



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

**Психолого-педагогическая коррекция неадекватной самооценки
младших школьников**
Выпускная квалификационная работа по направлению
44.04.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность программы магистратуры
«Психолого-педагогическое консультирование»
Форма обучения заочная

Проверка на объем заимствований:

72,65% авторского текста

Работа рекомендована к защите
рекомендована/не рекомендована

« 9 » 02 2023 г.

зав. кафедрой ТиПП

О.А. Кондратьева Кондратьева О.А.

Выполнила:

Студентка группы ЗФ-310-270-2-1

Ефремочкина Татьяна Владимировна

Научный руководитель:

к. п. н., доцент, доцент

Барышникова Елена Викторовна

Челябинск

2023

ОГЛАВЛЕНИЕ

| | |
|--|-----|
| ВВЕДЕНИЕ..... | 3 |
| ГЛАВА 1. ТЕОРИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ НЕАДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ | |
| 1.1 Состояние проблемы исследования психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников в психолого-педагогической литературе..... | 7 |
| 1.2 Особенности развития самооценки младших школьников..... | 17 |
| 1.3. Модель психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников | 29 |
| ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ НЕАДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ | |
| 2.1 Этапы, методы и методики исследования..... | 39 |
| 2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента..... | 45 |
| ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ НЕАДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ | |
| 3.1 Программа психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников | 52 |
| 3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования..... | 60 |
| 3.3 Технологическая карта внедрения результатов исследования психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников..... | 64 |
| ЗАКЛЮЧЕНИЕ..... | 74 |
| СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ..... | 78 |
| ПРИЛОЖЕНИЯ 1 Методики диагностики самооценки младших школьников..... | 88 |
| ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты констатирующего эксперимента..... | 93 |
| ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Программа психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников | 96 |
| ПРИЛОЖЕНИЕ 4 Результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников | 110 |
| ПРИЛОЖЕНИЕ 5 Технологическая карта внедрения результатов исследования психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников | 114 |

ВВЕДЕНИЕ

Младший школьный возраст является периодом интенсивного формирования самооценки, что обусловлено включением ребенка в новую общественно значимую и оцениваемую деятельность, существенным расширением круга общения.

Формирование самооценки зависит и от самостоятельной оценки результатов собственной деятельности ребенка, и от оценок со стороны окружающих людей. Но решающее влияние на формирование самооценки у младших школьников оказывают оценка их учебной деятельности и поведения учителями. Это объясняется тем, что учитель для детей младшего школьного возраста выступает авторитетом, поэтому его оценка очень значима.

Актуальность темы исследования обусловлена тем, что школьная успеваемость определяет социальную роль ребенка в группе сверстников, от чего зависят его самочувствие и психологический комфорт. Таким образом, школьная успеваемость представляет собой фактор самого непосредственного формирования самооценки младшего школьника.

Очень важно, чтобы в младшем школьном возрасте сформировалась адекватная самооценка, так как именно адекватная самооценка лежит в основе формирования у ребенка уверенности в себе и в своих возможностях, выступает основанием для развития личной полноценности и компетентности. Неадекватная же самооценка (как завышенная, так и заниженная) препятствует раскрытию и реализации возможностей и способностей ребенка, ведет к возникновению внутренних конфликтов, нарушений общения и в целом свидетельствует о неблагоприятном развитии личности ребенка.

В психологических исследованиях, как российских, так и зарубежных, проблема самооценки не обделена вниманием. Наиболее полную разработку ее теоретические аспекты нашли в отечественной

психологии в трудах сначала Б.Г. Ананьева, Л.И. Божович, И.С. Кона, М.И. Лисиной, А.И. Липкиной; в зарубежной психологии – У.Джемса, Ч.Кули, Дж.Мида, Э.Эриксона, К. Роджерса и других. Самооценка рассматривается этими учеными как важнейшее личностное образование, принимающее непосредственное участие в регуляции человеком своего поведения и деятельности, как автономная характеристика личности, ее центральный компонент, отражающий личное пространство внутреннего мира человека.

Актуальность исследования определила тему нашей работы: «Психолого-педагогическая коррекция неадекватной самооценки младших школьников».

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить психолого-педагогическую коррекцию неадекватной самооценки младших школьников.

Объект исследования: неадекватная самооценка младших школьников.

Предмет исследования: психолого-педагогическая коррекция неадекватной самооценки младших школьников.

Гипотеза исследования: уровень самооценки младших школьников изменится если:

- разработать и реализовать модель психолого-педагогической коррекции, состоящей из теоретического, диагностического, коррекционно-развивающего и аналитического блоков;

- разработать и реализовать программу психолого-педагогической коррекции, включающей беседу, игры, упражнения.

Задачи исследования.

1. Проанализировать состояние проблемы исследования психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников в психолого-педагогической литературе.

2. Охарактеризовать особенности развития самооценки младших школьников.

3. Разработать модель психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников.

4. Охарактеризовать этапы, методы и методики исследования.

5. Дать характеристику выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента.

6. Разработать и реализовать программу психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников.

7. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования.

8. Составить и реализовать технологическую карту внедрения результатов исследования психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников.

Для решения поставленных задач нами были использованы методы и методики научно-педагогического исследования.

Методы исследования:

1. Теоретические: анализ, обобщение, синтез, моделирование, целеполагание.

2. Эмпирические: констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование.

3. Психодиагностические: методики «Лесенка» В.Т. Щур, «Определение эмоциональной самооценки» А.В. Захарова, тест-опросник «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалева.

4. Математико-статистические: Т–критерий Вилкоксона.

Научная новизна исследования: разработана модель исследования психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников.

Теоретическая значимость исследования: обобщение психолого-педагогической литературы по проблеме коррекции неадекватной самооценки младших школьников.

Практическая значимость: разработана программа психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников, а также технологическая карта внедрения результатов исследования в практику

Исследование проводилось на базе КГУ «Асенкритовская общеобразовательная школа акимата района Беимбета Майлина» Управления образования акимата Костанайской области, Республика Казахстан, в исследовании принимали участие младшие школьники 3 класса в количестве 16 человек.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ НЕАДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

1.1 Состояние проблемы исследования психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников в психолого-педагогической литературе

Самооценка является основой формирования личности и связана со всеми основными центральными образованиями личности. В ней отображается то, что человек знает о себе от окружающих, и его собственная активность, которая направлена на осознание своей деятельности и личных качеств, и свойств. Оценивание себя человеком считается более поздним образованием в его системе мировосприятия. Но, несмотря на это, в структуре личности самооценка занимает особо важное место. Самооценка – это не то, что дано изначально личности, это приобретенное, сформированное в процессе жизнедеятельности каждого человека [31, с. 56].

Самооценка личности ребенка является регулятором поведения, напрямую оказывая влияние на его внутреннее состояние, на его деятельность, поведение и взаимоотношения в социуме [2, с. 41].

Неадекватно сформированная самооценка ведет к серьезным личностным и коммуникативным проблемам. Умение оценивать себя и свои поступки начинает формироваться в раннем детстве, а развитие его происходит в течение всей жизни человека. Младший школьный возраст – важный период для осознания ребенком своих мотивов и своих потребностей в мире человеческих отношений [11, с. 77].

Поэтому особенно важным в этот период является закладывание основы для формирования дифференцированной адекватной самооценки. Завышенная самооценка, так же, как и заниженная, по мнению большинства ученых, нуждается в самом пристальном внимании со

стороны педагогов и родителей. Завышенная самооценка кроме своего положительного влияния, проявляющееся в уверенности ребенка, оказывает и отрицательное влияние, при котором может наблюдаться повышенный эгоизм, наплевательское отношение к точке зрения или мнению окружающих, переоценка собственных сил и способностей [12, с.102].

Проблема самооценки – как одного из важнейших личностных образований, в наше время становится одной из самых популярных и важных в психологии и педагогике тем. Особенное внимание уделяется самооценки в младшем школьном возрасте, потому что именно в этот период идет её становление [16, с. 16].

Если изучать научную литературу, то можно увидеть, что самооценка является неотъемлемой частью «Я–концепции». Самооценка – это знание человека о самом себе и отношении к себе в их единстве [19, с. 35].

Центральной характеристикой любой личности является «Я–концепция». Развитие гармоничной личности невозможно без формирования у ребенка представления о себе как человеке, способном к свободному самостоятельному выбору, принятию на себя ответственности за свои поступки, к постоянной работе по реализации своих возможностей, по развитию своей индивидуальности [4, с. 40].

Основными средствами и приемами самооценки являются: самоанализ, самоотчет, самоконтроль, сравнение [1, с. 222].

Отличительной особенностью самооценки младшего школьника является её высокий уровень. Самооценка младшего школьника пластична и может изменяться от самого высокого уровня до уровня адекватного, в зависимости от оценок взрослых и сверстников. Но у заниженной или даже низкой самооценки есть риск таковой и остаться. [26, с. 16] Поэтому очень важным является не только диагностика самооценки и поддержания адекватного оценивания со стороны, но и своевременная психолого-

педагогическая коррекция в младшем школьном возрасте, так как он является наиболее сенситивным для формирования адекватной дифференциальной самооценки.

В психологическом словаре Р.С. Немова психолого-педагогическая коррекция рассматривается как система мероприятий, направленных на исправление недостатков психики или поведения человека с помощью специальных средств психолого–педагогического воздействия [49, с. 39].

Одна из первых серьезных попыток изучить такой термин как «самооценка» и особенности ее формирования была предпринята американским психологом и философом Уильямом Джеймсом, который посвятил многие свои работы разработке проблематики «Я» [20, с. 200].

Интересовались также и многие отечественные психологи формированием самооценки, ее характеристикой, функциями и связью с другими психическими проявлениями в жизни. С.Л. Рубинштейн видел в самооценке, которая прочно связана с самосознанием человека, в первую очередь основу личности, которая строится и на оценке людьми индивида, и на оценивании самим этим индивидом окружающих. По мнению психолога, в основе самооценки лежат ценности, которые определяют, на внутриличностном уровне, механизмы саморегуляции и самоконтроля человеком своего поведения и деятельности [62, с. 206].

А.И. Липкина считает, что самооценка – это оценивание самого себя, своих качеств, возможностей и места среди других людей [45, с. 27].

В.Ф. Сафин в своих работах исследует устойчивость самооценки и механизм ее сохранения. В каждом из этих экспериментальных исследований, проводимых автором, ставятся и решаются также вопросы теории самооценки. В них разрабатываются вопросы о социально–психологической природе и нравственной основе самооценки, ее структуры и роли в психической жизни личности [68, с. 120].

По утверждению И.С. Кона самооценка человека – это когнитивные схемы, которые обобщают прошлый опыт личности и организуют,

структурируют новую информацию относительно данного аспекта «Я» [36, с. 130].

Р. Бернс предлагает рассмотреть самооценку в структуре «Я–концепции», которая связана с самооценкой как совокупностью установок «на себя» и представляет собой сумму всех представлений индивида о самом себе и определяется как «совокупность всех представлений индивида о себе, связанных с их оценкой» [7, с. 35].

К интересному выводу приходит Л.В. Бороздина, считая, что самооценка – это наличие критической позиции индивида по отношению к тому, чем он владеет, это оценка с точки зрения определенной системы ценностей [9, с. 57].

И.И. Чеснокова пишет о том, что под самооценкой принято понимать интериоризированный (формирующий внутреннюю структуру человеческой психики) механизм социальных контактов, ориентаций и ценностей, который преобразуется в оценку личности самой себя, своих возможностей, качества и места среди других людей [84, с. 35].

По мнению А.В. Захаровой: самооценка является формой отражения человеком самого себя как особого объекта познания, репрезентирующей принятые ценности, личностные смыслы, меру ориентации на общественно выработанные требования к поведению и деятельности [28, с. 25].

Самооценка отражается в ситуации самооценивания. Она представляет собой интеллектуально–рефлексивное действие: личность рассматривает себя, свои поступки и качества как объект оценки и одновременно является носителем данных качеств, т.е. активным субъектом [17, с. 121].

В зарубежной психологии самооценку рассматривают в структуре «Я–концепции», которая определяется как «совокупность всех представлений индивида о себе, сопряженная с их оценкой» [80, с. 65].

В содержание «Я–концепции» входят:

Образ «Я» – совокупность представлений и мнений индивида о самом себе.

Самооценка – аффективная оценка этого представления, которая может обладать различной интенсивностью, поскольку конкретные черты образа «Я» могут вызывать более или менее сильные эмоции, связанные с их принятием или осуждением.

Потенциальная поведенческая реакция, то есть те конкретные действия, которые могут быть вызваны образом «Я» и самооценкой [51, с. 44].

З. Фрейд представляет человека как управляемое сексуальностью и агрессией существо, чьи подавленные инстинкты вытеснены в подсознание. Реально человек не осознает себя, а также истинной причины и мотивов своих чувств и поступков. Поэтому З. Фрейд мало говорит о самооценке и в основном связывает ее с функцией «супер-Эго» [80, с. 62].

Отечественные психологи, рассматривая самооценку, в первую очередь подчеркивают важность деятельности человека. По А.Н. Леонтьеву, самооценка является одним из существенных условий, благодаря чему индивид становится личностью. Она выступает у индивида как мотив и побуждает его соответствовать уровню ожиданий и требований окружающих и уровню собственных притязаний [44, с. 53].

По мнению А.И. Липкиной, самооценка – это оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей [45, с. 47]. От самооценки зависят взаимоотношения человека с окружающими, его критичность, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам. Тем самым самооценка влияет на эффективность деятельности человека и дальнейшее развитие его личности.

В.А. Сластенин отмечает, что самооценка является «составной и неотъемлемой частью развития личности». Самооценка оказывает влияние на формирование стиля поведения и жизнедеятельности, то есть во многом

обуславливает динамику и направленность развития субъекта в целом [70, с. 56].

Самооценка тесно связана с уровнем притязаний личности, с желаемым уровнем ее самооценки. Уровнем притязаний называют уровень образа «Я», проявляющийся в степени трудности цели, которую человек ставит перед собой. Экспериментально показано, что уровень притязаний личность устанавливает где-то между чересчур трудными задачами и чересчур легкими задачами, чтобы сохранить на должной высоте свою самооценку [38, с. 101].

Формула свидетельствует, что стремление к повышению самооценки может реализовываться двумя способами. Человек может или повысить притязания, чтобы пережить максимальный успех, или снизить их, чтобы избежать неудачи. В случае успеха уровень притязаний обычно повышается, человек проявляет готовность решать более сложные задачи, при неуспехе – соответственно, снижается. Уровень притязаний личности в конкретной деятельности может быть определен довольно точно [24, с. 94].

Противоположную позицию занимают люди, мотивированные на избегание неудач. Цель их деятельности не в том, чтобы добиться успеха, а в том, чтобы избежать неудачи. Все их действия в первую очередь направлены именно на реализацию этой цели. Для таких людей характерны неуверенность в себе, неверие в возможность достичь успеха, боязнь критики. Любая работа, и особенно та, которая чревата возможностью неудачи, вызывает у них отрицательные эмоциональные переживания. Поэтому человек не испытывает удовольствия от своей деятельности, тяготится ею, избегает ее. Обычно в результате он оказывается не победителем, а побежденным. Таких людей нередко называют неудачниками. Еще одна важная психологическая особенность, которая влияет на достижение человеком успеха, – это требования, предъявляемые им к самому себе. Тот, кто предъявляет к самому себе

повышенные требования, в большей мере старается добиться успеха, чем тот, чьи требования к себе невысоки [29, с. 106].

Человек в своей деятельности (учебной, трудовой и др.) должен не пасовать перед трудностями, а преодолевать их, обнаруживая свои волевые качества и сильный характер и тем самым, сохраняя оптимальное соотношение успеха и разумных притязаний. Но приходится считаться с тем обстоятельством, что иные люди избирают второй путь сохранения самоуважения, снижая уровень притязаний, т.е. прибегают к пассивной психологической защите своего «Я–образа» [42, с. 16].

Самооценка является доминирующей, а ее выражением считается уровень притязаний, заключает Л.В. Бороздина. То есть уровень притязаний считается проявлением самооценки в жизни. Подобная проблема возникает в различении понятий самооценки и мотивации достижения [9, с. 64].

По данным Е.А. Серебряковой, представления о своих возможностях делают субъекта неустойчивым в выборе целей: его притязания резко повышаются после успеха и столь же резко падают после неудачи. Уровень притязаний характеризует:

- 1) уровень трудности, достижение которого является общей целью серии будущих действий (идеальная цель);
- 2) выбор субъектом цели очередного действия, формирующейся в результате переживания успеха или неуспеха ряда прошлых действий (уровень притязаний в данный момент);
- 3) желаемый уровень самооценки личности (уровень Я) [69, с. 6].

Стремление к повышению самооценки в условиях, когда человек свободен в выборе степени трудности очередного действия, приводит к конфликту двух тенденций – тенденции повысить притязания, чтобы одержать максимальный успех, и тенденции снизить их, чтобы избежать неудачи. Переживание успеха (или неуспеха), возникающее вследствие достижения (или недостижения) уровня притязаний, влечет за собой

смещение уровня притязаний в область более трудных (или более легких) задач. Снижение трудности избираемой цели после успеха или ее повышение после неудачи (атипичное изменение уровня притязаний) говорят о нереалистичном уровне притязаний или неадекватной самооценке [47, с. 62].

По мнению А.И. Липкиной уровень самооценки – это желаемый уровень самооценки личности, отражающийся в степени трудности в достижении цели, которую индивид ставит перед собой. Формирование уровня притязаний определяется не только антиципацией успеха или неудачи, но, прежде всего тем, что иногда смутно понимается и не принимается во внимание прошлый успех или неудача [45, с. 59].

Для того, чтобы изучить и понять общую картину самооценки, необходимо изучить ее структуру, виды и функции. Это позволит глубже понять её содержание.

Как рассматривает А.А. Реан, структура самооценки состоит из двух компонентов – когнитивный и эмоциональный. Когнитивный компонент отражает знания человека о себе, эмоциональный – его отношение к себе. В процессе оценивания самого себя эти компоненты действуют в неразрывном единстве: ни тот, ни другой не может быть представлен в чистом виде [58, с. 156].

Б.С. Братусь анализируя структуру самооценки, предложенную В.Н. Павленко, выделяет в ней две основные подструктуры: общую оценку собственной ценности («Я» как ценность) и оценку себя с точки зрения удовлетворенности какими-либо конкретными достижениями, качествами, способностями, возможностями. Тогда первую подструктуру можно рассматривать как ценностную форму самооценки, вторую – как операционально-техническую [10, с. 65].

Исходя из предложенного деления, теоретически возможны следующие четыре варианта соотношения названных подструктур [61, с. 225]:

а) высокая оценка самооценности и высокий уровень удовлетворенности своими возможностями, достижениями.

б) низкая оценка самооценности и низкий уровень удовлетворенности своими возможностями, достижениями и т.д.;

в) высокая оценка самооценности и низкий уровень удовлетворенности своими возможностями, достижениями и т.д.;

г) низкая оценка самооценности и высокий уровень удовлетворенности своими возможностями, достижениями и т.д.

В содержание самооценки входит много аспектов, поэтому она сложна как сама личность. Самооценка охватывает мир способностей, отношений, нравственных ценностей, возможностей личности.

И.С. Кон, изучая механизмы самооценки выявил следующую закономерность: личность оценивает себя не только целостно, но и частично, т.е. фиксируя внимание на каком-либо своем свойстве, качестве или черте [36, с. 22].

Исходя из этой закономерности, он сделал вывод о том, что самооценка может быть общей и частной (конкретной). Частные самооценки включают оценки каких-либо отдельных сторон своей личности или конкретных действий, а общая (глобальная) самооценка рассматривается в литературе как самоуважение. Частная самооценка, по мнению исследователя, тесно связана с уровнем притязаний, т.е. со степенью сложности задач, которые человек ставит перед собой [35, с. 99].

Следует отметить, что процесс становления общей самооценки непоследовательный и неравномерный. Это вызвано тем, что частные оценки, из которых складывается общая самооценка, могут находиться на различных уровнях устойчивости и адекватности. Помимо всего, частные самооценки могут различно взаимодействовать между собой: быть согласованными, взаимно дополнять друг друга или противоречивыми, конфликтными [6, с. 100].

На разных уровнях развития общая самооценка характеризуется разной полнотой отражения психического мира индивида, ее физических данных, разной мерой последовательности, объединений частных оценок, стабильности и динамичности как системы. Частные самооценки разнятся не только своеобразием отражаемого в них содержания, но и степенью значимости для личности, мерой обобщенности и свободы от внешних оценок [51, с. 105].

Многие исследователи, занимающиеся вопросами самооценки, совпадают во мнении о том, что самооценка выполняет две основные функции: регуляторную и защитную. Первая регулирует поведение, развитие личности, ее деятельность и взаимоотношения с другими людьми, а вторая – обеспечивает стабильность и автономность личности, а также может приводить к образованию эмоциональных барьеров, которые приводят к игнорированию или неправильному восприятию опыта [72, с. 200].

Говоря о самооценке как о механизме психологической защиты важно выделить, что индивид жаждет иметь положительный образ «Я», то зачастую подталкивает его приукрасить свои достоинства и занизить недостатки. Так, при завышенной самооценке индивид склонен переоценивать себя в ситуациях, которые не имеют на то основание. В результате это зачастую в человеке проявляется подозрительность, озлобленность, мнительность или нарочитое высокомерие, агрессия, он вступает в конфликт с окружающим, отвергающими его претензии и может утратить необходимые межличностные контакты, замкнуться. Слишком низкая самооценка может свидетельствовать о развитии комплекса неполноценности, безынициативности, устойчивой неуверенности в себе, безразличия, самообвинения и тревожности [75, с. 80].

Таким образом, самооценка является довольно сложным образованием человеческой психики. Ее содержание многоаспектной, как

сложна и много аспектная сама личность. В нашем исследовании мы придерживаемся определения самооценки, как оценки индивидом самого себя, своих возможностей, достоинств и недостатков, качеств и места в социуме.

Изучив разные подходы к классификации видов самооценки, мы выявили, что адекватной самооценкой называют реальный взгляд личности на саму себя, непредвзятая оценка собственных свойств, способностей и качеств, а неадекватной – где представление о себе далеко от реального.

