



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

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ  
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Психолого-педагогическая коррекция самооценки младших подростков с задержкой  
психического развития

Выпускная квалификационная работа  
по направлению 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность программы бакалавриата  
«Психология и педагогика инклюзивного образования»

Проверка на объем заимствований:  
65,46 % авторского текста

Работа Кандрашова к защите  
рекомендована/не рекомендована  
«25» 06 2018 г.  
зав. кафедрой ТиПП  
О.А. Кондратьева  
Кондратьева О.А.

Выполнила:  
студентка группы ОФ-410/098-4-1  
Васильченко Анастасия Юрьевна

Научный руководитель:  
к.п.н., доцент  
Капитанец Елена Германовна

Челябинск  
2018

## Оглавление

Введение .....	3
Глава 1. Коррекция самооценки младших подростков с задержкой психического развития как психологическая проблема	
1.1. Феномен самооценки в психолого-педагогической литературе.....	5
1.2. Особенности самооценки младших подростков с задержкой психического развития.....	13
1.3. Модель формирования самооценки младших подростков с задержкой психического развития.....	21
Глава 2. Эмпирическое исследование особенностей самооценки младших подростков с задержкой психического развития	
2.1. Этапы, методы и методики исследования .....	33
2.2. Характеристика выборки и результаты констатирующего эксперимента .....	42
Глава 3. Экспериментальная работа по психолого-педагогической коррекции самооценки младших подростков с задержкой психического развития	
3.1. Психолого-педагогическая программа коррекции самооценки младших подростков с задержкой психического развития .....	50
3.2. Анализ результатов формирующего эксперимента .....	63
3.3. Рекомендации педагогам, родителям и подросткам с задержкой психического развития по коррекции самооценки.....	69
Заключение .....	77
Список литературы .....	80
Приложения .....	87

## Введение

Являясь главным компонентом в развитии личности, самооценка занимает центральное место в психолого-педагогических исследованиях. Ее изучением занимались такие отечественные ученые как Б.Г. Ананьев, Л.И. Божович, С.Л. Рубинштейн, Е.А. Серебрякова, Л.С. Славина и др., а так же зарубежные – К. Роджерс, К. Хорни, З. Фрейд, Э. Фромм и др. Однако, в работах всех выше перечисленных исследователей феномен самооценки рассматривается с точки зрения нормального развития, но в современном мире мы сталкиваемся с тем, что возрастает количество детей с отклонениями в развитии, в частности, все чаще ставится диагноз задержка психического развития (ЗПР). Поэтому на приоритетный уровень выходит изучение проявлений самооценки именно таких детей.

Особенность изучения самооценки у младших подростков с ЗПР заключается в том, что ее развитие качественным образом отстает от нормы. Например, часто самооценка таких детей является неустойчивой, противоречивой, а также зависит от мнения взрослых.

Актуальность нашей работы заключается в том, что мы занимаемся изучением самооценки младших подростков с ЗПР, а также предлагаем программу психолого-педагогической коррекции данной характеристики личности. Стоит отметить, что, не смотря на востребованность темы, исследований направленных на изучение данного феномена, практически нет, в основном научные работы представлены изучением самооценки младших школьников (7-10 лет).

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить психолого-педагогическую коррекцию самооценки младших подростков с задержкой психического развития.

Объект исследования: самооценка младших подростков с задержкой психического развития.

Предмет исследования: психолого-педагогическая коррекция самооценки младших подростков с задержкой психического развития.

Гипотеза исследования: уровень самооценки у младших подростков с задержкой психического развития, возможно, улучшится при внедрении программы психолого-педагогической коррекции.

Задачи исследования:

1. Изучить феномен самооценки в психолого-педагогической литературе.
2. Выявить особенности проявления самооценки младших подростков с задержкой психического развития.
3. Разработать модель коррекции самооценки младших подростков с задержкой психического развития.
4. Охарактеризовать этапы, методы и методики исследования.
5. Дать характеристику выборки и провести анализ результатов констатирующего этапа исследования.
6. Разработать и апробировать программу коррекции самооценки младших подростков с задержкой психического развития.
7. Провести анализ результатов исследования.
8. Составить психолого-педагогические рекомендации для педагогов и родителей для повышения самооценки младших подростков с задержкой психического развития.

Методы и методики исследования:

1. Теоретические: анализ литературы, моделирование, целеполагание;
2. Эмпирические: наблюдение, тестирование, эксперимент - методика «Лесенка» В.Г. Щур, методика Г.В. Дембо – С.Н. Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан, тест уровня сформированности самооценки;
3. Математико-статистические: Критерий Т – Вилкоксона.

База исследования: МБОУ «СОШ №115 г. Челябинска», 6Б класс (коррекционный), 13 человек.

## **Глава 1. Коррекция самооценки младших подростков с задержкой психического развития как психологическая проблема**

### **1.1. Феномен самооценки в психолого-педагогической литературе**

Ограниченные возможности здоровья у детей сейчас встречаются очень часто. И самым распространенным их видом является задержка психического развития (ЗПР). В психолого-педагогической литературе встречается несколько подходов к пониманию данного термина, одна самый распространенный из них рассматривает ЗПР как временное отклонение в психическом развитии, выражающееся в его замедлении, сопровождающееся незрелостью когнитивных функций и мышления в общем [9, с.98].

Самооценка ребенка с заторможенным психическим развитием является основой его социальной адаптации, а именно влияет на развитие его социальной деятельности и поведения. Именно это послужило стимулом к изучению особенностей самооценки детей с ЗПР многим научным деятелем в области педагогики и психологии.

В работах Л.И. Божович, И.С. Кона, М.И.Лисиной, А.И.Липкиной, Р. Бернса, Э. Эриксона и других психологов встречаются рассуждения о понятии «самооценка» и ее функциях, как психологической проблеме. Каждый из этих авторов по своему подходят к понятию самооценки. Можно выделить два основных подхода к понятию «самооценка»: самооценка как личностное образование, играющее определяющую роль в регуляции поведения человека и его деятельности; самооценка как автономная характеристика личности, центральный компонент, отражающий своеобразие внутреннего мира личности и формирующийся при ее активном участии [32, с. 17].

Самооценка в широком смысле чаще всего интересовала различных психологов, одним из таких стал У. Джеймс. Он рассматривал самооценку, как эмоцию, зарождающуюся в раннем возрасте вместе с болью и гневом. У.

Джеймс считал, что самооценка является недовольством или наоборот удовлетворенностью собой. Т.е. самооценка выражается в отношении к своему «Я» [16, с. 8].

Подобный подход к определению самооценки можно увидеть у Р. Бернса. Он изучал самооценку в структуре «Я-концепции». Таким образом, по его мнению, самооценка – это совокупность всех представлений индивида о себе, сопряженных с их оценкой [6, с. 51].

