



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

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Формирование адекватной самооценки
младших школьников 9-10 лет

Выпускная квалификационная работа
по направлению 44.03.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность программы бакалавриата
«Психология образования»

Проверка на объем заимствований:
63,16 % авторского текста

Выполнил:
студент группы ЗФ/510-099-5-1
Жуласов Сергей Юрьевич

Работа рекомендована к защите
рекомендована / не рекомендована

«30» Мая 2019 г. Зав.
кафедрой ТИП

О.А. Кондратьева Кондратьева О.А.

Научный руководитель:
к.п.н., доцент
Крыжановская Надежда
Васильевна

Челябинск
2019

Содержание

Введение.....	3
Глава I. Формирование адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет как психолого-педагогическая проблема	
1.1. Понятие, виды самооценки, их характеристика в психолого-педагогической литературе.....	7
1.2. Особенности формирования самооценки младших школьников 9-10 лет.....	16
1.3. Модель формирования адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет.....	20
Глава II. Организация исследования формирования адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет	
2.1. Этапы, методы, методики исследования.....	33
2.2. Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента.....	41
Глава III. Опытное-экспериментальное исследование по формированию адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет.	
3.1. Реализация программы формирования адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет.....	48
3.2. Анализ результатов исследования формирующего эксперимента и рекомендации педагогам по формированию адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет.....	51
3.3. Рекомендации педагогам по формированию адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет.....	56
Заключение.....	60
Библиографический список.....	64
Приложение.....	67

Введение

Формирование личности ребенка является основной задачей образования. Решение данной задачи во многом зависит от направления и темпа реформ школьной жизни, которые актуальны в современном мире. Личность школьника должна соответствовать требованию социума, она должна иметь социально активную нравственную позицию в обществе, а также ребенок должен самостоятельно реализовать все свои способности.

Для того чтобы установить с человеком нормальные отношения, а также поддерживать с ним хорошее общение, необходимо знать самооценку человека. И конечно же, необходимо при взаимодействии учитывать и самооценку ребенка. Самооценка у ребенка только формируется, как и другие процессы в его организме. Именно поэтому самооценка ребенка больше, чем у взрослого человека зависит от общественного мнения, поддается большому влиянию со стороны общества.

Школьник под влиянием оценочных суждений окружающих его людей начинает относиться определенным образом, как к любым реальным итогам собственной учебной деятельности, так и к самому себе как к личности.

Постепенно с возрастом ребенок все четче различает свои реальные достижения и достижения, которые он мог бы достичь, обладая определенными личностными качествами. В процессе обучения у ребенка формируется определенная установка на оценку собственных возможностей, данная установка является важнейшей составляющей самооценки.

Проблема самооценки подростка всегда интересовала отечественных психологов. Среди ярчайших авторов можно выделить следующих: А.И. Липкина, Б.Г. Ананьев, Д.Б. Эльконин, Е.И. Савонько, Л. И. Божович, С.Л. Рубинштейн. Среди зарубежных психологов, можно выделить: И.С. Кона, З. Фрейда, М. Розенберга.

Основной характеристикой личности является «Я-концепция». Данная концепция, по мнению знаменитого психолога И.П. Шахова, это одна из устойчивых и осознанных систем представления личности о себе самом. На основе данной концепции человек строит свои отношения с другими людьми [34].

Самооценка, в свою очередь, является обязательной составной частью «Я-концепции». Самооценка – это не просто личностная оценка себя, это комплексная оценка своего внешнего вида, места в обществе, а также собственных личностных качеств и способностей. Самооценка человека – это бесспорная основа индивидуальности личности человека, которая образует целую систему. Самооценка во многом определяет жизненную позицию человека, она крайне сильно влияет на формирование стилей и форм поведения человека, а также на формирование жизненных ценностей и жизни в целом, самооценка обуславливает направления развития субъекта, а также динамику жизни человека.

В современной педагогике и психологии младший школьный возраст ребенка занимает особую позицию, так как именно в данном возрасте начинается формирование произвольности и независимости психических функций ребенка. Именно в возрасте с 7 до 10 лет у ребенка формируется самоконтроль и рефлексивное поведение, именно в это время действия ребенка начинают синтезировать с внутренним планом ребенка [12, с.98].

Учеба, оказывающая огромное влияние на формирование самооценки детей младшего школьного возраста, является одним из важнейших факторов при формировании самооценки ребенка. Отсюда можно сделать вывод, что педагог начальных классов должен иметь представление обо всех особенностях психологии детей младшего школьного возраста. Помимо этого преподаватель должен учитывать и индивидуальные особенности самооценки в учебном процессе каждого ребенка.

Данные рассуждения и факты обуславливают актуальность темы выпускной квалификационной работы. В настоящее время учитель играет очень важную роль в развитии ребенка, его основная задача заключается в повышении мотивации обучения детей, повышении результативности обучения. Адекватная самооценка ученика очень качественно помогает в решении данного вопроса. Сложность в рассматриваемом процессе проявляется в том, что очень сложно сформировать наиболее адекватную самооценку у каждого ребенка. Именно поэтому уже в первом классе необходимо начинать формирование самооценки у ребенка.

Развитие у школьников умений самоконтроля и самопроверки, а также оценки своей деятельности с точки зрения критичности, является основной социальной задачей, которую перед преподавателями ставит система мониторинга и оценки. От уровня самооценки ребенка зависит и его положение в обществе, и его активность в различных процессах взаимодействия, а также стремление ребенка к самовоспитанию и к активному участию в школьной жизни [20, с.47].

Для изучения поставленной проблемы нами была сформулирована цель, объект, предмет исследования, а также гипотеза и задачи.

Цель выпускной квалификационной работы: теоретически обосновать и проверить эффективность программы формирования адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет.

Для достижения цели нами был выбран следующий объект: самооценка младших школьников 9-10 лет.

Предметом исследования является формирование адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет.

Гипотеза исследования: уровень самооценки младших школьников 9-10 лет изменится, если применить для этого разработанную в рамках исследования программу формирования.

Задачи:

1. Рассмотреть и изучить предложенную проблему в литературе в области педагогике и психологии;
2. Охарактеризовать основные особенности, которые возникают в рамках формирования самооценки у детей младшего школьного возраста.
3. Обосновать модель формирования адекватной самооценки школьников, с целью определения основных направлений ее действия.
4. Определить этапы, методы и методики исследования.
5. Дать характеристику выборки в ходе проведения эксперимента и охарактеризовать полученные результаты.
6. Разработать и реализовать программу по формированию адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет.
7. Проанализировать результаты формирующего эксперимента.
8. Разработать рекомендации педагогам, направленные на формирование адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет.

Методы исследования:

1. Теоретические: анализ, обобщение, моделирование, целеполагание;
2. Эмпирические: констатирующий и формирующий эксперименты; опрос; тестирование; применение методик: «Лесенка» Т.Д.Марцинковская, методика исследования самооценки Дембо – Рубинштейна;
3. Мат. статистические: применение критерия Г. Вилкоксона.

База исследования: младшие школьники в возрасте 9-10 лет, в количестве 26 человек, 13 мальчиков, 13 девочек, учащиеся 4^а класса МОУ СОШ №6, г. В.Уфалея, Челябинской области.

Глава I. Формирование адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет как психолого-педагогическая проблема

1.1. Понятие, виды самооценки, их характеристика в психолого-педагогической литературе

Развитие психологии в современном мире позволило накопить огромный эмпирический материал о различных формах самооценки, а также о ее функциях. Формирование личности любого человека происходит в той среде, где он находится большую часть своей жизни общается и взаимодействует с окружающими. Постепенно человек начинает привыкать действовать в определенной социальной среде в соответствии с моральными нормами, которые в ней установлены. Данный процесс позволяет сформировать нравственность человека. Но при этом имеет очень много различных аспектов и особенностей. Такой процесс продолжается на протяжении всей жизни человека [14, с.195].

Интерес ребенка к своему внутреннему «я» постоянно возрастает и с возрастом обогащается все новыми и новыми элементами, которые его формируют. «Я сам!» - говорит трехлетний ребенок. Именно в этой фразе можно подчеркнуть тот факт, что у ребенка начинается формирование его отличия от окружающего его объективного мира, именно в данный момент ребенок начинает осознавать, что он отличается от других детей и взрослых. В развитии ребенка формирование данного навыка является очень важным и значительным шагом, который не дается человеку с рождения, он формируется постепенно, приобретая с каждым годом все новые и новые составляющие.

Ребенок начинает спрашивать сам себя: «Кто я?», «Какой я?», «Что я могу?». Данные вопросы ребенка к самому себе показывают, что в его жизни наступил один из важнейших периодов формирования самосознания, который является начальным в формировании самооценки.

Самосознание – это очень сложный и трудный психический процесс, его можно охарактеризовать как особую форму сознания человека. Данная форма характеризуется тем, что явления самосознания целиком и полностью направлены на самого себя. Человек в данном процессе одновременно является и познаваемым объектом, и познающим субъектом [15, с.201].

Формирование самооценки, в свою очередь, является одним из важнейших аспектов уровня развития самосознания человека.

Рассмотрим наиболее подробно, что же такое самооценка человека. Самооценка – это личностная оценка индивидом самого себя, внешних и внутренних качеств, своих собственных возможностей, способностей, а также подробная характеристика всех видов деятельности и взаимодействия [9, с.24].

Самооценка очень сильно зависит от социальных условий развития личности человека, она имеет ярко выраженный социальный характер.

Психологические исследования различных представителей науки показывают, критерии, которые применяются человеком для самооценки идентичны тем критериям, которые применяются социумом для оценки человека.

С.Л. Рубинштейн утверждал, что социальная оценка человека целиком и полностью основано на том, кем он является, какую пользу он приносит обществу, какую работу выполняет. Именно поэтому самооценка во многом определяется тем, что человек делает для общества в роли общественного деятеля. Такое отношение к труду любого индивида является новой интерпретацией и основой, на основе которой происходит перестроение всей психологии личности. Именно это отношение становится центром и стержнем самосознания человека [34, с. 49].

Самооценка любого человека – это очень сложное динамически развивающиеся личностное образование. Можно сказать, что самооценка –

это некий личностный параметр человеческой деятельности в умственной и психической среде.

Исследование самооценки берет свое начало от классического положения К. Маркса, который считал, что человек смотрит «как бы в зеркало в другого человека» [цит по 34, с. 62].

Самооценка – это активный процесс познания человека самого себя, а также отношения к себе в единстве. Самооценка включает в себя разделение своих умений и поступков, качеств, как внутренних, так и внешних, мотивов собственного поведения, целей жизнедеятельности, осознание и оценочное отношение к данным целям и мотивам. При формировании личности очень большое значение имеет умение человека правильно и адекватно оценивать свои силы и возможности, а также соотносить и сравнивать свои устремления с внешними условиями, которые окружают человека, умение ставить перед собой ту или иную цель, достижение которой соответствует требованиям внешней окружающей среды и внутренних качеств человека.

Активность человека можно либо подавить, либо наоборот стимулировать. Это зависит от формы самооценки человека [20, с.67].

Самооценка имеет прочную связь с потребностями человека в самоутверждении. Данная потребность является одной из важнейших потребностей человека. На протяжении всей жизни человек стремится найти свое предназначение в жизни и обществе, получить подтверждение своей значимости в обществе, уважение собственной личности.

В самооценки следует выделить два подвида: общая самооценка и частная. Частная самооценка – это оценка каких-либо деталей своей внешности, а вот в общей самооценке личности лежит одобрение или неодобрение, которое человек ощущает по отношению к собственной персоне.

В различных ситуациях человек оценивает себя по-разному, он может оценивать себя либо адекватно, либо неадекватно, тем самым завышая или

занижая свои достижения и успехи. Самооценка человека может быть совершенно различной, она варьируется от очень высокой до минимально низкой, оптимальной и неоптимальной. Помимо этого, самооценка различается по своей степени устойчивости, критичности и самостоятельности, независимости от мнения окружающих.

Соотношение своих возможностей и способностей субъектом может быть правильным только при адекватной и оптимальной самооценке. Именно данная самооценка является основой достаточно критичного отношения человеком к себе. При такой самооценки человек всегда более реально смотрит на все свои неудачи и успехи, а также старается ставить перед собой цели, которые он точно сможет достичь [35, с.82].

Человек, оценивающий себя адекватно, старается прогнозировать не только на основе достигнутых им результатов, но и на основе отношения окружающих к данным результатам. Неадекватная завышенная самооценка у человека является основой возникновения неправильно представления человека о себе, а также идеализация своей ценности для социума, для общего дела. Реальная действительность при такой оценке воспринимается не адекватно, она искажается, отношение человека к действительности становится нереалистичным. Именно поэтому замечания, направленные в адрес такого человека, понимаются им как придирки, а объективная оценка его работы принимается им несправедливо заниженной. Собственный неуспех человек при такой самооценки оправдывает не тем, что у него отсутствуют необходимые для его достижения умения и способности, а тем, что окружающий мир всячески старается помешать ему в достижении успеха [6, с.17].

Заниженная самооценка человека характеризуется тем, что человек оценивает себя ниже своих реальных возможностей, он не признает собственную уникальность и не ценит свои способности и умения. Такая самооценка приводит человека к неуверенности в себе, человек становится

робким, у него отсутствуют какие-либо дерзания. Постепенно появляется невозможность реализации собственных возможностей человеком, даже тогда, когда человек обладает уникальными способностями. Люди, имеющие низкую самооценку, зачастую не берутся за решение сложных задач, вся их деятельность основана на решении простейших задач. Человек в данной ситуации становится очень критичным к себе самому.

Такие люди характеризуются, как очень тревожные, зависимые и неуверенные в себе люди. Они не могут построить межличностные отношения в обществе, также легко, как люди с адекватной самооценкой. Им всегда кажется, что социум относится к ним очень плохо, что его недолюбливают. Такие люди отличаются необщительным характером, они очень одиноки, склонны к непостоянству, не имеют собственной точки зрения, у них нет инициативы и настойчивости. Такие люди признают в пользу собственной самооценки только престиж, заслуженный в обществе, они считают, что если бы были несколько выше людей в обществе, как в социальном, так и в материальном плане, то их положение было бы лучше, к ним бы лучше относились окружающие. Данная категория людей очень сильно нуждается в одобрении, при стрессовых ситуациях эффективность их деятельности сводится к нулю, а после стрессовой ситуации, они очень долго не могут войти в обычный ритм жизни. Свое карьерное развитие данная категория людей всегда видит в мрачном свете, они очень часто испытывают неудовлетворенность всеми аспектами своей жизни, в большинстве случаев люди с низкой самооценкой стремятся собрать как можно больше информации о предстоящей задаче, которую им следует решить. Именно это предопределяет наиболее успешное решение проблем [6, с.261].