1.2 Особенности развития самооценки младших школьников

Младший школьный возраст – один из важнейших периодов в жизни ребенка. Именно в младшем школьном возрасте начинается целенаправленное обучение и воспитание, основным видом деятельности ребенка становится учебная деятельность, которая играет решающую роль в формировании и развитии всех его психических свойств и качеств. В современной периодизации психического развития, младший школьный возраст охватывает период от 6–7 до 9–11 лет [52, с. 92].

В возрастной и педагогической психологии младший школьный возраст занимает особое место, так как в данном возрасте осваивается учебная деятельность, формируется произвольность психических функций, возникают рефлексия, самоконтроль, и действия ребенка начинают соотноситься с внутренним планом [86, с. 520].

Начало обучения в школе ведет к коренному изменению социальной ситуации развития ребенка. Он становится «общественным» субъектом и имеет теперь социально значимые обязанности, выполнение которых получает общественную оценку. На протяжении младшего школьного возраста начинает складываться новый тип отношений с окружающими людьми. Безусловный авторитет взрослого постепенно утрачивается и к концу младшего школьного возраста все большее значение для ребенка

начинают приобретать сверстники, возрастает роль детского сообщества [40, с. 110].

Ведущей в младшем школьном возрасте становится учебная деятельность. Она определяет важнейшие изменения, происходящие в развитии психики детей на данном возрастном этапе. В рамках учебной деятельности складываются психологические новообразования, характеризующие наиболее значимые достижения в развитии младших школьников и являющиеся фундаментом, обеспечивающим развитие на следующем возрастном этапе. Постепенно мотивация к учебной деятельности, столь сильная в первом классе, начинает снижаться. Это связано с падением интереса к учебе и с тем, что у ребенка уже есть завоеванная общественная позиция. Для того чтобы этого не происходило, учебной деятельности необходимо придать новую лично значимую мотивацию. Ведущая роль учебной деятельности в процессе развития ребенка не исключает того, что младший школьник активно включен и в другие виды деятельности, в ходе которых совершенствуются и закрепляются его новые достижения [83, с. 300].

В этом возрасте происходит появление и другого важного новообразования – произвольного поведения. Ребенок становится самостоятельным, сам выбирает, как ему поступать в определенных ситуациях. В основе этого вида поведения лежат нравственные мотивы, формирующиеся в этом возрасте. Ребенок впитывает в себя моральные ценности, старается следовать определенным правилам и законам. Часто это связано с эгоистическими мотивами, желаниями быть одобренным взрослым или укрепить свою личностную позицию в группе сверстников, то есть поведение детей так или иначе связано с основным мотивом, доминирующим в этом возрасте – мотивом достижения успеха [77, с. 29].

С формированием у младших школьников произвольного поведения тесно связаны такие новообразования, как планирование результатов действия и рефлексия. Ребенок способен оценить свой поступок с точки

зрения его результатов и тем самым изменить свое поведение, спланировать его соответствующим образом. Появляется смысло-ориентировочная основа в поступках, это тесно связано с дифференцированностью внутренней и внешней жизни. Ребенок способен побороть свои желания, если результат их выполнения не будет соответствовать определенным нормам или не приведет к поставленной цели. Важной стороной внутренней жизни ребенка становится его смысловая ориентировка в своих действиях. Это связано с переживаниями ребенка по поводу боязни изменения отношения с окружающими. Он боится потерять свою значимость в их глазах [56, с. 25].

Развитие личности младшего школьника зависит от школьной успеваемости, оценки ребенка взрослыми. Ребенок в этом возрасте очень сильно подвержен внешнему влиянию. Именно благодаря этому он впитывает в себя знания как интеллектуальные, так и нравственные. Значительную роль в установлении нравственных норм и развитии детских интересов играет учитель, хотя степень их успешности в этом будет зависеть от типа его отношения с учениками. Другие взрослые тоже занимают важное место в жизни ребенка [26, с. 45].

В младшем школьном возрасте у ребенка развивается направленность на других людей, получившая свое выражение в социальном поведении. Про социальное поведение очень значимо для развитой личности. Способность к сопереживанию получает свое развитие в условиях школьного обучения потому, что ребенок участвует в новых деловых отношениях, невольно он вынужден сравнивать себя с другими детьми – с их успехами, достижениями, поведением, и ребенок просто вынужден учиться развивать свои способности и качества [65, с. 19].

Доверительность и открытость, послушание и исполнительность – важные личностные особенности детей младшего школьного возраста. Это время формирования самооценки и нормального уровня притязаний. Ребенок начинает изучать свои способности и возможности, осознавать,

что успех зависит не только от имеющихся возможностей, но и от старания и прилагаемых усилий [18, с. 71].

Учебная деятельность является важным фактором, который оказывает влияние на формирование самооценки младших школьников. Поэтому учителю начальных классов необходимо знать и учитывать индивидуальные особенности самооценки детей в учебном процессе, для осуществления индивидуального и дифференциального подхода в обучении [32, с. 220].

Л.С. Выготский предполагал, что в младшем школьном возрасте у детей начинает складываться и формироваться самооценка – устойчивое, внеситуативное и, вместе с тем, дифференцированное отношение ребенка к самому себе. Самооценка опосредует отношение ребенка к себе, интегрирует опыт его деятельности, общение с окружающими людьми. Эта важнейшая личностная инстанция, которая позволяет контролировать собственную деятельность с точки зрения нормативных критериев, строить свое целостное поведение в соответствии с социальными нормами [15, с. 56].

В самооценке детей младшего школьного возраста отражаются не только представления об уже достигнутом, но и о том, к чему он стремится, проект его будущего – пусть еще несовершенный, но играющий большую роль в саморегуляции его поведения в целом и учебной деятельности в частности [21, с. 47]

В самооценке отражается то, что ребенок узнает о себе от других, и его возрастающая собственная активность, направленная на осознание своих действий и личностных качеств [60, с. 62].

У детей младшего школьного возраста присутствуют все виды самооценок: адекватная устойчивая, завышенная устойчивая, неустойчивая в сторону неадекватного завышения или занижения. Самооценка, в зависимости от своей формы (адекватная, завышенная или заниженная), может стимулировать или подавлять активность. От класса к классу

возрастает умение правильно оценивать себя и свои возможности, в то же время снижается тенденция к переоценке себя. Очень редко встречается устойчивая заниженная самооценка. Все говорит о том, что самооценка младшего школьника динамична, и в то же время имеет тенденцию к устойчивости, в дальнейшем переходит во внутреннюю позицию личности, оказывает влияние на формирование определенных качеств личности, становится мотивом поведения ребенка. Все это подтверждает высокую значимость роли взрослых в формировании и становлении самооценки детей младшего школьного возраста [27, с. 10].

В младшем школьном возрасте наблюдается переход от конкретно-ситуативной самооценки (оценки своих действий и поступков) к наиболее обобщенной. Обобщенная самооценка предполагает наличие способности к рефлексии, наличие эталона нравственного поведения.

По мнению Д.Б. Эльконина, у детей младшего школьного возраста управление своим поведением приобретает «внутренний механизм». Ребенок начинает регулировать свое поведение через отношение к себе и к своим возможностям [90, с. 125].

Е.И. Савонько считает, что функция самооценки как регулятора поведения развивается вместе с развитием других психических особенностей ребенка, и на каждой возрастной ступени приобретает качественное своеобразие. Развитие данной функции самооценки ученые связывают с составлением ее устойчивости, так как именно устойчивая самооценка выражает уже сформировавшееся отношение к себе и может оказывать влияние на поведение [66, с. 258].

В самооценке ребенка младшего школьного возраста прослеживается не только отражение его стремлений и надежд, но и отношение к достигнутому. Самооценка младшего школьника проявляется в том, как он оценивает себя, и как относится к достижениям окружающих. Дети с завышенной самооценкой не всегда хвалят себя, но зато они могут

отрицать все то, что делают другие. Ученики с заниженной самооценкой, напротив, склонны переоценивать достижения товарищей [46, с. 101].

Для того чтобы ребенок чувствовал себя счастливым, был способен лучше адаптироваться в обществе и преодолевать трудности, ему необходимо иметь положительное представление о себе. Его самооценка позволяет осуществлять личностный рост. Дети с отрицательной самооценкой склонны чуть ли не в каждом деле находить непреодолимые препятствия. У них высокий уровень тревожности, они хуже приспосабливаются к жизни, трудно сходятся со сверстниками. Пассивность, мнительность, повышенная ранимость, обидчивость становятся их постоянными спутниками. Они не хотят участвовать в играх, потому что боятся оказаться хуже других, а если участвуют в них, то часто обижаются и уходят, их ранят насмешки и сравнения со сверстниками [43, с. 130].

Очень часто заниженная самооценка формируется в семье как результат выбранного стиля воспитания ребенка родителями. Это может быть гиперопека, когда ребенок лишается всякой самостоятельности и инициативы. Он воспитывается по принципу «Я лучше знаю, как будет лучше тебе». В таком случае у ребенка не формируется желание взрослеть. Другой сценарий – авторитарный подход в воспитании личности. В данном случае любое проявление своеволия ребенка наказывается. От него ждут беспрекословного послушания. В него вселяют веру, что он ничего и никогда не сможет [67, с. 55].

Иногда дети, которым дается негативная оценка в семье, стремятся компенсировать это в общении с другими детьми. Они хотят всегда и везде быть первыми, и если им это не удастся, такие дети могут быть агрессивны по отношению к сверстникам, вымещать на других все свои негативные эмоции. У таких детей очень высок риск деструктивного поведения по отношению к самим себе или к окружающим людям; их внутренний потенциал остается нераскрытым. Поэтому становится очевидной

необходимость оказания своевременной социально-психологической помощи, данной категории детей [8, с. 9].

Объективное оценивание ребенком своих знаний непосредственно связано с оценкой одноклассников. Для ученика необходимо понимание позиций учителя. Необходимо постоянно обращать внимание детей на поведение в различных видах деятельности, привлекать всех к наблюдению за этим поведением, формировать в самосознании объективные критерии оценки, приспособлять детей к совместной оценке, в своей же оценке подчеркивать динамику каждого ребенка. В начальной школе оценочная позиция ученика меняется. В первом классе у ребенка небольшой опыт оценивания. Второклассник уже может анализировать результаты своей учебной деятельности и своих товарищей под руководством педагога. В третьем и четвертом классах ученики уже самостоятельно должны уметь анализировать и обобщать результаты своей учебной деятельности, а также под влиянием учителя разрабатывать пути коррекции результатов. Это положительно скажется в адаптационном периоде в средней школе. На удачу и неудачу человека влияет определенный жизненный опыт, необходимо ученика научить анализировать причины каждой сложившейся ситуации, делать выводы и заключения [76, с. 210].

Приходя в школу ребенок уже имеет при себе некоторые критерии оценивания себя и других, которые он накопил, находясь в семье, но чуть позже он уже начинает оценивать, опираясь на свой, пока еще не большой жизненный опыт. У детей начинает складываться рефлекс оценивания.

По мысли Л.С. Выготского, именно рефлексия дает возможность человеку наблюдать себя со стороны собственных чувств, внутренне дифференцировать «я» действующее, рассуждающее и оценивающее. Рефлексия, как отмечает Х. Хекхаузен, наделяет самосознание обратной связью, благодаря которой человек сможет оценивать намеченную цель с точки зрения успеха, корректировать ее с учетом различных норм,

чувствовать ответственность за возможные результаты, продумывать их последствия для себя и окружающих. Самооценка становится соответствующей действительности после суждения о себе (более обоснованными). Вместе с этим есть и значительные индивидуальные различия. Следует заметить, что у детей с заниженной или завышенной самооценкой изменить ее достаточно трудно. Рефлексивность при самооценке, также, как и способность к осознанию ее средств, является показателем достаточно высокого уровня ее развития. С рефлексией довольно тесно связано управление собственным поведением [Цит. по: 14, с. 52].

На формирование адекватной самооценки младшего школьника эти факторы влияют не всегда. Неумелое использование или незнание их влияет на формирование неадекватной самооценки. Ребенок младшего школьного возраста большую часть своего времени проводит в стенах школы и учебная деятельность является ведущей. Поэтому, с мощным стимулом воздействия на самооценку выступает оценка учителя [82, с. 96].

В начале школьной жизни у ребенка появляется стремление удовлетворить свои возросшие потребности в реальном плане – в учебной деятельности. Новые нормы, новые правила, новый коллектив становится основой для ребенка [34, с. 22].

В учебной деятельности осуществляется самопознание ребенка, которое является обязательным, целенаправленным, произвольным, результативным. Оно определяет положение ребенка и оценку окружающих, от этого зависит эмоциональное благополучие, самочувствие, его внутренняя позиция. В учебной деятельности дети познают себя, формируют навыки самоконтроля, саморегуляции, представления о себе, а также самооценка [71 с. 198].

Ученику младшего школьного возраста в учебной деятельности нужно уметь ставить цели, управлять собой, оценивать себя, контролировать свое поведение. Уровень самооценки зависит от

формирования самоконтроля. В этом возрасте дети способны осуществлять самоконтроль, но под влиянием взрослых. Основа самооценки детей данного возраста осуществляется именно в учебной деятельности.

Новый вид деятельности формирует новый вид мышления. Это мышление ориентирует его на общекультурные образцы, нормы, эталоны, закономерности взаимодействия с окружающим миром, это ориентирует его на эталоны, нормы, связь с окружающим миром. Ребенок должен найти свое место в мире, выстроив алгоритм взаимодействия «Я» – окружающие люди. «Вместе с новым типом знания в жизнь ребенка входят новые книги – учебники. Работа с ними – одно из первых действий по овладению навыками самообразования. Ребенок проверяет себя, оценивает и сравнивает себя с другими» [85, с. 269].

В процессе обучения и воспитания младший школьник усваивает определенные нормы и ценности. Ученик под воздействием оценочных суждений других (учителей, сверстников) относится определенным образом, как к самому себе, так и к реальным результатам своей учебной деятельности. У ребенка в учебной деятельности формируется оценка своих возможностей – это один из компонентов самооценки, в которой ребенок узнает о других и о своих возможностях, все это раскрывает личность [41, с. 100].

Низка самооценка у слабоуспевающих детей, а также оценки учителя, мнения одноклассников зачастую переносят неуспехи этих детей на другие сферы их деятельности. Завышенная самооценка, высокое мнение о себе у учеников уже во 2-ом классе формирует пренебрежительное отношение к своим одноклассникам. У учащихся имеется из года в год возрастающая диспропорция между сложностью научной информации и нагрузкой учебного материала, которую им надлежит преодолеть и те способы, которые нужны для этой цели [87, с. 8].

А.И. Липкина говорила, что связь собственной оценки своей учебной деятельности с оценкой, которую эта деятельность получает у других, умение учитывать мнение других, возникновение этого двухстороннего подхода существенная веха на пути формирования у учащихся критической самооценки достигнутых результатов учебной деятельности. Важен учет и ценный результат самим учащимся в его деятельности, а не только адекватная, объективная оценка самим учителем [45, с. 84].

Организуя учебно-воспитательную работу, учитель соотносит достигаемые школьниками результаты с их интеллектуальными возможностями и прилежанием, не учитывая самооценку ребенка, его представления о своих способностях, своей личности и об уровне реализации возможностей. От этого зависит в большей или же меньшей степени ученика свои возможности, отношение к своим успехам или неудачам, анализ своих результатов. Это очень важно при формировании самооценки у детей. Важно, чтобы до сознания ученика доводилось то, что каждый раз повторяя материал, он убеждается, что он выучил или понял его, то есть показывать контролирующую функцию данного процесса. Необходимо каждый раз анализировать свою работу. В качестве образца для сравнения может выступать не только то, что демонстрировал учитель в классе, но и ответы лучших учеников. Чем раньше школьник поймет необходимость постоянного самоконтроля, тем лучше. Часто родители берут на себя функцию контроля, что является ошибочным действием [3, с. 111].

Помогая детям, родители не должны забывать, что ошибки делает сам ребенок, и, следовательно, он сам должен их исправлять, только в этом случае, к ребенку придет осознание ответственности и в дальнейшем ребенок будет тщательнее продумывать алгоритм своих действий.

Главная задача, которая стоит перед взрослыми – это помочь ребенку овладеть контролем и осуществлять самому контроль. Необходимо донести до ребенка понимание уверенности ответа, особое внимание

уделить прочным устойчивым и объективным критериям оценки самого себя [39, с. 55].

Первоначальная оценка ребенком своих личностных качеств, поступков, есть первичное отражение той оценки, которую дают именно учителя и родители. Эту стадию в развитии самооценки считают «предсамооценкой».

Выделяются два этапа формирования самооценки:

- 1) самооценка подвергается внешним действиям;
- 2) в сферу самооценки включается его внутреннее состояние, личностные качества [92, с. 35].

Исследования показывают, что те требования, которые удовлетворяются в учебной деятельности ребенка, осуществляются опосредованно через оценку результатов деятельности учителем. Наблюдения говорят о том, что на формирование самооценки, учащихся влияет не только оценка учебной деятельности, но и стиль поведения учителя.

В работах психологов и педагогов (Ш.А. Амонашвили, Б.Г. Ананьев, Ю.К. Бабанский, М.В. Матюхина, Г.А. Собиева) подчеркивается, что оценка знаний, учащихся учителем способствует их продвижению, имеет обучающий, воспитывающий характер [3, с. 115].

Существуют трудности у многих учителей, профессионально пользующихся пятибалльной оценочной системой. Некоторые оценки ребенок переносит на самого себя. Наиболее быстро развивается у первоклассника оценка при выполнении учебных материалов. Изю дня в день, ребенку приходится слышать оценки учителя. В ходе это идет формирование критерий оценки и их применение по отношению к другим, а затем и к себе. В учебно-воспитательном процессе у школьников постепенно увеличивается критичность, требовательность к себе. Первокласснику свойственно положительно оценивать свою учебную деятельность, а не успехи только с объективными обстоятельствами. В

дальнейшем критичность более возрастает. Со временем возрастает и самостоятельность самооценок. Если самооценки первоклассников почти полностью зависят от оценок их поведения и результатов деятельности учителем, родителями, то ученики вторых и третьих классов оценивают достижения более самостоятельно, делая, как мы уже говорили, предметом критической оценки и оценочную деятельность самого учителя (всегда ли он прав, объективен ли) [91, с. 37].

За годы обучения в начальной школе смысл оценки для ученика меняется, и он находится в прямой связи с мотивами обучения, с нормами, которые ученик сам себе предъявляет. Возрастает потребность иметь достоверные представления о себе, именно через оценку своих достижений.

Младший школьный возраст является наиболее ответственным этапом школьного детства. Основные достижения этого возраста обусловлены ведущим характером учебной деятельности и являются во многом определяющими для последующих лет обучения: к концу младшего школьного возраста ребенок должен хотеть учиться, уметь учиться и верить в свои силы. Полноценное проживание этого возраста, его позитивные приобретения являются необходимым основанием, на котором выстраивается дальнейшее развитие ребенка как активного субъекта познаний и деятельности. Основная задача взрослых в работе с детьми младшего школьного возраста – создание оптимальных условий для раскрытия и реализации возможностей детей с учетом индивидуальности каждого ребенка [90, с. 28].

Таким образом, самооценка младшего школьника характеризуется рядом особенностей, которые связаны с тем, что с поступлением в школу и сменой ведущего вида деятельности самосознание ребенка младшего школьного возраста развивается, а его структура укрепляется, наполняясь новыми ценностными ориентациями относительно окружающего мира и самого себя. Для становления самооценки младшего школьника важную

роль играет уровень достижений, которые были приобретены им на этом возрастном этапе.

Эмоциональное отношение к оценкам извне, особенно полученным от значимых взрослых, накладывает отпечаток на характер восприятия ребенком себя как личности, на характер его самооценки. Будучи сформированный у детей младшего школьного возраста, самооценка как продукт самосознания и самоактуализации становится внутренним и органическим достоянием их личности.

1.3 Модель психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников

Моделирование – исследование объектов познания на их моделях; построение и изучение моделей реально существующих объектов, процессов и явлений с целью получения объяснений этих явлений, а также для предсказания явлений, интересующих исследователя.

Моделирование в психологии – исследование процессов и состояний психических с помощью их реальных (физических) или идеальных, прежде всего математических моделей. Под моделью здесь понимается система объектов или знаков, воспроизводящая некие существенные свойства системы – оригинала.

Дерево целей – структурированный иерархический перечень целей организации, в котором они имеют более низкий уровень подчинения и служат для достижения целей более высокого уровня. Дерево целей (в психологии) – иерархическое, визуальное представление достижения целей; принцип, при котором главная цель достигается за счет совокупности второстепенных и дополнительных целей. Коррекция – это процесс обнаружение отклонений в ожидаемых результатах деятельности и внедрение изменений в ее целях обеспечения необходимых результатов [73, с. 345].

Психологическая коррекция (психокоррекция) – один из видов психологической помощи (например, консультирование, психотерапия, тренинг) это деятельность, нацеленная на исправление особенностей психологического развития, не соответствующей оптимальной модели, с помощью специальных средств психологического воздействия, и деятельность, нацеленная на развитие у человека нужных психологических качеств, для повышения его адаптации к изменяющимся жизненным условиям и социуму.

Основываясь на таком построении, мы составили «дерево целей» нашего исследования. В.И. Долгова пишет, что «дерево целей», как метод планирования основывается непосредственно на теории графов и там самым представляет собой траекторные, определяющие направление движения к заданным стратегическим целям и точечные, определяющие достижение тактических целей, которые характеризуют степень приближения к заданным целям по заданной траектории. Осознание целей лежит в основе деятельности, поскольку цель деятельности – это её заранее запрограммированный результат. Вершиной «дерева целей» является генеральная цель исследования, ветви «дерева» цели первого, второго и т.д. порядка [31, с. 15]. В этом случае используется метод целеполагания. Первый этап моделирования – целеполагание рисунок 1.



Рисунок 1 – «Дерево целей» исследования психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников

Генеральная цель: теоретически обосновать и экспериментально проверить психолого-педагогическую коррекцию неадекватной самооценки младших школьников.

Задачи:

1. Теоретические аспекты исследования психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников

1.1 Состояние проблемы исследования психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников в психолого-педагогической литературе.