Основатель психоаналитического направления психологии – З. Фрейд рассматривал самооценку как одну из функций «Супер-Эго». «Супер-Эго» в его понимании это некий совершенный образ, построенный на высокоморальных установках человека, к которому стремится индивид. По мнению З. Фрейда самооценка выражается в способности человека собственные стремления и их поведенческое проявление соотнести с установленными родителями ценностями и нормами поведения. Таким образом, он выделил особый семейный фактор, влияющий на формирование самооценки [49, с. 21]

В отечественной психологии под самооценкой преимущественно понимается особое аффективное образование личности, которое является результатом интеграции самопознания и самоотношения на основе эмоционально-ценностного компонента [50, с. 34]. Также самооценка рассматривается многими авторами как позитивное или одобряющее отношение к себе или как негативное, отрицающее и обесценивающее чувство по отношению к собственной личности. Следует отметить, что в отечественной психологии большее число исследований посвящено частным самооценкам, которые являются факторами саморегуляции личности, и не позволяют судить о самой сути отношения человека к себе.

В трудах отечественных психологов, таких, как Б.Г. Ананьев, А.Н.Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, В.С. Мухина самооценка трактуется как показатель индивидуального уровня развития самосознания, как его интегрирующее начало [61, с. 12].

А.Г. Спиркин отмечает, что личность является самооценивающимся существом. По утверждению И.С. Кона самооценки человека – это своеобразные когнитивные схемы, которые обобщают прошлый опыт личности и организуют, структурируют новую информацию относительно оцениваемого аспекта «Я» [цит. по 26, с.31].

Л.В. Бороздина считает, что самооценка – это наличие критической позиции индивида по отношению к тому, чем он обладает, это оценка с точки зрения определенной системы ценностей [8, с. 42].

Особенное место в подходах к понятию самооценки отечественных психологов занимает деятельность человека. Например, А.Н. Леонтьев рассматривал самооценку как мотивацию к саморазвитию, с целью соответствовать собственным установкам и требованиям социума. Он настаивал на том, что индивид становится личностью посредством адекватной самооценки [30, с. 7].

А.И.Липкина в своих работах изучала зависимость развития индивидуума, как ячейки общества от его самооценки. Она сформулировала самое простое и понятное определение самооценки, самооценка – это оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. Кроме того она выделяла, что самооценка на прямую влияет на требовательность, критичность к самому себе, к своим неудачам и успехам и как следствие влияет на отношения человека с социумом [31, с. 15].

Тем самым самооценка влияет на эффективность деятельности человека и дальнейшее развитие его личности, социализацию и коммуникацию с окружающими людьми.

По нашему мнению В.С. Агапов дал наиболее точное определение понятия «самооценка». Он считает, что самооценкой является наличие у человека критической позиции в отношении имеющихся у него данных. Автор основывает свое мнение на точке зрения Л.В. Бороздиной, которая в свою очередь рассматривает самооценку как фактор формирования у человека положительного или отрицательного отношения к себе. Она

утверждает, что самооценка выступает как специальная функция самосознания, которую нельзя отнести к самоотношению или «Я-концепции». Данная функция необходима для изучения самого себя [1, с.107].

Таким образом, в процессе аналитического обзора психолого-педагогической литературы было выявлено, что существует не малое количество разносторонних понятий самооценки. Исходя из этого разнообразия понятий, формируются классификации самооценки. Так, под общей самооценкой принято понимать ранжирование себя по двум критическим оценкам. А частная самооценка предполагает оценивание себя в более узком смысле, например, в конкретной деятельности [78, с.287].

Помимо этого, ученые выделяют актуальную и потенциальную самооценку. Актуальная самооценка подразумевает оценку самого себя по уже случившимся ситуациям успеха и неудачи, а потенциальная – потенциально возможных для достижения результатов. Многие авторы приравнивают потенциальную самооценку с уровнем притязаний личности [28, с. 32].

Существует и другая классификация, согласно которой самооценка может быть адекватной и неадекватной. Адекватной считается самооценка, когда представления человека о самом себе совпадают с действительностью [37, с. 81]. К характеристикам адекватной самооценки можно отнести следующие [12, с.653]:

- 1) правильное соотнесение возможностей и способностей личности;
- 2) стремление объективно оценить свои успехи и неудачи;
- 3) способность ставить перед собой достижимые цели, которые можно осуществить в определенной деятельности;
- 4) оценка достигнутых результатов предполагает не только собственное эмоционально-ценностное отношение, но и способность предвидеть возможные оценки других.

Неадекватной самооценкой считается, когда мнение человека о самом себе резко противоречит общественному мнению. Неадекватная самооценка



в свою очередь делится на завышенную и заниженную самооценку. При неадекватно заниженной самооценке индивид оценивает себя ниже реальных возможностей. А это приводит к трудно обратимым последствиям, таким как, неуверенность в себе, робость, отсутствие притязаний и трудности в реализации своих способностей [31, с. 11].

При неадекватно завышенной самооценке, существует риск неправильного восприятия окружающей обстановки. Так как индивид оценивает себя намного выше, чем общество, он считает, что окружающие люди относятся к нему недостаточно хорошо, а это может привести к депрессии. Кроме того такие люди имеют заниженные требования по отношению к себе, а значит позволяют себе асоциальное поведение.

Самооценки имеет динамичное развитие, под влиянием различных факторов она постоянно изменяется. Ее особенность заключается в том, что в ней сочетаются мировоззрение, система ценностей, нормы поведения, знания о себе и своих возможностях. Самооценка регулирует поведение человека в обществе, его деятельность и становление личности [53, с. 41].

Таким образом, при всем многообразии определений и характеристик, самооценку можно определить как оценку личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей, наличие критической позиции индивида по отношению к тому, чем он обладает.

На формирование самооценки влияет три основных фактора:

1. Семейные факторы.

Самой важной единицей общества на протяжении многих лет остается семья. Большая часть психологов утверждают, что структура личности и основы самооценки закладываются в первые 5 лет жизни ребенка. Формирование самооценки зависит от количества членов семьи и положении индивидуума по старшинству. С. Куперсмит проводил исследование, по результатам которого оказалось что большинство детей с завышенной самооценкой (60%) воспитывались в семье единственными или были самыми старшими из всех детей в семье. Дети с заниженной или адекватной

самооценкой воспитывались в семье с количеством детей более двух, кроме того у большей части из них были старшие братья и сестры.

Сформированная под влиянием семейного фактора адекватная самооценка обеспечивает ребенка опытом общения с окружающими, в ходе которого закрепляется уверенность в себе, развивается способность к налаживанию контакта и умение сотрудничества. Все перечисленные аспекты позволяют ребенку быстро адаптироваться в социуме и направляют на дальнейшее социальное развитие.

Чрезмерная требовательность родителей может привести к формированию заниженной самооценки у ребенка. Родители могут требовать послушания, опрятности, прилежного поведения, которое не предполагает конфликтные ситуации со сверстниками. Дети таких родителей не умеют выходить из конфликтов со сверстниками, а просто в случае их возникновения замыкаются в себе. Кроме того безоговорочное послушание ребенка приводит к зависимости от взрослых, к робости и к слабой самостоятельности. Успех общения со сверстниками достигается только умением подстраиваться под интересы и требования других [63, с.241]. Рассмотрим основные типы поведения людей с заниженной самооценкой [2, с.15]:

- 1) уклонение – избегание угроз путем рассчитанной заранее деятельности;
- 2) заискивание – угождение другому человеку или подстройка под него, с целью добиться его расположения;
- 3) обвинение – поднятие своей самооценки и репутации за счет унижения других;
- 4) отстранение – отчуждение от окружающей действительности.