Изучение возрастной психологии показало, что дети обладают всеми видами самооценки: адекватной, завышенной и заниженной. Также самооценка ребенка может быть неустойчивой и постоянно изменяться, либо в сторону повышения, либо в сторону понижения.

Постепенно с возрастом дети учатся правильно оценивать себя, свои возможности и умения, но при этом начинается такой процесс, как снижение переоценки себя. Устойчивая заниженная самооценка у детей наблюдается очень редко. Данный факт указывает на то, что самооценка школьника постоянно изменяется, однако она имеет предрасположенность к формированию устойчивости, постепенно со взрослением она переходит во внутреннюю позицию личности, постепенно становится мотивом его поведения. Самооценка младшего школьника играет важную роль в формировании определенных качеств личности [25, с.15].

Наличие адекватной самооценки у детей в младшем школьном возрасте формирует у них такие качества, как находчивость, активность, бодрость. Такая категория детей обладает хорошим чувством юмора, они сами ищут свои ошибки, решают их по мере поступления, а после успешного решения той или иной задачи с удовольствием берутся за решение более сложных.

Завышенная устойчивая самооценка у детей младшего школьного возраста является основой формирования у них таких качеств, как активность и стремление к достижению в учебе больших успехов. Дети данной категории всегда уверены в том, что достижение успеха может происходить только в том случае, если они будут всего добиваться самостоятельно.

Категория детей, которая имеет завышенную неустойчивую самооценку всегда переоценивает те возможности и способности, которыми они обладают, они не могут грамотно и адекватно оценить свои личные качества, а также результаты своей деятельности. Зачастую такие дети выбирают задачи, решение которых находится не в их поле возможностей. После неудачного решения их, они очень быстро бросают дело на полпути, переключаются на что-то другое, берутся за наиболее легкие задачи [13, с.77].

У младших школьников очень ярко проявляется заниженная неустойчивая самооценка как в их поведении, так и в общих чертах личности. Категория данных школьников выбирает очень легкие задачи, они всегда стараются уберечь свой успех, боятся его потерять, в следствии этого они начинают бояться полностью весь процесс учебной деятельности. Повышенная самокритичность и неуверенность в себе мешает таким школьникам нормально развиваться, они становятся очень чувствительны к одобрению окружающих, а также ко всему, что может повисить их самооценку.

Одним из самых противоречивых процессов является формирование глобальной самооценки, это обуславливается тем, что частные оценки, которые служат основой для формирования глобальной самооценки, расположены на различных уровнях адекватности и устойчивости. Они совершенно по-разному взаимодействуют друг с другом, зачастую они противоречат друг другу, но при этом же очень быстро могут изменяться с противоречащих друг другу на согласованные и взаимные. В глобальные самооценки очень хорошо отражается вся сущность личности [13, с.93].

Формой существования глобальной самооценки, а также итоговым измерением собственного «я», можно назвать самоуважение личности. Данный критерий является очень устойчивой личностной чертой характера человека, поддержание которой на определенном высоком уровне составляет одну из важнейших задач человека.

Совокупность всех перечисленных нами целей образует определенный уровень притязаний личности. В основе его лежит личностная самооценка человека, сохранение которой является важнейшей потребностью человека [14, с. 195].

Источником и опорой для познания человеком себя служит сопоставление и сравнение себя человеком с другими, так считает отечественный ученый Л.И. Божович. По мнению автора, человек, сравнивая

себя с другими, постепенно приходит к осознанию своих собственных поступков и качеств личности. Во время познания других людей происходит процесс переноса различных свойств человеком на себя. Рассматриваемая закономерность нашла свое подтверждение в ряде психологических исследований [2, с. 350].

Для развития самооценки важным источником является оценка личности окружающими его людьми, оценка его деятельности и поведения. В формировании самосознания школьника же, такая оценка выполняет двоякую роль.

Оценка школьника окружающими является неким критерием сопоставления его деятельности с теми требованиями, которые предъявляет общество, данная оценка старается указать школьнику на характер его взаимоотношений с окружающим миром. Основной задачей такой оценки как бы является формирование эмоционального благополучия школьников. Также оценка школьника окружающей средой помогает человеку выделить такое свое качество, которое позволит повысить его авторитет в обществе [3, с. 371].

В трудах Б. Г. Ананьева неоднократно говорится о том, что жизнь в коллективе, взаимодействие внутри его, а также развитие оценочных отношений играет очень важную роль в формировании самооценки [1, с.68].

Формирование самооценки длится всю сознательную жизнь человека, она выполняет очень важную функцию в развитии жизнедеятельности человека и его поведения. Помимо этого, самооценка является одним из важнейших регуляторов всех видов деятельности человека. Изучение самооценки в отечественной психологии происходило, как изучение определенного свойства личности, которое определяет функцию в ее развитии.

Дети старшего дошкольного возраста формируются некий внутренний механизм, который помогает ребенку управлять своим поведением.

Постепенно школьник начинает регулировать свое поведение через формирование определенного отношения к себе [24, с. 99].

В трудах Е.И. Савонько проскальзывает такая мысль, что самооценка развивается постепенно, также постепенно развивается и ее регулятивная функция, на каждом этапе взросления она приобретает качественное своеобразие. Развитие данной функции целиком и полностью связано со становлением устойчивости ребенка различным внешним факторам.

Представители западноевропейской и американской психологии охарактеризовывают самооценку, как механизм, обеспечивающий ориентацию человека в обществе. Согласно З. Фрейду и его последователям в современной психологии, социальная среда всегда выступает, как враждебная среда для человека, человек должен бороться с ней, чтобы достичь определенных успехов в своей деятельности. Неофрейдисты считают, что самооценка человека формируется под гнетом постоянных конфликтов, который возникает между внутренними желаниями и побуждениями человека и требованиями, которые предъявляются внешней средой. В данных условиях формирование адекватной устойчивой самооценки невозможно, как бы это прискорбно не звучало. Представление о самом себе формируется у человека при таких условиях неполным и зачастую очень искаженным. З. Фрейд относит внутренние конфликты человека к самым острым и тяжелым. Именно данный вид конфликтов разрушат психологическое равновесие человека изнутри [цит. по 35, с.403].

Идеализация человеком представлений о собственном «Я» постоянно сталкивается с реальностью, в большинстве случаев ожидания человека не оправдываются при взаимодействии с внешней средой.

По мнению Купера Смита, самооценка – отношение человека к самому себе, которое складывается постепенно. Данное отношение может проявляться как одобрение или неодобрение определенных действий человека в обществе.

По мнению М. Розенберга самооценка – это яркое отражение уровня развития у человека собственного чувства достоинства и самоуважения, а также отражение ощущения человеком собственной ценности в обществе, его положительно отношения ко всему, что с ним происходит и к тому, что входит в состав его внутреннего «Я».

Данная точка зрения и определяет тот факт, что низкая самооценка является основой негативного отношения к собственной личности. На ее основании происходит личное самоотрицание человеком.

Обобщение всех представлений о самооценки можно найти в трудах И.С. Кона, который утверждает, что самооценка – это итоговое измерение собственного «Я», отражающее меру принятия или непринятия себя индивидом [5, с. 95].

Из всего вышесказанного можно сделать вывод, что самооценка – это отношение человека к самому себе, к своим возможностям и способностям, а также личностным качествам. Данная оценка может быть, как адекватной, так и неадекватной. Неадекватная самооценка бывает не только заниженной, но и завышенной. Зачастую неадекватность самооценки проявляется в тех случаях, когда мнение человека очень резко расходится с мнением окружающих его людей.

Знание самооценки человека – это основа построения с ним стабильных отношений и грамотного общения.

Адекватная самооценка позволяет реализовать способности и потенциал ребенка.

1.2. Особенности формирования самооценки младших школьников

9-10 лет

Младший школьный возраст – это очень важный период становления любого человека. Именно в данном возрасте происходит наибольшее

накопление и впитывание знаний человеком. Для того чтобы у ребенка была возможность, как больше подчеркнуть в данном возрасте, его развитие должно происходить в благоприятных условиях. Младший школьный возраст детей характеризуется очень большой степенью доверия к взрослым, подчинение к их авторитету, а также отношение детей ко многим явлениям в мире, как к игре.

Возраст школьников до десяти лет характеризуется, как период закрепления мотивов достижения успеха, их переход в устойчивое свойство человека. Важнейшими качествами младшего школьника является открытость и доверительность, а также полное послушание и незыблемая исполнительность, которые не присущи взрослым людям. Данные качества ребенка необходимы для успешного освоения школьной программы, однако они являются фундаментом для тотального влияния взрослых на ребенка [11, с.160].

Возраст школьников до десяти лет – это начальный этап становления и формирования самооценки. В данном возрасте ребенок наконец-то учится различать свои возможности и способности, а также отделять их от чужих заслуг. У ребенка данной группы появляется осознание того, что успех выполняемых им действий полностью зависит от усилий, которые он прилагает.

Уровень самосознания в данном возрасте также изменяется, он становится несколько другим, нежели у дошкольников. Ребенок анализирует себя с различных сторон, у него появляется четкое понимание того, что он не изолированный от общества, а его часть.

Позиция школьника, которая теперь является основополагающей для ребенка очень четко определяет его поведение и деятельность, а также характеризует целую совокупность отношений к себе и окружающим. Ученые и психологи всего мира доказали, что представление о себе очень тесно связано с отношением к себе, т.е. самооценкой [35, с.367].

Автор работ по психологии Л.С. Выготский утверждает, что у семилетнего ребенка впервые зарождается основа, на которой в дальнейшем формируется его самооценка. В данном возрасте самооценка – это пока что очень зыбкое, но уже устойчивое дифференцированное отношение ребенка к самому себе. Именно в этом возрасте ребенок созревает для самоанализа как морально, так и умственно [5, с.204].

В данном возрасте ребенок формирует представление о себе при помощи оценочной деятельности, дети различают в себе огромное количество различных умений. Именно в возрасте семи лет у ребенка начинается стадия активного обогащения словаря, растет его психологическая стабильность, повышается уровень знаний и понятий.

На данном этапе ребенок наконец-то может дифференцировать свою собственную оценку.

Знание собственной самооценки ребенку просто необходимо, так как это главный критерий для построения отношений с социумом. Самооценка влияет на общение ребенка с окружающим миром, его взаимодействие. Самооценка младшего школьника только начинает формироваться и укрепляться, именно поэтому она очень сильно поддается воздействию различных внешних раздражителей.

Встреча ребенка с четкой и развернутой системой моральных требований происходит также именно в школе. Взрослые следят за тем, чтобы все эти требования усваивались детьми и соблюдались ими. Начинает формироваться общественная направленность личности. «Обращенность к коллективу» ведет к тому, что младший школьник сознательно подчиняет свои пробуждения тем целям и задачам, которые стоят перед ним и его сверстниками. Постепенно школьник учится управлять своим поведением и регулирует модель поведения в различных ситуациях, в зависимости от требований, которые предъявляются окружающим социумом [43, с.318].

Появление собственных взглядов у младшего школьника является предпосылкой изменения нравственной сферы.

Постепенно при взаимодействии с разными людьми у ребенка начинают формироваться новые навыки, которые становятся истоком для формирования самооценки.

Так как школа занимает огромное место в жизни ребенка он берет все, что связано с ней, за основу оценки себя. Ребенок опирается на рассуждения родителей и учителей, прислушивается к их замечаниям и оценкам. Однако их оценки не всегда являются правильными и четкими.

Построение самооценки на этих правилах приводит к тому, что ребенок оценивает свои желания, а не возможности, тем самым приводя себя к формированию неадекватной оценки. Первоклассник вроде бы уверен, что он хороший ученик, так как он старается выполнять все задания качественно и в срок, но при этом не отличается усидчивостью на уроках, не заостряет внимание на ошибках, нарушает дисциплину. А оценку своих товарищей ребенок и вовсе проводит не по аналогии их поведения на уроках, а по тому, как они ведут себя на переменах, либо вне школьных стен [17, с.44].

В жизни школьника появляются постепенно новые категории и критерии оцениваемых явлений и, следовательно, оценок. В начале своего пути школьник не понимает того, что все это очень четко проявляется в его поступках и поведении.

Круг представлений о действительности расширяется у ребенка за счет его отношения к новым явлениям в его жизни.

Оценки учителей играют самую важную роль в формировании самооценки школьника. В исследованиях психологов данная роль раскрыта очень ярко и подробно, в них указывается на то, что учитель просто обязан замечать и учитывать все мотивы школьником в оценки их труда и поступков.

В литературе, которую мы изучали в рамках данного исследования,

говорится о преобразующем характере действия педагогической оценки. Педагогическая оценка всегда должна быть ясной и определенной, учитель в любой момент должен дать объяснение ребенку, почему его труд был оценен именно так.

Таким образом, самооценка ребенка отражает его представления не только о том, что он уже достиг, но и о том, к чему ребенок пока еще стремится. Проект будущего ребенка не может быть совершенным, но при этом он имеет огромное значение для регулирования ребенком самого себя, собственного поведения и т.д. Все знания, которые ребенок получает от других людей о себе, его возрастающая активность, которая направлена на изучение и осознание собственных действий, целиком и полностью отражается в самооценке.

1.3. Модель формирования адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет

Начало школьной поры в жизни ребенка приводит к очень большим изменениям в его распорядке дня, накладывает на него новые обязанности. В жизни ребенка появляются различные изменения, которые вытекают из необходимости ежедневного обучения. Теперь ребенок должен вовремя вставать, ежедневно делать домашнее задание, приносить в школу предметы, необходимые для учебной деятельности и занятий. Ребенок должен уметь согласовывать свои действия с требованиями, которые к нему предъявляет учитель, распорядок школьного дня, действия и желания одноклассников. Осознание всех этих изменений и нового статуса ведут и к изменениям и перестройки отношения ребенка к окружающей его действительности в повседневной жизни. Школьник начинает менять свое отношение и поведение в тех или иных ситуациях, которые ранее казались ему обыденными, а теперь в связи с новым статусом, стали для него

непривычными. В это время у школьника появляются новые мотивы поведения – стать хорошим учеником, заслужить хорошие оценки, добиться признания в классе и похвалы от учителей. У ребенка с началом обучения в школе рождаются и новые переживания – желание и ожидание успеха, страх неуспеха. Очень сильно младшего школьника волнуют замечания учителей, и он старается прикладывать все усилия, чтобы такого больше не повторялось.

Вообще дети обычно охотно и легко подчиняются новому режиму жизнедеятельности, они безоговорочно соглашаются с требованиями родителей о распорядке дня, о времени прогулок и досуга. При поступлении в школу у ребенка появляется новое положение в семье, среди окружающих его людей, постепенно меняется и их отношение к нему. У младшего школьника теперь есть свои четкие обязанности, с которыми считаются и близкие ему люди. Изменившееся восприятие людей школьника постепенно сказывается и на восприятии самого себя [17, с.254].

Теперь в жизнь школьника входят новые явления: он учится каждый день, получает новые знания, овладевает навыками письма и счета. Учитель, который дает ему знания, оказывает все большее влияние на него. Ему доверяются обиды и тайны, самые сокровенные радости и переживания.