1.1.1. Охарактеризовать подходы к пониманию определения «самооценка».

1.1.2. Определить особенности самооценки младших школьников.

1.2. Особенности развития самооценки младших школьников.

1.2.1. Обозначить возрастные границы младшего школьного возраста.

1.2.2. Выявить особенности самооценки младших школьников.

1.2.3. Изучить особенности самооценки младших школьников.

1.3 Модель психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников.

1.3.1. Разработать «дерево целей» психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников.

1.3.2. Сделать анализ концепций построения психолого-педагогической коррекции.

1.3.3. Выделить основные принципы построения психолого-педагогической программы коррекции.

2. Организация исследования психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников.

2.1 Этапы, методы и методики исследования.

2.1.1. Спланировать этапы исследования.

2.1.2. Выбрать методы исследования.

2.1.3. Подобрать методики исследования

2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента.

2.2.1. Определить и охарактеризовать выборку исследования.

2.2.2. Провести констатирующий эксперимент.

2.2.3. Провести анализ результатов диагностического исследования.

3. Опытнo-экспериментальное исследование психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников.

3.1 Создать программу психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников.

3.1.1. Определить цели, задачи, этапы коррекционной работы.

3.1.2. Составить психолого-педагогическую программу коррекции неадекватной самооценки младших школьников.

3.1.3. Реализовать психолого-педагогическую программу коррекции неадекватной самооценки младших школьников.

3.2 Анализ результатов опытнo-экспериментального исследования.

3.2.1. Провести диагностическое исследование неадекватной самооценки младших школьников после реализации программы психолого-педагогической коррекции.

3.2.2. Провести сравнение результатов диагностики до и после проведения коррекционной программы.

3.2.3. Проанализировать эффективность психолого-педагогической программы коррекции неадекватной самооценки младших школьников.

3.3 Технологическая карта внедрения результатов исследования психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников.

3.3.1. Обработать полученные результаты методом математической статистики (Т–критерий Вилкоксона).

3.3.2. Разработать технологическую карту внедрения

3.3.3. Разработать рекомендации родителям и педагогам по психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников.

На основе дерева целей составлена модель психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников (рисунок 2).

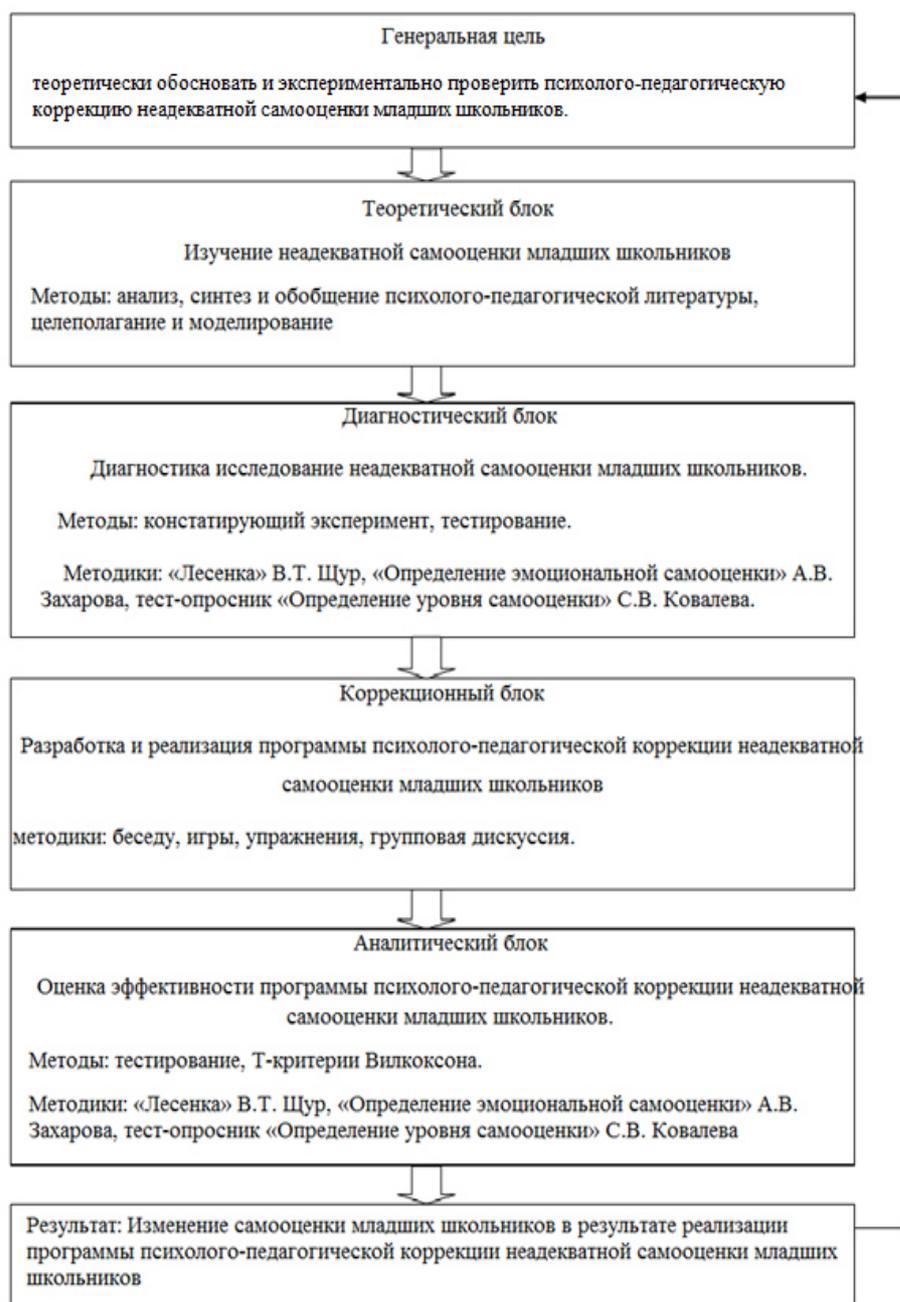


Рисунок 2 – Модель психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников

Разработанная модель психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников состоит из четырех блоков: теоретического, диагностического, коррекционно-развивающего, аналитического

Теоретический блок подразумевает: анализ психолого-педагогической литературы, целеполагание, подбор методик для проведения констатирующего эксперимента.

Диагностический блок посвящен проведению исследования уровня самооценки подростков. Для исследования уровня самооценки младших школьников проведены три методики:

1. Методика исследования самооценки «Лесенка» В.Т. Щур.
2. Методика «Определение эмоциональной самооценки» А.В. Захарова.

3. Тест-опросник «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалева.

Проведённые методики позволили выявить уровень и особенности самооценки младших школьников. Тестирование по методикам в комплексе помогло составить наиболее точную картину.

Коррекционно-развивающий блок посвящен разработке и реализации психолого-педагогической коррекции. Коррекция – активное психолого-педагогическое воздействие, направленное на устранение отклонений в личностном и профессиональном развитии, гармонизацию личности и межличностных отношений в конкретных социально-экономических условиях [88, с. 156].

Психологическая коррекция – направленное психологическое воздействие на определенные психологические структуры с целью обеспечения полноценного развития и функционирования индивида.

Л.И. Божович полагает, что занятия по психолого-педагогической коррекции тесно связаны с понятием «норма», что обозначает основную цель коррекции как «возврат» или «подтягивание» клиента к должному

уровню исходя из его возрастных и индивидуальных особенностей [8, с. 298].

Цель программы: психолого-педагогическая коррекция неадекватной самооценки младших школьников.

Задачи программы:

1. Актуализировать проблему самооценки, помочь осознать сущность самооценки.
2. Осознать и предупредить эмоциональные нарушения посредством поведенческих изменений.
3. Выработать новые стратегии поведения в ситуациях, травмирующих самооценку младшего школьника.
4. Развивать коммуникативные навыки и навыки уверенного поведения.
5. Способствовать повышению самооценки у участников группы.
6. Сформировать навыки снятия мышечных зажимов, освоить метод релаксации.

Форма работы – групповая. Групповая форма работы предполагает включение группы младших школьников в совместное планирование деятельности, восприятие и уяснение информации, обсуждение, взаимный контроль.

Групповая работа подразумевает взаимодействие в парах, тройках, микрогруппах с целью отработки определённых умений и навыков.

Методы, используемые в коррекционной работе

1. Беседа – метод организации коммуникативного взаимодействия, применяемый в коррекционной работе для отработки и развития коммуникативных умений участников [37, с. 89].

2. Групповая дискуссия – публичное обсуждение участниками определенных тем или позиций, рассмотрение их с разных точек зрения.

Групповая дискуссия в психологическом тренинге – это совместное обсуждение какого-либо спорного вопроса (в группе тренинга просто

вопроса, не обязательно спорного), позволяющее прояснить (возможно, изменить) мнения, позиции и установки участников группы в процессе непосредственного общения [64, с. 90].

3. Игротерапия – метод коррекции эмоциональных и поведенческих расстройств у подростков, в основу которого положена игра. Психокоррекционный эффект игровых занятий достигается благодаря установлению положительного эмоционального контакта с исследователем. Основная цель игровой терапии –помочь подростку выразить свои переживания наиболее приемлемым для него образом – через игру, а также проявить творческую активность в разрешении сложных жизненных ситуаций, «отыгрываемых» или моделируемых в игровом процессе [36, с. 26].

4. Психогимнастика – использование двигательной экспрессии в качестве главного средства коммуникации в группе. С помощью психогимнастики старшие подростки учились преодолевать такие явления, как напряжение, тревога, скованность, страх перед неформальными контактами в непривычной ситуации [63, с. 36].

5. Анализ конкретных ситуаций, предлагаемых в игровой форме и моделирующих то, что происходит в жизни подростков. Метод анализа конкретных ситуаций состоит в изучении, анализе и принятии решений по ситуации, которая возникла в результате происшедших событий или может возникнуть при определенных обстоятельствах в конкретной организации в тот или иной момент.

6. Рефлексия – мыслительный процесс, направленный на самопознание, анализ своих эмоций и чувств, состояний, способностей, поведения. Выделяют разные виды рефлексии: языковую (направленную на анализ человеком особенностей своей речи), личностную (ее цель – познание свойств и специфики собственной личности), интеллектуальную (формирование представлений человека о его интеллектуальных

способностях), эмоциональную (познание и изучение человеком собственной эмоциональной сферы) [37, с. 48].

Аналитический блок подразумевает проведение повторного исследования уровня самооценки подростков. Повторное исследование позволяет выявить динамику уровня самооценки подростков. Были использованы следующие методики: методика исследования самооценки «Лесенка» В.Т. Щур., «Определение эмоциональной самооценки» А.В. Захарова, тест-опросник «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалева.

Для проверки гипотезы исследования о том, что самооценка подростков изменится в результате реализации программы психолого-педагогической коррекции, будет выполнена математическая обработка экспериментальных данных с помощью T -критерия Вилкоксона.

Таким образом, анализ литературы по проблеме, а также сформулированные во введении выпускной квалификационной работы цели и задачи работы, позволили нам разработать дерево целей исследования. На основе дерева целей была разработана модель психолого-педагогической коррекции самооценки подростков.

Модель – упрощенный мысленный или знаковый образ какого-либо объекта, или системы объектов, используемый в качестве их «заместителя» и средства оперирования. Генеральная цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить программу психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков. Разработанная модель психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков состоит из четырех блоков: теоретического, диагностического, коррекционно-развивающего, аналитического. В следующей главе представлены результаты констатирующего эксперимента по изучению уровня самооценки подростков.

Вывод по 1 главе

Самооценка представляет собой оценку человеком самого себя: своих качеств, возможностей, способностей, особенностей своей деятельности. Различают следующие виды самооценки: адекватная (нормальная), неадекватная (завышенная, заниженная). Основными (базовым) функциями самооценки являются: защитная, регуляторная, отображающая, развивающая, эмоциональна. К факторам, влияющим на самооценку, относятся: семейный фактор, социальные факторы, фактор физического Я-образа, а также такие индивидуальные психологические особенности и свойства личности как: агрессивность, фрустрация, ригидность, конфликтность, тревожность. На формирование самооценки подростков влияют множество факторов, такие как успеваемость в школе, уровень тревожности, семейные взаимоотношения, образ жизни и воспитание и т.д.

Для самооценки подростков характерна ситуативность, неустойчивость, подверженность внешним воздействиям в младшем подростковом возрасте и большую устойчивость, многосторонность охвата различных сфер жизнедеятельности в старшем подростковом возрасте. Подросток начинает осознавать свою особенность, в его сознании происходит постепенная переориентация с внешних оценок (преимущественно родительских) на внутренние.

Анализ литературы по проблеме, а также сформулированные во введении выпускной квалификационной работы цели и задачи работы, позволили нам разработать дерево целей исследования. На основе дерева целей была разработана модель психолого-педагогической коррекции самооценки подростков. Разработанная модель психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков состоит из четырех блоков: теоретического, диагностического, коррекционно-развивающего, аналитического. Для проверки гипотезы исследования будет выполнена математическая обработка экспериментальных данных с помощью Т-критерия Вилкоксона.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ НЕАДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

2.1 Этапы, методы и методики исследования

Исследование самооценки младших школьников проходило в 3 этапа.

1. Поисково-подготовительный этап: формирование цели теоретическое изучение психолого-педагогической литературы, подбор методик. На этом этапе выполнено изучение психолого-педагогической литературы по проблеме самооценки младших школьников. Были подобраны методики с учетом возрастных характеристик и темы исследования.

2. Опытно-экспериментальный этап: проведение констатирующего формирующего эксперимента. Была проведена психодиагностика испытуемых по методикам: методика «Лесенка» В.Г. Щур, «Определение эмоциональной самооценки» А.В. Захарова, тест-опросник «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалева.

3. Контрольно-обобщающий этап: анализ и обобщение результатов исследования, формулирование выводов, проверка гипотезы.

Методы исследования:

1. Теоретические: анализ, синтез, обобщение, целеполагание, моделирование, модель.

2. Эмпирические: тестирование, констатирующий эксперимент.

3. Психодиагностические: методики В.Т. Щур «Лесенка», «Определение эмоциональной самооценки» А.В. Захарова, тест-опросник «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалева.

Представим характеристику использованных методов и методик исследования.

Анализ литературы – это метод научного исследования, предлагающий операцию мысленного расчленения целого на составные части, выполненная в процессе познания или предметно-практической деятельности. Работа с литературой включает в себя составление библиографии перечня источников, отработанных для работы в связи с исследуемой проблемой, реферирование сжатое переложение основного содержания одной или нескольких работ по общей методике, выделение главных идей и общих работ [70, с. 15].

Обобщение – это логическая операция, заключающаяся в том, что для некоторой группы явлений находится новое, более широкое по объему понятие, отражающее общность свойств этих явлений на уровне нового знания о них. Всякое обобщение должно иметь основание, то есть свойство или совокупность свойств, позволяющих сгруппировать явления и обозначить эту группу каким-либо понятием.

Синтез – метод, который позволяет соединить различные элементы, стороны объекта в единое целое, которое осуществляется как в практической деятельности, так и в процессе познания [53, с. 45].

Эксперимент – метод исследования некоторого явления в управляемых условиях. Отличается от наблюдения активным взаимодействием с изучаемым объектом. Обычно эксперимент проводится в рамках научного исследования и служит для проверки гипотезы, установления причинных связей между феноменами. Основное достоинство психологического эксперимента в том, что он предоставляет возможность специально вызывать определенные психические процессы и явления, воздействовать на их характеристики, устанавливая зависимость психических явлений от изменяемых внешних условий.

Констатирующий эксперимент – один из основных видов эксперимента, целью которого является изменение одной или нескольких независимых переменных и определение их влияния на зависимые

переменные. Констатирующий эксперимент отличается от эксперимента, формирующего главным образом целями проведения.

Целью констатирующего эксперимента выступает фиксация изменений, происходящих с зависимыми переменными, а не влияние на последние, как в формирующем эксперименте. Констатирующий эксперимент может быть естественным и лабораторным.

Тестирование – это метод психологической диагностики, использующий стандартизированные вопросы и задачи – тесты, имеющие определенную шкалу значений. Тесты позволяют дать оценку индивида в соответствии с поставленной целью исследования; обеспечивают возможность получения количественной оценки на основе квантификации качественных параметров личности и удобство математической обработки. Являются относительно оперативным способом оценки большого числа неизвестных лиц; способствуют объективности оценок, не зависящих от субъективных установок лица, проводящего исследование, обеспечивают сопоставимость информации, полученной разными исследователями на разных испытуемых. Основные достоинства данного метода: стандартизация условий и результатов, оперативность и экономичность, количественный понятийный характер оценки, оптимальная трудность заданий и надежность результатов.

Нами было проведено тестирование по следующим методикам.

Методика «Лесенка» В.Г. Щур.

Цель исследования – изучение самооценки младших школьников. Методика «Лесенка» эффективно используется психологами на практике с целью изучения самооценки младших школьников. Методика «Лесенка» имеет два варианта использования: групповой и индивидуальный. Групповой вариант позволяет выявить уровень самооценки учеников. При индивидуальном изучении самооценки есть возможность определить причину, которая сформировала или продолжает формировать ту или иную самооценку школьника, чтобы в дальнейшем в случае

необходимости начать работу по формированию трудностей, возникающих у детей. Учебные материалы: у каждого ученика – бланк с нарисованной лесенкой, ручка или карандаш; на классной доске нарисована лесенка.

Каждому испытуемому предлагается лесенка. Если на ней расположить всех ребят, то здесь (показать на первую ступеньку, не называя ее номер) будут стоять самые хорошие ребята, тут (показать вторую и третью) – хорошие, здесь (показать четвертую) – ни хорошие, ни плохие, тут (показать пятую и шестую ступеньки) – плохие, а здесь (показать седьмую ступеньку) – самые плохие». Школьник должен нарисовать кружок на той ступеньке, к которой он относит себя. По интерпретации результатов выявляется, что: ступенька 1 – завышенная самооценка; ступенька 2, 3 – адекватная самооценка; ступенька 4 – заниженная самооценка; ступенька 5,6 – низкая самооценка; ступенька 7 – резко заниженная самооценка.

Методика «Определение эмоциональной самооценки» А.В. Захарова.

Цель исследования: определить эмоциональный уровень самооценки младших школьников. Большое влияние на развитие самооценки оказывает школьная оценка успеваемости. Ориентируясь на оценку учителя, дети сами считают себя и своих сверстников отличниками, двоечниками и таким образом, наделяя представителей каждой группы соответствующими качествами. Учебная деятельность – основная для младшего школьника, и, если в ней он не чувствует себя компетентным, его личностное развитие искажается. Дети осознают важность компетентности именно в сфере обучения и, описывая качества наиболее популярных сверстников, указывают в первую очередь на ум и знания (А.В. Захаров). Материалом является рисунок для выполнения теста. Методика предполагает следующую процедуру проведения. Детям предоставляем рисунки с заданиями и зачитываем инструкцию.

Каждому испытуемому предлагается представить, что изображенный на рисунке ряд кружков – это люди. Укажи, где находишься ты». После

прочтения инструкции просим выполнить задание. Интерпретацией результатов является: нормой для ребенка указание на третий – четвертый круг слева. В этом случае ребенок адекватно воспринимает особенности своего «Я-образа», осознает свою ценность и принимает себя. При указании на первый круг имеет завышенную, а при указании на круги далее пятого заниженную самооценку.

Тест-опросник «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалев.

Испытуемому предлагаются суждения, по поводу которых возможны пять вариантов ответов, каждый из которых соответствует определенному количеству баллов.

Выражая степень своего согласия с суждениями, вы проставляете баллы: 4 – очень часто; 3 – часто; 2 – иногда; 1 – редко; 0 – никогда. Интерпретация результатов: Обработка результатов проводится суммированием баллов по всем суждениям. Сумма баллов от 0 до 25 говорит о высоком уровне самооценки, при котором человек, как правило, не отягощен сомнениями, адекватно реагирует на замечания других и трезво оценивает свои действия. Сумма баллов от 26 до 45 свидетельствует о среднем уровне самооценки. Человек с таким уровнем самооценки время от времени осуществляет необъяснимую неловкость во взаимоотношениях с другими людьми, нередко недооценивает себя и свои способности без достаточных на то оснований. Сумма баллов от 46 до 128 указывает на низкий уровень самооценки, при котором человек нередко болезненно переносит критические замечания в свой адрес, чаще старается подстроиться под мнение других людей, сильно страдает от избыточной застенчивости.

Методы количественной обработки данных (Т-критерий Вилкоксона). Критерий применяется 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. С его помощью мы определяем,

является ли сдвиг показателей в каком-то одном направлении более интенсивным, чем в другом. Этот критерий применим в тех случаях, когда признаки измерены, по крайней мере, по шкале порядка, и сдвиги между вторым и первым замерах тоже могут быть упорядочены. Для этого они должны варьировать в достаточно широком диапазоне [54, с. 245].

Суть метода состоит в том, что мы сопоставляем выраженность сдвигов в том и ином направлениях по абсолютной величине. Для этого мы сначала ранжируем все абсолютные величины сдвигов, а потом суммируем ранги. Если сдвиги в положительную и в отрицательную сторону происходят случайно, то суммы рангов абсолютных значений их будут примерно равны. Если же интенсивность сдвига в одном из направлений перевешивает, то сумма рангов абсолютных значений сдвигов в противоположную сторону будет значительно ниже, чем это могло бы быть при случайных изменениях. Первоначально мы исходим из предположения о том, что типичным сдвигом будет сдвиг в более часто встречающемся направлении, а нетипичным, или редким, сдвигом – сдвиг в более редко встречающемся направлении.

Ограничения в применении T – критерия Вилкоксона:

1. Минимальное количество испытуемых, прошедших измерения в двух условиях – 16 человек. Максимальное количество испытуемых – 50 человек, что диктуется верхней границей имеющихся таблиц.

