навыков, умений, знаний и др., ведущих к повышению результативности деятельности, созданию «запаса прочности» в процессе оценивания себя. В процессе формирующего воздействия происходит перестройка особенностей личности школьника, прежде всего, его самооценки и мотивации.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Результаты опытно-экспериментального исследования формирования адекватной самооценки младших школьников

Таблица 4 – Результаты диагностики самооценки младших школьников на контрольном этапе исследования по методике «Лесенка» В. Г. Щур

№ п/п		Показатели Самооценки		№ п/п		Показатели Самооценки	
		r	с			r	с
1	А.Н.	0.62	В	20	П.Т.	0.74	В
2	А.К.	0.24	С	21	П.А.	0.24	С
3	А.И.	0.32	С	22	П.Н.	0.2	С
4	А.А.	0.68	В	23	С.Е.	0.78	В
5	Б.О.	0.30	С	24	С.С.	0.33	С
6	Б.В.	0.34	С	25	С.Ф.	0.11	Н
7	Б.Л.	0,74	В	26	У.В.	0.36	С
8	Б.С.	0.26	С	27	Ф.А.	0.26	С
9	Г.А.	0.40	С	28	Ф.С.	0.37	С
10	Е.В.	0.78	В	29	Ч.О.	0.16	Н
11	Е.Т.	0.34	С	30	Ш.Ю.	0.42	С
12	И.К.	0.42	С				
13	К.С.	0.26	С				
14	К.О.	0.13	Н				
15	Л.А.	0.76	В				
16	М.Н.	0.36	С				
17	М.А.	0.82	В				
18	Н.Т.	0.34	С				

Условные обозначения: В – высокий уровень; С – средний уровень; Н – низкий уровень.

Таблица 5 – Результаты диагностики самооценки младших школьников на контрольном этапе исследования по методике «Самооценка личности» Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан

№	\ признаки уровень Код ребенка, оценка, притязания, \	здоровье	уровень	Умств способн.	Уровень	характер	уровень	Автор.у сверстн.	Уровень	Умелые руки	уровень	Внешнос.	Уровень	Уверен. В себе	уровень	Средние значения	уровень
1	А.Н. оценка притязания разность	45 100 55	Н	55 100 45	С	50 60 10	С	40 70 30	Н	40 100 60	Н	50 90 30	С	50 50 0	С	47. 1 81.	С
2	А.К. оценка притязания разность	75 100 25	В	60 100 40	С	55 100 45	С	80 100	В	43 100 57	Н	63 100	С	35 65 30	Н	58. 7 95 36.	С

Продолжение таблицы 5

3	А.И. оценка притязания разность	90 100 10	В	85 100 15	В	70 90 20	В	65 97 32	С	62 95 33	С	70 98 28	В	70 98 28	В	73. 8 96	В
4	А.А. оценка притязания разность	85 100 15	В	55 85 30	С	55 75 20	С	88 90 2	В	88 98 10	В	93 100 7	В	93 100 7	В	71. 2 86	В
5	Б.О. оценка притязания разность	50 85 35	С	55 100 45	С	70 90 20	В	93 100 7	В	50 95 45	С	98 100 30	В	70 100 30	В	69. 4 95	Н
6	Б.В. оценка притязания разность	45 100 55	Н	55 100 45	С	50 60 10	С	40 70 30	Н	40 100 60	Н	50 90 30	С	50 50 0	С	47. 1 81	С
7	Б.Л. оценка притязания разность	55 85 30	С	55 85 30	С	68 98 30	В	45 75 30	Н	80 100 20	В	95 100 5	В	95 100 5	В	63. 2 91	С
8	Б.С. оценка притязания разность	50 98 48	С	70 98 28	В	90 98 8	В	98 98 0	В	60 90 30	С	92 100 8	В	98 98 0	В	79 97 17	В
9	Г.А. оценка притязания разность	55 85 30	С	55 85 30	С	68 98 30	В	45 75 30	Н	80 100 20	В	95 100 5	В	95 100 5	В	63. 2 91	С
10	Е.В. оценка притязания разность	75 100 25	В	50 75 25	С	65 100 35	С	70 100 30	В	65 90 25	С	55 10 45	С	65 100 35	С	63. 5 95	С
11	Е.Т. оценка притязания разность	45 70 25	Н	50 90 30	С	48 48 0	Н	30 50 20	Н	65 65 0	С	60 65 15	С	70 70 0	В	52. 5 65	С
12	И.К. оценка притязания	60 98	С	55 75	С	50 50	С	50 50	С	85 98	В	65 65	С	98 98	В	66. 4	Н
13	К.С. оценка притязания разность	35 90 55	Н	35 90 55	Н	45 90 45	Н	45 95 50	Н	50 95 45	С	50 95 35	С	35 95 55	С	49 93. 5	Н
14	К.О. оценка притязания разность	75 100 25	В	75 100 25	В	60 90 30	С	90 100 10	В	75 100 25	В	75 100 25	В	75 100 25	В	74. 2 97	В
15	Л.А. оценка притязания разность	60 85 15	С	60 85 15	С	63 100 37	С	55 75 20	С	75 100 25	В	75 100 25	В	75 100 25	В	66. 193 5	С
16	М.Н. оценка притязания разность	45 80 35	Н	50 80 30	С	45 65 20	Н	55 65 10	С	60 65 5	С	45 60 15	Н	30 80 50	Н	47. 1 70	С