В связи с новой ролью ребенка к нему предъявляются и особые требования. Теперь у него есть представления о том, как он должен вести себя на улице и общественных местах, как он должен относиться к младшим и старшим. Вместе с этим у него появляются и некоторые представления о своих правах. Постепенно у младшего школьника появляется стремление проявлять свое новое положение в обществе, а на деле осуществлять свои новые права и обязанности. Все это должно быть обязательно учтено родителями и педагогами.

Школьник при прохождении обучения обращает огромное внимание на оценочные суждения других людей. Он начинает как – то по-особенному относиться к учебному процессу, а в дальнейшем переносит это отношение и

на себя. С возрастом, ученик учится различать свои действительные достижения и желания, постепенно он оттачивает свое мастерство и достигает очень хороших результатов в данном направлении. С взрослением у ребенка формируется точная установка на комплексную оценку собственных возможностей, которая является одной из частей самооценки. В детской самооценке отражается все то, что он узнает о себе от других [19, с.57].

Каждый ребенок индивидуален, так уж заложено природой. Отсюда вытекает и тот факт, что все по-разному относятся к допущенным ошибкам. Некоторые дети подходят к выполнению работы над ошибками очень тщательно, они сами стараются найти свои ошибки и исправить их, другие отдают работу учителю без проверки, третьи очень долго копаются в работе, а когда разочаровываются в своих знаниях отдают работу учителю.

На замечания учителя о допущенных ошибках тоже все реагируют по-разному. Один ученик будет просить, чтобы учитель помог ему разобраться с допущенной ошибкой, чтобы предотвратить ее появление в следующий раз, другой же ученик не станет этого делать, а попытается найти ошибку и разобраться в ней самостоятельно, третьи всегда ищут оправдания во внешних условиях.

Отношение учеников к допущенным ошибкам является важнейшим показателем самооценки.

Наиболее естественно реагируют на допущенные ошибки дети с адекватной самооценкой. В большинстве случаев они с особым рвением и интересом ищут эти ошибки самостоятельно, досконально разбираются в них, с целью их выявления и искоренения. Дети с низкой самооценкой зачастую сразу опускают руки, у них появляется страх допустить ошибку еще раз, что негативно сказывается на их дальнейшем обучении [20, с.46].

Следует отметить тот факт, что самооценка ребенка обнаруживается не только тогда, когда он сам себя оценивает, но и тогда, когда он проявляет

свое отношение к достижениям других. Дети с завышенной самооценкой не обязательно расхваливают себя, но они очень охотно принижают достоинство других, как бы пытаясь унизить их, указать на их слабые стороны и недостатки. А вот учение с заниженной самооценкой зачастую переоценивают других ребят, пытаются возвысить их знания и умения.

Следует запомнить, что ребенок не рождается на свет с готовой самооценкой, она формируется постепенно в процессе воспитания и обучения, не без влияния внешней среды. Особая роль в формировании самооценки у ребенка играет семья и школа.

Человек, который выполняет какие-либо действия, всегда нуждается в их оценивании. Конечно же больше всего он нуждается в одобрении и положительной оценке своих трудов. Отрицательная оценка очень сильно огорчает человека. Но самое страшное это то, когда работа человека игнорируется и не замечается.

Со временем в процессе обучения у детей идет рост требовательности и критичности по отношению к себе. Первоначально дети оценивают свою деятельность только с положительной стороны, а возникающие неудачи списывают на внешние факторы. Со взрослением школьники начинают относиться к себе очень критично, они ищут причины неуспеха в себе, в отсутствии или недостаточном развитии личностных способностей и умений. Постепенно у детей растет и принцип самостоятельности при самооценивании. Они все больше перестают зависеть от оценки окружающего мира. Смысл оценки для ребенка начинает кардинально меняться уже в начальной школе. Оценивание собственных достижений ребенок со временем начинает связывать с получением достоверного представления о себе, которое формируется на основе оценки окружающих [13, с.178].

Постепенно школьные оценки начинают не только воздействовать на познавательную деятельность ученика, но и на формирование его личной

самооценки. Учитель оценивает не только знания ученика, но и показывает ему, какое место он занимает в обществе. На основании тех оценок, которые ученик получает от учителя, он начинает самостоятельно разделять себя и своих товарищей на различные группы.

Формирование и становление самооценки основывается на размеренном выделении ребенком различных качеств, их вычленение из групп и отдельных видов деятельности. Обобщение и осмысление данных качеств ребенком происходит по принципу устойчивости.

П.Т. Чамата считает, что развитие самооценки у школьников можно разделить на два больших этапа:

- первоначально дети оценивают только свои действия и поступки;
- на втором этапе дети начинают пользоваться своими моральными качествами для оценивания.

Второй этап формирования начинается несколько позднее, его начало ученые относят к подростковому возрасту детей [23 с.120].

Ценности у ребенка формируются не только в школе, но и в различных способах взаимодействия со взрослыми, родными, при беседах с семьей, чтением книг, при просмотре телевизора и т.д.

Часть оценок ребенок переносит на себя, в большинстве случаев, это оценки поведения и качеств личности. Первоклассник после первого полугодия имеет четкие критерии оценивания результатов учебной деятельности. Появляется некая закономерность – первоначально у ребенка формируются критерии оценки и их применения по отношению к другим, а затем и по отношению к себе.

Большая часть детей уже к концу первого года обучения в школе очень хорошо разбираются в качествах человека, которые выявляют при наблюдении в определенных ситуациях и формах поведения: сильный, слабый и т.д. Однако они еще пока затрудняются оценивать качества, которые характеризуют внутренне отношение человека к другим людям.

Оценить себя для первоклассника в данном контексте практически невозможно, они затрудняются дать ответ при оценивании ряда качеств, обнаруживается субъективность суждений и даже неточность.

При столкновении с оценкой своей работы, у младшего школьника начинает формироваться умение разбираться в собственных возможностях и способностях. У ребенка формируется целая совокупность личностных притязаний к качеству выполненных заданий.

Случаи переоценки собственных сил у школьников наблюдается очень часто, у них появляется чувство зазнайства. Именно поэтому школьник ставит перед собой задачи, которые ему не под силу. Высокая самооценка, которая не оправдывается действиями приводит к тому, что возникают различные конфликтные ситуации между ребенком и коллективом [28, с.15].

Внутренняя неуверенность – это апогей переоценки своих возможностей, который приводит к острым переживаниям и неадекватному поведению подростка.

Внутренний конфликт вызывает расхождение между самооценкой человека и оценкой его окружающими, а также между самооценкой и тем, «Я», к которому ребенок стремится.

Рассмотрим проблемы, которые можно встретить при адекватной самооценке:

Проблема роста: девочка страдает от того, что ее рост составляет 170 см, в настоящее время она самая высокая в классе. Этот комплекс порождает то, что она выходит к доске сгорбившись. Для ребенка каждый выход – это очень страшное страдание. На фоне детей более низкого роста у девочки сложился комплекс и заниженная самооценка, которая мешает ей наиболее полно оценивать себя.

Проблема внешности: бывает такое, что ребенок, смотря на себя в зеркало, недоволен увиденным. Ему не нравится внешний вид, он его тяготит. На фоне еще недостаточно сформированного подсознания ребенок

чувствует неудовлетворенность.

Для нашего исследования важным является последовательное, целенаправленное изучение формирования адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет, что в полной мере выполняет метод целеполагания «Дерево целей».

Основой целеполагающей деятельности в процессе адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет является этап построения иерархии взаимосвязанных, взаимообусловленных и взаимоподдерживаемых целей - «дерева целей». Названный термин в рамках теории обучения введен в научный оборот Б.С. Гершунским.

В психологических исследованиях метод «Дерево целей» разработан профессором В.И. Долговой.

Под «деревом целей» следует понимать граф, вершиной которого являются общие дидактические цели, иерархическая детализация которых для решения частных задач обучения происходит на более низких уровнях.

Целеполагание - непрерывный процесс. Нетождественность цели и реально достигнутого результата становятся основой переосмысления, возвращения к тому, что было, поиска нереализованных возможностей с позиции итога и перспектив развития педагогического процесса. Это ведет к постоянному и бесконечному целеполаганию [10, с.11].

Целеполагание может быть успешным, если оно осуществляется с учетом следующих требований:

1) Диагностичность, т.е. выдвижение, обоснование и корректировка целей.

2) Реальность, т.е. выдвижение и обоснование целей с учетом возможностей конкретной ситуации. Необходимо соотнести желаемую цель, проектируемые результаты с реальными условиями.

3) Преемственность, т.е. выдвижение и обоснование целей на каждом этапе педагогической деятельности.

4) Идентификация целей, которая достигается через включенность в процесс целеполагания всех участников деятельности.

5) Направленность на результат, «замер» результатов достижения цели, что возможно, если четко, конкретно определены цели воспитания и обучения.

Представим далее «дерево целей» исследования процесса формирования адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет.

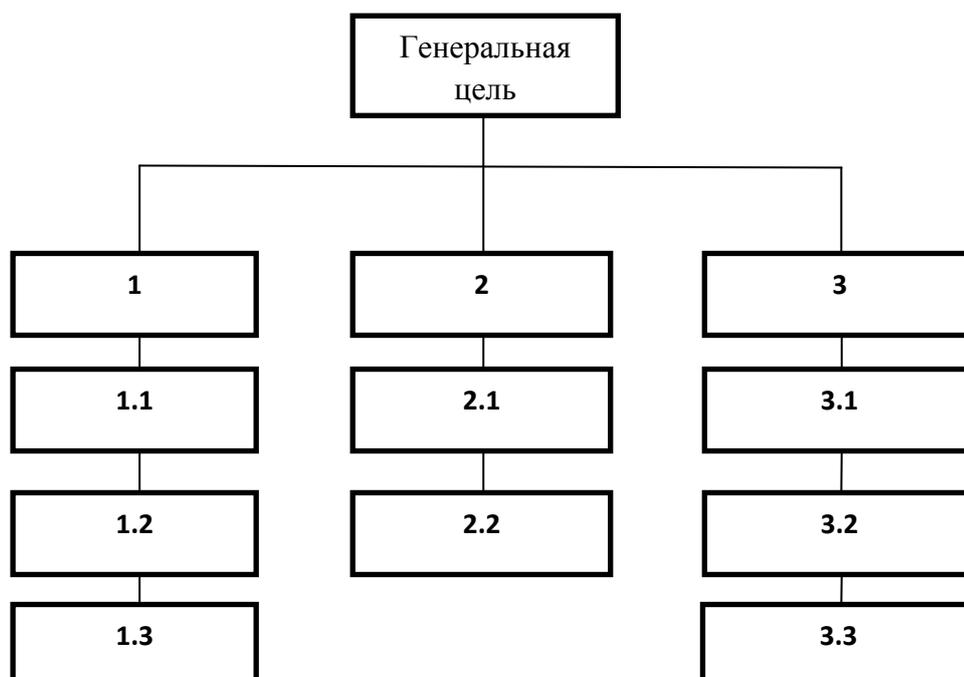


Рис.1. «Дерево целей» формирования адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет

1. Генеральная цель: теоретическое обоснование и проверка эффективности программы формирования адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет.

1.1. Провести анализ литературы по проблеме исследования:

1.2 Обосновать возрастные особенности самооценки младших школьников 9-10 лет.

1.3 Теоретически обосновать модель формирования адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет.

2. Организовать опытно-экспериментальное исследование самооценки младших школьников 9-10 лет.

2.1 Обосновать выбор методов и методик исследования

2.2 Дать характеристику выборки исследования и проанализировать результаты исследования

3. Опытное-экспериментальное исследовать формирование адекватной самооценки младших школьников 10 лет

3.1 Составить и реализовать программу формирования адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет.

3.2 Проанализировать результаты формирующего эксперимента.

3.3 Составить психолого-педагогические рекомендации по формированию адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет.

Анализ психолого-педагогического исследования позволил разработать дерево целей, а также модель формирования адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет.

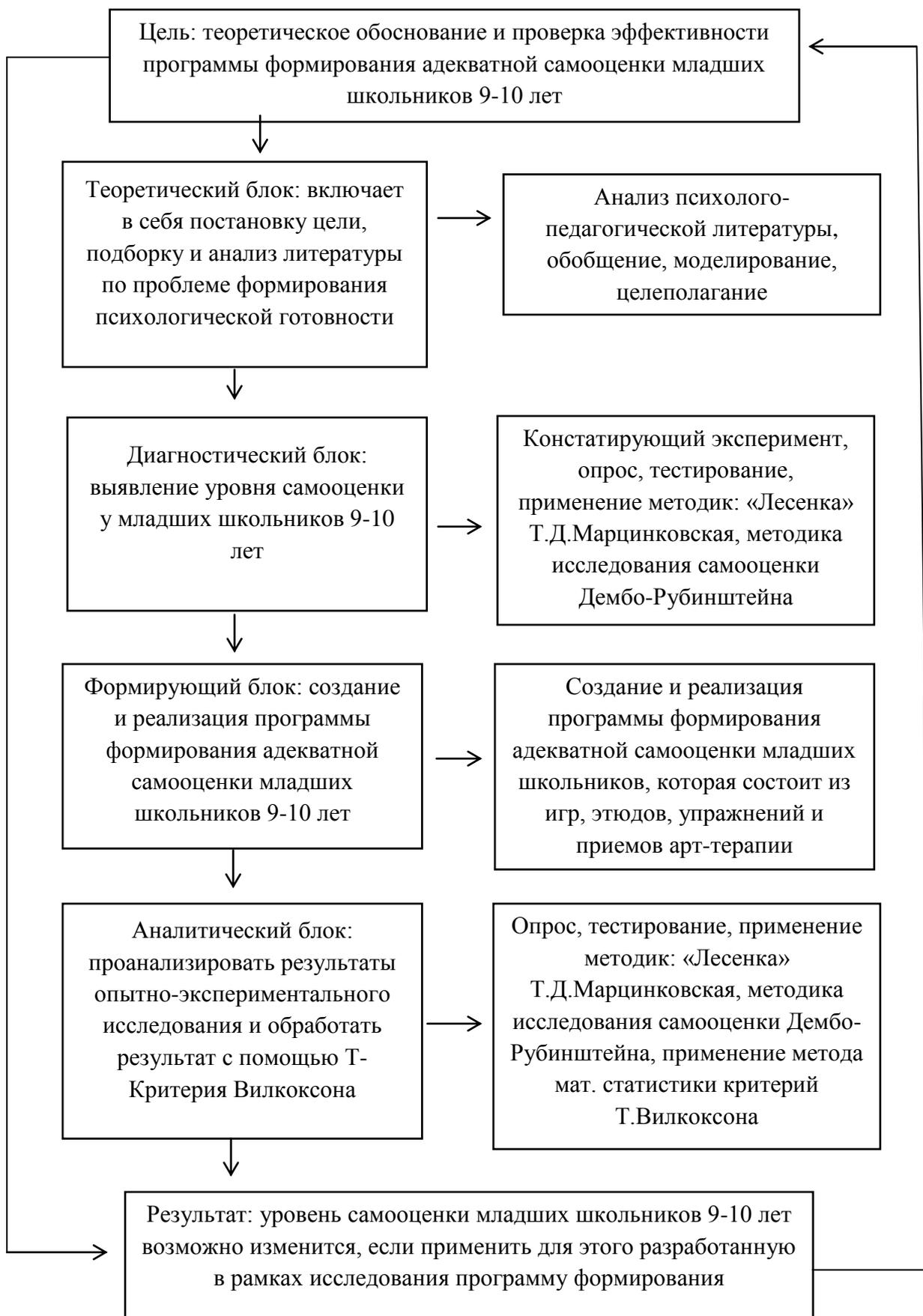


Рис.2. Модель формирования адекватной самооценки младших школьников 9-10

лет.