Рассматривая особенности семейного влияния на психологию ребенка, В. Сатир выявил закрытую и открытую семейную систему. Они дифференцируются по характеру ответных действий на различные изменения. Закрытая семейная система не имеет динамичности, она статична.

Члены семьи чаще всего необщительны даже между собой, у них минимальное количество знакомых и друзей, их позитивное развитие приостановлено. Закрытая семейная система встречается крайне редко, так как семьи с такой системой быстро распадаются.

Открытая система является абсолютной противоположностью закрытой системы. Члены семьи при такой системе находятся в постоянной динамике, у них много друзей и знакомых, они тесно связаны друг с другом. Открытая семейная система предполагает свободный обмен информацией как внутри семьи, так и за ее пределами.

От семейной системы зависит формирование самооценки у каждого члена семьи. Воспитание в закрытой семейной системе приводит к заниженной самооценке у ребенка. Члены семьи этой системы склонны к типичному поведению человека с заниженной самооценкой. При таких условиях самооценка ребенка очень неустойчива, склонна легко меняться под воздействием внешних факторов, особенно под влиянием других людей [47, с.69].

Члены семьи с открытой системой имеют устойчивую адекватную самооценку. Развитие самооценки у детей, воспитывающихся в такой семье, проходит стремительно. Широкий круг общения семьи позволяет ребенку обрести опыт в общении, научиться решать конфликтные ситуации, научиться организации совместной деятельности. Семья с открытой системой отличается добротой, общительностью, сплоченностью, взаимопомощью и солидарностью. Ребенок из такой семьи легко и быстро адаптируется в обществе и имеет позитивное развитие личности [23, с. 22].

## 2. Социальные факторы.

Процесс развития человеческой личности не прекращается в течение всей жизни. Самооценка так же формируется в течение всей жизни человека, обогащаясь приобретенным опытом человека как в общении с другими людьми, так по отношению к себе. Межличностное общение имеет в этой связи колоссальное значение. Дефицит общения порождает недоразвитие

оценочных способностей, далее по цепочке – отклонения в характере самооценке. Здесь кроется опасная причина неадекватной самооценки – человек не то, что не хочет видеть свои недостатки, он просто не умеет их видеть. Общение помогает человеку увидеть свои плюсы и минусы, формирует и корректирует самооценку [34, с.253].

Повышение общего самоуважения под влиянием частного успеха встречается чаще, чем понижение его в случае неудачи. Но наличие сдвигов в самооценке может зависеть от целого ряда моментов: личностных особенностей, специфических качеств, уровня уважения источника информации, сообщаемом об успехе или неуспехе дела и насколько он доверяет этому источнику. Любая ситуация переживается и оценивается субъектом в свете его долгосрочного опыта и уровня прошлой самооценки. Человек с пониженной самооценкой будет переживать неудачу гораздо глубже и болезненнее, чем человек спокойный и уверенный в себе [35, с 72].

### 3. Принципы «самости»

Представление человека о самом себе во многом зависит от того, как его оценивают окружающие, в особенности, если это коллективная оценка. Под влиянием благоприятных мнений самооценка повышается, неблагоприятных, соответственно, понижается. Нередко такой сдвиг бывает устойчивым, причем, заодно с главной самооценкой изменяется и те, которые напрямую не были затронуты оценкой окружающих. То есть, например, при постоянной завышенной оценке со стороны группы у человека поднимается общий уровень притязаний, выходящий за пределы оцениваемых группой качеств, отмеченных, как положительные [76, с. 17].

1) принцип интериоризации чужих оценок – изменения, под влиянием внешних оценок, образа Я и социально-нравственных установок, более значительны, если испытуемый уверен в единодушии мнений значимых ему людей по отношению к оценке его поведения и качеств, чем в тех случаях, когда мнения расходятся. Но каждый индивид по-разному относится к чужому мнению, в силу разной чувствительности и

восприимчивости, от полного безразличия, до полной перестройки собственной «самости». Интериоризация чужих мнений предполагает и социальное сравнение, и атрибутивные процессы, когда люди сначала приписывают другим то или иное отношение к себе, а затем уже принимают или отвергают его в качестве оценки, и отбор информации в соответствии с уже существующим образом Я и ценностными критериями [46, с. 697].

2) принцип социального сравнения – индивид сравнивает себя не только со своим прошлым или будущим Я, а свои притязания с достижениями, но и сравнивает себя с другими членами социума. И процесс социального сравнения является двусторонним, человек воспринимает и оценивает себя в сравнении с другими, а других меряет по себе. При этом считается, что проанализировать таким образом себя гораздо проще, чем других членов социума, поэтому то, что мы называем непосредственным знанием себя можно с уверенностью назвать итогом сложного процесса атрибуции – приписывания себе определенных свойств [21, с.113].

Ещё одним фактором влияющим, на развитие самооценки является возраст. Есть предположение, что с возрастом адекватность самооценки повышается. Самооценка взрослого человека по большинству показателей более реалистична и объективна, нежели юношеская. Дети старшего дошкольного возраста чаще оценивают себя положительно, а неудачи связывают с определенными обстоятельствами [52, с.68].

## **1.2. Особенности самооценки младших подростков с задержкой психологического развития**

Самым трудным и сложным из всех детских возрастов, представляющим собой период становления личности является подростковый возраст. Данный период жизни человека является важным с точки зрения формирования установок социального характера, таких как

отношение к себе, к людям, к обществу, а так же формирования основ нравственности [38, с.26].

Границы подросткового возраста в психолого-педагогической литературе принято обозначать с 10-11 лет до 15-16 лет. В этом периоде организм подростка претерпевает значительные изменения. Он интенсивно растет, увеличивается масса тела, увеличивается скелет, опережая мышцы, развивается сердечнососудистая система. Все эти изменения называют половым созреванием организма. Выраженная неравномерность созревания различных органических систем в этот период приводит к повышенной утомляемости, возбудимости, раздражительности и негативизму[15, с. 63].

Поведение на данном этапе жизни также колоссально изменяется, а именно в подростковом возрасте изменяются содержание и роль подражания в развитии личности. На ранних этапах онтогенеза подражание происходило произвольно, стихийно, а в подростковом периоде подражание становится управляемым и произвольным [67, с. 208].

В начале данного возрастного периода подросток стремится подражать взрослым, являющимся авторитетными для него, постепенно приобретая тенденцию к подражанию старшим сверстникам. Зачастую возможности организма подростков не соответствуют выбранным для подражания различным атрибутам взрослости [43, с. 18].

Психофизиологические особенности младших подростков с задержкой психического развития требуют отдельного внимания. При работе с такими подростками следует учитывать, что возрастные границы сенситивных периодов при задержке психического развития смещаются на 1,5-2 года назад. Так нормально развивающийся ребенок того же возраста будет опережать ребенка с ЗПР по развитию на 1,5-2 года[59, с 431].