2. Нулевые сдвиги из рассмотрения исключаются, и количество наблюдений n уменьшается на количество этих нулевых сдвигов

Таким образом, исследование психолого-педагогической коррекции самооценки подростков проходило в три этапа: первый этап – поисково-подготовительный, второй этап – экспериментальный, третий этап – контрольно-обобщающий. Для проверки гипотезы и решения поставленных задач были использованы методы исследования: теоретические (анализ психолого-педагогической литературы, обобщение); эмпирические (констатирующий и формирующий эксперименты, беседа);

психодиагностические методика исследования самооценки, методика «Лесенка» В.Г. Щур, «Определение эмоциональной самооценки» А.В. Захарова, тест-опросник «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалева. методы количественной обработки данных (Т–критерий Вилкоксона)

Таким образом, исследование самооценки младших школьников проходило в 3 этапа: поисково-подготовительный этап, опытно-экспериментальный этап, контрольно-обобщающий этап. В исследовании самооценки, учащихся были использованы следующие методики: методика «Лесенка» В.Г. Щур, методика «Определение эмоциональной самооценки» А.В. Захарова, тест-опросник «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалева.

2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента

Эмпирическое исследование проводилось в КГУ «Асенкритовская общеобразовательная школа акимата района Беимбета Майлина» Управления образования акимата Костанайской области, Республика Казахстан, в исследовании принимали участие младшие школьники 3 класса в количестве 16 человек.

Психологический климат в классе доброжелательный. Дети достаточно дружелюбны и открыты. Все ребята общаются между собой и с учителем. У детей наблюдается тяга к общению между собой, особенно к тем, кто имеет лидерские качества. Также класс сплоченный.

В классе дети осознают свои ошибки, слушают замечания и воспринимают их. Учитель оценивает знания учеников и, ориентируясь на отметки преподавателя, дети сами разделяют себя и одноклассников на отличников, средних и слабых учеников, старательных, ответственных и дисциплинированных. На уроках дети обладают хорошей работоспособностью. Внимательно слушают указания учителя и

выполняют задания. Стараются быть самостоятельными в разных ситуациях, следуют нормам поведения.

Исследования проводились в групповом режиме, в равных условиях, в привычной обстановке. При проведении диагностики присутствовали классный руководитель. Все участники исследования были открыты и проявили желание участвовать в исследовании. Дана пошаговая инструкция (поэтапное заполнение бланка) в инструкции были подчеркнуты следующие моменты: каждый заполняет свой лист самостоятельно, не советуясь с соседом и не размышляя вслух. Участники эксперимента имели достаточно времени для обдумывания ответов на каждом этапе, продвижение по этапам проходило только после того, как все дети ответили на вопрос. Эти организационные мероприятия, на наш взгляд, позволили снизить напряжение в детском коллективе от необычности ситуации, присутствия постороннего человека и тем самым повысить достоверность полученных результатов.

По методике «Лесенка» В.Г. Щур были получены результаты, которые показаны в таблице 2.1, ПРИЛОЖЕНИЕ 2 и на рисунке 3.

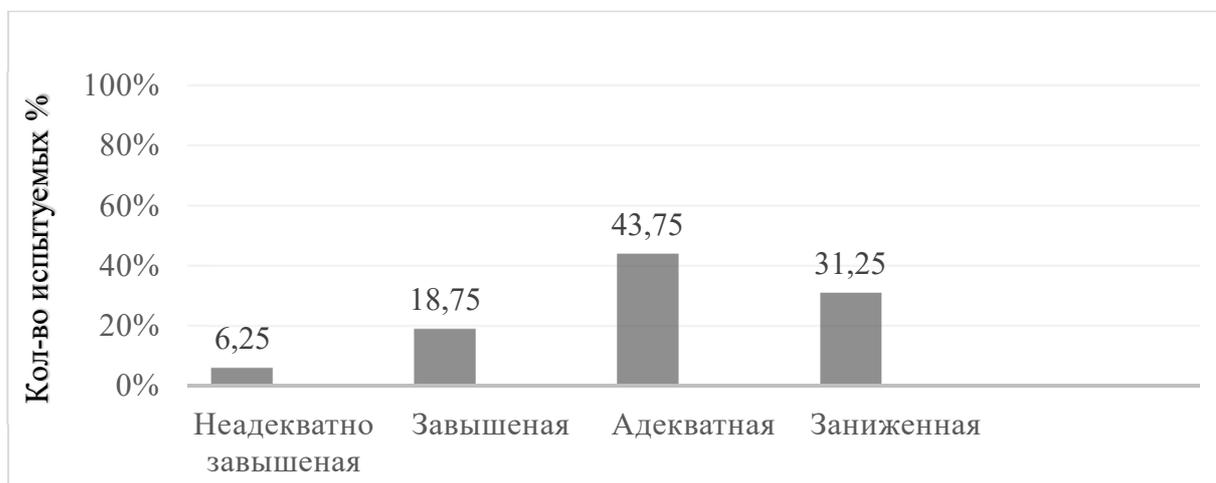


Рисунок 3 – Результаты диагностики самооценки младших школьников по методике В.Г. Щур «Лесенка»

Согласно данным, представленным на рисунке 3, 6,25% (1 ученик) имеет неадекватно завышенную самооценку, 18,75% этого класса (3 учащихся), имеют завышенную самооценку. Первая ступенька чаще всего

характерна для первоклассников и является для них возрастной нормой. Чаще бывает так, что ребенок не может объяснить свой выбор, молчит, улыбается или напряженно думает. Это связано со слабо развитой рефлексией (способностью анализировать свою деятельность или соотносить мнения, переживания или действия с мнениями и оценками окружающих).

Адекватная самооценка у большинства учащихся, что составляет 43,75% (7 человек). У этих детей сформировано положительное отношение к себе. Они умеют оценивать себя и свою деятельность, и это считается нормой.

Заниженный уровень самооценки у 31,25% учащихся (5 человек). Это связано с определенной психологической проблемой ученика. В беседе ребенок может рассказать о своей проблеме. Могут быть проблемы во взаимоотношениях в семье. Также может быть разрушена ситуация успеха и положительное отношение к школе, по меньшей мере к урокам письма. Возможно нарушение межличностных отношений со значимыми взрослыми. Иногда у ребенка ситуативно занижается самооценка. На момент опроса могла произойти неудачная ситуация, что могло повлиять на выбор ребенка. Гораздо серьезнее являются стойкие мотивированные ответы ребят. Опасность этой ситуации в том, что низкая самооценка может остаться у ребенка на всю жизнь, в результате он может не раскрыть своих возможностей и способностей.

Проанализируем полученные результаты исследования по методике, С.В. Ковалева «Определение уровня самооценки», которые представлены в ПРИЛОЖЕНИЯ 2 таблица 2.2 и на рисунке 4.

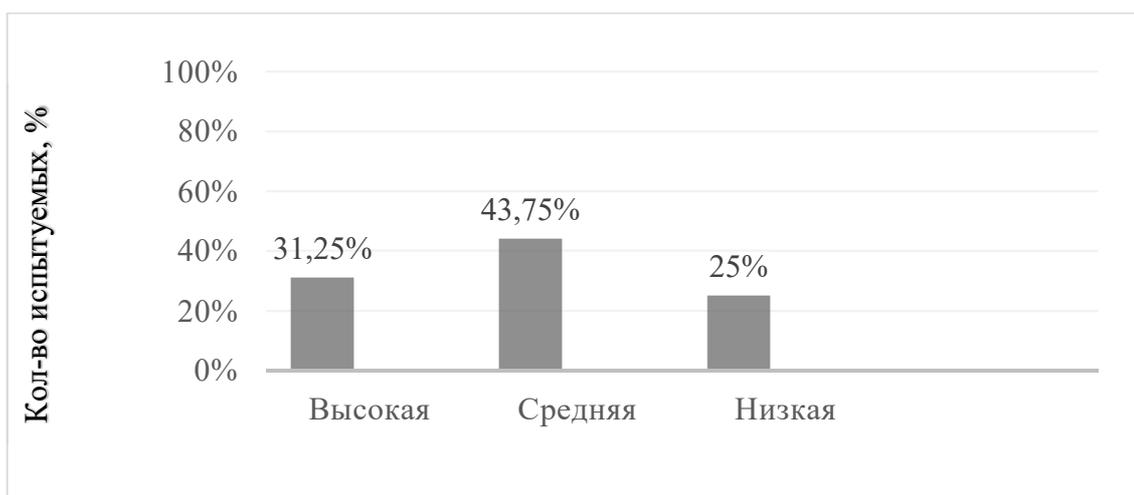


Рисунок 4 – Результаты диагностики самооценки младших школьников по опроснику С.В. Ковалева «Определение уровня самооценки»

Согласно данным, предоставленным на рисунке 4, высокий уровень самооценки личности составляет 31,25% (5 учащихся). Ребенок неотягощен сомнениями, адекватно реагирует на замечания других и трезво оценивает свои действия. Дети с адекватной самооценкой правильно соотносят свои возможности и способности, достаточно критически относятся к себе, ставят перед собой реальные цели, умеют прогнозировать адекватное отношение окружающих к результатам своей деятельности. Поведение такого человека в основе своей неконфликтно, в конфликте он ведет себя конструктивно.

Средний уровень самооценки личности составляет 43,75% (7 человек). Человек с таким уровнем самооценки время от времени осуществляет необъяснимую неловкость во взаимоотношениях с другими людьми, нередко недооценивает себя и свои способности без достаточных на то оснований. Дети на этом уровне чувствуют себя нормально адаптированными. Наилучший уровень для приспособления личности к среде, в межличностных отношениях, проблемных ситуациях.

Низкий уровень самооценки личности составляет 25% (4 учащихся). Такие дети нередко болезненно переносят критические замечания в свой адрес, чаще стараются подстроиться под мнение других людей, сильно страдают от избыточной застенчивости. На этом уровне дети испытывают

тревожность, неуверенность, зависимость, имеют утомляемость, небольшие запасы сил, отстраненность, замкнутость, тревожность, уход в себя. Испытывают большие затруднения в межличностных отношениях.

Проанализируем полученные результаты исследования по методике, А.В. Захарова «Определение эмоциональной самооценки», которые представлены в таблице 2.3 ПРИЛОЖЕНИЯ 2 и на рисунке 5.

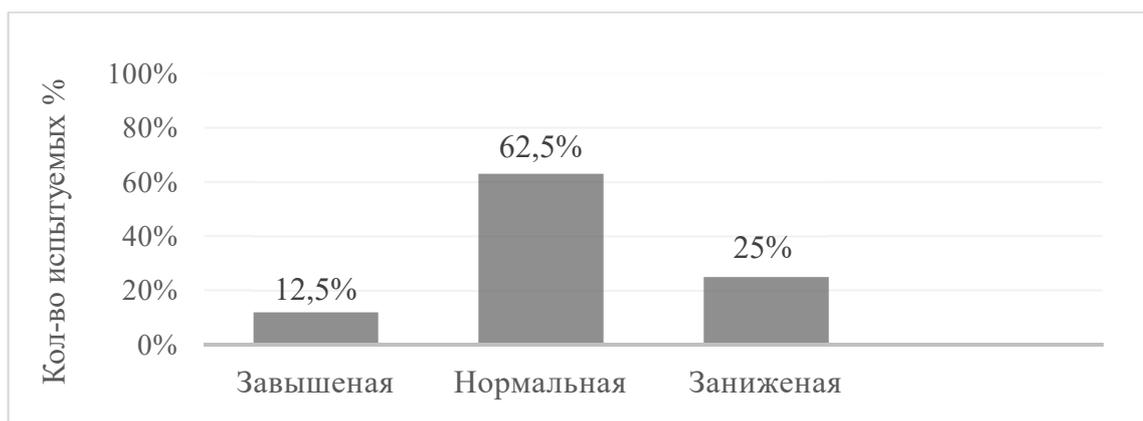


Рисунок 5 – Результаты диагностики самооценки младших школьников по методике А.В. Захарова «Определение эмоциональной самооценки»

Согласно данным рисунка 5, уровень завышенной самооценки составляет 12,5% (2 учащихся этого класса). Дети считают себя лидерами во всем, уверены в себе, нет желания уступать другим, переоценивают свои силы. У таких детей возможен повышенный эгоизм, неуважительное отношение к мнению окружающих.

Уровень нормальной самооценки составил 62,5% (10 учащихся этого класса). Эти испытуемые адекватно воспринимают особенности своего «Я-образа», осознают свою ценность и принимают себя. Правильно соотносят свои возможности и способности, достаточно критично относятся к себе.

Уровень заниженной самооценки составил 25% (4 человека). Дети не уверены в себе, замкнуты в общении, этот уровень влияет на учебный процесс. Также преобладает высокая утомляемость. Такие дети не ставят перед собой труднодостижимые цели, ограничиваются решением обыденных задач, слишком критичны к себе.

Таким образом, были проведены три методики: методика «Лесенка» В.Г. Щур, «Определение эмоциональной самооценки» А.В. Захарова, тест-опросник «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалева. Результаты диагностики показали, что у младших школьников адекватный уровень самооценки.

Выводы по главе 2

Опытно-экспериментальное исследование самооценки младших школьников проходило в три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий. В эмпирическом исследовании применялись следующие методы: констатирующий и формирующий эксперименты, тестирование при помощи методик: методика В.Г. Щур «Лесенка», методика «Определение эмоциональной самооценки» А.В. Захарова, тест-опросник «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалева.

Анализ полученных данных по методике В.Г. Щур «Лесенка» показал следующие результаты: Неадекватно завышенная – 1 ученик (6,25%), высокий уровень – 3 школьника (18,75 %). Средний уровень – 7 испытуемых (43,75 %). Заниженный уровень – 5 школьников (31,25 %).

Анализ результатов по методике А.В. Захарова «Определение эмоциональной самооценки» показал, что: 2 школьника (12,5 %) имеют завышенную самооценку, 10 учащихся (62,5%) имеют нормальную самооценку, 4 школьника (25%) показали заниженный уровень самооценки.

Анализ результатов по методике С.В. Ковалева «Определение уровня самооценки» показал, что: 5 школьников (31,25 %) имеют высокий уровень самооценки, 7 учащихся (43,75 %) показали средний уровень самооценки, 4 школьника (25 %) – низкий уровень самооценки.

В основном младшие школьники имеют завышенный и средний уровни 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 адекватной самооценки младших школьников и более глубокого эмпирического исследования данного феномен.

ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ НЕАДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

3.1 Программа психолого-педагогической коррекции неадекватной 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 (Приложение 3).

Цель программы – психолого-педагогическая коррекция неадекватной самооценки младших школьников

Задачи программы:

1. Актуализировать проблему самооценки, помочь осознать сущность самооценки.
2. Осознать и предупредить эмоциональные нарушения посредством поведенческих изменений.
3. Выработать новые стратегии поведения в ситуациях, травмирующих самооценку младшего школьника.
4. Развивать коммуникативные навыки и навыки уверенного поведения.
5. Способствовать повышению самооценки у участников группы.
6. Сформировать навыки снятия мышечных зажимов, освоить метод релаксации.

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

1) этап: обучение младшего школьника приёмам и методам овладения своим волнением, повышенной тревожностью;

2) этап: 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;

3) этап: 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 (1урок). Занятия проходят 2 раза в неделю.

Структура занятий: количество участников группы – не более 20 человек (в данном случае одна группа 16 человек).

Методы и приёмы, используемые при реализации данной программы:

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

- арттерапевтические методы (изотерапия, танцевальная 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 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 детьми с заниженной и завышенной самооценкой.

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

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

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

Конспект занятий.

Занятие 1

Вводная часть.

Цель: ознакомить всех участников с целью программы, 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.

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.

Рефлексия по окончании занятия.

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.

Рефлексия.

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.

Рефлексия

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.

Рефлексия.

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.

Рефлексия.

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.

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.

Рефлексия.

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 адекватной 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. Яничева и др. Организация и содержание процесса формирования адекватной самооценки младших школьников направлены на расширение функциональных и операционных возможностей школьников, формирование 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

Повторное исследование проводилось с целью выявления эффективности реализации психолого-педагогической программы в КГУ «Асенкритовская общеобразовательная школа отдела образования акимата

района Беимбета Майлина» с. Асенкритовка, Костанайская область, Республика Казахстан. В экспериментальном исследовании участвовал 3 класс, численностью 16 человек. Возраст испытуемых 8–10 лет, из них 8 мальчиков и 8 девочек.

С учащимися было проведено исследование уровня самооценки по методике «Лесенка» В.Г. Щур. Результаты исследования по данной методике представлены на рисунке 7.

Проанализируем полученные результаты исследования по методике, Г.В. Щур «Лесенка», которые представлены в таблице 4.1 ПРИЛОЖЕНИЯ 4 и на рисунке 6.

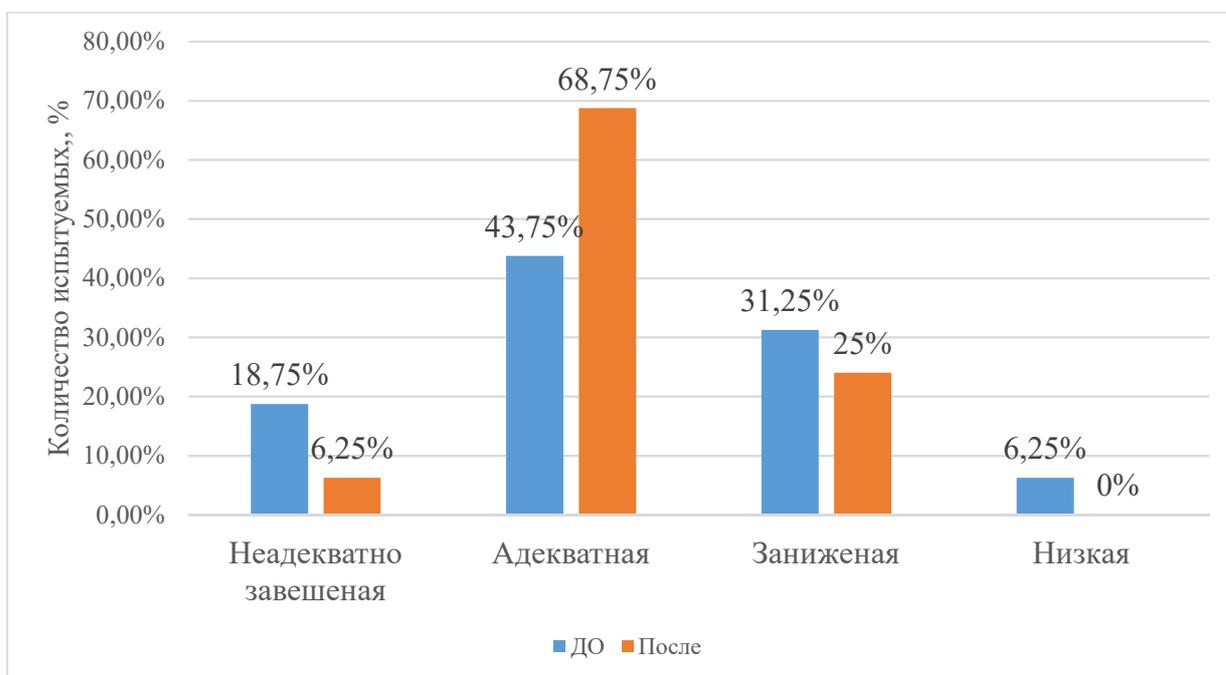


Рисунок 6 – Результаты диагностики самооценки младших школьников по методике «Лесенка» В.Г. Щур До и После реализации программы

Анализ результатов повторного исследования показал, что в целом уровень самооценки учащихся 3 класса стал более адекватным. 6,25% (1 ребенок) имеет завышенную самооценку. Адекватную самооценку имеют 68,75% (11 учащихся). Заниженная самооценка выявлена у 25% (4 детей).

Проанализируем полученные результаты исследования по методике, А.В. Захарова «Определение эмоциональной самооценки», которые представлены в таблице 4.2 ПРИЛОЖЕНИЯ 4 и на рисунке 7.

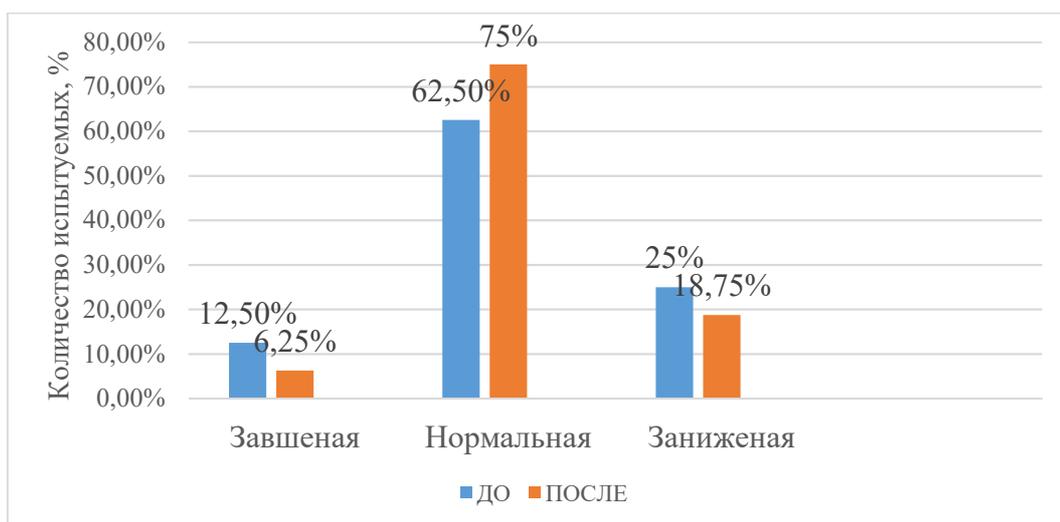


Рисунок 7 – Результаты исследования эмоционального уровня самооценки младших школьников по методике А.В. Захарова «Определение эмоциональной самооценки» до и после реализации программы

Повторное исследование показало: уровень завышенной самооценки выявлен у 6,25% – 1 ребенок, уровень нормальной самооценки выявлен у 75% – 12 человек, уровень заниженной самооценки выявлено 18,75% – 3 учащихся.

Проанализируем полученные результаты исследования по методике, С.В. Ковалева «Определение уровня самооценки», которые представлены в таблице 4.3 ПРИЛОЖЕНИЯ 4 и на рисунке 8.