Для реализации программы формирования адекватной самооценки младших школьников, в нашем исследовании применен метод научного моделирования. В психолого-педагогической литературе под «моделью» понимается представление способов обучения практической деятельности, основанное на личностно-ориентированном подходе, с целью формирования какого-либо качества личности.

Процесс формирования адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет воплощается в смене блоков от теоретического до результативного.

Теоретический блок включает в себя постановку цели, подборку и анализ литературы по проблеме исследования.

Диагностический блок - выявление уровня самооценки младших школьников по методикам, который проводился в 2 этапа:

1) Поисково-подготовительный: изучение психолого-педагогической литературы по проблеме исследования.

2) Опытно-экспериментальный: диагностика самооценки младших школьников при помощи методик: Методика «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская), методика исследования самооценки Дембо-Рубинштейн.

Формирующий блок – создание и реализация программы формирования адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет, которая состоит из игр, этюдов, упражнений и приемов арт-терапии. Форма проведения занятий групповая и индивидуальная. Данный этап направлен целиком и полностью на закрепление полученных результатов.

Аналитический блок – происходит повторная диагностика результатов исследования, после проведения формирующей программы, по методикам, которые были применены в диагностическом блоке.

Результативный блок – проверяется эффективность программы формирования адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет.

Положительные результаты при снижении уровня агрессивного поведения, отрицательные – при повышении.

На данном этапе игры и упражнения можно повторять со второго этапа, наиболее подробно останавливаясь на тех играх, которые тяжело даются детям.

Содержание игр, этюдов и упражнений, использованных в программе по формированию самооценки младших школьников представлены в приложении 3.

Целью данной программы является формирование адекватной самооценки у детей младшего школьного возраста.

Для достижения поставленной цели необходимо выделить следующие задачи:

1. Снижение уровня эмоционального напряжения у детей.
2. Повышение уверенности в себе у детей.
3. Развитие способностей видеть в себе хорошие качества и выдающиеся способности.
4. Формирование коммуникативных навыков для взаимодействия с социумом.
5. Развитие способностей позитивного отношения к людям.

Таким образом, по мере взросления ребенка, его знания о себе становятся более полными и точными, постепенно начинает формироваться адекватная самооценка и самоориентация.

Выводы по первой главе

В рамках рассмотрения научной литературы по теме исследования, нами было выяснено, что самооценка – это отношение человека самого к себе, к своим возможностям и способностям и т.д.

Самооценка человека может быть, как адекватной, так и неадекватной. Также ее можно охарактеризовать с точки устойчивости и изменчивости.

Знание самооценки человека позволяет установить грамотные взаимоотношения с ним, а также достаточно плодотворное общение.

Самооценка – это очень сложное личностное образование. В ней отражается и то, что говорят о человеке в обществе, и то, что он думает о себе сам.

Основная особенность самооценки детей младшего школьного возраста состоит в том, что и как все психологические и физиологические особенности этого возраста, она находится в стадии своего становления и формирования. Именно поэтому самооценка детей младшего школьного возраста очень легко поддается воздействию окружающих. С возрастом самооценка ребенка становится более устойчивой к внешним факторам. Становлению самооценки ребенка происходит постепенно. Он выделяет определённые качества из различных видов деятельности и поступков, методом их обобщения и осмысления.

Огромное влияние на формирование самооценки детей младшего школьного возраста оказывают оценочные суждения учителей и родителей, средства массовой информации, стиль семейного воспитания и т.д. Помимо этого учебная деятельность также является важнейшим фактором при формировании самооценки школьника, ведь для ребенка младшего школьного возраста оценивание его достижений учителем является самым авторитетным среди остальных.

Глава II. Организация исследования самооценки младших школьников 9-10 лет

2.1. Этапы, методы, методики исследования

Целью исследования является теоретическое обоснование и эмпирическая проверка эффективности программы формирования адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет.

Для выполнения данной цели необходимо решить ряд задач:

1. Рассмотреть проблему исследования в психолого-педагогической литературе.
2. Изучить основные особенности формирования самооценки детей младшего школьного возраста.
3. Обосновать модель формирования адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет.
4. Дать характеристику выборки, полученной в ходе констатирующего эксперимента.
5. Осуществить формирующий эксперимент, направленный на выявление особенностей по формированию самооценки младших школьников и реализовать программу формирования самооценки.
6. Разработать рекомендации для педагогов по формированию адекватной самооценки младших школьников.

Проводимое исследование проходило по трем основным этапам:

1. Подготовительный этап – в рамках данного этапа осуществлялся ряд действий: первоначально была поставлена проблема исследования – формирование адекватной самооценки у школьников младшего возраста. На этом же этапе определился предмет и объект исследования.
2. Экспериментальный этап. Данный этап включает в себя сбор различных данных, посредством изучения теоретических источников

по рассматриваемой проблеме. На этом же этапе проводилось изучение возрастных особенностей школьников, а также опытно-экспериментальное исследование, подбор методики исследования.

3. Диагностический этап. На данном этапе происходило выявление уровня самооценки младших школьников по методикам «Лесенка» Т.Д.Марцинковской и методика исследования самооценки Дембо-Рубинштейна.
4. Формирующий этап. Создание и реализация программы формирования адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет, которая состоит из игр, этюдов, упражнений и приемов арт-терапии.
5. Контрольно-обобщительный и аналитический этап. Была проведена обработка всех полученных данных в результате проведения ряда исследований. Сформирована и проведена программа внедрения.

В рамках исследования для решения поставленных задач использовались различные методы исследования, включающие в себя:

1. Теоретические: анализ, обобщение, моделирование, целеполагание;
2. Эмпирические: констатирующий и формирующий эксперименты; опрос; тестирование; применение методик: «Лесенка» Т.Д.Марцинковская, методика исследования самооценки Дембо – Рубинштейна;
3. Мат. статистические: применение критерия Г. Вилкоксона.

Рассмотрим используемые методы наиболее подробно.

Метод анализа психолого-педагогической, методической литературы.

В рамках анализа литературы происходит научное исследование. Которое предполагает операцию мыслительного расчленения целого на составные части. В процессе изучения или познания практической деятельности человека [8, с.56].

Одним из основных методов исследования является метод эксперимента. Он позволяет изучить необходимое явление с помощью активного вмешательства в рассматриваемую ситуацию. Исследователь осуществляет планомерное манипулирование несколькими переменными, тем самым анализируя полученные результаты при замене каких-либо составных частей. Такой метод дает очень точную картину исследования.

Главная черта эксперимента – очень строгое выделение определенного исследуемого фактора или его вариантов и регистрация тех изменений, которые непосредственно связаны с его действием.

Все эксперименты можно различить по формам проведения, количеству переменных, а также целям и характеру исследования.

По форме проведения выделяют лабораторный и естественный эксперимент. Для проведения лабораторного эксперимента необходимы специальные условия, которые организуются искусственным путем, они призваны обеспечить чистоту эксперимента. Естественный же эксперимент проводится в полевых условиях. Конечно же такой эксперимент имеет свой главный недостаток – наличие ошибок измерений.

По целям различают констатирующий и формирующий эксперименты [9, с.18].

Констатирующий эксперимент – это эксперимент, который устанавливает наличие какого-либо непреложного факта или явления. В тех случаях, когда исследователь ставит перед собой задачу выявления наличного состояния и определённого уровня сформированности некоторого параметра изучаемого явления, то эксперимент становится констатирующим.

Цель такого эксперимента – измерение наличного уровня развития предмета, получение базового материала для организации формирующего эксперимента.

Формирующий эксперимент, в свою очередь, ставит перед собой цель активного формирования или воспитания определенных сторон психики, уровней деятельности, умений и способностей, т.д. Зачастую такой вид эксперимента используется при изучении конкретных способов решения проблемы, обеспечивая синтез психологии и педагогике.

Цель формирующего эксперимента может быть: обучение каким - либо знаниям, умениям, навыкам; формирование тех или иных качеств личности.

Формирующий эксперимент требует от исследователя определенных параметров. В первую очередь, это разработанности теоретических представлений о параметрах формируемых психических явлений.

Во-вторых, это необходимая и беспрекословная четкость планирования хода эксперимента. Все полученные результаты и изменения в ходе эксперимента должны быть строго учтены, зафиксированы в определенных отчетах и сводных таблицах [9, с.43].

Рассмотрим метод математической статистики и критерий Т. Вилкоксона.

Данный критерий применяется для сопоставления показателей, которые получены в одной и той же выборке участников, но при разных условиях проведения эксперимента.

Этот критерий позволяет очень точно установить направленность изменений, их выраженность и дальнейшее развитие. С помощью данного критерия мы определяем, является ли сдвиг показателей одинаковым в обоих направлениях, либо где-то более интенсивный.

Основные условия применения данного критерия следующие:

1. Количество человек должно быть не менее 5 и не более 50.
2. Нулевые сдвиги полностью исключаются.

Сформулируем гипотезы.

H_0 : Интенсивность сдвигов в сторону уменьшения длительности мышечного усилия не превышает интенсивности сдвигов в сторону ее увеличения.

H_1 : Интенсивность сдвигов в сторону уменьшения длительности мышечного усилия превышает интенсивности сдвигов в сторону ее увеличения.

Составим алгоритм:

1. Составление списка испытуемых в алфавитном порядке.
2. Вычисление разности между испытуемыми.
3. Перевод разности в абсолютные величины, запись их в виде столбца.
4. Проранжируем абсолютные величины разностей, при этом начислим наименьшему значению наименьший ранг. Проверим совпадение полученной суммы рангов с расчетной.
5. Отметим какими-либо знаками ранги, соответствующие сдвигам в «нетипичном» направлении.
6. Расчет суммы рангов по формуле:
где R_r - ранговые значения сдвигов с более редким знаком.
7. Определите критические значения T для данного по таблице. Если $T_{эмп}$ меньше или равен $T_{кр}$ сдвиг в «типичную» сторону по интенсивности достоверно преобладает [20, с.19].

Базой для проведения исследования была выбрана МОУ СОШ № 6 города Верхний Уфалей в Челябинской области. В исследовании принимали участие ученики 4 класса.

Класс состоит из 26 человек, мальчиков и девочек поровну.

В рамках исследования мы провели следующие методики:

1. Методика «Лесенка» Т.Д. Марцинковская;
2. Исследование самооценки по методике Дембо-Рубинштейн.

Методика психологического исследования – совокупность приемов и способов регулирования психологического исследования, последовательность их внедрения, интерпретация результатов, полученных при достижении определенной цели [8, с.26].

«Лесенка» Т.Д. Марцинковская

Данная методика заключается в том, что ученик на листе бумаге, на котором начерчено семь ступенек, должен передвигать фигуру мальчика, таким образом, чтобы охарактеризовать свое положение на данной лестнице, чем выше лестница, тем лучше ребенок.

Ребенок должен ответить на ряд вопросов:

На какую из лестниц ты поставишь себя самостоятельно?

А твои родители поставят тебя на высокие или низкие лесенки?

А учитель будет согласен с твоим расположением? И если нет, то куда он поставит тебя?

В данной методике очень важно, чтобы ребенок понял всю суть эксперимента.

При необходимости следует повторить объяснение ребенку с самого начала.

Оценка ответов происходит следующим образом. Сначала, конечно же, обращается внимание на то, на какую ступень поставил ребенок сам себя. Нормой считается, если ребенок в возрасте 5-7 лет ставит себя на наивысшие ступени. Если ребенок ставит себя на нижние ступени, это значит, что он отрицательно к себе относится. Это говорит о том, что у ребенка присутствует серьезное нарушение структуры личности, которое может привести к психозам, нервным расстройствам и т.д.

В основном, это связано с холодным отношением к ребенку. Ребенок думает, что его никто не любит и не ценит, следовательно, он полагает, что причина в нем. Ребенок думает, что его любят только в те моменты, когда он хорошо себя ведет. А так как дети не умеют вести себя каждый день как

надо, то они начинают сомневаться в себе, в собственных силах и умениях. Зачастую такая ситуация возникает в семьях с авторитарным воспитанием. Крайнее пренебрежение ребенком, либо напротив гиперопека приводят к таким результатам.

Для того чтобы ребенок ощущал себя хорошо, необходимо, чтобы кто-то из взрослых поставил его на самую высокую ступень в данном эксперименте. Тогда у ребенка будет понятие и ощущение того, что несмотря на прорехи в его поведении, родители его любят и уважают.

Признаком неблагополучия в отношениях с родителями и в структуре личности ребенка являются ответы, в которых родные ставят его на нижние ступеньки. Если при ответе на вопрос «Куда тебя поставит воспитательница (учительница)?» ребенок помещает себя на одну из нижних ступенек, это нормально. В данном случае такой результат получается по той причине, что ребенок часто слышит замечания от учителя, следовательно, он при постановке фигурки на нижние ступени, оценивает себя адекватно [7, с. 67].

Рассмотрим исследование самооценки по методике Дембо-Рубинштейна.

Рассматриваемая методика строится на оценивании школьниками ряда личностных качеств, таких как здоровье, внешний вид, умственные способности, характер и т.д. Ученикам на вертикальных линиях предлагают отметить определенными знаками уровень развития у них тех или иных качеств и уровень развития этих качеств, который их бы полностью удовлетворял.

Инструкция: каждый человек оценивает свои способности. Уровень развития каждого качества человека представляет собой линию. Всего их на листе 8:

1. Здоровье
2. Ум, способности
3. Характер

4. Авторитет у сверстников
5. Умение многое делать своими руками
6. Внешность
7. Уверенность в себе

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

Наивысшая точка на данной линии – это хорошо развитое то или иное качество, наименьшая наоборот.

Обработка результатов проводится по шести шкалам, размер каждой в пределах 10 см. каждый ответ школьника выражается в баллах, тем самым ученики получают количественную оценку.

1. По каждой из шести шкал определяется: а) уровень притязаний – расстояние в мм от нижней точки шкалы («0») до знака «х»; б) высота самооценки – расстояние в мм от нижней шкалы до знака «-».