Власова Т.А. и Певзнер М.С. отмечали, что незрелость эмоционально-волевой сферы является одной из основных характеристик задержки психического развития. Данные авторы утверждали, что поведение детей с ЗПР отличается инфантильностью. Это означает, что подростки с ЗПР

обладают особенностями поведения, характерными для более младшего возраста [11, с. 30]. Снижение критичности, стихийные неадекватные реакции, вспышки гнева и агрессии – все это может быть следствием такого отстающего развития [39, с. 4].

Дети с задержкой психического развития отличаются частой сменой настроения, это происходит из-за диссонанса между неустойчивой эмоциональной сферой и достаточно развитой познавательной активностью. Из-за данного диссонанса дети ощущают быстрое психическое истощение. Некоторые аспекты личности младшего подростка с ЗПР так же выявляют незрелость эмоционально-волевой сферы, например, повышенная внушаемость, низкая критичность, сентиментальность, сменяющаяся аффективной взрывчатостью, готовность к проявлению агрессивных форм поведения [27, с. 73].

Не менее значительно незрелая эмоционально-волевая сфера влияет на самооценку младших подростков с задержкой психического развития. Самооценка таких детей регулирует их поведение и влияет на успешную интеграцию в общество. Построение взаимоотношений ребенка в коллективе, его внутреннее состояние, поведенческие реакции на прямую зависят от самооценки [55, с. 32].

Своеобразное выражение самооценки подростков с ЗПР выстраивается на нарушениях в познавательном и личностном развитии, а так же на негативном влиянии социальных факторов. В отличие от детей с нормальным развитием, их самооценка сильно зависит от мнения окружающих. В различных исследованиях отмечается, что у детей с задержкой психического развития самооценка формируется значительно медленнее, поэтому их самооценка часто бывает упрощенной, противоречивой, нерасчлененной и неустойчивой [29, с. 51].

Аналитический обзор психолого-педагогической литературы показал, что самооценкой является сложное личностное образование, фундаментальное свойство личности. А так же мы выяснили, что на

формирование самооценки младших подростков с ЗПР влияет множество положительных и негативных факторов.

Самооценка младших подростков с ЗПР отличается особенным восприятием самого себя. Такой подросток оценивает себя со стороны, словно кто-то из окружения дает ему оценку, а не он сам. На начальном этапе формирования самооценки у детей с ЗПР авторитетным является мнение взрослых, а в младшем подростковом возрасте происходит переориентация на мнение сверстников и свое личное представление об идеале. Кроме того в младшем подростковом возрасте у детей с ЗПР начинает формироваться оценка собственной личности, они начинают все чаще анализировать свое поведение и расположение в обществе [18, с. 89].

Нестабильность самооценки младших подростков с ЗПР наблюдается в 98%. В разном возрасте дети с нормальным развитием способны оценивать себя по-разному, но в совокупности их самооценка имеет целостность. Самооценка детей с ЗПР отличается противоречивостью, ее целостность нарушена. Это является следствием неправильно выбранных ориентиров для подражания. Чаще всего их ориентиры не согласованы и противоречат друг другу, кроме того они не соответствуют способностям и возможностям самого подростка [65, с. 13].

Своеобразие самооценки у подростков с ЗПР обусловлено спецификой психического дефекта и микросоциальными факторами. Подростки с ЗПР не могут критично оценивать себя и осознавать свое «Я» на необходимом уровне. Незрелость и слабая устойчивость их самооценки приводит к высокой внушаемости, несамостоятельности, неустойчивому поведению и зависимости от чужого мнения [23, с. 6].

Анализ существующих исследований так же показал, что дети с ЗПР, обучающиеся до поступления в специальные коррекционные школы в общеобразовательных учреждениях, имеют заниженную самооценку и намного менее уверены в себе, чем те, кто начинал обучение в специальной коррекционной школе. Это объясняется длительными учебными неудачами,



ситуацией неуспеха, в которой подросток с ЗПР, в силу психофизических особенностей дефекта, попадает с заметной регулярностью, в сравнении с нормально развивающимися учениками [74, с. 297].

Проявления завышенной самооценки у подростков с задержкой психического развития зачастую спровоцированы получением «положительных оценок» в свой адрес. Данное явление можно рассматривать, как неосознанную попытку такого ребенка скомпенсировать собственную малоценность посредством переоценки личности [14, с. 29].

Факторы, влияющие на формирование самооценки, оказывают более сильное воздействие на младших подростков с ЗПР, чем на детей с нормальным психическим развитием. Таким образом, подросток находящийся в благоприятных условиях семейного воспитания будет обладать завышенной самооценкой, а при воспитании в неблагоприятных условиях младший подросток с ЗПР будет обладать заниженной самооценкой [19, с. 42].

Ребенок младшего подросткового возраста большую часть времени проводит в школе, т.е. основная его деятельность – учебная. Следовательно особое воздействие на самооценку младшего подростка с ЗПР оказывает оценка учителя. Подростки с задержкой психического развития считают, что оценивая знания, учитель одновременно оценивает личность подростка, его возможности и определяет его место среди других [18, с. 5].

Ориентируясь на оценки учителя, дети сами ранжируют себя и своих товарищей как отличников, средних, слабых, старательных или нестарательных, ответственных или безответственных, дисциплинированных или недисциплинированных. Так как дети с ЗПР более эмоциональны они критически ранжируют себя по отношению к сверстникам [57, с. 321].

Учитель осуществляет свою оценочную деятельность в двух основных формах: в вербальной форме и в форме оценок в журнал по шкале от 2 до 5. Отметка в журнале является обязательным официальным видом документации, данная оценочная деятельность осуществляется на основании

специально разработанных требований и критериев. Вербальная оценка не ограничена строгими показателями, однако она должна соответствовать гуманистическим основам образования и направлять учащихся на дальнейшее развитие. Таким образом, к вербальному оцениванию учитель должен подходить не менее ответственно, чем к официальному оцениванию. Вербальное оценивание позволяет оценить не только знания учащегося, но и его поведение, стремление к развитию или наоборот халатное отношение к учебе [58, с. 132].

Оценочная деятельность учителя в отношении детей с ЗПР очень часто подвергается критике. Родители считают, что оценки учителя не соответствуют действительному уровню знаний ребенка. Одни родители считают, что учитель занижает оценки, другие – что завышает, и некоторые из них оказываются правы. Ребенок с ЗПР в составе обычного общеобразовательного класса становится неуравновешенным, его эмоциональные всплески могут повлиять на оценку учителя, не опытного в обучении детей с ЗПР. Учитель в специальном коррекционном классе имеет достаточно опыта, чтобы оценивать детей в соответствии с индивидуальными особенностями каждого, не взирая на эмоциональное давление со стороны учащихся [69, с. 501].

При формировании самооценки младших подростков с ЗПР следует учитывать их основную деятельность, а именно учебную. Формирование самостоятельности в ходе учебной деятельности лучше всего происходит через развитие оценочной самостоятельности. Т.е. учащиеся учатся сами оценивать свои умения, знания и навыки и тем самым разносторонне изучают возможности самого себя. Оценочная самостоятельность способствует развитию учебной самостоятельности и самоопределению учащегося как субъекта учебной деятельности.