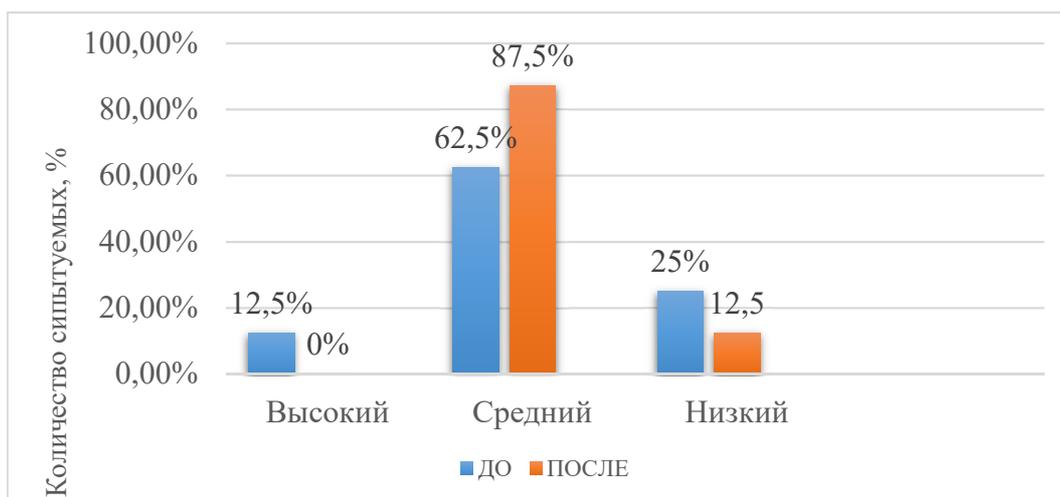


Рисунок 8 – Результаты исследования самооценки младших школьников по тесту-опроснику С.В. Ковалева «Определение уровня самооценки» До и После реализации программы

Высокий уровень самооценки составляет 0%; средний уровень выявлен у 87,5% – 14 учащихся; низкий уровень выявлен у 12,5% – 2 человека.

Для определения эффективности реализации программы формирования адекватной самооценки младших школьников был проведен расчет T-критерия Вилкоксона по методике С.В. Ковалева «Определение уровня самооценки».

Сформулируем рабочие гипотезы.

H₀ – интенсивность сдвигов уровня самооценки младших школьников в направлении повышения не превосходит интенсивность сдвигов в направлении его снижения.

H₁ – интенсивность сдвигов уровня самооценки младших школьников в направлении повышения превосходит интенсивность сдвигов в направлении его снижения.

Определяем критические значения T для $n=16$:

$$T_{кр}=23 (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр}=35 (p \leq 0.05)$$

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы "редких", в данном случае отрицательных, направлений не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю.

В данном же случае эмпирическое значение T попадает в зону незначимости: $T_{эмп} > T_{кр} (0,05)$.

Гипотеза H₀ отвергается. Показатели после эксперимента превышают значения показателей до опыта.

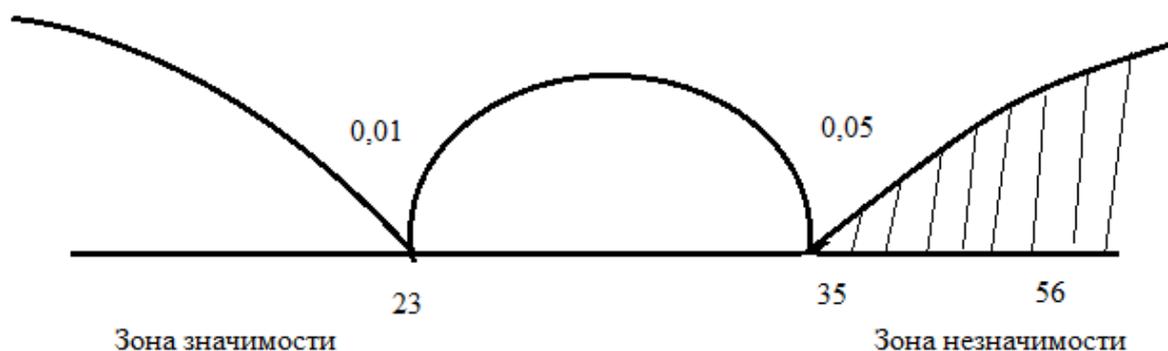


Рисунок 10 – Ось значимости Т-критерия Вилкоксона

Эмпирическое значение критерия находится в зоне незначимости, поэтому принимается гипотеза H_0 : интенсивность сдвигов уровня самооценки младших школьников в направлении повышения не превосходит интенсивность сдвигов в направлении его снижения.

Таким образом, гипотеза исследования экспериментально не подтверждена. Этот факт можно объяснить непродолжительным периодом реализации программы и недостаточной выборкой. Гипотеза исследования экспериментально не подтверждена. Этот факт можно объяснить непродолжительным периодом реализации программы и недостаточной выборкой.

3.3 Технологическая карта внедрения результатов исследования психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников

Достижение стабильного результата психолого-педагогической коррекции самооценки младших школьников требует последовательной и системной работы психологической службы образовательной организации, родителей и педагогов, что нашло отражение в представленной технологической карте и рекомендациях.

Технологическая карта представлена в Приложении 5 и описывает деятельность службы.

1 этап: Определение целей программы психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников.

2 этап: Формирование положительной установки на внедрение коррекционно-развивающей программы.

3 этап: Изучение предмета внедрения психолого-педагогической программы коррекции неадекватной самооценки младших школьников.

4 этап: Передовое освоение предмета внедрения программы психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников.

5 этап: Распределение опыта внедрения психолого-педагогической программы коррекции неадекватной самооценки младших школьников.

6 этап: Усовершенствование работы по теме «психолого-педагогическая коррекция неадекватной самооценки младших школьников».

7 этап: Распределение опыта внедрения психолого-педагогической программы, психолого-педагогической коррекции самооценки младших школьников.

Результаты изучения самооценки младших школьников показали, что в выборке большинство детей имеют средний уровень самооценки, но есть и участники, которые имеют низкую самооценку. Анализ общей и психолого-педагогической литературы, используемые методики диагностики и анализ их результатов позволили составить рекомендации по формированию самооценки младших школьников.

Существует необходимость в разработке модели комплексного сопровождения, что включает в себя тесное взаимодействие специалиста психолога (психологическое обеспечение) и педагога (педагогическое обеспечение). В современной научной литературе проблема комплексного сопровождения развития ребенка в настоящее время занимает одно из приоритетных мест. В качестве основных постулатов современной теории комплексного сопровождения выступают: «необходимость системного, междисциплинарного сопровождения; его непрерывный характер; опора

на позитивный внутренний потенциал развития ребенка; взаимодействие» [58, с. 38].

Рассмотрим каждое направление (психологическое и педагогическое) в отдельности.

В современной психологической литературе эффективность психологического сопровождения развития ребенка, целью которого в конечном итоге выступает индивид, субъект деятельности, личность, связывает с наличием психологического обеспечения процесса сопровождения.

Разработка модели психологического сопровождения, развития самооценки школьников опирается на методологическую платформу, основу которой составляет система принципов, включающая: общие принципы, отражающие своеобразие метода сопровождения, и специфические принципы, отражающие своеобразие работы по развитию самооценки.

К общим принципам относятся: ответственность субъекта развития за принятие решения; соблюдение приоритета интересов сопровождаемого; непрерывный характер сопровождения; комплексный подход к сопровождению развития ребенка [5, с. 6].

К специфическим относятся принципы: создание ситуации успеха; привлечение ближайшего социального окружения к работе по развитию самооценки ребенка; ориентация на ведущий вид деятельности [13, с. 107].

В соответствии с принципами, положенными в основу модели психологического сопровождения развития самооценки школьников, ее содержательный компонент должен включать три блока: диагностический блок, развивающий блок, психо-коррекционный блок [34, с. 15].

В младшем школьном возрасте основными методами развития самооценки должны быть игровые и проективные [55, с. 42].

Кроме того, в целях коррекции самооценки, технологический компонент модели должен включать методы, основанные на

использовании, т.е. методов арт-терапии, обусловлено наличием широкого спектра их коррекционного воздействия.

Существует два подхода к коррекционной работе, которые отличаются с одной стороны, по степени индивидуализации используемых психотерапевтических сказок, а с другой – степенью директивности применяемого подхода.

Директивная (направленная) и не директивная (ненаправленная) формы психотерапии отличаются функцией и ролью психолога в работе с детьми. При директивном подходе психолог – главное лицо, он активно участвует в процессе, задает темы занятий, внимательно наблюдает за поведением ребенка и интерпретирует его реакции, строя свое дальнейшее поведение на основе этих наблюдений [60, с. 19].

Психологи, работающие по директивному направлению, говорят о том, что на осознаваемом вербальном уровне, ребенок может и не принимать сказку, однако положительный эффект от работы все равно присутствует, т.е. изменения чаще всего происходят на подсознательном уровне. При этом наблюдается замечательный факт. Одна и та же сказка по-разному влияет на каждого ребенка, каждый находит в ней что-то свое, актуальное для него, созвучное с его проблемами [22, с. 14].

Целью является оказание ребенку помощи в выявлении и осознании своих проблем и путей их решения.

Использование коррекционных технологий специалистом (психологическое сопровождение), должно идти в тесной взаимосвязи с работой педагога по нескольким направлениям (педагогическое сопровождение) [49, с. 152].

Как говорилось ранее, у ребенка культивируются те качества, которые больше всего заботят родителей: поддержание престижа, послушание, высокая успеваемость [75, с. 10]

Таким образом, для формирования объективной и содержательной самооценки детей младшего школьного возраста, учителю необходимо осуществлять целенаправленную работу с родителями.

Педагогу-психологу необходимо систематически проводить лекционные и практические занятия с родителями, на которых обсуждаются насущные проблемы, педагоги и родители учатся совместно выстраивать общение с детьми, позволяющее формировать у учащихся самостоятельность, инициативность, способствующее становлению адекватной самооценки детей младшего школьного возраста.

Считаем, что необходимо научить младшего школьника четко формулировать цели, планировать свою деятельность по их осуществлению, сравнивать результаты деятельности, саму деятельность с эталоном (оценивать себя), разрабатывать совместно с учителем пути корректировки деятельности, что предусматривает необходимость овладения младшим школьником структурой контрольно-оценочного акта.

Подчеркивая ведущую роль оценки, Л.М. Фридман говорит о двух видах контрольно-оценочной деятельности: внешней и внутренней. Внешняя деятельность осуществляется учителем, внутренняя – учащимися. «Учащиеся же осуществляют внутреннюю контрольно-оценочную деятельность, подражая и ориентируясь на соответствующую деятельность учителя, корректируют свою деятельность в зависимости от результатов контрольно-оценочной деятельности учителя» [63, с. 189].

Научить ребят объективно оценивать свои знания невозможно, не научив их объективно оценивать знания своих одноклассников. Владение навыками самооценивания и взаимооценивания будет способствовать более быстрой адаптации ребенка в среднем звене школы [56, с. 144].

Самооценка складывается под воздействием определенного жизненного опыта, является результатом переживания человеком своих успехов или неудач. Поэтому важно научить школьников анализировать причины, которые способствовали их успеху или неудаче в конкретной

ситуации, делать выводы и строить свою дальнейшую деятельность с учетом полученных выводов [23, с. 19].

Учитывая вышесказанное, можно определить комплекс основных психолого-педагогических условий, способствующих формированию самооценки детей младшего школьного возраста: культура общения педагога и учащегося, учеников друг с другом, родителей с ребенком; формирование учебной самостоятельности; создание ситуации успеха в процессе организации учебной деятельности; использование разнообразных форм и методов обучения при организации учебной деятельности; обучение приемам самоконтроля, обучение приемам самооценивания и взаимооценивания, осуществление работы с родителями. Для реализации этих условий можно использовать следующие формы работы: работа в парах; работа в творческих группах; индивидуальная работа психолога с учеником; индивидуальная работа родителя с учеником; самостоятельная работа учащегося.

Использование обоих видов сопровождения, позволит сформировать и развивать адекватную самооценку у детей младшего школьного возраста.

Рекомендации для родителей по формированию адекватной самооценки младшего школьника:

- 1) находить время, хотя бы несколько минут каждый день, чтобы уделить ребёнку всё своё внимание, не деля его ни с чем;
- 2) показать ребёнку, что родители признают и понимают его чувства, даже если не согласны с ним. Объяснить, что разные люди могут иметь разные чувства. Никакие человеческие чувства не бывают правильными или неправильными. Помнить, признавать чувства ребёнка, даже негативные, не значит позволять ему неприемлемое поведение;
- 3) как бы ни нравилась ситуация или какой-либо план, спросить об этом мнение ребёнка, если необходимо, предложить ему пару альтернатив. Это не только приучит ребёнка думать самостоятельно, но и

понимать, что его мнение ценят, что дает ребёнку чувство контроля над ситуацией;

4) показывать детям свою бескорыстную любовь;

5) хвалить ребёнка за конкретные поступки. Если ребёнок видит, что родители действительно заметили его попытки что-то сделать хорошо, он их повторит;

6) использовать ролевые игры для обыгрывания с детьми трудных или незнакомых ситуаций заранее, так чтобы, сталкиваясь с ними, дети чувствовали себя уверенно, комфортно, зная, что делать и чего ожидать; помочь детям научиться решать проблемы самим, не прибегая к помощи взрослых;

7) уважать усилия детей;

8) показывать ребёнку очевидные свидетельства его развития, его достижения. (показывать ребёнку его старые рисунки или его более раннюю видеозапись, чтобы доказать ему, какие он сделал успехи, какие приобрел новые навыки);

9) объяснить ребёнку, что у всех иногда случаются неудачи. Очень важно понять, что ошибки дают человеку возможность учиться;

10) помочь ребёнку почувствовать его важность, поручая ему какие-нибудь дела или обязанности, чтобы помочь семье;

11) признавать сильные стороны своего ребёнка и хвалить за них, а не фиксировать внимание на его слабостях. Предоставить ребёнку как можно больше возможностей добиваться успеха в том, что ему нравится и что у него получается. Это поможет ему приобрести уверенность в себе;

12) избегать сравнения своего ребёнка с другими. Пусть он знает, что его любят таким, какой он есть;

13) обязательно устраивать семейные праздники. Установить собственные семейные традиции;

14) приоткрывать ребёнку свой внутренний мир, делиться с ним своими пристрастиями, знаниями и эмоциями;

15) стараться смотреть на некоторые вещи глазами ребёнка, помнить, что его понимание окружающего мира основывается на ограниченном опыте и не развитом его мышлении.

Рекомендации для педагогов по формированию адекватной самооценки младшего школьника:

1) оценка должна служить главной цели – стимулировать и направлять учебно-познавательную деятельность младшего школьника;

2) давать содержательную оценку работе младшего школьника;

3) сравнивать детей, которые обладают приблизительно одинаковыми способностями, но достигают разных результатов из-за различного отношения к учению;

4) предлагать ученику с заниженной самооценкой оказывать помощь слабоуспевающему младшему школьнику;

5) вводить тетради, в которых учащиеся по специальной схеме делают записи, анализируя и оценивая свою работу на уроке, определяя меру усвоения материала, степень его сложности, выделяя наиболее трудные моменты работы;

6) предлагать детям самостоятельно оценивать классные и домашние задания до того, как отдать на проверку учителю, после того как работы проверил и оценил учитель, необходимо обсуждать случаи несовпадения оценок. Выяснить основания, на которых строят самооценку дети и показатели, по которым оценивает учитель;

7) использовать похвалу в работе с детьми, имеющими заниженную самооценку.

Таким образом, системное психолого-педагогическое сопровождение обеспечит становление адекватной самооценки детей младшего школьного возраста.

Выводы по главе 3

Психолого-педагогическая программа формирования адекватной самооценки младших школьников была составлена на основе работ следующих авторов: В.М. Астапов, А.И. Захаров, А.М. Прихожан, Е.И. Рогов, Т.И. Яничева. Организация и содержание процесса формирования адекватной самооценки младших школьников направлены на расширение функциональных и операционных возможностей школьника, формирование у него необходимых навыков, умений, знаний, 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 реализации психолого-педагогической программы формирования адекватной самооценки младших школьников были получены следующие результаты:

по методике В.Г. Щур «Лесенка»: 1 ребенок (6,25 %) – имеет высокий уровень самооценки; 11 учеников (68,75%) имеют средний уровень самооценки; 6 младших школьников (37,5%) имеют низкий уровень самооценки;

по методике А.В. Захарова «Определение эмоциональной самооценки»: 1 ученик (6,25%) – имеет завышенную самооценку; 12 младших школьников (75%) – оценивают себя объективно, имеют адекватную самооценку; 3 учащихся (18,75%) показали низкий уровень самооценки;

по методике С.В. Ковалева «Определение уровня самооценки»: 0 школьника (0%) имеют высокий уровень самооценки, 14 детей (87,5%) показали средний уровень самооценки; 2 учащихся (12,5 %) – низкий уровень развития самооценки.

Гипотеза исследования экспериментально не подтверждена. Этот факт можно объяснить непродолжительным периодом реализации программы и недостаточной выборкой. Однако, показатели самооценки

младших школьников высокого и низкого уровней имеют тенденцию изменения в сторону адекватности самооценки, которая характеризует оптимальное представление ребенка о своих возможностях, что является важным фактором личностного развития.

Родителям и педагогам младших школьников для формирования у детей оптимальной самооценки необходимо создать гарантию комфортного ощущения и безопасности для ребенка. Ключевым моментом должны стать проявления понимания и поддержки со стороны педагогов и родителей.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Самооценка – ценность, значимость, которой индивид наделяет себя в целом и отдельные стороны своей личности, деятельности, поведения. Самооценка выступает как устойчивое структурное образование, компонент Я–концепции, самосознания. Основу самооценки составляет система личностных смыслов индивида, принятая им система ценностей. Рассматривается в качестве центрального личностного образования и центрального компонента Я–концепции. Самооценка выполняет регуляторную и защитную функцию, влияя на поведение, деятельность и развитие личности, её взаимоотношения с другими людьми. Отражая степень удовлетворенности или неудовлетворенности собой, уровень самоуважения, самооценка создает основу для восприятия собственного успеха, постановки целей определенного уровня, т.е. уровня притязаний личности.

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. Чем сильнее оценочный компонент в учебно-познавательной деятельности ребенка, чем этот компонент с обостренными свойствами сомнения и контроля является динамические во всем процессе решения задачи и сопровождает этот процесс, тем успешнее ребенок в приобретении способности к действительной самостоятельности в учении.

В модели психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников все основные блоки (теоретический, диагностический, формирующий, аналитический) представлены во взаимосвязи и взаимозависимости в виде динамической системы, построенной по иерархическому принципу.

Опытно-экспериментальное исследование психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников проходило в три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий. В эмпирическом исследовании применялись следующие методы: констатирующий и формирующий эксперименты, тестирование при помощи методик: методика В.Г. Щур «Лесенка», методика «Определение эмоциональной самооценки» А.В. Захарова, тест-опросник «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалева. Математико-статистический анализ осуществлялся с помощью критерия Вилкоксона.

В результате исследования были получены следующие результаты.

Анализ полученных данных по методике В.Г. Щур «Лесенка» показал следующие результаты: неадекватно завышенный уровень имеет 1 школьник (6,25 %), завышенный уровень имеет 3 учащихся (18,75%), адекватный уровень самооценки имеет 7 учащихся (43,75%), заниженную самооценку имеет 5 учащихся (31,25%).

Анализ результатов по методике А.В. Захарова «Определение эмоциональной самооценки» показал, что: 2 школьника (12,5%) имеют завышенную самооценку, 10 учащихся (62,5%) имеют нормальную самооценку, 4 школьника (25%) показали заниженный уровень самооценки.

Анализ результатов по методике С.В. Ковалева «Определение уровня самооценки» показал, что: 5 школьников (31,25%) имеют высокий уровень самооценки, 7 учащихся (43,75%) показали средний уровень самооценки, 4 школьника (25 %) – низкий уровень самооценки. В основном младшие школьники имеют завышенный и средний уровень самооценки по всем методикам. Данные результаты дали нам основание для разработки программы психолого-педагогического формирования самооценки младших школьников и более глубокого эмпирического исследования данного феномена.

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. Яничева.

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 реализации психолого-педагогической программы формирования адекватной самооценки младших школьников были получены следующие результаты:

– по методике В.Г. Щур «Лесенка»: 1 ребенок (6,25 %) – имеет неадекватно завышенный уровень самооценки; 11 учеников (68,75%) имеют адекватный уровень самооценки; 4 младших школьников (25%) имеют завышенный уровень самооценки, 0% имеет низкий уровень самооценки;

– по методике А.В. Захарова «Определение эмоциональной самооценки»: 1 ученик (6,25%) – имеет завышенную самооценку; 12 младших школьников (75%)–оценивают себя объективно, имеют адекватную самооценку; 3 учащихся (18,75%) показали низкий уровень самооценки;

– по методике С.В. Ковалева «Определение уровня самооценки»: 0 школьника (0%) имеют высокий уровень самооценки, 14 детей (87,5%) показали средний уровень самооценки; 2 учащихся (12,5 %) – низкий уровень развития самооценки.

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 не подтверждена. Этот факт можно объяснить непродолжительным периодом реализации программы и недостаточной выборкой. Однако, показатели самооценки младших школьников высокого и низкого уровней имеют тенденцию изменения в сторону адекватности самооценки, которая характеризует оптимальное представление ребенка о своих возможностях, что является важным фактором личностного развития.