2. Средние величины показателей самооценки и уровня притязаний сравниваются с таблицей:

Уровни	Низкий	средний	Высокий
Уровень притязаний	до 60	60-74	75-100
Уровень самооценки	до 45	45-59	60-100

По мнению автора разработанного исследования, норма притязаний должна варьироваться от 60 до 89 баллов, а оптимальный их вариант для развития человека - от 75 до 89 баллов. Результат свыше 89 баллов обычно является основанием для того, чтобы сделать вывод о некритичном отношении детей к собственным возможностям и умениям. А вот результат

ниже 60 баллов, говорит об обратном. Дети слишком критично, а зачастую, и необоснованно относятся к своим возможностям.

Уровень самооценки. Количество баллов от 45 до 74 – это показатель того, что ребенок себя оценивает адекватно и реалистично.

Если данный показатель находится в границах выше 75 баллов, то перед нами находится ребенок с завышенной самооценкой, который считает себя на голову выше остальных, но при этом не обладает выдающимися талантами и умениями.

А вот количество баллов ниже 45 говорит о том, что ребенок себя недооценивает. Такой показатель свидетельствует о крайнем неблагополучии в развитии личности, о том, что ребенок не видит в себе потенциала для развития, находится в состоянии депрессии и нервоза. Такой показатель может быть связан с тем, что на протяжении долгого времени ребенок не был признан в коллективе, либо неоднократно слышал в свою сторону различные замечания по внешнему виду и т.д. Как правило, такие ученики составляют определенную группу риска, их очень мало, но они требуют от учителя особого внимания, так как постоянно находятся на грани психического невроза [7, с.14].

Из всего вышеперечисленного можно сделать вывод, что основной целью нашего исследования является проверка результатов эффективности программы формирования адекватной самооценки детей младшего школьного возраста.

2.2. Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента

Исследование формирования детской самооценки у школьников начальных классов проводилось нами на базе МОУ СОШ №6 города

Верхний Уфалей. В исследовании принимали участие ученики четвертого класса в количестве 26 человек. Из них было 13 девочек и 13 мальчиков.

Всего в рассматриваемом нами классе обучаются 26 человек, из них 24 человека – 2009 года рождения, 2 человека 2010 года рождения, 13 девочек и 13 мальчиков. По состоянию физического здоровья в классе только четыре человека имеют группу здоровья А, остальные дети имеют различные физиологические отклонения в развитии. 17 учеников проживают в полных семьях, 9 человек в неполных семьях, детей из многодетных семей в классе нет. Все семьи придерживаются демократичных отношений между детьми и взрослыми, родители проявляют повышенный интерес к обучению детей, участвуют активно в их школьной жизни, состоят в родительском комитете, наблюдают за различными изменениями в поведении детей, обращаются за консультацией к школьному психологу.

Взаимоотношения внутри коллектива: между учениками в классе прослеживается очень хорошее взаимопонимание, наблюдается взаимопомощь друг другу в различных ситуациях, коллектив сплоченный, имеется лидер. В целом климат внутри класса можно охарактеризовать, как положительный. Ученики и родители относятся к учебе очень ответственно, имеют развитое чувство долга, выполняют все свои обязанности. Дети в классе очень активные, принимают участие в различных школьных и городских мероприятиях, участвуют во внеурочной деятельности.

В классе проводятся различные мероприятия, которые уже стали традицией: это и день именинника, праздник осени, различные походы в лес и горы с родителями и классным руководителем, посещение культурных событий города и области. По успеваемости класс можно охарактеризовать выше среднего. Из 26 учеников 17 человек учатся без троек, один отличник.

Анализ результатов исследования самооценки по методике Дембо-Рубинштейна.

Учащимся необходимо было оценить себя по шкалам: I Здоровье; II Ум, способности; III Характер; IV Авторитет у сверстников; V Умение многое делать своими руками; VI Внешность; VII Уверенность в себе. I шкала не учитывается. Результаты исследования самооценки младших школьников представлены в таблице №1 (см. приложение №2)

По результатам, приведенным в таблице, смотреть рис.3, можно сделать вывод, что самооценка младших школьников адекватная.

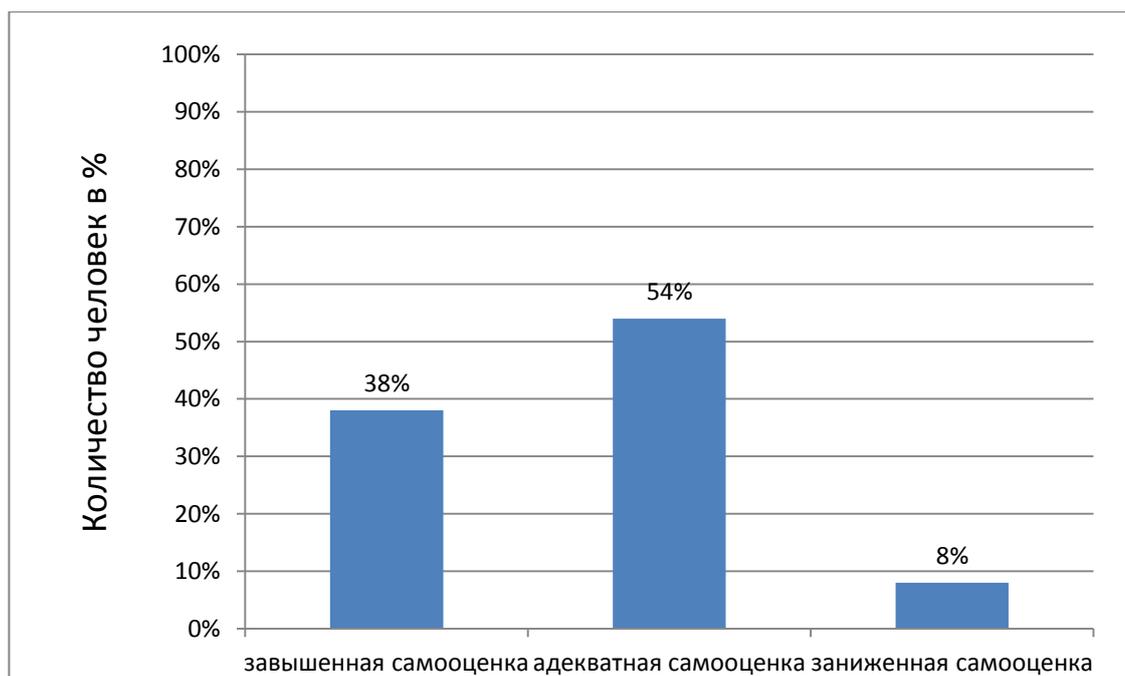


Рис 3. Результаты исследования самооценки младших школьников по методике Дембо-Рубинштейна.

По данному рисунку мы видим, что у 10 человек наблюдается завышенная самооценка, Данный показатель находится в границах выше 75 баллов, это говорит о том, что перед нами учащиеся, которые считают себя на голову выше остальных, но при этом не обладает выдающимися талантами и умениями; у 14 человек– адекватная самооценка и только у 2 учеников в классе заниженная самооценка так как они набрали меньше 45 баллов, это говорит о том, что ученик себя недооценивает. Такой показатель свидетельствует о крайнем неблагополучии в развитии личности, о том, что ребенок не видит в себе потенциала для развития, находится в состоянии

депрессии и нервоза. Так же это может быть связано с тем, что на протяжении долгого времени ребенок не был признан в коллективе, либо неоднократно слышал в свою сторону различные замечания по внешнему виду и т.д. Как правило, такие ученики составляют определенную группу риска, их очень мало, но они требуют от учителя особого внимания, так как постоянно находятся на грани психического невроза.

Таким образом, у большинства детей в классе адекватная самооценка.

Анализ результатов исследования методики «Лесенка»
Т.Д. Марцинковская.

Самооценка младших школьников представлена в таблице №3 (см. приложение №2).

По результатам, приведенным в таблице, смотреть рис.4, можно сделать вывод, что самооценка младших школьников адекватная.

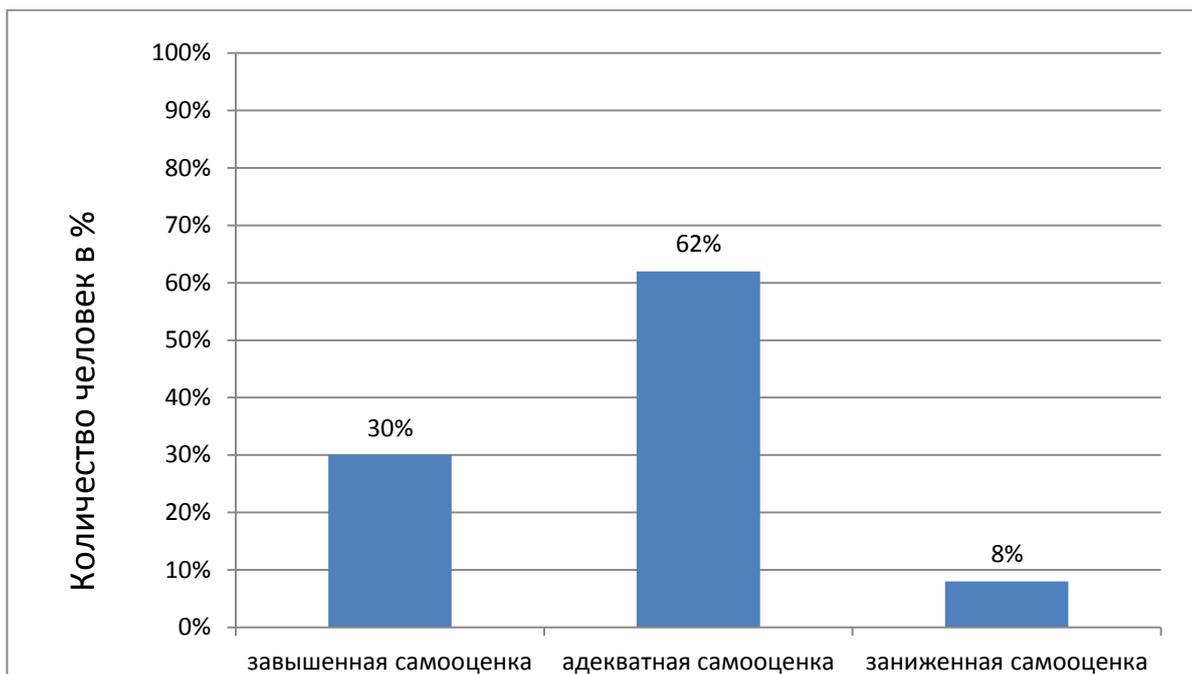


Рис 4. Результаты исследования самооценки младших школьников по методике «Лесенка», Т.Д.Марцинковской

По данному рисунку мы видим, что 8 учащихся в классе имеют завышенную самооценку, причем эти дети по предыдущей методике

получили те же самые результаты, 16 учеников адекватно оценивают себя, 2 человека имеют заниженную самооценку, в основном, это связано с холодным отношением к ребенку. Ребенок думает, что его никто не любит и не ценит, следовательно, он полагает, что причина в нем. Ребенок думает, что его любят только в те моменты, когда он хорошо себя ведет. А так как дети не умеют вести себя каждый день как надо, то они начинают сомневаться в себе, в собственных силах и умениях. Зачастую такая ситуация возникает в семьях с авторитарным воспитанием. Крайнее пренебрежение ребенком, либо напротив гиперопека приводят к таким результатам. Они поставили себя на нижние ступени, это значит, что он отрицательно к себе относится. Это говорит о том, что у их присутствует серьезное нарушение структуры личности, которое может привести к психозам, нервным расстройствам и т.д.

Таким образом, по результатам проведенной методики «Лесенка» у большинства учащихся адекватная самооценка – 61%.

Проведем обобщение по всем методикам. По рисунку 5 можно сказать, что 51% учащихся адекватно оценивает свои способности.



Рис 5.Общий результат исследования самооценки младших школьников по двум методикам

Таким образом, на основании изучения формирования самооценки у школьников в МОУ СОШ №6 г. В.Уфалей, Челябинской области нами было выявлено, что большинство детей имеют адекватную самооценку. Однако имеются и дети, которые имеют либо завышенную, либо заниженную самооценку. Эти ученики нуждаются в квалифицированной помощи школьного психолога, который поможет скорректировать в раннем возрасте формирование самооценки, что в дальнейшем позволит данным детям ничем не отличаться от своих сверстников с адекватной самооценкой, следовательно, это позволит избежать детские психозы и депрессии, а также срывы и психологическое подавление собственного характера.

Выводы по второй главе

Итак, во второй главе, нами определены этапы, методы, методики. Нами было выделено три основных этапа проведения исследования формирования самооценки у учеников начальной школы. Также мы рассмотрели методы и наиболее популярные методики для проведения исследования. В рамках данного исследования мы изучали формирование адекватной самооценки у учеников 4 класса МОУ СОШ № 6 города Верхний Уфалей.

Специально для этого были разработаны и проведены методики на исследование самооценки младших школьников: методика «Лесенка» Т.Д. Марцинковской, методика исследования самооценки Дембо-Рубинштейна.

Обобщив результаты проведенных методик, определили, что:

Завышенная самооценка младших школьников: у 37% (10) учащихся;

Адекватная самооценка младших школьников: у 51% (13) учащихся.

Заниженная самооценка младших школьников: у 12% (3) учащихся.

Также проведен сводный результат по данным методикам, из которого следует, что самооценка у младших школьников на низком уровне. Анализируя все наше исследование, можно выделить следующие ключевые моменты:

- 1) у младших школьников преобладает адекватная самооценка;
- 2) также стоит обратить внимание на детей с завышенной самооценкой, хоть это и является нормой для младшего школьного возраста, но эти дети нуждаются в коррекции самооценки;
- 3) есть дети, которые требуют особого внимания со стороны педагогов, родителей и психолога – это дети с заниженной самооценкой.

Глава III. Опытнo-экспериментальное исследование по формированию адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет

5.1. Реализация программы формирования адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет

В рамках рассмотрения предыдущих глав исследования мы выявили, что формирование адекватной самооценки у младших школьников – это очень сложный процесс. Именно поэтому нами была разработана программа формирования самооценки.

Целью данной программы является формирование адекватной самооценки у детей младшего школьного возраста.

Для достижения поставленной цели необходимо выделить следующие задачи:

1. Снижение уровня эмоционального напряжения у детей.
2. Повышение уверенности в себе у детей.
3. Развитие способностей видеть в себе хорошие качества и выдающиеся способности.
4. Формирование коммуникативных навыков для взаимодействия с социумом.
5. Развитие способностей позитивного отношения к людям.

Предметом развития является адекватная самооценка младших школьников.

Для развития самооценки мы использовали следующие средства: игры, этюды, упражнения и приемы арт-терапии, которая так стремительно набирает обороты в современном мире.