Младшему подростку с ЗПР очень важно уметь адекватно оценивать свои возможности, поэтому учителю необходимо на протяжении всего процесса формирования оценочной самостоятельности направлять,

контролировать и оценивать его деятельность. Если формирование оценочной самостоятельности будет происходить без должного внимания учителя, оно не будет иметь правильную мотивацию, следовательно, самооценка подростка может сформироваться в критических пределах.

Учебная самостоятельность младших подростков начинается с понимания, какие умения, знания и навыки есть у подростка, а каких нужно достигнуть. Кроме того очень важно понимание какие умения, навыки и знания получены не в полном объеме и их необходимо пополнять. Только после того, как эти понимания пришли к подростку он становится не просто хорошим учеником, а учеником, стремящимся к саморазвитию. Поэтому задача учителей коррекционной школы – последовательно, системно вести работу по формированию оценочной и учебной самостоятельности младших подростков с ЗПР, как метод формирования у них адекватной самооценки [37, с. 10-11].

Разнообразные формы оценивания и задания направленные на обретение навыков взаимного оценивания и самооценивания способны упростить работу учителя по формированию самооценки у младших подростков с ЗПР. Самая доступная для младших подростков с ЗПР форма оценивания – это итоговый контроль. Суть данной формы оценивания заключается в том, что учащиеся оценивают выполненную работу методом сопоставления с правильной предварительно выполненной работой учителем. Таким методом подростки могут оценивать как собственную работу, так и работу одноклассника. Эта форма контроля не способна научить учащихся оценивать сам процесс учебной деятельности, поэтому чаще всего ее используют вместе с другой формой оценивания – процессуальным контролем. Суть данной формы оценивания заключается в оценивании способов достижения итогового результата. Так же она позволяет оценить полноту и правильность решения всех последовательных задач, стоящих перед учащимся [43, с. 27].

При формировании самоконтроля и самооценки младших подростков с ЗПР можно использовать следующие формы оценивания.

1. Папка индивидуальных достижений. Достаточно широко применимая форма оценивания. Учитель заводит на каждого ученика папку, в которую регулярно вкладываются различного рода работы. Например, самостоятельные и контрольные работы по различным предметам, творческие работы, грамоты и дипломы, выданные за достижения в какой-либо области. Учитывая высокую эмоциональность и склонность к агрессии подростков, данная форма оценивания не совсем подходит для развития самооценки младших подростков с ЗПР. Данная форма оценивания может вызвать агрессивную конкуренцию или развить критические формы самооценки (завышенную или заниженную) [62, с. 73].

2. Тематический оценочный лист. Суть данной формы самооценки заключается в оценивании учителем и самим учащимся знаний, умений и навыков по определенной теме. Для адекватного оценивания учитель перед изучением новой темы предлагает учащимся ряд критериев, по которым будет происходить оценивание. В оценочном листе указываются данные ученика, изученная тема и две оценки: учителя и ученика. Таким образом сравнивая две оценки можно определить объективность самооценки. Оценки могут быть представлены как по шкале от 2 до 5, так и в любой другой форме (фигуры, фрукты, цвет и т.д.). Если по итогам оценивания уровень знаний, умений и навыков не удовлетворяет требованиям образовательной программы, учитель выдает родителям методические материалы, для изучения данной темы в домашних условиях [36, с. 109].

3. Дневник достижений. Данная форма оценивания предполагает самостоятельное оценивание учащимися своих знаний по шкале от 2 до 5. Самооценивание проходит по заранее разработанным учителем совместно с учениками критериям. Учитель регулярно производит проверку данных дневников, рядом с оценкой учащегося присваивает его умениям и знаниям свою оценку. При необходимости учитель может дать дополнительные

задания по темам, а так же дать рекомендации родителям по формированию самооценки у их ребенка [20, с. 36].

4. Дневник-тетрадь «Что я знаю и умею». Такую тетрадь заводит каждый ученик, в ней указываются темы, которые в данный момент изучаются детьми. Уровень знаний, умений и навыков фиксируется на специальных оценочных линиях крестиком. Самая верхняя линия соответствует самой высокой оценке, самая нижняя – самой низкой оценке. Учащиеся оценивают себя формой итогового контроля, сопоставляя свою работу правильно выполненной работой, затем в соответствии с количеством ошибок, ставят крестик в линии оценивания [4, с. 135].

Таким образом, к основным характеристикам самооценки младших подростков с задержкой психического развития можно отнести ее нецелостность, неустойчивость, отсутствие способности осознать и критически оценить себя и свои поступки, эмоциональная неустойчивость провоцирует повышенную внушаемость, несамостоятельность этих детей и неспособность критически осмыслить оценки окружающих людей.

### **1.3. Модель формирования самооценки младших подростков с задержкой психологического развития**

Психолого-педагогическая коррекция – это система мероприятий, направленных на исправление недостатков психологии или поведения ребенка с помощью специальных средств психологического воздействия. Коррекции подлежат недостатки, не имеющие органической основы и не представляющие собой такие устойчивые качества, которые формируются довольно рано и в дальнейшем практически не изменяются [22, с. 78].

Основные компоненты профессиональной готовности к коррекционному воздействию [56, с. 154]:

1. Теоретический компонент: знание теоретических основ коррекционной работы, способов коррекции и т.д.

Теоретический компонент предполагает: знание общих закономерностей психического развития в онтогенезе; знание периодизации психического развития; знание проблемы соотношения обучения и развития; представление об основных теориях, моделях и типах личности; знание о социально-психологических особенностях группы; знание условий, обеспечивающих личностный рост и творческое развитие.

2. Практический компонент: владение конкретными методами и методиками коррекции.

Практический компонент подготовки заключается в овладении конкретными методами и методиками коррекции. Глубокое овладение конкретными методами и методиками позволяет избежать как непрофессионализма, так и профессиональной деформации личности.

3. Личностная готовность: психологическая проработанность у психолога собственных проблем в тех сферах, которые он предполагает корректировать у клиента.

Личностная готовность осуществлять коррекцию предполагает наличие у взрослого потребности идти не от себя, а от ребенка и его проблем. Может существовать вариант центрации на модели личности, когда коррекционное воздействие осуществляется после соотнесения особенностей переживания и поведения ребенка с определенным образцом (возрастным, половым, культурным, национальным и т.д.). В данном случае взрослый займет как бы нейтральную позицию по отношению к содержанию образца, но способы воздействия опять же будут зависеть от особенности его личности. В процессе естественного общения взрослого и ребенка должна постоянно осуществляться взаимокоррекция, т.е. взрослый должен проявлять гибкость, непредвзято относиться к реакциям ребенка в процессе взаимодействия и постоянно предлагать ему разнообразные варианты реагирования, проводить работу над собой.

Педагог, самостоятельно осуществляющий коррекционную работу, должен иметь базовую фундаментальную подготовку в области психологии и специальную подготовку в области конкретных методов коррекционного воздействия.

Психолого-педагогическая коррекция на практике применяется в двух формах: индивидуальной и групповой. Каждая форма обладает своими особенностями, на которые стоит обращать внимание при выборе.