Родителям и педагогам младших школьников для формирования у детей оптимальной самооценки необходимо создать гарантию комфортного ощущения и безопасности для ребенка. Ключевым моментом должны стать проявления понимания и поддержки со стороны педагогов и родителей

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абрамова Г. С. Возрастная психология : учебник и практикум / Г. С. Абрамова. – Москва: Юрайт, 2014. – 816 с. – ISBN 978-5-9916-4273-6.
2. Акрушенко А. В. Психология развития и возрастная психология : учебное пособие / А. В. Акрушенко. – Саратов: Научная книга, 2012. – 127 с. – URL:<http://www.iprbookshop.ru/6328> (дата обращения: 11.11. 2022).
3. Ананьев Б. Г. К постановке проблемы развития детского самосознания. Психология развития : хрестоматия / Ананьев Б. Г.; ред. Е. Строганова. – Санкт-Петербург : Питер, 2011. – С. 111–115. – ISBN 5-318-00117-3.
4. Андрущенко Т. Ю. Исследование самооценки младшего школьника в учебной деятельности. / Т. Ю. Андрущенко, А. В. Захарова // Вопросы психологии. – 2012. – С. 13 – 19.
5. Анцыферова Л. И. Способность личности к преодолению Деформации своего развития / Л. И. Анцыферова // Психологический журнал. – 2012. – №3 – С. 6–19.
6. Белобрыкина О. А. Влияние социального окружения на развитие самооценки / О. А. Белобрыкина // Вопросы психологии. – 2011. – №4. – С.162–174.
7. Бернс Р. Развитие Я – концепции и воспитание / Р. Бернс // Психология воспитания. – 2014. – С. 30–66.
8. Божович Л. И. Проблемы формирования личности / Л. И. Божович. – Москва: Издательство «Институт практической психологии»; Воронеж: МОДЭК, 2011. – 352 с. – ISBN 978-5-91180-846-4.
9. Бороздина Л. В. Сущность самооценки и ее соотношение с Я-концепцией / Л. В. Бороздина // Вопросы психологии. – 2011. – С. 54–65.
10. Братусь Б. С. Аномалии личности / Б. С. Братусь. – Москва: Мысль, 1988. – 301 с. – ISBN 5-244-00008-X.
11. Витушкина Э. В. Формирование самооценки младших школьников как фактор достижения личностных результатов образования /

Э. В. Витушкина, Т. В. Кружилина, Т. Ф. Орехова. – Москва: Юрайт, 2018. – 160 с. – ISBN 978-5-9967-1262-5: 500.

12. Возрастная психология : учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлениям подготовки бакалавров и магистров «Психология» или «Клиническая психология»/ под ред. А. К. Белоусова. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2012. – 591 с. – ISBN 978-5-222-18787-6.

13. Выготский Л. С. Психология развития человека / Л. С. Выготский. – Москва: Смысл: Эксмо, 2003. – 1134 с. – ISBN 5-699-02553-7 (в пер.).

14. Выготский, Л. С. Психология / Л. С. Выготский. – Москва: Апрель пресс: ЭКСМО-пресс, 2012. – 1006 с. – ISBN 5-04-004708-8.

15. Выготский Л. С. Умственное развитие детей в процессе обучения : сборник статей / Л. С. Выготский. – Москва: Ленинград, 2016. – 260 с.

16. Галкина Т. В. Самооценка как процесс решения задач: системный подход / Т. В. Галкина. – Москва: Ин-т психологии РАН, 2011. – 397 с. – ISBN 978-5-9270-0208-5.

17. Голубев Г. Г. Психология межличностных отношений / Г. Г. Голубев, А. А. Бодалев, В. Н. Князев, Р. Л. Кричевский. – Москва: Эксмо, 2013. – 51 с.

18. Глубинная психология / под ред. О. Б. Дарвиш. – Москва: Владос-Пресс, 2013. – 264 с. – URL: www.psyoffice.ru (дата обращения: 24.11.2022).

19. Делан Ю. Г. Развитие самооценки младших школьников / Ю.Г. Делан. – URL: <http://vakizdat.ru>. (дата обращения: 11.11.2022).

20. Джемс У. Психология / У. Джемс, Л. А. Петровской. – Москва: Педагогика, 1991. – 367 с. – ISBN 5-7155-0402-3.

21. Долгова В. И. Готовность к инновационной деятельности в образовании: монография / В. И. Долгова. – Москва: КДУ, 2009. – 227 с. – ISBN 978-5-98227-711-4

22. Долгова В. И. Инновационные психолого–педагогические технологии в начальной школе : монография / В. И. Долгова, Н. И. Аркаева, Е. Г. Капитанец. – Москва Издательство Перо, 2015. – 200 с. – ISBN 978-5-00086-514-9.

23. Долгова В. И. Исследование влияния самооценки на ситуативную тревожность младших школьников / В. И. Долгова, Н. В. Крыжановская, Н. А. Грамзина // Научно–методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 31. – С. 46–50. – URL: <http://e-koncept.ru/2015/95516.htm>. (дата обращения: 26.11. 2022).

24. Дружинин В. Н. Экспериментальная психология : учебное пособие для вузов / В. Н. Дружинин. – Санкт-Петербург: Питер, 2011. – 318 с. – ISBN 5-8046-0176-8.

25. Дубровина И. В. Практическая психология образования учеб. для студентов высш. и сред. спец. учеб. заведений / И. В. Дубровина, А. Д. Андреева, А. Д. Воронова. – Москва: Творч. центр «Сфера», 1997. – 525 с. – ISBN 5-89144-019-9.

26. Дубовкина М. Н. Самооценка и успеваемость / М. Н. Дубовкина. – URL: <http://nsportal.ru>. (дата обращения: 05.12. 2022).

27. Дубровина Л. А. Формирование самооценки младших школьников / Л. А. Дубровина, М. В. Забавнова, А. О. Добрынина // Обучение и воспитание: методики и практика. – 2013. – № 10 – С. 16–19. – ISBN 5-7695-0735-7

28. Захарова А. В. Генезис самооценки : автореферат диссертации доктора психологических наук / А. В. Захарова. – URL: <http://naukapedagogika.com/psihologiya-19-00-07/dissertaciyagenezissamoosenki>. (дата обращения: 05.10. 2022).

29. Захарова А. В. Психологические проблемы учебной деятельности школьника : Сборник статей / А. В. Захарова; под ред. В. В. Давыдова. – Москва: Сов. Россия, 1977. – 310 с.: ил.

30. Захарова А. В. Психология формирования самооценки / А. В. Захарова. – Минск: РБПК «Белинкомаш», 2010. – 145 с.
31. Ильин Е. И. Психология неформального общения : учебное пособие для высших учебных заведений / Е. И. Ильин. – Санкт-Петербург: Питер, 2015. – 384 с.: ил. – ISBN 978-5-496-01255-5.
32. Истратова О. Н. Большая книга подросткового психолога: от 10 и старше / О. Н. Истратова, Т. В. Эксакусто. – Изд. 2-е. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2008. – 636 с. – ISBN 978-5-222-13823-6.
33. Истратова О. Н. Справочник по групповой психокоррекции: понятие и виды психокоррекционной работы, организация групповой психокоррекционной работы со взрослыми, специфика групповой психокоррекционной работы с детьми и подростками, игры и психогимнастические упражнения, сказкотерапия, арттерапия, тренинговые упражнения / О. Н. Истратова, Т. В. Эксакусто. – 3-е изд. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2011. – 443 с. – ISBN 978-5-222-18101-0.
34. Ключникова Г. А. Методика изучения самооценки школьников / Г. А. Ключникова // Вопросы психологии. – 2011. – №7. – С. 25–34.
35. Ковалев А. Г. Психология личности / А. Г. Ковалев. – Москва: Просвещение, 2012. – 240 с.
36. Кон И. С. Ребенок и общество : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по психол. и пед. специальностям / И. С. Кон. – Москва: Academia, 2003. – 334 с. – ISBN 5-7695-1420-5.
37. Кузьмина В. М. Значимость изучения самооценки младших школьников в контексте личностно-ориентированной парадигмы современного образования в начальной школе / В. М. Кузьмина, Г. Н. Солопова // Проблемы воспитания личности молодого человека в образовательном процессе. – 2013. – С. 287–291.
38. Кулагина И. Ю. Младшие школьники: особенности развития / И. Ю. Кулагина. – Москва: Эксмо, 2009. – 176 с. – ISBN 978-5-699-33611-1.

39. Кулагина И. Ю. Психология развития и возрастная психология : полный жизненный цикл развития человека: учебное пособие для вузов / И. Ю. Кулагина, В. Н. Колюцкий. – Москва: Акад. проект, 2013. – 419 с.: ил. – ISBN 978-5-8291-1481-7.

40. Куницына В. Н. Межличностное общение / В. Н. Куницына, Н. В. Казаринова, В. М. Погольша. – Санкт-Петербург.: Питер, 2013. – 269 с. – SBN 5-8046-0173-3.

41. Лазурский А. Ф. Программа исследования личности / А. Ф. Лазурский. – Москва: Юрайт, 2012. – 288 с.

42. Ларина А. Б. Структура и функции познавательной самооценки младшего школьника / А. Б. Ларина. – URL: <http://cyberleninka.ru>. (дата обращения: 05.10. 2022).

43. Ларина А. Б. Структура и функции познавательной самооценки младшего школьника / А. Б. Ларина // Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. – 2010. – № 11. – С. 130–135. – ISSN: 1999-3633.

44. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание / А. Н. Леонтьева. – Москва: Политиздат, 2015. – 304 с.

45. Липкина А. И. Самооценка школьника / А. И. Липкина. – Москва: Знание, 1976.– 64 с.: ил.

46. Молчанова О. Н. Самооценка: Самооценка: теоретические проблемы и эмпирические исследования : учебное пособие / О. Н. Молчанова. – Москва: Флинта; Наука, 2010. – 389 с. – ISBN 978-5-9765-0945-0.

47. Мясищев В. Н. Понятие личности в аспектах нормы и патологии / С. Бахрах, В. Н. Мясищев. – Санкт-Петербург: Питер, 2011. – 244 с.

48. Мясищев В. Н. Психология отношений / В. Н. Мясищев; под ред. А. А. Бодалева. – Москва: Ин-т практ. психологии; Воронеж: МОДЭК, 1998. – 362 с. – ISBN 5-89112-046-1.

49. Немов Р. С. Психология : учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Р. С. Немов. – МОСКВА:Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2012. – 688 с. – ISBN 5-691-00093-4.

50. Никулина И. Н. Развитие самооценки школьников : учебно–методическое пособие. / И. Н. Никулина. – Санкт-Петербург: КАРО, 2012. – 190 с. – ISBN 978-5-89815-857-6.

51. Новик И. Б. Моделирование как метод научного исследования / И. Б. Новик. – Москва: Гардарики, 2012. – 149 с.

52. Обозов Н. Н. Типы личности, темперамент и характер : метод. пособие / Н. Н. Обозов. – Санкт-Петербург. БХВ Петербург, 2011. – 240 с

53. Овчарова Р. В. Справочная книга социального педагога / Р. В. Овчарова. – Москва: Сфера, 2012. – 480 с. – ISBN 5-89144-177-2.

54. Ольшанский В. Б. Личность и социальные ценности / В. Б. Ольшанский. – Москва: Просвещение, 2011. – 339 с.

55. Павленко В.Н. Общая и прикладная этнопсихология : учебное пособие / В. Н. Павленко, С. А. Таглин. – Москва: Товарищество науч. изд. КМК, 2005. – 483 с. – ISBN 5-87317-215-3.

56. Петровский А. В. Возрастная и педагогическая психология / А. В. Петровский. – URL: <http://www.koob.ru/petrovskiy>. (дата обращения 7.11.2022).

57. Райгородский Д. Я. Практическая психодиагностика : методики и тесты. – Москва: Бахрах-М, 2011. – 489 с. – ISBN 5-89570-005-5.

58. Реан А. А. Психология и психодиагностика личности / А. А. Реан. – Санкт-Петербург.: Прайм-Еврознак, 2012. – 255 с.

59. Резникова Е. В. Психолого-педагогическая программа коррекционной работы : методическое пособие / Е. В. Резникова. – Челябинск: Цицеро, 2013. – 107 с. – ISBN 978-5-93878-209-9.

60. Рогов Е. И. Настольная книга практического психолога : практическое пособие / Е. И. Рогов. – Москва: Юрайт. 2012. – 412 с. – ISBN 978-5-305-00050-4.

61. Романко В. К. Статистический анализ данных в психологии : учебное пособие / В. К. Романко. – Москва: БИНОМ. Лаборатория знаний, 2012. – 313 с. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/6507> (дата обращения: 19.10.2022).

62. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – Москва: Питер, 2015. – 713 с. – SBN 978-5-459-01141-8.

63. Русалов В. М. Темперамент в структуре Индивидуальности человека: дифференциально–психофизиологические и психологические исследования. / В. М. Русалов. – Москва: ИП РАН, 2012. – 528 с. – ISBN 978-5-9270-0234-4.

64. Рыжковская Т. Л. Основы психологии и педагогики / Т. Л. Рыжковская. – Минск : МИУ, 2010. – URL: <http://psyera.ru/issledovaniya-voblastisamoocenki-839.htm>. (дата обращения: 24.10.2022).

65. Савинова Е. Ю. Формирование адекватной самооценки младших школьников в учебной деятельности / Е. Ю. Савинова // Гуманитарные исследования. – 2014. – № 2 (50) – С. 170–174. – ISSN: 1818-4936.

66. Савонько Е. И. Возрастные особенности соотношения ориентаций школьников на самооценку и на оценку другими людьми / Е. И. Савонько // Возрастная психология. – 2013. – С. 12–19.

67. Самосознание как объект психодиагностики : общая психодиагностика / под ред. А. А. Бодалева, В. В. Столина. – МОСКВА:Изд-во Моск. унта, 2011. – 268 с.. – ISBN 5-9268-0015-3.

68. Сафин В. Ф. Психология самоопределения и самооценки личности / В. Ф. Сафин, И. Н. Нурлыгаянов. – Уфа: Вагант, 2008. – 187 с.– ISBN 978–5–9635–0102–3.

69. Серебрякова Е. А. Уверенность в себе и условия ее формирования у школьников : автореферат дис. на соискание учен. степ. канд. пед. наук / Е. А. Серебрякова. – Москва: Просвещение, 1955. – 15 с.

70 Слостенин В. А. Психология и педагогика : учеб. пособие для студентов вузов пед. профиля / В. А. Слостенин, В. П. Каширин. – 4–е изд., стер. – Москва: Академия, 2006. – 477 с.: ил. – ISBN 5–7695–2643–2.

71. Смирнова Е. О. Детская психология : учеб. для студентов высш. пед. учеб. заведений / Е. О. Смирнова. – Москва: ВЛАДОС, 2003. – 365 с. – ISBN 5-691-00893-5.

72. Столин В. В. Самосознание личности / В. В. Столин. – Москва: Изд-во МГУ, 2011. – 284 с.

73. Столяренко Л. Д. Основы психологии / Л. Д. Столяренко. – Москва: Проспект, 2014. – 462 с. – ISBN 978-5-392-03042-2

74. Теплов Б. М. Изучение основных свойств нервной системы и их значение для психологии индивидуальных различий / Б. М. Теплов, В. Д. Небылицын. – Москва: Наука, 2012. – 47 с. – ISSN: 0042-8841.

75. Тузова С. Е. Формирование адекватной самооценки младшего школьника / С. Е. Тузова // Вестник Восточно-Сибирской государственной академии образования. – 2010. – № 12 – С. 203–209. – ISSN: 2413-5291.

76. Узнадзе Д. Н. Общая психология / Д. Н. Узнадзе ; пер. с груз. Е. Ш. Чомахидзе. – Москва: Смысл, 2014. – 414 с. – ISBN 5-89357-121-5.

77. Фатуллаева А. Т. Самооценка как основа личностного становления младшего школьника / А. Т. Фатуллаева // Среднее профессиональное образование. – 2010. – № 6. – С. 69–70. – ISSN: 1990-679X.

78. Федосюк Н. В. Самооценка как базовый компонент личностных универсальных учебных действий младших школьников / Н. В. Федосюк // Культура, наука, образование: проблемы и перспективы. – 2014. – С. 22–24.

79. Фельдштейн Д. И. Возрастная и педагогическая психология: избранные психологические труды / Д. И. Фельдштейн. – Москва: МПСИ, 2012. – 427 с. – ISBN 5-87977-032-X.

80. Фрейд З. Введение в психоанализ: лекции / Зигмунд Фрейд; пер. с нем. Г. В. Барышниковой. – Санкт-Петербург: Азбука, 2013. – 478 с. – ISBN 978-5-389-05230-7.

81. Хекхаузен Х. Психология мотивации достижения / Хайнц Хекхаузен. – Санкт-Петербург.: Речь, 2001. – 238 с. – ISBN 5-9268-0048-X.

82. Холодкова О. Г. Самооценка нравственных качеств личности младших школьников / О. Г. Холодкова. – URL: <http://psibook.com>. (дата обращения: 05.12. 2022).

83. Хухлаева О. Психология развития и возрастная психология: учебник для бакалавров / О. В. Хухлаева, Е. В. Зыков, Г. В. Бубнова. – Москва: Юрайт, 2013. – 367 с. – ISBN 978-5-9916-2367-4.

84. Чеснокова И. И. Проблема самосознания в психологии / И. И. Чеснокова. – Москва: Наука, 2010. – 142 с.

85. Шадриков В. Д. Общая психология : учебник для вузов / В. Д. Шадриков, В. А. Мазиллов. – Москва: Издательство Юрайт, 2023. – 411 с. — URL: <https://urait.ru/bcode/510846>. (дата обращения: 11.01.2023)

86. Шаповаленко И. В. Психология развития и возрастная психология: учебник и практикум для вузов / И. В. Шаповаленко. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2023. – 457 с. – URL: <https://urait.ru/bcode/510723> (дата обращения: 11.01.2023).

87. Шилова А. А. Формирование адекватной самооценки у детей младшего школьного возраста как фактора успешной социализации / А. А. Шилова // Научно–методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 11. – С. 17–23. – EISSN: 2304-120X.

88. Шипилина Л. А. Методология психолого-педагогических исследований : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Л. А. Шипилина. – Москва: Флинта: Наука, 2013. – 203 с. – ISBN 978-5-9765-1173-6.

89. Эйestad Г. Самооценка у детей и подростков : книга для родителей / Г. Эйestad; пер. с норвежского Наргис Шинкаренко. – Москва: Альпина паблишер, 2014. – 293 с. – ISBN 978-5-9614-4693-7.

90. Эльконин Д. Б. Опосредствование. Действие. Развитие / Б. Д. Эльконин. – Ижевск: ERGO, 2010. – 279 с. – ISBN 978-5-98904-078-0.

91. Ядов В. А. Социальная психология личности / Е. В. Шорохова, А. А. Бодалев, М. И. Бобнева // Социология и современность. – Москва, 2013. – Т. 1. – С. 75–90.

92. Якунин В. А. Педагогическая психология: учеб. пособие / В. А. Якунин. – Санкт-Петербург: Изд-во Михайлова: Полиус, 2014. – 638 с. – ISBN 508016-0022-1.

ПРИЛОЖЕНИЯ 1

Методики диагностики самооценки младших школьников

Методика «Лесенка» В.Г. Щур

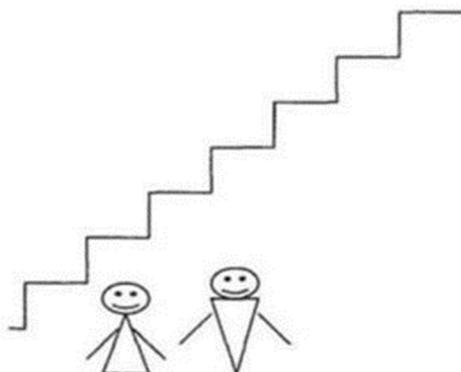


Рисунок 11 – «Лесенка» самооценка

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

Наиболее важным для понимания сложившейся у ребенка 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 «Определение эмоциональной самооценки» А. В. Захарова

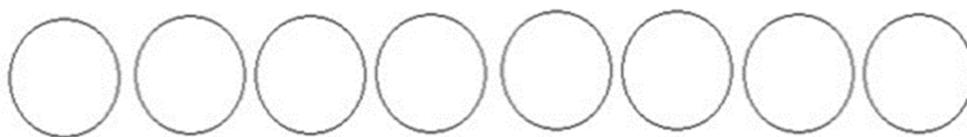


Рисунок 12 – «Определение эмоциональной самооценки»

Инструкция: Представь, что изображенный на рисунке ряд кружков (8 штук) – это люди. Укажи, где находишься ты. Поставь букву «Я» в нужном кружке. В первом находятся самые лучшие люди, в последнем самые худшие.

Ключ:

Нормой для ребенка является указание на третий- четвертый круг слева. В этом случае ребенок адекватно воспринимает особенности своего «Я- образа», осознает свою ценность и принимает себя.

При указании на первый- второй круг - завышенная самооценка.

При указании на круги далее четвёртого - заниженная самооценка

Структура самооценки представлена двумя компонентами – когнитивным и эмоциональным. Первый отражает знания человека о себе, второй – его отношение к себе. В дошкольном возрасте более выражено функционирует эмоциональный компонент самооценки, в младшем школьном возрасте – когнитивный, в подростковом

вновь начинает преобладать эмоциональный, и только в юношеском возрасте начинает достигаться гармония в развитии знаний о себе и отношения к себе.

Личность может оценивать себя реалистично, объективно – такая самооценка будет адекватной, а может завышать или, наоборот, занижать свои возможности, что ведет к формированию неадекватной (завышенной или заниженной) самооценке.

Тест-опросник «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалева

Цель: определение уровня самооценки личности учащихся.

Описание методики:

Методика, разработанная С.В. Ковалевым, предназначена для определения уровня самооценки личности. Представляет собой 32 суждения, к которым необходимо выразить свое отношение предложенными вариантами ответов.

Инструкция: «Вам предлагаются 32 суждения и пять возможных вариантов ответов, каждый из которых соответствует определенному количеству баллов. Выражая степень своего согласия с суждениями, вы проставляете баллы:

4 – очень часто;

3 – часто;

2 – иногда;

1 – редко;

0 – никогда.»

Стимульный материал:

1. Мне хочется, чтобы мои друзья подбадривали меня.
2. Постоянно чувствую свою ответственность за работу (учебу).
3. Я беспокоюсь о своем будущем.
4. Многие меня ненавидят.
5. Я обладаю меньшей инициативой, нежели другие.
6. Я беспокоюсь за свое психическое состояние.
7. Я боюсь выглядеть глупцом.
8. Внешний вид других куда лучше, чем мой.
9. Я боюсь выступать с речью перед незнакомыми людьми.
10. Я часто допускаю ошибки.
11. Как жаль, что я не умею говорить, как следует с людьми.
12. Как жаль, что мне не хватает уверенности в себе.
13. Мне бы хотелось, чтобы мои действия ободрялись другими чаще.
14. Я слишком скромн.