Форма проведения занятий групповая.

Реализация программы по времени займет 4 недели при частоте занятий два раза в неделю. Общее время одного занятия – 40 минут.

Структура программы:

1. Мотивационный этап (2 занятия).
2. Реконструктивный этап (4 занятий).
3. Итоговый этап (2 занятия).

Этапы:

Мотивационный этап (2 занятия):

Цель:

1. Создать доверительные отношения.
2. Мотивировать детей к занятиям.

1 занятие:

Данное занятие направлено на создание доверительных отношений в группе между детьми, а также между детьми и преподавателем.

Данное занятие начинается со знакомства в игровой форме, каждый ребенок может рассказать о себе.

Рассмотрим порядок проведения занятия:

I. Приветствие всех участников: дети вместе с преподавателем встают в круг и берутся за руки, хором произносят: доброе утро. Такое приветствие друг друга позволяет доверять и быть услышанным в общем количестве детей.

II. Далее начинается разминка, которая может быть проведена в виде небольшой зарядки.

III. Основная часть

1. Клубочек

Данная игра способствует снятию эмоционального напряжения, а также возможности установить дружеские отношения между учениками.

2. Доброе животное

Это упражнение направлено на привитие детям чувства единства, коллективизма. Дети должны иметь представление, что коллектив, в котором они находятся – это одна большая семья.

3. Житейские истории

Игра направлена на активное развитие выразительности движений ребенка, а также способности понимать эмоциональное состояние другого человека и выражать свое отношение к этому адекватно и спокойно.

4. Волшебный стул

Данное упражнение способствует налаживанию взаимоотношений и доверия между ребятами, а также повышению самооценки.

IV.Рефлексия прошедшего занятия

V.Ритуал прощания: становимся в круг и говорим: «Удачного дня»

2 занятие

В рамках данного занятия у детей будет сформировано чувство доверия друг к другу, а также повышена уверенность в себе.

I. Ритуал приветствия

II. Рефлексия прошлого занятия

III. Разминка

IV.Основная часть

1. Подари улыбку другу

Цель: способствует эмоциональному раскрепощению.

2. Кораблик

Цель: повышает уверенность в себе.

3. Жужа

Данная игра позволит наиболее агрессивным детям быть терпимее к себе и окружающим.

4. Мусорное ведро

Способствует повышению самооценки ребенка, улучшению его отношения к самому себе.

V.Рефлексия прошедшего занятия

VI.Ритуал прощания

Репродуктивный этап (4 занятия):

На данном этапе происходит повышение уверенности в себе, снятие эмоционального напряжения, развитие позитивного отношения к себе и окружающим, развитие коммуникативных навыков, необходимых для общения с окружающими.

1 занятие

I. Ритуал приветствия

II. Рефлексия прошлого занятия

III. Разминка

IV. Основная часть

1. Поймай мяч

Формируется чувство доверия к людям

2. Назови свои сильные стороны

Развивается способность позитивно мыслить о себе.

3. Зайки и слоники

Дети начинают чувствовать себя сильными и смелыми.

V. Рефлексия прошедшего занятия

VI. Ритуал прощания

2 занятие

На данном занятии формируется умение детей видеть будущее.

I. Ритуал приветствия

II. Рефлексия прошлого занятия

III. Разминка

IV. Основная часть

1. Скажи соседу

Создается эмоциональный положительный настрой.

2. Рисунок я в будущем

Формируется возможность для дальнейшего развития ребенка, дети учатся видеть свои способности в будущем.

V. Рефлексия прошедшего занятия

VI.Ритуал прощания

3 занятие

Способствует групповому сплочению, большая часть занятия направлена на повышение уровня самооценки ребенка.

I. Ритуал приветствия

II. Рефлексия прошлого занятия

III. Разминка

IV.Основная часть

1. Очень хорошие

В данной игре повышается уровень самооценки.

2.Мостик дружбы

Позволяет сплотить коллектив.

3.Закончи предложение

Способствует повышению самооценки.

V.Рефлексия прошедшего занятия

VI.Ритуал прощания

4 занятие

I. Ритуал приветствия

II. Рефлексия прошлого занятия

III. Разминка

IV.Основная часть

1.Подари камешек

Вырабатывается положительное отношение детей друг к другу.

2.Правильное решение

Дети учатся выражать эмоции

3.Назови сильные стороны

Дети учатся характеризовать других людей с положительной стороны.

V.Рефлексия прошедшего занятия

VI.Ритуал прощания

Итоговый этап (2 занятия)

Цель:

Данный этап направлен целиком и полностью на закрепление полученных результатов.

На данном этапе игры и упражнения можно повторять со второго этапа, наиболее подробно останавливаясь на тех играх, которые тяжело даются детям.

Содержание игр, этюдов и упражнений, использованных в программе по формированию самооценки младших школьников представлены в приложении 3.

Результаты внедрения данной программы рассмотрим в параграфе 3.2.

3.2. Анализ результатов исследования формирующего эксперимента

После внедрения разработанной нами программы, мы еще раз провели исследование детей по двум методикам, которые были использованы в разделе 2.1.

Для стандартного представления результатов, замер всех характеристик проводился в процентном соотношении.

Отсюда максимальный показатель – 100 %, а минимальный, соответственно 0%.

На повторном исследовании учеников 4 класса были показаны следующие результаты: по методике «Лесенка» 10 учеников имеют завышенную самооценку, 14 – адекватную и 2 – заниженную.

По результатам методики Дембо-Рубинштейна выяснилось, что также самооценка школьников относительно предыдущего исследования не изменилась: завышенная – 8 человек, адекватная – 16, заниженная – 2.

Обобщенные результаты двух методик показали, что 10 учеников имеют завышенную самооценку, 13 – адекватную, а три ученика – заниженную.

Внедрение программы по формированию адекватной самооценки у младших школьников позволит не только повысить их самооценку, но и снизить уровень эмоционального напряжения, развить коммуникативные способности и позитивное отношение, как к себе, так и к окружающим людям.

После внедрения данной программы и проведению повторного среза среди учеников были получены следующие результаты:

По методике «Лесенка» 11 учеников с завышенной самооценкой, 14 с адекватной и 1 ученик с заниженной.

По методике Дембо-Рубинштейна 9 учеников с завышенной самооценкой, 16 с адекватной и 1 с заниженной.



Рис.6. Обобщенные результаты исследования самооценки по двум методикам после реализации программы по формированию адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет.

Обобщенные результаты двух методик после проведения коррекционной программы показали, что 11 учащихся имеют завышенную самооценку, 13 адекватную и 1 человек заниженную.

Таким образом, сравнив оба исследования, мы видим, что снизилось количества учеников с заниженной самооценкой, но при этом произошел и рост учеников с завышенной самооценкой.

Достоверность полученных нами данных подтверждается методом математической статистики, а именно критерием Т. Вилкоксона, расчет данного критерия представлен в приложениях [Приложение 4].

Рассматриваемый критерий широко применяется для сравнения показателей, измеренных в двух разных условиях.

В работе получены следующие результаты:

При обработке данных $T_{эмп.} = 61$.

Критические значения Т при $n=26$, $T_{кр.}$ при $0,01 = 84$, $0,05 = 110$.

Полученное эмпирическое значение $T_{эмп.}$ находится в зоне значимости.

[Приложение 4].

H_0 – отвергается.

H_1 – принимается. [19, С. 85].

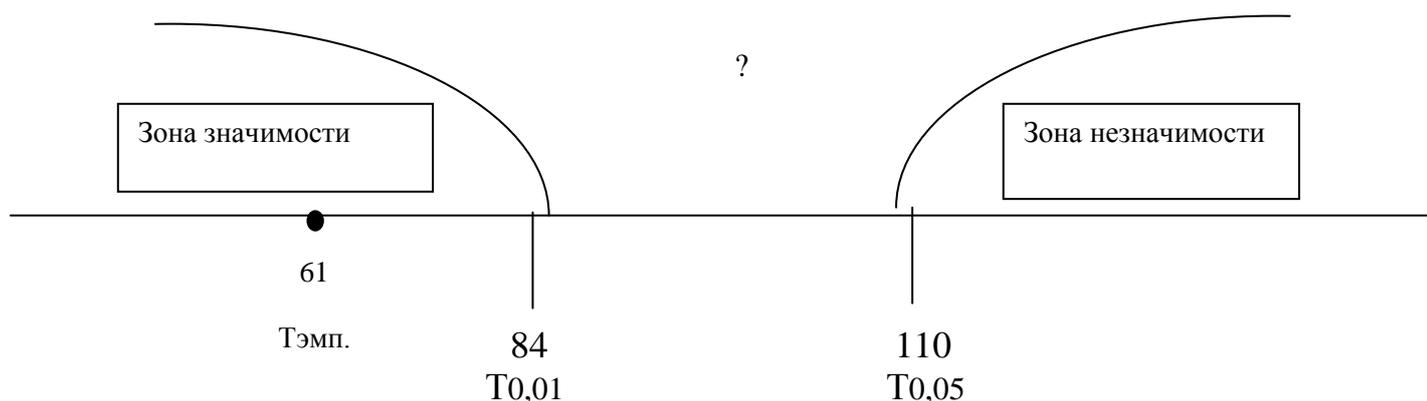


Рис. 7. Ось значимости эмпирического значения исследуемого признака.

Таким образом, после проведения коррекционной программы были проанализированы результаты исследования самооценки младших школьников.

Результаты исследования, следующие: наблюдаются значительные сдвиги в сторону роста самооценки у детей, что является положительным результатом. Гипотеза исследования доказана.

3.3. Рекомендации педагогам по формированию адекватной самооценки младших школьников 9-10 лет

Самооценка школьника – это очень сложное образование личности, определенный критерий умственной деятельности человека. Основной функцией самооценки является регуляция. От уровня самооценки очень сильно зависит и эффективность учебной деятельности, а также овладение ребенком различными знаниями и умениями. Развитие личности и успехи, достигнутые в овладении учебной деятельностью, имеют между собой очень тесную связь. Это объясняется интеграцией в ней достижений ребенка, и то, к чему он стремится.

Самооценка является фундаментом такого мотива учебной деятельности, как мотив достижения. Мотив достижения успеха очень сильно ослабевает, если ребенок постоянно не справляется с заданиями и получает низкие оценки. На первых этапах ребенок переживает, а затем относится ко всему безразлично и не хочет прикладывать усилия, чтобы что-либо изменить в своей жизни. В результате этого возникает целая ценностная переориентация личности. Позиция, складывающаяся у школьников в учебном процессе, в большей степени зависит от оценивания учителей, а также от воздействия учеников. Зачастую преобладание неуспеха над успехом, которое поддерживается низкими оценками от учителя, ведет к острому росту неуверенности ученика в себе, чувству неполноценности и к заниженному уровню притязаний [34, с.115].

Именно поэтому, так необходимо сегодня пересматривать традиционные цели и задачи обучения, дополнять процесс обучения специальной задачей развития у детей оценочных суждений, включение ее в практику школьной программы и преподаванию различных дисциплин.

Следует помнить, что отрицательная оценка носит положительный характер, только в том случае, если она носит мотивированный,

индивидуально направленный характер на ученика и ориентирует его в собственном развитии.

Серия экспериментов, где применялось чередование поощрения и критических оценок, привела к следующим выводам. Критическая оценка, предшествующая похвале, отрицательно действует на количество правильных решений. Наоборот, если вначале следует поощрение, это улучшает работу, критическая оценка после похвальной увеличивает контролирующие действия детей. Следовательно, оптимальное сочетание оценок – это обязательная похвала в начале деятельности и критические замечания только после того, как у школьника появляется автоматизм в движениях или навык.

В основе педагогического воздействия лежит явление, названное в социальной психологии социальными ожиданиями. Суть его в том, что каждый проявляет себя в соответствии с ожиданиями других людей. Ставя постоянно двойку ребенку и уверяя его, что он лентяй, учитель тем самым делает его лентяем; показывая свое недоверие к его мыслительным способностям, педагог тем самым тормозит его мышление. Это психологическая особенность давно закреплена в пословице: «Назови человека пять раз горбатым, на шестой у него вырастет горб».

Основные принципы работы учителя в классе: Создание атмосферы доброжелательности и дружелюбия в отношениях с детьми, недопустимы менторская позиция и порицание за неуспех. Положительная эмоциональная оценка со стороны педагога любого достижения учащихся. Необходимо, чтобы успех переживался ребятами как радость. Публичная похвала, посильные задания, подчеркивание «изюминки» личности у учащихся с низкой самооценкой, создание условий для свободного выбора учащимися задач разного уровня сложности, оценивание ответов учащихся по степени обоснованности и доказательности (оценивать содержательно, т.е. подробно

комментировать совместно с детьми достижения каждого на всех уроках – такой подход существенно меняет мотивацию деятельности детей).

Предоставление ученику возможность отстаивать свое мнение, тактично направляя рассуждения ребенка. Развивать у детей способность к самостоятельной оценке своей работы.

Выводы по третьей главе

Самооценка – сложное динамическое личностное образование, личностный параметр умственной деятельности. Она выполняет прежде всего регулятивную функцию. Эффективность учебной деятельности зависит не только от системы хорошо усвоенных знаний и владения приемами умственной деятельности, но и от уровня самооценки. Существует тесная связь между успехами, достигнутыми в овладении учебной деятельностью, и развитием личности.

В третьей главе разработана программа коррекции самооценки младших школьников. Задачами программы формирования самооценки младших школьников явились следующие: снижение уровня эмоционального напряжения, повышение уверенности детей в себе, развитие способности видеть в себе «хорошее», формирование коммуникативных навыков, развитие способности позитивного отношения к людям. В процессе реализации программы задачи были выполнены. Результаты исследования, следующие: есть незначительные изменения: при первичном исследовании завышенный уровень самооценки, наблюдался у 37% учащихся, при повторном – у 41%, адекватный уровень самооценки наблюдался у 51% учащихся, при повторном – не изменился 51%, заниженный уровень самооценки наблюдался у 12% учащихся, при повторном – у 8%.

Также проведена математическая обработка данных. Из неё следует достоверность полученных данных: гипотеза H_1 – принимается

(интенсивность сдвигов в сторону уменьшения длительности мышечного усилия превышает интенсивности сдвигов в сторону ее увеличения).

Заключение

В рамках выпускной квалификационной работы нами была изучена проблема формирования самооценки у детей младшего школьного возраста.

На основании изучения литературы по психологии и педагогике, мы выяснили, что центральной характеристикой любой личности является «Я-концепция». Основной частью данной концепции является личностная самооценка ребенка, определяющаяся, как оценка человеком самого себя, своих качеств и способностей.

Изучив основные особенности формирования самооценки младших школьников, мы пришли к выводу, что у них имеются все виды самооценок, которые известны сегодня психологии.