Остановимся подробнее на принципах научно-практической методологии психолого-педагогической коррекционной работы, которые достаточно подробно освещены в психологической литературе [7, с. 38].

#### I. Принцип ведущей деятельности.

Ведущая деятельность выступает основным механизмом формирования психологических новообразований. Коррекционные воздействия осуществляются в контексте той или иной активной деятельности (игровой, учебной, продуктивной, общения и т. д.) ребенка в сотрудничестве с психологом/учителем, который ориентирует активность ребенка и управляет ею. Поэтому, зная строение ведущей деятельности (потребность ребенка, мотивация, цель, создание условий достижения цели, конкретизация цели в задачах, осуществление предметной деятельности с анализом и контролем выполняемых действий и операций), психолог с большей достоверностью может планировать коррекционные воздействия.

#### II. Принцип создания зоны ближайшего развития.

Данный принцип раскрывает направленность коррекционной работы. Коррекция носит опережающий характер и строится как психологическая деятельность, нацеленная на своевременное формирование психологических новообразований. Теоретической базой этого принципа является положение о культурно-исторической обусловленности развития психики ребенка в ходе его сотрудничества с взрослым. Роль взрослого – передача социально-исторического культурного опыта и организация его присвоения ребенком.

III. Принцип «нормативности» развития. Психолог в своей деятельности ориентируется на возрастную, социокультурную и индивидуальную нормы развития ребенка. При оценке соответствия уровня психического развития возрастной норме и формулировании коррекционных целей необходимо учитывать следующие характеристики:

- 1) особенности социальной ситуации развития,
- 2) уровень сформированности психологических новообразований на данном этапе возрастного развития,
- 3) уровень развития ведущей деятельности, ее оптимизация.

Социокультурная норма раскрывает содержание психического развития ребенка, обусловленного уровнем социальных требований к психологической зрелости и компетентности личности на каждой из стадий онтогенетического развития и уровнем исторического прогресса общества. Индивидуальная норма ориентирует психолога в индивидуально-личностных особенностях развития каждого конкретного ребенка. Осуществляется оценка развития его мотивационно-потребностной и ценностно-смысловой сфер, задающих направленность его личности, особенностей темперамента, наличия выраженных способностей и склонностей ребенка к той или иной деятельности и т. д. Знание социокультурной и индивидуальной норм развития позволяет психологу более точно наметить в пределах возрастной нормы программу коррекции и развития.

#### IV. Принцип системности развития психологической деятельности.

Психолог, осуществляющий коррекционную работу, должен ставить ряд задач, в числе которых профилактика отклонений и создание условий для дальнейшего гармоничного развития психики ребенка. Системность коррекционных, профилактических и развивающих задач отражает взаимосвязанность различных сторон личности и гетерохронность (неравномерность) их развития. В силу системности строения психики, сознания и деятельности личности все аспекты ее развития взаимосвязаны и взаимообусловлены. При определении целей и задач коррекционно-



развивающей деятельности нельзя ограничиваться лишь актуальными на сегодняшний день проблемами, а необходимо исходить из ближайшего прогноза развития. Это позволяет избежать различного рода отклонений в развитии и необходимости в дальнейшей коррекционной работе. С этой целью необходимо своевременное диагностическое обследование, итогом которого становится представление системы причинно-следственных связей и иерархии отношений между симптомами и их причинами [51, с. 87].

V. Принцип единства диагностики и коррекции. Этот принцип является основополагающим всей коррекционной деятельности, так как ее эффективность зависит от комплексности, тщательности и глубины предшествующего диагностического обследования, на основании которого делается первичное заключение и формулируются цели и задачи дальнейшей работы. Реализация коррекционно-развивающей деятельности требует постоянного контроля динамики изменений личности, поведения и деятельности, эмоциональных состояний ребенка в процессе работы. Такой контроль позволяет внести необходимые коррективы в задачи программы, вовремя изменить и дополнить методы и средства психологического воздействия. Диагностика предоставляет психологу необходимую информацию и обратную связь.

VI. Принцип приоритетности коррекции каузального типа. Коррекция каузального типа предполагает устранение или нивелирование причин, порождающих негативные явления в развитии ребенка. Работа только с симптоматикой не может до конца разрешить переживаемые ребенком трудности. Только устранение причин может обеспечить их наиболее полное разрешение. Поэтому, проведя работу по снятию или смягчению наиболее острых симптомов, необходимо переходить к следующему этапу коррекционной работы – устранение причин нарушений в развитии ребенка.

VII. Принцип комплексности методов психологического воздействия. Этот принцип предполагает необходимость использования комплекса наиболее эффективных методов, техник и приемов коррекционной работы с

детьми. Творческое освоение арсенала психокоррекционных процедур, основанное на четкой концептуальной модели развития, позволяет психологу избежать опасности эклектичного сочетания плохо согласующихся и часто противоречащих друг другу методов. Выбор конкретных методов определяется в зависимости от целей и задач программы, возрастных и индивидуальных особенностей детей, организационных условий реализации психолого-педагогической коррекции.

VIII. Принцип активного привлечения ближайшего социального окружения ребенка к участию в коррекционной программе. Система отношений ребенка с близкими взрослыми, форм совместной деятельности и способов ее осуществления составляет важнейший компонент социальной ситуации развития ребенка, определяет зону его ближайшего развития. Ребенок развивается в единстве целостной системы социальных отношений. Трудности и отклонения в развитии ребенка свидетельствуют не только о проблемах его индивидуального развития, но и о дисгармоничности в целостной системе социальных отношений, а следовательно, о необходимости их оптимизации и коррекции. Воспитывающие взрослые являются также связующим звеном между ребенком и психологом, осуществляющим коррекционную работу. Только сотрудничество со значимым окружением ребенка может способствовать эффективности проводимых коррекционных мероприятий.

Организация психолого-педагогической коррекции самооценки младших подростков с задержкой психического развития начинается с построения дерева цели предстоящей деятельности.

Дерево целей – это структурированная, построенная по иерархическому принципу совокупность целей программы, плана, в которой выделены: генеральная цель; подчиненные ей подцели первого, второго и последующего уровней [60, с.75].

Генеральная цель: теоретически обосновать и экспериментально программу психолого-педагогической коррекции самооценки младших

подростков с задержкой психического развития. Опираясь на генеральную цель, мы выделили второстепенные цели (рис.1). Все выделенные цели направлены на разработку эффективной программы коррекции самооценки младших подростков с ЗПР.



Рисунок 1 – «Дерево целей» психолого-педагогической коррекции самооценки младших подростков с ЗПР.

На основе дерева целей составим модель психолого-педагогической коррекции самооценки младших подростков с задержкой психического развития. Модель – это, как правило, искусственно созданный объект в виде схемы, математических формул, физической конструкции, наборов данных и алгоритмов их обработки и т.п. [48, с. 398]. Под «моделью» в педагогике и

психологии понимается система объектов или знаков, воспроизводящая некоторые существенные свойства, качества и связи предметов [66, с. 21].