15. Моя жизнь бесполезна.
16. Многие неправильного мнения обо мне.
17. Мне не с кем поделиться своими мыслями.
18. Люди ждут от меня многого.
19. Люди не особенно интересуются моими достижениями.
20. Я слегка смущаюсь.
21. Я чувствую, что многие люди не понимают меня.
22. Я не чувствую себя в безопасности.
23. Я часто понапрасну волнуюсь.
24. Я чувствую себя неловко, когда вхожу в комнату, где уже сидят люди.
25. Я чувствую себя скованным.
26. Я чувствую, что люди говорят обо мне за моей спиной.
27. Я уверен, что люди почти все принимают легче, чем я.
28. Мне кажется, что со мной должна случиться какая-нибудь неприятность.
29. Меня волнует мысль о том, как люди относятся ко мне.
30. Как жаль, что я не так общителен.
31. В спорах я высказываюсь только тогда, когда уверен в своей правоте.
32. Я думаю о том, чего ждут от меня люди.

Обработка результатов: обработка результатов проводится суммированием баллов по всем 32 суждениям.

Интерпретация результатов:

- сумма баллов от 0 до 25 говорит о высоком уровне самооценки, при котором человек, как правило, не отягощен сомнениями, адекватно реагирует на замечания других и трезво оценивает свои действия;
- сумма баллов от 26 до 45 свидетельствует о среднем уровне самооценки. Человек с таким уровнем самооценки время от времени ощущает необъяснимую неловкость во взаимоотношениях с другими людьми, нередко недооценивает себя и свои способности без достаточных на то оснований.
- сумма баллов от 46 до 128 указывает на низкий уровень самооценки, при котором человек нередко болезненно переносит критические замечания в свой адрес, чаще старается подстроиться под мнение других людей, сильно страдает от избыточной застенчивости.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Результаты констатирующего эксперимента

Таблица 2.1 – Результаты участников исследования диагностики уровня самооценки младших школьников по методике «Лесенка» В.Г. Щур

| № Код испытуемого | | Показатели самооценки | |
|-------------------|--------------|-----------------------|---------|
| | | Балл | Уровень |
| 1 | Б.Арсений. | 1 | Высокий |
| 2 | В.София | 1 | Высокий |
| 3 | Г.Матвей | 3 | Средний |
| 4 | Д.Денис. | 6 | Низкий |
| 5 | Е.Дмитрий | 2 | Средний |
| 6 | З.Александра | 3 | Средний |
| 7 | З.Анна | 2 | Средний |
| 8 | П.Вероника | 6 | Низкий |
| 9 | С.Петр | 2 | Средний |
| 10 | С.Макар | 6 | Низкий |
| 11 | С.Антонина | 2 | Средний |
| 12 | С.Дидар | 1 | Высокий |
| 13 | Т.Валерия | 3 | Средний |
| 14 | Х.Максим | 4 | Низкий |
| 15 | Ш.Дарья | 4 | Низкий |
| 16 | Ш.Айя | 1 | Высокий |

Итого:

Высокий уровень – 25% (4 чел.),

Средний – 43,75% (7 чел.),

Низкий уровень – 31,25% (5 чел.)

Таблица 2.2 – Результаты исследования диагностики уровня самооценки младших школьников по методике «Определение эмоциональной самооценки» автор А.В. Захаров

| № Код испытуемого | | Показатели самооценки | |
|-------------------|---------------|-----------------------|---------|
| | | Балл | Уровень |
| 1 | Б. Арсений | 1 | Высокий |
| 2 | В. София | 1 | Высокий |
| 3 | Г. Матвей | 3 | Средний |
| 4 | Д. Денис | 4 | Средний |
| 5 | Е. Дмитрий | 2 | Средний |
| 6 | З. Александра | 2 | Средний |
| 7 | З. Анна | 3 | Средний |
| 8 | З. Вероника | 2 | Средний |
| 9 | С. Петр | 4 | Средний |
| 10 | С. Макар | 6 | Низкий |
| 11 | С. Антонина | 2 | Средний |
| 12 | С. Дидар | 5 | Низкий |
| 13 | Т. Валерия | 3 | Средний |
| 14 | Х. Максим | 7 | Низкий |
| 15 | Ш. Дарья | 6 | Низкий |
| 16 | Ш. Айя | 2 | Средний |

Итого:

Высокий уровень – 12,5% (2 чел.)

Средний уровень – 62,5 % (10 чел.)

Низкий уровень – 25 % (4 чел.)

Таблица 2.3 – Результаты участников исследования диагностики уровня самооценки младших школьников по методике «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалев

| № Код испытуемого | | Показатели самооценки | |
|-------------------|---------------|-----------------------|---------|
| | | Балл | Уровень |
| 1 | Б. Арсений | 20 | В |
| 2 | В. София | 6 | В |
| 3 | Г. Матвей | 30 | С |
| 4 | Д. Денис | 40 | С |
| 5 | Е. Дмитрий | 76 | Н |
| 6 | З. Александра | 10 | В |
| 7 | З. Анна | 29 | С |
| 8 | П. Вероника | 100 | Н |
| 9 | С. Петр | 88 | Н |
| 10 | С. Макар | 30 | С |
| 11 | С. Антонина | 20 | В |
| 12 | С. Дидар | 34 | С |
| 13 | Т. Валерия | 21 | В |
| 14 | Х. Максим | 95 | Н |
| 15 | Ш. Дарья | 40 | С |
| 16 | Ш. Айя | 42 | С |

Итого

Высокий – 31,25% (5чел.)

Средний – 43,75% (7 чел.)

Низкий – 25% (4чел.).

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Программа психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников

Цель: психолого-педагогическая коррекция неадекватной самооценки младших школьников

Задачи формирующей программы:

1. Актуализировать проблему самооценки, помочь осознать сущность самооценки (символическая актуализация или преобразование).
2. Осознать и предупредить эмоциональные нарушения посредством поведенческих изменений.
3. Выработать новые стратегии поведения в ситуациях, травмирующих самооценку младшего школьника.
4. Развить коммуникативные навыки и навыки уверенного поведения.
5. Способствовать повышению самооценки у участников группы.
6. Сформировать навыки снятия мышечных зажимов, освоить метод релаксации.

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 одна группа 16 человек).

Занятие 1.

Вводная часть состоит из теоретической и практической части.

Цель: познакомить всех участников с программой друг, 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.

Вводная беседа. Краткий рассказ школьникам о том, чем им предстоит заниматься на этих встречах и для чего это нужно. План вводного рассказа.

– Чем предстоит заниматься?

Играми и упражнениями. Беседами на интересные для нас темы, имеющих отношение к психологии. Изучением некоторых наших психологических качеств и обсуждением полученных результатов.

Какую пользу это нам принесет?

Мы сможем лучше понять самих себя: свои чувства, переживания и желания так, чтобы другие люди лучше понимали нас. Мы сможем более успешно общаться с другими людьми: лучше понимать их меньше конфликтовать.

Игра «Дракон кусает свой хвост»

Цели. Снятие напряженности, развитие сплоченности группы.

Звучит веселая музыка. Играющие становятся в линию, держась за плечи. Первый – «голова» дракона, последний – «хвост». «Голова» пытается поймать «хвост», а тот уворачивается. «Тело» дракона неразрывно. Как только «голова» схватила «хвост», она становится «хвостом». Игра продолжается до тех пор, пока каждый участник не побывает в двух ролях.

Упражнение–разминка «Карандаши»

Цель: создать атмосферу доверительных и доброжелательных отношений.

Суть упражнения состоит в удержании карандашей или авторучек, зажатыми между пальцами стоящих рядом участников. Сначала участники выполняют подготовительное задание: разбившись на пары, располагаются друг напротив друга на расстоянии 70–90 см. и пытаются удержать два карандаша, прижав их концы подушечками пальцев. Дается задание, не выпуская карандаши, двигать руками вверх-вниз, вперед–назад. После выполнения подготовительного задания группа встает в свободный круг (расстояние между соседями 50–60 см), карандаши зажимаются между подушечками указательных пальцев соседей. Группа, не отпуская карандашей, синхронно выполняет задания.

Упражнение «Надувная кукла»

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

Ведущий играет роль «насоса»: он делает движения руками, имитирующие работу с насосом, и издает характерные звуки. Участники группы сначала расслабленно сидят в креслах, голова опущена, руки вяло висят вдоль тела. С каждым движением «насоса» «резиновые куклы» начинают «надуваться»: участники распрямляются, поднимают голову, напрягают руки и в конце концов встают в полный рост, раскинув руки и расставив ноги. Через несколько секунд ведущий «выдергивает затычку» у «куклы», и игроки с шипением («ш–ш–ш!») расслабляются и постепенно опускаются на корточки. Игру можно повторить два–три раза. Обсуждения игра не требует.

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

Занятие 2.

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

«Спутанные цепочки»

Цель: создание положительного настроения участников на работу в группе.

Участники встают в круг, закрывают глаза и протягивают перед собой правую руку. Столкнувшись, руки сцепляются.

Затем участники вытягивают левые руки и снова ищут себе партнера. Ведущий помогает рукам соединиться и следит за тем, чтобы каждый держал за руки двух людей, а не одного. Участники открывают глаза. Они должны распутаться, не разжимая рук. Чтобы не происходило вывихов рук в суставах, разрешается «проворачивание шарниров» – изменение положения кистей без расцепления рук. В результате возможны такие варианты: либо образуется круг, либо несколько сцепленных колечек из людей, либо несколько независимых кругов или пар.

Игра «Комплименты»

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

Стоя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, участник говорит: «Мне нравится в тебе...» Принимающий, кивает головой и отвечает: «Спасибо, мне очень приятно!» Упражнение продолжается по кругу. (После упражнения желательно обсудить, что чувствовали участники, что неожиданного они узнали о себе, понравилось ли им дарить комплименты).

Упражнение «Надувная кукла»

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

Ведущий играет роль «насоса»: он делает движения руками, имитирующие работу с насосом, и издает характерные звуки. Участники группы сначала расслабленно сидят в креслах, голова опущена, руки вяло висят вдоль тела. С каждым движением «насоса» «резиновые куклы» начинают «надуваться»: участники распрямляются, поднимают голову, напрягают руки и в конце концов встают в полный рост, раскинув руки и расставив ноги. Через несколько секунд ведущий «выдергивает

затычку» у «куклы», и игроки с шипением («ш–ш–ш!») расслабляются и постепенно опускаются на корточки. Игру можно повторить два–три раза. Обсуждения игра не требует.

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

Занятие 3

2) 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.

Краткий рассказ школьникам о психической природе человека, ощущении, восприятии, чувстве, а также с базовыми эмоциями человека (негативными и позитивными), чем им предстоит заниматься на этом занятии.

Цель этого занятия: развитие умений социальной сензитивности (точность межличностного восприятия)

Разминка

Упражнение на развитие мимических движений: поднять брови, опустить брови, нахмурить брови, сдвинуть и надуть губы, опустить уголки губ, улыбнуться, оттопырить губы, наморщить нос и т.д. Желательно, чтобы школьники выполнили упражнение перед большим зеркалом.

Беседа. Определение понятий эмоции и чувства как переживание человеком своего отношения к окружающему миру, другим людям, к самому себе. Эмоции – непосредственные реакции человека на предметы и явления. Чувства – отличаются большей степенью устойчивости обобщенности, включают в себя несколько эмоций. Функции эмоции и чувств: регуляция поведения, стимулирование развития, облегчение взаимопонимания (здесь вводится понятие «эмпатия»).

«Круг эмоций» – возможность классифицировать их по степени удовольствия/неудовольствия и принятия/отвержения объекта, на который они направлены.

Основные эмоции человека: интерес, удовольствие, удивление, печаль, гнев, отвращение, презрение, страх и тревога, смущение и стыд.

Упражнение «Угадай эмоцию».

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

Водящий выходит за дверь, оставшиеся в кругу изображают разные эмоции. Список эмоций нужно подготовить заранее.

За тем показать репродукции знаменитых художников и попросить охарактеризовать эмоции, которые отразил художник в образе, написанного на картине человека.

Обсуждение. К каким последствиям может приводить ситуация, если человек думает, что изображает одну эмоцию, а окружающие видят совершенно другую? А если человек говорит одно, а его вид говорит о другом. Умение конструктивно выражать эмоции – условие того, что они не принесут вреда.

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

Занятие 4

Цель занятия: Развитие умений социальной сензитивности (точность межличностного восприятия)

Упражнение–разминка «Карандаши».

Цель: создать атмосферу доверительных и доброжелательных отношений.

Суть упражнения состоит в удержании карандашей или авторучек, зажатыми между пальцами стоящих рядом участников. Сначала участники выполняют подготовительное задание: разбившись на пары, располагаются друг напротив друга на расстоянии 70–90 см. и пытаются удержать два карандаша, прижав их концы подушечками пальцев. Дается задание, не выпуская карандаши, двигать руками вверх-вниз, вперед–назад. После выполнения подготовительного задания группа встает в свободный круг (расстояние между соседями 50–60 см), карандаши зажимаются между подушечками указательных пальцев соседей. Группа, не отпуская карандашей, синхронно выполняет задания.

Упражнение «Польза и вред эмоций»

Возможность обращения каждой эмоции как на пользу человеку, так и во вред ему. Необоснованность однозначного деления эмоций на полезные и вредные.

Пример: вред страха – удерживает человека оттого, что иногда необходимо сделать. Польза страха – позволяет человеку уберечься от лишнего риска. Разбившись на микро группы, школьники самостоятельно разделяют эмоции (гнева, стыда, скуки, радости) на полезные и вредные по приведенному примеру.

Упражнение «Назови и покажи»

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

Участники сидят в кругу. Ведущий говорит: «Когда я грущу – я такой». Показывает мимикой свое состояние. Затем участники продолжают по кругу, каждый раз изображая отличное от уже названных свое эмоциональное состояние. Когда очередь доходит вновь до ведущего, он предлагает усложнить упражнение: один показывает – все угадывают, какое эмоциональное состояние они увидели.

Упражнение «Скульптор и глина»

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

Участники разбиваются на пары. В каждой паре один человек играет роль «скульптора», а второй – глины. Задача «скульптора» вылепить из «глины» скульптуру, выражающую какое – либо эмоциональное состояние. Делается это путем непосредственных физических воздействий на «глину», без использования слов. Задача «глины» быть пластичной, податливой максимально плотно воплотить замысел «скульптора». Одновременно могут работать несколько пар, после окончания работы получившиеся «скульптуры» выставляются на всеобщее обозрение, а другие участники выдвигают гипотезы о том, что они выражают. Когда все гипотезы выслушаны, «скульпторы» делятся своим первоначальным творческим замыслом. Содержание «скульптор» в этом упражнении не обязательно должно сводиться к выражению именно эмоциональных состояний. Могут изображаться элементы разных действий, животные и т.д.

Обсуждение. Как участники ощущали себя в роли «скульптора», «глины», «посетителей выставки». Какие качества необходимы для «скульптора», чтобы создать удачное творение? Поняла ли «глина», что из неё хотели слепить? Чем определялась понятность творческих замыслов для зрителей?

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

Занятие 5

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

Разминка «Спутанные цепочки»

Цель: создание положительного настроения участников на работу в группе.

Школьники встают в круг, закрывают глаза и протягивают перед собой правую руку. Столкнувшись, руки сцепляются.

Затем школьники вытягивают левые руки и снова ищут себе партнера. Ведущий помогает рукам соединиться и следит за тем, чтобы каждый держал за руки двух людей, а не одного. Участники открывают глаза. Они должны распутаться, не разжимая рук. Чтобы не происходило вывихов рук в суставах, разрешается «проворачивание шарниров» – изменение положения кистей без расцепления рук. В результате возможны такие варианты: либо образуется круг, либо несколько сцепленных колечек из людей, либо несколько независимых кругов или пар.

Игра «Назови эмоцию»

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

Передавая мяч по кругу, участники называют эмоции, мешающие общению. Затем мяч передается в другую сторону, и называются эмоции, помогающие общению. Эмоции можно выражать разными средствами – через движение, позу, мимику, жесты, интонацию.

Игра «Замороженные»

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

Участники неподвижно сидят в кругу и изображают «замороженных» – людей без эмоций, не реагирующих ни на что происходящее вокруг (при этом закрывать и отводить глаза нельзя, они должны смотреть вперед). Водящий выходит в центр круга и пытается «разморозить» кого-нибудь из них – своими жестами, мимикой, высказываниями вызвать у него ответную мимику, движение тела. Ему нельзя делать только две вещи: прикасаться к другим участникам, ругаться. Кто «разморозился», т.е. допустил выразительную мимику или движение, выходит в центр и присоединяется к водящему, теперь они пытаются активизировать других участников уже вдвоем. Каждый последующий «разморозившийся» тоже выходит к ним. Кто продержится в кругу дольше всех?

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

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: тренируются навыки межличностного взаимодействия.

Театральная творческая игра по командам. Здесь, как и во всех командных играх, наглядно проявляется, кто справляется с лидерством и творчеством, а кто просто является исполнителем, а иногда балластом для группы. Команде задается понятие, и задание показать его в реальном времени с движением, звуком, взаимодействием. Используя себя, свои тела, движения, голос, любой реквизит и главное – творческие возможности. Это должна быть не просто иллюстрация – а совместная реализация каких-то командных идей и мыслей. Время на подготовку 15 мин. На демонстрацию около 1 мин.

Игра «Самосуд»

Цель: развить умение рефлексивных навыков.

Название этой игры совсем не означает самочинной расправы с человеком, заподозренным в преступлении, без ведома власти. Ближе к истине буквальное истолкование этого слова – суд над самим собой. Участникам группы (добровольцам) предлагается взвесить на символических весах правосудия свои достоинства и недостатки. Заранее готовятся карточки, на каждой из которых написано по одному личностному качеству – положительному или отрицательному (всего 25–30 карточек). На большом листе ватмана ведущий делает символическое изображение весов. На правую чашку весов игроку предлагается складывать свои достоинства, которые он, как ему кажется, сумел продемонстрировать в группе за время тренинга, на левую – свои отрицательные черты, которые тоже проявились на тренинге.

Карточки с качествами можно крепить к листу с помощью магнита, если рисунок помещается на металлической доске, или с помощью кусочков скотча. Удобно, когда карточками служат листочки, имеющие клейкую поверхность, с одной стороны.

Процедура проведения упражнения такова: игрок выбирает поочередно карточки с положительными и отрицательными качествами, громко зачитывает надпись и крепит карточку к листу с изображением весов правосудия. Остальные участники по сигналу ведущего демонстрируют свое решение (согласны ли они с мнением игрока или нет): рука с поднятым вверх большим пальцем означает согласие, рука с опущенная вниз большим пальцем – отрицание. Выбранный заранее «судебный секретарь» ведет подсчет и фиксирует количество голосов «за» и «против» каждого качества в специальном протоколе.

Игрок, осуществляющий «самосуд», вправе остановиться в любой момент, даже после первых двух карточек, и уступить свое место другому добровольцу. Когда желающих больше не будет (возможно, он окажется один, давить па участников ни в коем случае нельзя), игроки делятся своими чувствами.

Упражнение довольно жесткое, но оно может дать очень многое основному участнику. В любом случае, решившись на «самосуд», он уже совершил смелый поступок и потому победитель, даже если получил подтверждение проявлению им отрицательных качеств. Он «выстрадал истину» и достоин уважения. Ведущему есть смысл сказать об этом в конце обсуждения игры.

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

Занятие 7

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

Цель этого занятия: развитие умений социальной рефлексии. Развитие навыков взаимодействия.

Упражнение «Животные»

Цель: творческое взаимодействие с другими членами группы.

Процедура: Выберите любое млекопитающее, рептилию или птицу. В течение 20 минут вы должны быть этим животным, «переняв» его форму, движения и звуки. Вероятнее всего, одно и то же животное выберет не один участник. Не объявляйте о своем выборе. Ползайте, прыгайте, скачите и «летайте», изображая это животное. Спонтанно взаимодействуйте с другими. Подходите к заданию творчески и старайтесь выразить такие стороны своей личности, которые, может быть, нелегко выразить в вашей обычной жизни. Шумите, сознавайте чувства, возникающие у вас, будь то страх, гнев

или любовь. В заключение поделитесь своими впечатлениями от опыта с остальной группой.

«Надувная кукла»

Цель: упражнение направлено на тренировку мышечного расслабления.

Ведущий играет роль «насоса»: он делает движения руками, имитирующие работу с насосом, и издает характерные звуки. Участники группы сначала расслабленно сидят в креслах, голова опущена, руки вяло висят вдоль тела. С каждым движением «насоса» «резиновые куклы» начинают «надуваться»: участники распрямляются, поднимают голову, напрягают руки и в конце концов встают в полный рост, раскинув руки и расставив ноги.

Через несколько секунд ведущий «выдергивает затычку» у «куклы», и игроки с шипением («ш-ш-ш!») расслабляются и постепенно опускаются на корточки. Игру можно повторить два–три раза. Обсуждения игра не требует.

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

Занятие 8.

Когнитивный блок.

Теоретическая часть.

Направлена на овладение определёнными социально – психологическими знаниями. Познакомить школьников с понятиями: развитие, саморазвитие, самосовершенствование, самовоспитание личности, раскрыть нравственные аспекты человека.

Практическая часть.

Центральная задача – формирование у школьников «Я – концепции», самосознания, развитие умений коммуникативных способностей, рефлексивных навыков, умение адекватно воспринимать себя и окружающих.

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

Ассертивность – умение уверенно отстаивать свою позицию в конфликтных ситуациях, не переходя ни к агрессии, ни к пассивно–зависимому поведению.

Беседа. Познакомить студентов с понятиями: развитие, саморазвитие, самосовершенствование, самовоспитание личности, раскрыть нравственные аспекты человека.

Упражнение «Зеркало»

Цель. Раскрытие своего «Я», формирование стремления к самосовершенствованию. Психолог предлагает нарисовать себя в трех зеркалах:

- в зеленом – такими, какими они представляются себе;
- в голубом – такими, какими они хотят быть;
- в красном – такими, какими их видят друзья.

Упражнение «Ситуация»

Цель. Развивать умения самостоятельно, принимать верные решения.

Участники делятся на пары. Каждому предлагается ситуация, в которой он должен изобразить самого себя. После разыгрывания школьники меняются ролями с партнером, то есть разыгрывают роли своего партнера. Затем ведущий предлагает участникам вместе найти выход из ситуации, беседует о том, каких людей можно назвать добрыми.