Самооценка младшего школьника постоянно изменяется и находится в динамике, но при всем этом имеет тенденцию к устойчивости, постепенно со взрослением ребенка она переходит в его внутреннюю позицию, становится мотивом поведения и стилем жизни человека. Устойчивая заниженная самооценка у детей проявляется очень редко, но зачастую приводит к очень сильным психологическим проблемам и комплексам.

Оценочные воздействия учителей, родителей и их отношений к учебной деятельности ребенка являются важнейшими факторами, которые оказывают свое влияние на формирование самооценки подростка.

В представленном исследовании было проведено обследование школьников в возрасте 9-10 лет, которые обучаются в 4^а классе школы №6 с использованием следующих методик:

1. Методика «Лесенка» Т.Д. Марцинковская;
2. Исследование самооценки по методике Дембо-Рубинштейн.

Результаты показали, что из 26 учащихся данного класса: у 10 завышенная самооценка, у 13 адекватная самооценка и у 3 заниженная самооценка.

После реализации коррекционной программы мы получили следующие результаты: у 11 учащихся завышенная самооценка, у 13 учащихся – адекватная, у 2 учащихся самооценка занижена.

Высокий уровень самооценки является возрастной нормой для детей младшего школьного возраста.

Так как учебная деятельность является важным фактором, влияющим на формирование самооценки, то учитель должен знать индивидуальные особенности самооценки и учитывать их в учебном процессе.

Нами была разработана модель программы коррекции самооценки у младших школьников, задачами программы явились следующие: снижение уровня эмоционального напряжения, повышение уверенности детей в себе, развитие способности видеть в себе «хорошее», формирование коммуникативных навыков, развитие способности позитивного отношения к людям.

В квалификационной работе реализовано несколько этапов и использованы следующие методы. Существует три этапа подготовительный, экспериментальный и заключительный этап. Для каждого из них характерны свои методы.

Подготовительный этап.

Анализ литературы – это метод научного исследования, предполагающий операцию мыслительного или реального расчленения целого на составные части, выполняемая, в процессе познания или предметно – практической деятельности человека.

Экспериментальный этап.

Эксперимент – это один из основных методов научного познания вообще, психологического исследования в частности. Это активное вмешательство в ситуацию со стороны исследователя, осуществляющего планомерное манипулирование одной или несколькими переменными и регистрация сопутствующих изменений в поведении изучаемого объекта.

Метод математической статистики.

Критерий Т. Вилкоксона.

Назначение критерия: 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.

Заключительный этап.

1. Интерпретация данных
2. Формулировка выводов
3. Установление правильности или ошибочности гипотезы исследования

Разработаны и проведены методики на исследование самооценки: «Лесенка» и Дембо-Рубинштейна.

Также проведен сводный результат по данным методикам, исходя из которого мы увидели не значительные изменения: при первичном исследовании завышенный уровень самооценки наблюдался у 37% учащихся, при повторном – у 41%, адекватный уровень самооценки наблюдался у 51% учащихся, при повторном – не изменился 51%, заниженный уровень самооценки наблюдался у 12% учащихся, при повторном – у 8%.

Была проведена математическая обработка данных. Из неё следует достоверность полученных данных: гипотеза H_1 – принимается (интенсивность сдвигов в сторону уменьшения длительности мышечного усилия превышает интенсивности сдвигов в сторону ее увеличения).

Были подготовлены рекомендации педагогам по формированию адекватной самооценки младших школьников.

Основные принципы работы учителя в классе: создание атмосферы доброжелательности и дружелюбия в отношениях с детьми, недопустимы менторская позиция и порицание за неуспех. Положительная эмоциональная оценка со стороны педагога любого достижения учащихся. Необходимо, чтобы успех переживался ребятами как радость. Публичная похвала, посильные задания, подчеркивание «изюминки» личности у учащихся с низкой самооценкой, создание условий для свободного выбора учащимися задач разного уровня сложности, оценивание ответов учащихся по степени обоснованности и доказательности. Предоставление ученику возможности отстаивать свое мнение, тактично направляя рассуждения ребенка. Развивать у детей способность к самостоятельной оценке своей работы.

На наш взгляд, цели и задачи, поставленные в квалификационной работе, были достигнуты.

Библиографический список

1. Ананьев Б.Г. Человек, как предмет познания. СПб.: Питер 2013. – 105с
2. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. М.: издательство «Педагогика», 2012. – 85с.
3. Василькова, Ю.В. Социальная педагогика: курс лекций: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений – 2- е изд., стереотип./Ю.В. Василькова. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 440с.
4. Возрастная и педагогическая коррекция / под ред. А.В. Петровского. – М.: Издательство «Педагогика», 2016. – 342с.
5. Воспитание и обучение детей младшего дошкольного возраста. - М.: Просвещение, 2017. - 160 с.
6. Выготский, Л.С. Лурия, А.Р. Этюд по истории поведения/ Л.С. Выготский, А.Р. Лурия. – М.: Издательство «Педагогика», 2013 – 318с.
7. Введение в практическую социальную психологию / под ред. Ю.М. Жукова, Л.А. Петровской, О.В. Соловьевой. – 3-е изд. М.: Издательство «Смысл», 2015. – 377с.
8. Волков, Б.С., Младший школьник: Как помочь ему учиться. - М.: Академический Проект, 2004. - 142 с.
9. Гамезо, М.В., Домашенко, И.А. Атлас по психологии/ М.В. Гамезо, И.А. Домашенко. – М.: Издательство «Педагогика», 2017. – 283с.
10. Гарбузов, В.И. Практическая психология/ В.И. Гарбузов. – СПб.: Издательство «Речь», 2016. – 356с.
11. Готтсданкер, Р. Основы психологического эксперимента/ Р. Готтсданкер. – М.: Издательство «Педагогика» , 2014. – 230с.
12. Дарвиш, О. Б. Возрастная психология / О. Б. Дарвиш. М.: КДУ, 2013. 264 с.
13. Долгова, В.И., Иванова, Л.В., Капитанец, Е.Г., Шумакова, О.А. Будущему специальному психологу: подготовка к итоговой аттестации/

- В.И. Долгова, Л.В. Иванова, Е.Г. Капитанец, О.А. Шумакова. – Челябинск: Издательство «АТОКСО», 2008. – 100с.
14. Дубровина, И. В. Школьная психологическая служба: Вопросы теории и практики. М.: Издательство «Педагогика», 2011. – 289с.
 15. Ермолаева, М.В., Миланович, Л.Г. Методы работы психолога с детьми дошкольного и младшего школьного возраста/М.В. Ермолаева, Л.Г. Миланович. – М.: Издательство «Речь», 2017. – 358с.
 16. Заширинская, О.В. Психология детей/ О.В. Заширинская. – СПб.: Издательство «Речь», 2014. – 432с.
 17. Захаров, И.А. как предупредить отклонения в развитии ребенка/ И.А. Захаров. – М.: Издательство «Просвещение», 2015. – 270с.
 18. Иванова, Анна Евгеньевна Коррекционно-развивающая работа с детьми младшего школьного возраста / Иванова Анна Евгеньевна. - М.: Каро, 2017. - 859 с.
 19. Игры для интенсивного обучения/под ред. В.В. Петрусинского – М.: Издательство «Прометей», 2014. – 230с.
 20. Индивидуальные варианты развития младших школьников / Под ред. Л.В. Занкова, М.В. Зверевой. - М., 2018.
 21. Казаков, В.Г., Кондратьева, Л.Л. Психология /В.Г. Казаков, Л.Л. Кондратьев. – М.: Издательство «Высшая школа», 2017. – 480с.
 22. Казанская, К. О. ВПС: Возрастная психология. Конспект лекций. / К. О. Казанская. М.: А-Приор, 2017. 160 с.
 23. Как устроен наш мир. Географический атлас для детей младшего школьного возраста. - М.: Мой мир, 2013. - 544 с.
 24. Кащенко, В.П. Педагогическая коррекция/ В.П. Кащенко. – М.: Издательство «Просвещение», 2016. – 327с.
 25. Коломинский, Я.Л. Панько, Е.А. Учителю о психологии детей шестилетнего возраста: Книга для учителя/Я.Л. Коломинский, Е.А. Панько. – М.: Издательство «Просвещение», 2016. – 456с.

26. Коноваленко, В. В. Антонимы. Картинный дидактический материал для занятий с детьми старшего дошкольного и младшего школьного возраста / В.В. Коноваленко, С.В. Коноваленко. - М.: Гном, 2014. - 259 с.
27. Корсакова, Н.К., Микадзе, Ю.В., Балашова, Е.Ю. Неуспевающие дети: нейропсихологическая диагностика трудностей в обучении младших школьников/ Н.К. Корсаков, Ю.В. Микадзе, Е.Ю. Балашова. – М.: Издательство «РПА», 2017. – 487с.
28. Кулагина, И.Ю. О возможностях формирования учебной мотивации у детей/И.Ю. Кулагина. – М.: Издательство «Дефектология», 2018. – 480с.
29. Карпова, Г.А., Артемьева, Т.П. Педагогическая диагностика учащихся.А. Карпова, Т.П. Артемьева. – М.: Издательство «Просвещение», 2013. – 434с.
30. Коррекционная педагогика. / под ред. Б.П. Пузанова. – М.: Издательство «Просвещение», 2016. – 321с.
31. Кравцова Е. Е. Психологические проблемы готовности детей к обучению в школе. М., 1991.
32. Кулагина, И. Ю. Психология развития и возрастная психология. Полный жизненный цикл развития человека: Учебное пособи. / И. Ю. Кулагина, В. Н. Колюцкий. М.: Академический проект, 2015. - 420 с.
33. Лисина, М. И. Общение, личность и психика ребенка/М.И.Лисина. - М. ; Воронеж, 2017. – 503 с.
34. Лубовский, В.И., Кузнецова, Л.В. Психологические проблемы психического развития/В.И. Лубовский, Л.В. Кузнецова. – М.: Издательство «Коменс – центр», 2015. – 480с.
35. Мандель, Б. Р. Возрастная психология: Учебное пособие / Б. Р. Мандель. М.: Вузовский учебник, НИЦ ИНФРА-М, 2013. 352 с.
36. Минская, Е.М. От игр к знаниям/Е.М. Минская. – М.: Издательство «Просвещение», 2012. – 230с.

37. Марцинковская, Т.Д. Диагностика психического развития детей/ Т.Д. Марцинковская. – М.: Издательство «Просвещение», 2012. – 372с.
38. Матюхина, М.В. Мотивация учения младших школьников/ М.В. Матюхина. – М.: Издательство «Просвещение», 2016. – 260с.
39. Минияров, В.М. Психология семейного воспитания/ В.М. Минияров. – М.: Издательство «Миф», 2018. – 330с.
40. Немов, Р.С. Психология в 3-х т. Т.3./Р.С. Немов. – М.: Издательство «Просвещение», 2014. – 540с.
41. Обухова, Л. Ф. Возрастная психология / Л. Ф. Обухова. М.: ПО России, 2014. 442 с.
42. Обучение детей: Пособие для учителей/ под ред. В.И. Лубовского. – Смоленск: Издательство «Речь», 2009. – 213с.
43. Палагина, Н. Н. Психология развития и возрастная психология: Учеб. пособие / Н. Н. Палагина. — М.: МПСИ, 2005. — 285 с.
44. Педагогическая психология: к изучению дисциплины / сост.: В. Н. Карандашев, Н. В. Носова, О. Н. Щепелина. — СПб.: Питер, 2006. — 411 с.
45. Педагогическая психология / под ред. А.И. Раева. – СПб.: Издательство «Речь», 2016. – 324с.
46. Петерс, В. А. Педагогическая психология в вопросах и ответах: Учеб. пособие / В. А. Петерс. — М.: Лига, 2016. — 128 с.
47. Познавательные способности в обучении/под ред. В.Д. Шадрикова - М.: Издательство «Просвещение», 2011. – 272с.
48. Психическое развитие младших школьников / Под ред. В. В. Давыдова. М.: Лига, 2014. – 509 с.
49. Психологическая служба школы./Под ред. И.В. Дубровиной. - М., 2015.
50. Психология развития: Учеб. для студ. вузов / Под ред. Т. Д. Марцинковской . — 4-е изд., перераб. и доп. — М.: AcademiA, 2008. — 528 с.