Для осуществления коррекционных воздействий необходимы создание и реализация определённой модели коррекции:

1. Общая модель коррекции – это система условий оптимального возрастного развития личности в целом. Она предполагает расширение, углубление, уточнение представлений человека об окружающем мире, о людях, общественных событиях, о связях и отношениях между ними; использование различных видов деятельности для развития системности мышления, анализирующего восприятия, наблюдательности и т.д.; щадящий охранительный характер проведения занятий, учитывающий состояние здоровья клиента. Необходимо оптимальное распределение нагрузки в течение занятия, дня, недели, года, контроль и учёт состояния клиента [73, с.27-28].

2. Типовая модель коррекции основана на организации практических действий на различных основах; направлена на овладение различными компонентами действий и поэтапное формирование различных действий.

3. Индивидуальная модель коррекции включает в себя определение индивидуальной характеристики психического развития клиента, его интересов, обучаемости, типичных проблем; выявление ведущих видов деятельности или проблем, определение уровня развития различных действий; составление программы индивидуального развития с опорой на более сформированные стороны, действия ведущей системы для осуществления переноса полученных знаний в новые виды деятельности и сферы жизни конкретного человека [45, с. 27].

Психокоррекционный комплекс включает в себя четыре основных блока:

1. Диагностический.
2. Коррекционный.

3. Аналитический.

4. Прогностический.

На основании всего выше перечисленного составим типовую теоретическую модель программы психолого-педагогической коррекции самооценки младших подростков с ЗПР (рис.2). Для достижения основной цели исследования добавим в нашу модель коррекции теоретический и результативный блок.

Теоретический блок коррекции направлен на изучение теоретических аспектов исследования. В него входят основные понятия и классификации существующие в психолого-педагогической литературе.

Диагностический блок направлен на диагностику самооценки младших подростков с ЗПР до внедрения разработанной программы. Разработка программы входит в состав коррекционного блока. Кроме того коррекционный блок содержит формирующий эксперимент и наблюдение за респондентами в ходе программы.

Аналитический блок предполагает сравнительную характеристику уровня самооценки младших подростков с ЗПР до и после апробирования программы. Зная, что коррекция самооценки занимает более длительное время, чем время проведения нашей коррекционной программы, мы разработали рекомендации педагогам, родителям и самим подросткам с ЗПР для дальнейшей коррекции самооценки. Предложенные рекомендации входят в состав прогностического блока.

Результативный блок – это не что иное, как подтверждение гипотезы исследования. Гипотеза исследования – уровень самооценки у младших подростков с ЗПР улучшится при внедрении программы психолого-педагогической коррекции. В этом блоке отражается основная цель программы коррекции.

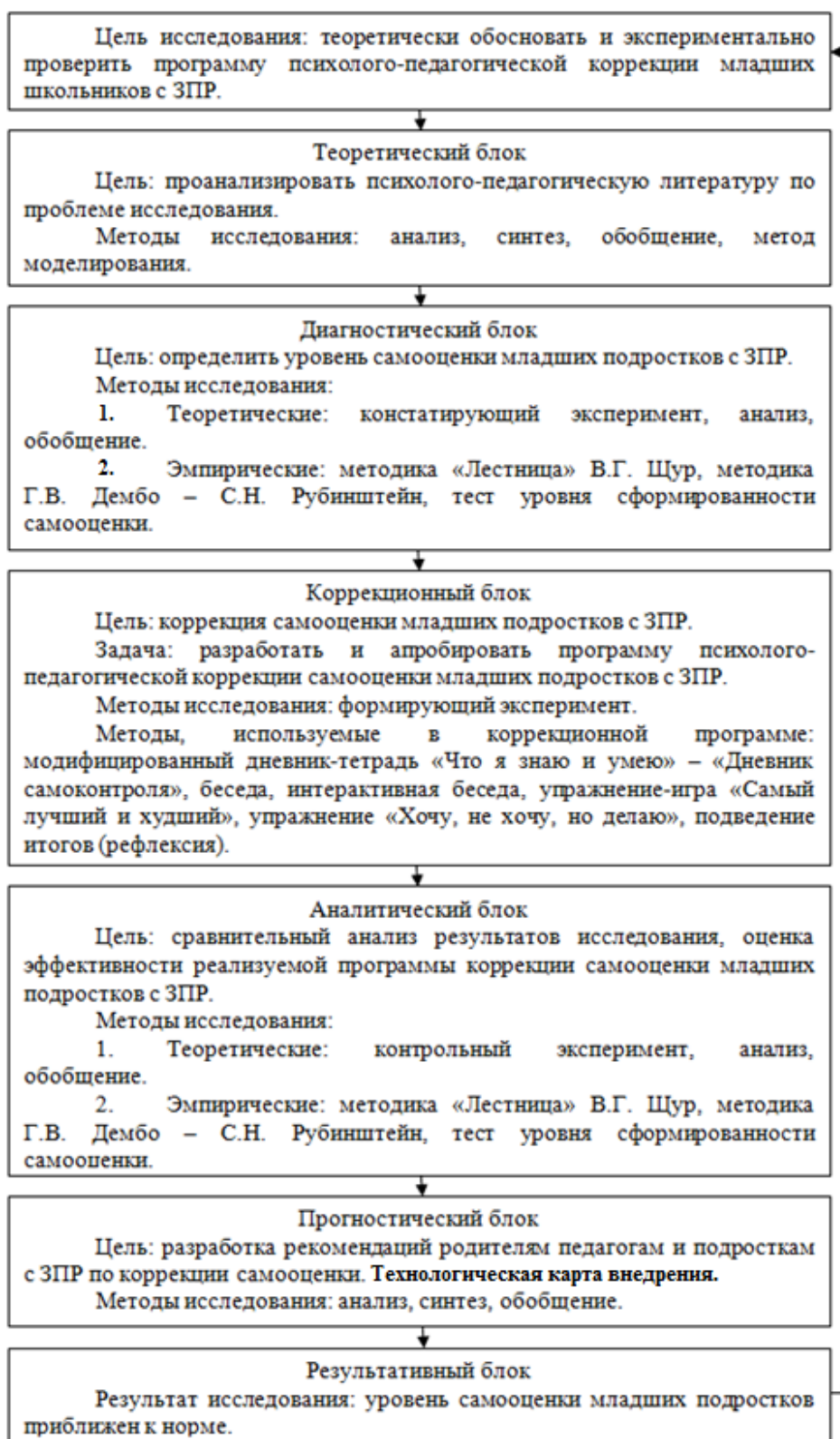


Рисунок 2 – Модель психолого-педагогической коррекции самооценки младших подростков с ЗПР

Модель коррекции должна соответствовать следующим требованиям:

1) оптимальность – в модели можно представить лишь те свойства и отношения, функциональное значение которых определяет ход деятельности; в этом смысле модель должна несколько упрощать действительность;

2) наглядность – модель должна интерпретироваться быстро, без значительных интеллектуальных усилий; учет культурных стереотипов привычного направления хода деятельности, направления от начала до конца, и системность информации [54, с. 86].