Продолжение таблицы 5

17	М.А. оценка притязания разность	80 98 18	В	55 75 20	С	90 98 8	В	80 98 18	В	65 80 15	С	65 80 15	С	90 98 8	В	75 89. 5	В
20	Н.Т. притязания разность	98 18	В	75 20	С	98 8	В	98 18	В	80 15	С	80 15	С	98 8	В	89. 5	В
21	П.Т. оценка притязания разность	55 98 43	С	65 85 20	С	70 70 0	В	70 78 8	В	55 80 45	С	60 75 15	С	45 98 53	Н	60 83.4 26.2	С
22	П.А. оценка притязания разность	50 80 30	С	55 75 20	С	50 70 20	С	60 60 0	С	60 85 25	С	65 70 15	С	45 85 50	Н	55 75 22.8	С
23	П.Н. оценка притязания разность	60 80 30	С	60 80 30	С	70 90 20	В	80 90 10	В	50 80 30	С	80 90 10	В	80 90 10	В	68.5 84.2 17.1	С
24	С.Е. оценка притязания разность	45 70 25	Н	45 75 30	Н	65 65 0	С	68 73 5	В	70 80 10	В	69 70 1	В	85 85 0	В	63 74 10.1	С
25	С.С. оценка притязания разность	95 100 5	В	80 100 20	В	90 100 10	В	10 0 10	С	90 100 10	В	10 0 10	В	100 100 0	В	93.5 100 6.42	В
26	С.Ф. оценка притязания разность	75 100 25	В	75 100 25	В	60 90 30	С	90 10 10	В	75 100 25	В	75 10 0	В	75 100 25	В	74.2 97.	В
27	У.В. оценка притязания разность	60 85 15	С	60 85 15	С	63 100 37	С	55 75 20	С	75 100 25	В	75 10 0	В	75 100 25	В	66.1 935	С
28	Ф.А. оценка притязания разность	50 80 30	С	55 75 20	С	50 70 20	С	60 60 0	С	60 85 25	С	65 70 15	С	45 85 50	Н	55 75 22.8	С

29	Ф.С.		Н		Н		Н	45	Н		С		С		С		Н
	оценка	35		35		45		95		50		50		35		49	
	притязания	90		90		90		50		95		95		95		93.5	
	разность	55		55		45				45		35		55			
30	Ш.Ю.		С		С		В		В		С		В		В		С
	оценка	60		60		70		QO		50		80		80		68.5	
	притязания	80		80		90		10		80		90		90		84.2	
	разность	30		30		20				30		10		10		17.1	

Таблица 6 – Результаты диагностики самооценки младших школьников на контрольном этапе исследования по методике «Какой Я?» (модификация О. С. Богдановой)

№Код испытуемого	Показатели самооценки	
1	А.Н.	0,7 ЗАВ
2	А.К.	0,6 А
3	А.И.	0,5 А

Продолжение таблицыб

4	А.А.	0,5	А
5	Б.О.	0,9	ЗАВ
6	Б.В.	0,5	А
7	Б.Л.	0,6	А
8	Б.С.	0,4	А
9	Г.А.	0,5	А
10	Е.В.	0,4	А
11	Е.Т.	0,4	А
12	И.К.	0,80	ЗАВ
13	К.С.	0,4	А
14	К.О.	0,6	А
15	Л.А.	0,2	ЗАН
16	М.Н.	0,4	А
17	М.А.	0,5	А
18	Н.Т.	0,6	А
19	Н.Т.	0,9	ЗАВ
20	П.Т.	0,7	ЗАВ
21	П.А.	0,5	А
22	П.Н.	0,6	А
23	С.Е.	0,4	А
24	С.С.	0,4	А
25	С.Ф.	0,11	ЗАВ
26	У.В.	0,3	ЗАН
27	Ф.А.	0,4	А
28	Ф.С.	0,5	А
29	Ч.О.	0,85	ЗАВ
30	Ш.Ю.	0,6	А

Условные обозначения: Зав. – завышена, Зан. – занижена, А – адекватна

Таблица 7 – Математическая обработка результатов опытно-экспериментального исследования. Сравнение уровней самооценки по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан с помощью Т-критерия Вилкоксона

№ п/п	Уровень самооценки до формирующего воздействия	Уровень самооценки после формирующего воздействия	Сдвиг	Абсолютное значение	R
1	26	24	-2	2	10
2	19	14	-5	5	28
3	30	26	-4	4	25
4	22	24	2	2	10
5	10	4	-6	6	29,5
6	25	24	-1	1	3
7	27	23	-4	4	25

Продолжение таблицы 7

8	14	12	-2	2	10
9	19	16	-3	3	19
10	25	24	-1	1	3
11	12	11	-1	1	3
12	17	16	-3	3	19
13	27	25	-2	2	10
14	20	14	-6	6	29,5
15	23	25	2	2	10
16	11	7	-4	4	25
17	27	24	-3	3	19
18	19	16	-3	3	19
19	22	24	2	2	10
20	13	9	-4	4	25
21	27	24	-3	3	19
22	15	13	-2	2	10
23	16	18	2	2	10
24	13	11	-2	2	10
25	26	23	-3	3	19
26	25	24	-1	1	3
27	27	23	-4	4	25
28	14	12	-2	2	10
29	19	16	-3	3	19
30	25	24	-1	1	3