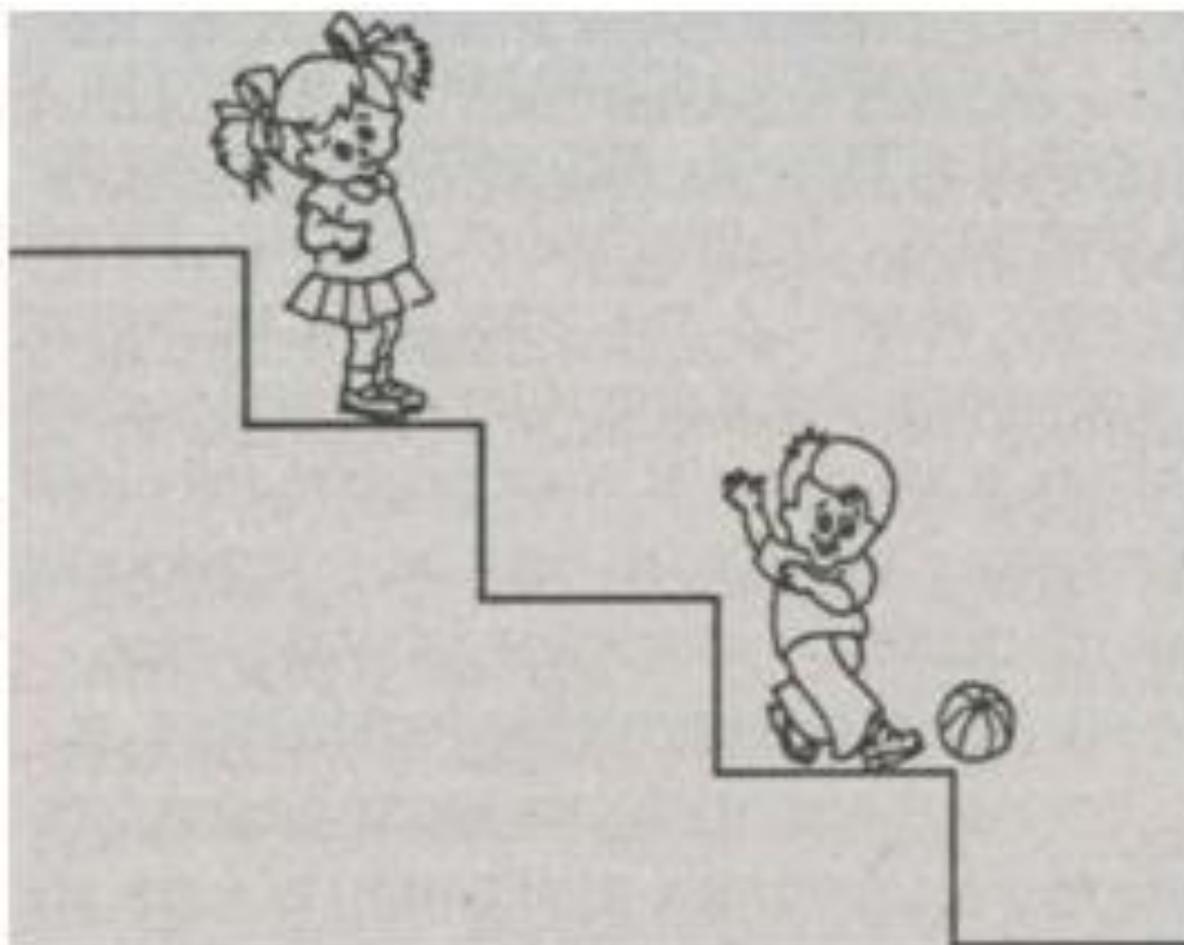
51. Психолого – педагогическая диагностика/ под ред. И.Ю. Левченко, С.Д. Забрамная. – М.: Издательский дом «Академия», 2015. – 320с.
52. Подласый, И.П. Курс лекций по коррекционной педагогике/ И.П. Подласый. – М.: Издательский дом «Академия», 2012. – 228с.
53. Рогов, Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании/Е.И. Рогов. – М.: Издательство «ВЛАДОС», 2016. – 519с.
54. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии: в 2-х т. / С.Л. Рубинштейн . – М.: Педагогика, 2011. – Т.1 – 488с.; Т.2 – 328с.
55. Самыгин, С. И. Психология развития, возрастная психология для студентов вузов / С. И. Самыгин; Под общ. ред. Л. И. Щербакова. Рн/Д: Феникс, 2013. 220 с.
56. Сорокоумова, Е. А. Возрастная психология: учебное пособие / Е. А. Сорокоумова. — СПб.: Питер, 2007. — 208 с.
57. Талызина, Н. Ф. Педагогическая психология: учеб. для студ. образовательных учрежд. ср. проф. образования / Н. Ф. Талызина. — 5-е изд., стер. — М.: AcademiA, 2016. — 288 с.
58. Тестируем детей / сост. Т. Г. Макеева. — 5-е изд., стер. — Ростов н/Д.: Феникс, 2011. — 349 с.
59. Успенский, В. В. Успенский. Елка живет во дворе. Песни для детей дошкольного и младшего школьного возраста / В. Успенский. - М.: Композитор - Санкт-Петербург, 2017. - 150 с.
60. Хилько, М. Е. Возрастная психология: Конспект лекций / М. Е. Хилько, М. С. Ткачева. М.: Юрайт, ИД Юрайт, 2010. 194 с.
61. Хрестоматия по общей психологии/под ред. Ю.Б. Гиппентрейтер, В.Я. Романова. – М.: Издательство Моск. Университета, 2016. – 272с.
62. Хрестоматия по возрастной психологии: Учебное пособие для студентов/Сост. Л. М. Семенюк; [Под ред. Д. И. Фельдштейна].-2-е изд., испр.-М.:МПСИ,2003.-398 с.

63. Хухлаева, О. В. Психология развития и возрастная психология:
Учебник для бакалавров / О. В. Хухлаева, Е. В. Зыков, Г. В. Бубнова.
М.: Юрайт, 2013. 367 с.
64. Шалагинова Ксения, Агрессия в младшем школьном возрасте / Ксения
Шалагинова. - М.: LAP Lambert Academic Publishing, 2014. - 124 с.
65. Шаповаленко, И. В. Возрастная психология (психология развития и
возрастная психология) / И. В. Шаповаленко. М.: Гардарики, 2009.
349 с.
66. Шаров, А. С. Психология образования и развития человека. – Омск,
2016. – 425с.
67. Шульц, Д.П. История современной психологии/пер. с англ./ Д.П.
Шульц. – СПб.: Издательство «Евразия», 2012. – 528с.

Приложение

Приложение №1

Методики диагностики самооценки младших школьников 9-10 лет
Стимульный материал к методике «Лесенка» Т.Д, Марцинковская



Стимульный материал к методике Дембо-Рубинштейн

						
здоровье	ум, способности	Характер	авторитет у сверстников	умение многое делать своими руками, умелые руки	внешность	уверенность в себе

Приложение №2

Результаты исследования самооценки младших школьников 9-10 лет

Таблица №1

Результаты исследования самооценки младших школьников по методике

Дембо-Рубинштейн.

№	Код	II	III	IV	V	VI	VII	Общ.показ	Кол.показ	самооценка
1	АЛ	70	72	99	100	100	100	541	90	Завышенная
2	АЕ	76	94	85	98	100	96	549	92	Завышенная
3	ЕЕ	70	71	82	63	77	77	440	73	Адекватная
4	БА	58	59	68	77	80	80	422	70	Адекватная
5	БЕ	95	75	99	98	87	99	553	92	Завышенная
6	ЖЕ	58	48	89	19	92	15	321	54	Адекватная
7	ЗВ	78	78	98	88	83	100	525	88	Завышенная
8	КО	76	66	79	80	72	79	452	75	Завышенная
9	КМ	75	83	78	98	96	82	512	85	Завышенная
10	КД	88	90	89	91	93	93	544	91	Завышенная
11	КЛ	97	98	96	93	100	96	580	97	Завышенная
12	ЛА	50	67	50	84	60	80	391	65	Завышенная
13	МР	48	44	39	57	69	70	327	55	Адекватная
14	НН	75	72	74	75	78	75	449	74	Адекватная
15	СК	72	50	92	72	50	92	428	72	Адекватная
16	СЕ	53	57	79	90	85	78	442	74	Адекватная
17	СА	92	44	100	59	40	92	427	71	Адекватная
18	СД	90	71	93	100	100	98	552	92	Завышенная
19	ССе	58	62	20	64	72	51	327	55	Адекватная
20	Сан	64	55	62	62	51	60	354	59	Адекватная
21	СС	38	52	20	61	48	50	269	45	Заниженная
22	ТА	66	51	75	63	71	70	396	66	Адекватная
23	ТЕ	68	65	63	74	75	78	423	70,5	Адекватная
24	ЧД	35	49	42	50	51	40	267	44	Заниженная
25	ЯД	78	62	61	75	63	65	404	67	Адекватная
26	ЯС	40	73	62	76	81	80	412	69	Адекватная

Результаты методики «Лесенка» Т.Д. Марцинковская

№	Код	Ученик	Мама	Учитель	Самооценка
1	АЛ	оч.хороший	оч.хороший	плохой	Завышенная
2	АЕ	оч.хороший	хороший	хороший	Завышенная
3	ЕЕ	оч.хороший	хороший	хороший	Адекватная
4	БА	оч.хороший	оч.хороший	хороший	Завышенная
5	БЕ	оч.хороший	оч.хороший	хороший	Завышенная
6	ЖЕ	хороший	хороший	хороший	Адекватная
7	ЗВ	оч.хороший	оч.хороший	оч.хороший	Адекватная
8	КО	оч.хороший	оч.хороший	оч.плохой	Завышенная
9	КМ	хороший	хороший	хороший	Адекватная
10	КД	оч.хороший	оч.хороший	хороший	Адекватная
11	КЛ	хороший	хороший	хороший	Адекватная
12	ЛА	оч.хороший	оч.хороший	хороший	Завышенная
13	МР	хороший	хороший	хороший	Адекватная
14	НН	хороший	хороший	хороший	Адекватная
15	СК	оч.хороший	оч.хороший	оч.хороший	Адекватная
16	СЕ	оч.хороший	оч.хороший	хороший	Завышенная
17	СА	хороший	хороший	хороший	Адекватная
18	СД	оч.хороший	хороший	оч.плохой	Завышенная
19	Ссе	хороший	хороший	хороший	Адекватная
20	Сан	хороший	оч.хороший	хороший	Адекватная
21	СС	плохой	хороший	хороший	Заниженная
22	ТА	хороший	оч.хороший	хороший	Адекватная
23	ТЕ	хороший	хороший	хороший	Адекватная
24	ЧД	оч.плохой	оч.плохой	хороший	Заниженная
25	ЯД	хороший	оч.хороший	хороший	Адекватная
26	ЯС	хороший	хороший	хороший	Адекватная

Результаты повторного исследования самооценки младших школьников по методике Дембо-Рубинштейн.

№	Код	II	III	IV	V	VI	VII	Общ.показ	Кол.показ	самооценка
1	АЛ	72	72	99	100	100	100	543	90	Завышенная
2	АЕ	76	94	85	98	100	96	549	92	Завышенная
3	ЕЕ	74	71	82	66	77	77	447	75	Завышенная
4	БА	58	59	68	77	80	80	422	70	Адекватная
5	БЕ	95	75	99	98	87	99	553	92	Завышенная
6	ЖЕ	58	48	89	24	92	15	326	57	Адекватная
7	ЗВ	78	78	98	88	83	100	525	88	Завышенная
8	КО	76	66	79	80	72	79	452	75	Завышенная
9	КМ	75	83	78	98	96	82	512	85	Завышенная
10	КД	88	90	89	91	93	93	544	91	Завышенная
11	КЛ	97	98	96	96	100	96	583	97	Завышенная
12	ЛА	55	67	50	84	60	80	396	66	Завышенная
13	МР	48	44	39	57	69	70	327	55	Адекватная
14	НН	75	72	74	75	78	75	449	74	Адекватная
15	СК	72	50	92	72	50	92	428	72	Адекватная
16	СЕ	57	57	79	90	85	78	448	76	Адекватная
17	СА	92	44	100	59	40	92	427	71	Адекватная
18	СД	90	71	93	100	100	98	552	92	Завышенная
19	ССе	58	62	20	64	72	51	327	55	Адекватная
20	Сан	64	55	62	62	51	60	354	59	Адекватная
21	СС	45	52	20	61	48	50	276	47	Заниженная
22	ТА	66	51	75	63	71	70	396	66	Адекватная
23	ТЕ	68	65	63	74	75	78	423	70,5	Адекватная
24	ЧД	46	49	47	50	55	40	287	46	Адекватная
25	ЯД	78	62	61	75	63	65	404	67	Адекватная
26	ЯС	46	73	67	76	81	80	423	75	Завышенная

Программа формирования адекватной самооценки младших
школьников 9-10 лет

Содержание игр и упражнений, включенных в программу по развитию адекватной самооценки.

«Доброе животное»

Возьмемся за руки и представим, что мы одно животное. Давайте прислушаемся к его дыханию. Все вместе сделаем вдох-выдох, вдох-выдох и еще раз вдох-выдох. Очень хорошо. Послушаем, как бьется его сердце. Тук - делаем шаг вперед, тук - шаг назад. И еще раз тук - шаг вперед, тук - шаг назад.

«Волшебный стул»

В эту игру можно играть с группой детей на протяжении длительного времени. Предварительно взрослый должен узнать «историю» имени каждого ребенка - его происхождение, что оно означает. Кроме этого надо изготовить корону и «Волшебный стул» - он должен быть обязательно высоким.

«Жужа»

Цель: научить агрессивных детей быть менее обидчивыми, дать им уникальную возможность посмотреть на себя глазами окружающих, побыть на месте того, кого они сами обижают, не задумываясь об этом.

«Жужа» сидит на стуле с полотенцем в руках. Все остальные бегают вокруг нее, строят рожицы, дразнят, дотрагиваются до нее. «Жужа» терпит, но когда ей все это надоедает, она вскакивает и начинает гоняться за обидчиками, стараясь поймать того, кто обидел ее больше всех, он и будет «Жужей». Взрослый должен следить, чтобы «дразнилки» не были слишком обидными.

«Зайки и слоники»

«Ребята, я хочу вам предложить игру, которая называется «Зайки и слоники». Сначала мы с вами будем зайками-трусишками. Скажите, когда заяц чувствует опасность, что он делает? Правильно, дрожит. Покажите, как он дрожит. Поджимает уши, весь сжимается, старается стать маленьким и незаметным, хвостик и лапки его трясутся» и т.д. Дети показывают. «Покажите, что делают зайки, если слышат шаги человека?» Дети разбегаются по группе, классу, прячутся и т.д. «А что делают зайки, если видят волка?..» Педагог играет с детьми в течение нескольких минут. «А теперь мы с вами будем слонами, большими, сильными, смелыми. Покажите, как спокойно, размеренно, величаво и бесстрашно ходят слоны. А что делают слоны, когда видят человека? Они боятся его? Нет. Они дружат с ним и, когда его видят, спокойно продолжают свой путь. Покажите, как. Покажите, что делают слоны, когда видят тигра...» Дети в течение нескольких минут изображают бесстрашного слона. После проведения упражнения ребята садятся в круг и обсуждают, кем им больше понравилось быть и почему.

«Назови свои сильные стороны»

Каждый участник игры в течение нескольких минут рассказывает о своих сильных качествах, о том, что он любит, ценит и принимает о том, что дает ему чувство уверенности! Не обязательно говорить только о положительных качествах, важно, чтобы малыш говорил прямо, не умаляя своих достоинств. Старайтесь, чтобы он как можно меньше использовал в своем рассказе засоряющие язык слова, например: «ну», «ВОТ».

«Поймай мяч»

Участники сидят в кругу и по очереди бросают друг другу небольшой мячик, называя при этом какое-либо достоинство того человека, кому этот мяч бросается. Важно чтобы в процессе игры каждому участнику удалось услышать о себе что-то хорошее и поймать мяч.

«Закончи предложение»

Участники игры по очереди заканчивают каждое из предложений.

Я хочу...

Я умею...

Я смогу...

Я добьюсь...

Можно попросить ребенка, объяснить тот или иной ответ.

«Рисунок «Я в будущем»

Ребенок должен нарисовать себя таким, каким он хочет быть в будущем. Обсуждая с ребенком рисунок, спросите, как он будет выглядеть, что будет чувствовать, какими будут его отношения с родителями, другими взрослыми, сверстниками, братом или сестрой.

Расчет T – критерия Вилкоксона

N	"До"	"После"	Сдвиг ($t_{\text{после}} - t_{\text{до}}$)	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер сдвига
1	90	93	3	3	15.5
2	92	90	-2	2	6.5
3	73	75	2	2	6.5
4	70	74	4	4	23
5	92	89	-3	3	15.5
6	54	57	3	3	15.5
7	88	91	3	3	15.5
8	75	72	-3	3	15.5
9	85	90	5	5	25
10	91	88	-3	3	15.5
11	97	98	1	1	1.5
12	65	68	3	3	15.5
13	55	58	3	3	15.5
14	74	73	-1	1	1.5
15	72	76	4	4	23
16	74	76	2	2	6.5
17	71	74	3	3	15.5
18	92	90	-2	2	6.5
19	55	59	4	4	23
20	59	62	3	3	15.5
21	45	47	2	2	6.5
22	66	69	3	3	15.5
23	70.5	72	1.5	1.5	3
24	44	46	2	2	6.5
25	67	70	3	3	15.5
26	69	75	6	6	26
Сумма рангов нетипичных сдвигов:					61