Желательно, чтобы школьники сами предлагали варианты ответов... Для проигрывания ситуаций можно брать вымышленные или те, которые происходили с участниками в реальной жизни.

Упражнение «Как мне это здорово удастся»

Цель: умение адекватно воспринимать себя.

Группа по очереди по очереди рассказывает о каком-либо деле, которое ему особенно удастся. Рассказывать участники должны о том, когда начало получаться и о тех чувствах, когда вы занялись этим делом. Если школьники будут говорить о каких-либо «предметных» успехах – в приготовлении пищи, шитье, ремонте, и т.п., нужно говорить о том, для кого вы это делаете и как узнаете о том, удалось ли вам доставить кому-то удовольствие.

- Что вы чувствовали, когда говорили сами, когда слушали других?

- Чей рассказ вас особенно затронул. Как вы думаете почему?

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

Занятие 9

Цель этого занятия: Развитие способности к эмоциональной и поведенческой само регуляции, 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: умение адекватно воспринимать себя.

Группе предлагается представить себе, что предстоит встреча с незнакомым человеком и нужно, чтобы он узнал вас. Опишите себя. Найдите такие признаки, которые выделяют вас из толпы. Опишите свой внешний вид, манеру говорить, походку, манеру одеваться; может, присущи жесты, обращающие на себя внимание.

Ведущий собирает описания и зачитывает их поочередно. После прочтения каждого описания участники должны угадать о ком идет речь. Легко ли было описывать себя, что было самым сложным.

Упражнение «Зубы дареного коня».

Цель. Развитие способности к эмоциональной и поведенческой саморегуляции. Группа разбивается на шестерки, и каждая подгруппа образует свой маленький круг. Каждый член подгруппы получает номер от одного до шести.

В принципе это упражнение можно проводить и со всей группой в общем кругу, но в целях экономии времени и избегания утомления в большой группе все же предпочтительней работа в шестерках.

Дальнейший текст ведущего было бы хорошо сопровождать негромкой лирической музыкой для создания необходимой атмосферы. Как и все слова ведущего в описываемых играх, этот текст является примерным. Каждый тренер может давать вводную по-своему, лишь бы ее содержание приблизительно соответствовало приведенному ниже.

–Давайте пофантазируем и представим, что сегодня у всех нас праздник, у всех день рождения. Такой день всегда важен. Он символизирует определенный рубеж, по прохождении которого человек может что-то изменить в своей жизни и в себе. В день рождения имениннику принято дарить подарки. Пусть сегодня это будут такие подарки, которые действительно помогут человеку измениться, которые по-настоящему нужны ему и ценны для него. Сделать хороший подарок очень непросто.

- Кто из нас не ломал голову, что подарить близкому человеку в такой день?

- Кто из нас не бегал по магазинам в поисках "чего–нибудь такого..."? Сегодня не надо ничего искать в магазинах. Тем более, что скорее всего там не найти того, что в самом деле нужно. Помните, вы ничем не ограничены. Дарить можно все, что угодно: от картины кисти великого Леонардо до конкретных личностных качеств; от виллы на Багамских островах до тысячелетнего манускрипта, хранящего мудрость древних волшебников; от засохшего прошлогоднего одуванчика до вечной жизни. Не спешите с выбором подарка.

Сейчас вы волшебники и вы способны дать этому человеку то, что он хочет...

А теперь внимание, именинники! В обычный день рождения любые подарки принимаются без критики – независимо от того, понравились они или нет. В народе говорят, дареному коню в зубы не смотрят. Но сегодня – особый случай. Постарайтесь присмотреться к «зубам дареного коня», прислушаться к себе, оценить нужность каждого подарка для вас и честно сказать дарящему, насколько он «попал в точку» со своим подарком. Четко аргументируйте свое мнение. Если вы не хотите принимать преподнесенный вам дар, объясните, стараясь не обижать дарящего, почему вы это делаете. Давайте ответ сразу каждому из своих товарищей.

Дарители! Не нужно спорить с именинником, даже если вы категорически с ним не согласны и убеждены, что без вашего подарка он просто погибнет тут же на месте. Сегодня у каждого из вас будет день рождения, и каждый не только сделает пять подарков, но и получит тоже пять.

После того, как первый номер оценит все подарки, именинником становится второй номер и так далее. Пожалуйста, приступайте! С днем рождения!

Когда каждый из участников в подгруппе получит свои пять подарков, ведущий просит всех собраться в общий круг для групповой рефлексии. Интересно обсудить следующие вопросы:

- Кому из участников удалось подобрать такие подарки, которые были с благодарностью приняты всеми «именинниками»?
 - Иными словами, кто оказался синтонным (похожим) внутренним мирам своих товарищей по подгруппе?
 - За счет чего это произошло?
 - Какого типа были подарки?
 - Какие из них оказались самыми удачными?
 - Каков самый оригинальный подарок?
 - Обнаружились ли «именинники», принявшие все подарки без исключения?
- Если да, то не является ли причиной их «всеядности» нежелание обидеть дарителей?
- Все ли сумели быть искренними?
 - Какие подарки оказались отвергнутыми и почему?
 - Насколько трудным было отказываться от подарков?
 - Есть ли такие «именинники», кто не принял ни одного подарка?
 - Почему?
 - Что вы чувствовали, когда ваши дары отвергались?

Занятие 10

Заключительная часть Практическая часть. Активизировать 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 тренинге межличностного взаимодействия и ритуал прощания.

Упражнение «Чемодан»

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

Завершающее упражнение, подводящее итоги занятия. Участники по одному выходят из помещения, а остальные большинством голосов собирают ему «чемодан», в который кладут те качества, которые помогают или мешают ему успешно адаптироваться в коллективе. При этом соблюдаются правила: Класть в «чемодан» одинаковое количество положительных и отрицательных качеств; Указывать те качества, которые проявились во время занятия, класть только те качества, которые поддаются коррекции.

Руководитель группы в сборе не участвует. Выбранный секретарь фиксирует на листе бумаги указанные качества. Тот, кому собирался «чемодан», может задать любой вопрос, если ему не ясно, что написал секретарь. Свой «чемодан» должен получить каждый участник.

Подведение итогов работы группы

Игра «Комплименты»

Цель: прощание. Позитивные высказывания о прошедших занятиях.

Стоя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, участник говорит: «Мне хорошо.», принимающий, кивает головой и отвечает:

«Спасибо, мне очень приятно!»

Упражнение продолжается по кругу.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников

Таблица 4.1 – Результаты исследования уровня самооценки по методике «Лесенка» В.Г. Щур

| № Код испытуемого | | Показатели самооценки | |
|----------------------|---------------|-----------------------|---------|
| | | Балл | Уровень |
| 1 | Б. Арсений | 2 | Средний |
| 2 | В. София | 1 | Высокий |
| 3 | Г. Матвей | 2 | Средний |
| 4 | Д. Денис | 6 | Низкий |
| 5 | Е. Дмитрий | 2 | Средний |
| 6 | З. Александра | 2 | Средний |
| 7 | З. Анна | 3 | Средний |
| 8 | П. Вероника | 5 | Низкий |
| 9 | С. Петр | 3 | Средний |
| 10 | С. Макар | 6 | Низкий |
| 11 | С. Антонина | 2 | Средний |
| 12 | С. Дидар | 3 | Средний |
| 13 | Т. Валерия | 2 | Средний |
| 14 | Х. Максим | 3 | Средний |
| 15 | Ш. Дарья | 3 | Средний |
| 16 | Ш. Айя | 2 | Средний |

Итого:

Высокий – 6,25% (1 чел.)

Средний – 75% (12 чел.)

Низкий – 18,75% (3 чел.)

Таблица 4.2 – Результаты исследования диагностики уровня самооценки младших школьников по методике исследования «Определение эмоциональной самооценки» автор А.В. Захаров

| № Код испытуемого | | Показатели Самооценки | |
|-------------------|---------------|-----------------------|---------|
| | | Балл | Уровень |
| 1 | Б. Арсений | 2 | Средний |
| 2 | В. София | 1 | Высокий |
| 3 | Г. Матвей | 0.30 | Средний |
| 4 | Д. Денис. | 0.40 | Средний |
| 5 | Е. Дмитрий | 0.30 | Средний |
| 6 | З. Александра | 0.40 | Средний |
| 7 | З. Анна | 0,30 | Средний |
| 8 | П. Вероника | 0, 80 | Низкий |
| 9 | С. Петр | 0.30 | Средний |
| 10 | С. Макар | 0.70 | Низкий |
| 11 | С. Антонина | 0.40 | Средний |
| 12 | С. Дидар | 0.60 | Средний |
| 13 | Т. Валерия | 0.40 | Средний |
| 14 | Х. Максим | 0.16 | Низкий |
| 15 | Ш. Дарья | 0.13 | Средний |
| 16 | Ш. Айя | 0.50 | Средний |

Итого

Высокий уровень – 6,25% (1 чел.)

Средний уровень – 75% (12 чел.)

Низкий уровень – 18,75 % (3чел.)

Таблица 4.3 – Результаты исследования диагностики уровня самооценки младших школьников по методике «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалев

| № Код испытуемого | | Показатели самооценки | |
|-------------------|---------------|-----------------------|---------|
| | | Балл | Уровень |
| 1 | Б. Арсений | 27 | С |
| 2 | В. София | 26 | С |
| 3 | Г. Матвей | 31 | С |
| 4 | Д. Денис | 35 | С |
| 5 | Е. Дмитрий | 47 | Н |
| 6 | З. Александра | 30 | С |
| 7 | З. Анна | 30 | С |
| 8 | П. Вероника | 46 | Н |
| 9 | С. Петр | 40 | С |

Продолжение Таблицы 4.3

| | | | |
|----|-------------|----|---|
| 10 | С. Макар | 28 | С |
| 11 | С. Антонина | 26 | С |
| 12 | С. Дидар | 30 | С |
| 13 | Т. Валерия | 28 | С |
| 14 | Х. Максим | 25 | С |
| 15 | Ш. Дарья | 40 | С |
| 16 | Ш. Айя | 40 | С |

Итого:

Высокий уровень – 0%

Средний уровень – 87,5% (14 чел.)

Низкий уровень – 12,5% (2 чел.)

Таблица 4.4 – Расчеты результатов исследования самооценки по методике «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалева с помощью Т – критерия Вилкоксона

| До измерения, $t_{до}$ | После измерения, $t_{после}$ | Разность ($t_{до}-t_{после}$) | Абсолютное значение разности | Ранговый номер разности |
|------------------------|------------------------------|---------------------------------|------------------------------|-------------------------|
| 20 | 27 | 7 | 7 | 9.5 |
| 6 | 26 | 20 | 20 | 11.5 |
| 30 | 31 | 1 | 1 | 2.5 |
| 40 | 35 | -5 | 5 | 7 |
| 76 | 47 | -29 | 29 | 13 |
| 10 | 30 | 20 | 20 | 11.5 |
| 29 | 30 | 1 | 1 | 2.5 |
| 100 | 46 | -54 | 54 | 15 |
| 88 | 40 | -48 | 48 | 14 |
| 30 | 28 | -2 | 2 | 4.5 |
| 20 | 26 | 6 | 6 | 8 |
| 34 | 30 | -4 | 4 | 6 |
| 21 | 28 | 7 | 7 | 9.5 |
| 95 | 25 | -70 | 70 | 16 |
| 40 | 40 | 0 | 0 | 1 |
| 42 | 40 | -2 | 2 | 4.5 |
| Сумма | | | | 136 |

Сумма по столбцу рангов равна $\Sigma=136$

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+16)16}{2} = 136$$

Сумма по столбцу и контрольная сумма равны между собой, значит, ранжирование проведено правильно.

Теперь отметим те направления, которые являются нетипичными, в данном случае – положительными. В Таблице эти направления и соответствующие им ранги

выделены цветом. Сумма рангов этих «редких» направлений составляет эмпирическое значение критерия T:

$$T = \sum R_i = 9.5 + 11.5 + 2.5 + 11.5 + 2.5 + 8 + 9.5 + 1 = 56$$

По таблице Приложения находим критические значения для T-критерия Вилкоксона для $n=16$:

$$T_{кр} = 23 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр} = 35 \quad (p \leq 0.05)$$

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы "редких", в данном случае отрицательных, направлений не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю.

В данном же случае эмпирическое значение T попадает в зону незначимости: $T_{эмп} > T_{кр}(0,05)$.

Гипотеза H_0 отвергается. Показатели после эксперимента превышают значения показателей до опыта.

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Технологическая карта внедрения результатов исследования психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников

| Цель | Содержание | Методы | Формы | Кол-во | Время | Ответственные |
|---|---|---|--|--------|------------|---|
| 1-й этап: «Целеполагание внедрения инновационной технологии по психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников» | | | | | | |
| 1.1. Изучить документы по предмету внедрения психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников. | Изучение нормативной документации, ФЗ и Законов РФ, Закона об образовании, Постановлений Правительства РФ в области образования и безопасности среды и личности в РФ. | Обсуждение, анализ, изучение документации нормативных источников по теме, наблюдение | Анализ литературы, работа психологом, осуществление психологического сопровождения учебно – воспитательного процесса, обсуждение на пед. совете, самообразовае обучение на факультете психологии ЮУРГГПУ | 1 | Декабрь г. | Психолог, социальный педагог, администрация |
| 1.2. Поставить цели внедрения программы психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников. | Выдвижение и обоснование целей внедрения Модели | Разработка «Дерева целей» исследования, обсуждение, разработка модели и программы, анализ материалов по цели внедрения программы, работа психологической службы | Работа психологической службы, консультация с научным руководителем и администрацией, наблюдение, беседа | 1 | | Психолог, администрация ОУ |

| | | | | | | |
|---|---|--|---|---|---------|----------------------------------|
| 1.3. Разработать этапы внедрения программы психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников | Изучение и анализ содержания этапов внедрения программы, ее задач, принципов, критериев и показателей эффективности | Анализ состояний дел в школе, анализ модели и программы внедрения, анализ готовности к инновационной деятельности | Работа психологической службы, совещание, анализ документации, работа по составлению программы внедрения | 1 | Февраль | Психолог, администрация |
| 1.4. Разработать программно-целевой комплекс внедрения программы психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников. | Анализ уровня подготовленности педагогического коллектива к внедрению, анализ работы по теме внедрения психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников подготовка методической базы внедрения программы | Составление программы внедрения, анализ материалов готовности к инновационной деятельности | Административное совещание, педагогический совет, анализ документов, работа по составлению программы внедрения | 1 | Февраль | Психолог, педагоги администрация |
| 2-й этап: «Формирование положительной психологической установки на внедрение программы психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников» | | | | | | |
| 2.1. Выработать состояние готовности к освоению предмета внедрения у администрации и заинтересованных субъектов внедрения | Формирование готовности внедрить программу психологический подбор и расстановка субъектов внедрения | Обоснование практической значимости внедрения, тренинги (развития, готовности к инновационной деятельности, внедрения), беседы, обсуждения, популяризация идеи внедрения | Индивидуальные беседы с заинтересованными субъектами внедрения программы, работа психологической службы, участие в семинарах со смежной тематикой | 1 | Октябрь | Психолог, администрация |

| | | | | | | |
|---|--|---|---|------------|-------------------|-------------------------|
| | | программы | | | | |
| 2.2. Сформировать положительную установку на предмет внедрения программы у педагогического коллектива | Пропаганда передового опыта по внедрению программы в воспитательный процесс, их значимости | Беседы, обсуждение, семинары | Беседы, семинары, изучение передового опыта внедрения программы | Не менее 5 | Сентябрь – ноябрь | Психолог, администрация |
| 2.3. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения программы у заинтересованных субъектов | Пропаганда передового опыта по внедрению программы и их значимости для системы образования | Методические выставки, семинары, консультации, научно-исследовательская работа, конференции и конгрессы | Участие в конгрессах, конференциях, семинарах по теме внедрения, статьи | Не менее 5 | Сентябрь | Психолог администрация |
| 2.4. Сформировать уверенность по внедрению программы в образовательный процесс | Анализ своего состояния по теме внедрения, психологический подбор и расстановка субъектов внедрения, исследование готовности субъектов внедрения | Постановка проблемы, обсуждения, тренинги, консультации с научным руководителем исследования | Беседы, консультации, самоанализ | 1 | Сентябрь | Психолог |
| 3-й этап: «Изучение предмета внедрения «программы психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников» | | | | | | |
| 3.1. Изучить необходимые материалы и документы о предмете внедрения психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников | Изучение материалов и документов о предмете внедрения инновационной программы и документации | Фронтально | Семинары, работа с литературой и информационными источниками | 1 | Декабрь | Психолог |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|------------|---------|---|
| 3.2. Изучить сущность предмета внедрения программы в воспитательный процесс | Освоение системного подхода в работе над темой изучения предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм и методов. | Фронтально и в ходе самообразования | Семинары, тренинги | 1 | | Психолог администрация |
| 3.3. Изучить методику внедрения темы программы | Освоение системного подхода в работе над темой | Фронтально и в ходе самообразования | Семинары, тренинги (целеполагания, внедрения) | 1 | Февраль | Психолог администрация |
| 4-й этап: «Опережающее (пробное) освоение предмета внедрения программы психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников» | | | | | | |
| 4.1. Создать инициативную группу для опережающего внедрения темы | Определение состава инициативной группы, организационная работа, исследование психологического портрета субъектов внедрения | Наблюдение, анализ, консультирование, собеседование, обсуждение | Работа психологической службы, тематические мероприятия, уроки | Не менее 6 | Апрель | Психолог администрация, научный руководитель исследования |
| 4.2. Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе | Изучение теории предмета внедрения, теории систем и системного подхода, методики внедрения | Самообразование, научно-исследовательская работа, обсуждение | Беседы, консультации, преподавательская деятельность, работа психологической службы | 1 | Апрель | Психолог администрация |
| 4.3. Обеспечить инициативной группе условия для успешного освоения методики внедрения психолого-педагогической коррекции неадекватной | Анализ создания условий для опережающего внедрения инновационной Программы | Изучение состояния дел по теме внедрения программы, обсуждения, экспертная оценка, самоаттестация | Производственное собрание, анализ документации | 1 | Май | Психолог администрация |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|------------|---------------|--|
| самооценки младших школьников | | | | | | |
| 4.4. Проверить методику внедрения программы | Работа инициативной группы по новой методике | Изучение состояния дел внесение изменений и дополнений в программу | Посещение уроков, работа психологической службы ОУ, внеурочные формы работы | Не менее 5 | 1–е полугодие | Психологическая администрация инициативная группа по внедрению программы |
| 5–й этап: «Распределение опыта внедрения программы психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников» | | | | | | |
| 5.1. Изучение и обобщение опыта работы по программе | Наблюдение, изучение документов, специальные занятия | Преподавательская деятельность | Презентации, специальные формы работы | 1 | Сентябрь | Психологическая администрация |
| 5.2. Осуществление наставничества над другими приступающими к внедрению программы | Обучение психологов и педагогов других по внедрению программы | Наставничество, обмен опытом, консультации выступление на семинарах | Наставничество, консультации, работа психологической службы, семинары, преподавательская деятельность | 1 | Март – май | Психологическая администрация |
| 5.3. Осуществить пропаганду опыта по внедрению программы психолого-педагогической коррекции | Пропаганда внедрения программы | Изучение состояния дел по теме внедрения программы, обсуждения, работа психологической службы | Участие в конференциях, конгрессах, написание статей и научной работы по внедрению программы | 1 | Январь | Психологическая администрация. |

| | | | | | | |
|---|--|--|--|------------|-----------------|-------------------------|
| 5.4. Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившиеся на предыдущих этапах | Обсуждение динамики работы над темой, научная работа по теме внедрения программы | Наблюдение, анализ, преподавательская деятельность, научная деятельность | Семинары, написание научной работы статей по теме внедрения программы, изучение последующего опыта внедрения программы в | 1 | Октябрь–февраль | Психолог администрация |
| 6–й этап: «Совершенствование работы над темой психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников» | | | | | | |
| 6.1. Совершенствовать знания и умения, сформированное на предыдущем этапе | Совершенствование знаний и умений по системному подходу | Наставничество обмен опытом корректировка методики | Конференция, конгресс по теме внедрения, анализ материалов, работа психологической службы. | 1 | Январь | Психолог, администрация |
| 6.2. Обеспечить условия совершенствования методики работы по внедрению программы | Анализ зависимости конечного результата по 1–му полугодю от создания условий для внедрения программы | Анализ состояния дел по теме внедрения программы, доклад | Совещание, анализ документации работа психологической службы | 1 | Январь | Психолог администрация |
| 6.3. Совершенствовать методику освоения внедрения программы психолого-педагогической коррекции самооценки | Формирование единого методического обеспечения освоения внедрения программы | Анализ состояния дел по теме внедрения программы, методическая работа | Работа психологической службы, методическая работа | Не менее 3 | Январь–февраль | Психолог администрация |
| 7–й этап: «Распространение передового опыта освоения внедрения программы психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки младших школьников» | | | | | | |

| | | | | | | |
|---|--|---|--|------------|--------------------|-------------------------|
| 7.1. Изучить и обобщить опыт внедрения данной программы коррекции | Изучение и обобщение опыта работы по программе | Наблюдение, изучение документов, посещение уроков | Работа психологической службы ОУ, презентации, специальные формы работы | Не менее 5 | сентябрь | Психолог администрация |
| 7.2. Осуществить наставничество над другими приступающими к внедрению программы | Обучение психологов и педагогов работе по внедрению программы | Наставничество, обмен опытом, консультации, семинары | Выступление на семинарах | | Март – май | Психолог, администрация |
| 7.3. Осуществить пропаганду передового опыта по внедрению программы в городе | Пропаганда внедрения программы в районе/городе, выступления на семинарах, конгрессах | Выступления на семинарах. Конференция, конгрессах, научная деятельность | Участие в конференциях, конгрессах, написание статей и научной работы по внедрению программы | 1 – 3 | Январь | Психолог администрация |
| 7.4. Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившиеся на др. этапах | Обсуждение динамики работы над темой, научная работа по теме внедрения программы | Наблюдение, анализ, работа психологической службы научная деятельность | Семинары, написание научной работы, статей по теме внедрения программы | Не менее 2 | Октябрь февраль | Психолог администрация |