Модель актуальна, поскольку позволяет на основе одной проблемы работать в нескольких направлениях. Наша модель охватывает все формы работы педагога-психолога для получения полной картины по вышеназванной проблеме как до проведения психолого-педагогической коррекции, так и после.

### Вывод по главе 1

В ходе изучения коррекции самооценки младших подростков с задержкой психологического развития, как психологической проблемы мы изучили феномен самооценки в психолого-педагогической литературе, выявили особенности проявления самооценки младших подростков с ЗПР и разработали модель коррекции самооценки младших подростков с ЗПР.

ЗПР – это временное, нестойкое и обратимое психическое недоразвитие, замедление его темпа, выражающееся в недостаточности общего запаса знаний об окружающем мире, ограниченности представлений, незрелости мышления и когнитивных функций.

Различными авторами самооценка интерпретируется по-разному: как личностное образование, играющее определяющую роль в регуляции поведения человека и его деятельности, как автономная характеристика личности, центральный компонент, отражающий своеобразие внутреннего мира личности и формирующийся при ее активном участии [32, с. 17].

Существует несколько классификаций самооценки, так самооценка может быть парциальная или частная, актуальная или потенциальная, адекватная и неадекватная.

Самооценка влияет на эффективность деятельности человека и дальнейшее развитие его личности, социализацию и коммуникацию с окружающими людьми. На формирование самооценки влияют три основных группы факторов: семейные факторы, социальные факторы, принципы «самости».

К основным характеристикам самооценки младших подростков с задержкой психического развития можно отнести ее нецелостность, неустойчивость, отсутствие способности осознать и критически оценить себя и свои поступки, эмоциональная неустойчивость провоцирует повышенную внушаемость, несамостоятельность этих детей и неспособность критически осмыслить оценки окружающих людей.

Были разработаны «дерево целей» и модель коррекции самооценки младших подростков с ЗПР. На основе данных схем была проведена эмпирическая и экспериментальная работа исследования.



## **Глава 2. Эмпирическое исследование особенностей самооценки младших подростков с задержкой психического развития**

### **2.1. Этапы, методы и методики исследования**

Для того чтобы реализовать цель, поставленную нами по коррекции самооценки младших подростков с задержкой психического развития необходимо провести экспериментальное исследование. Проведение данного исследования проходило по следующим этапам:

1. Поисково-подготовительный этап – выбор проблемы исследования, формулирование и обоснование актуальности и важности ее решения на данный момент. Выбор и анализ литературы по данной проблеме.

2. Опытно-экспериментальный этап – проведение констатирующего эксперимента, обработка результатов; разработка и реализация программы коррекции. На данном этапе мы организовали процесс взаимодействия с испытуемыми. Изучив все возможные методики, мы выбрали три, подходящие для констатирующего и контрольного экспериментов: методика «Лестница» В.Г. Щур, методика Г.В. Дембо – С.Н. Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан, тест уровня сформированности самооценки

3. Контрольно-обобщающий этап – повторная диагностика, анализ и обобщение результатов исследования, формулирование выводов, разработка рекомендаций, проверка гипотезы.

Изучение выбранной темы исследования проводилось с помощью следующих методов и методик:

1. Теоретические: анализ литературы, моделирование, целеполагание;
2. Эмпирические: наблюдение, тестирование, эксперимент - методика «Лесенка» В.Г. Щур, методика Г.В. Дембо – С.Н. Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан, тест уровня сформированности самооценки, Дневник-тетрадь «Что я знаю и умею»;

### 3. Математико-статистические: «Критерий Т – Вилкоксона».

Анализ психолого-педагогической литературы является методом научного исследования и предполагает разделение изученного материала на составные части. Данный метод позволил нам выделить основные понятия исследования и их характеристики, а так же выбрать подходящие методики исследования.

Метод наблюдения предполагает целенаправленное и организованное восприятие и регистрацию поведения изучаемого объекта. Данный метод позволил нам зафиксировать изменения в поведении испытуемых на опытно-экспериментальном этапе исследования.

Эксперимент предполагает деятельность, направленную на выявление причинно-следственных зависимостей с помощью создания специальных условий, которые могут меняться на протяжении всего эксперимента. В нашем исследовании мы проводили констатирующий и контрольный эксперименты. Констатирующий эксперимент направлен на выявление психологических особенностей личности с помощью диагностики. Контрольный эксперимент отличается от констатирующего лишь тем, что проводится после определенных воздействий на личность.

Методика «Лесенка» В.Г. Щур [13, с. 132-135]. Методика предназначена для младших школьников. Но учитывая что-то дети с ЗПР отстают в развитии примерно на 2 года, данная методика подойдет для младших подростков с ЗПР. Ребенку показывают нарисованную лесенку с семью ступеньками, где средняя ступенька имеет вид площадки, и объясняют задание.

Инструкция: «Если всех детей рассадить на этой лесенке, то на трех верхних ступеньках окажутся хорошие дети: умные, добрые, сильные, послушные – чем выше, тем лучше (показывают: «хорошие», «очень хорошие», «самые хорошие»). А на трех нижних ступеньках окажутся плохие дети – чем ниже, тем хуже («плохие», «очень плохие», «самые плохие»). На

средней ступеньке дети не плохие и не хорошие. Покажи, на какую ступеньку ты поставишь себя. Объясни почему?».

В процессе обследования необходимо учитывать, как ребенок выполняет задание: испытывает колебания, раздумывает, аргументирует свой выбор. Если ребенок не дает никаких объяснений, ему следует задать уточняющие вопросы: «Почему ты себя сюда поставил? Ты всегда такой?» и т.д.

Наиболее характерные особенности выполнения задания, свойственные детям с завышенной, адекватной и заниженной самооценкой:

1. Неадекватно завышенная самооценка. Не раздумывая, ставит себя на самую высокую ступеньку; считает, что мама оценивает его также; аргументируя свой выбор, ссылается на мнение взрослого: «Я хороший. Хороший и больше никакой, это мама так сказала».

2. Завышенная самооценка. После некоторых раздумий и колебаний ставит себя на самую высокую ступеньку, объясняя свои действия, называет какие-то свои недостатки и промахи, но объясняет их внешними, независящими от него, причинами, считает, что оценка взрослых в некоторых случаях может быть несколько ниже его собственной: «Я, конечно, хороший, но иногда ленюсь. Мама говорит, что я неаккуратный».

3. Адекватная самооценка. Обдумав задание, ставит себя на 2-ю или 3-ю ступеньку снизу, объясняет свои действия, ссылаясь на реальные ситуации и достижения, считает, что оценка взрослого такая же либо несколько ниже.

4. Заниженная самооценка. Ставит себя на нижние ступеньки, свой выбор не объясняет либо ссылается на мнение взрослого: «Мама так сказала».

Методика Г.В. Дембо – С.Н. Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан [72, с. 56-58]. Цель: позволяет выявить самооценочный уровень развития личности. Данная методика основана на непосредственном оценивании (шкалировании) школьниками ряда личных качеств, таких как здоровье, способности, характер, авторитет у сверстников, умение делать

что-либо своими руками, внешность, уверенность в себе. Обследуемым предлагается на вертикальных линиях отметить определенными знаками уровень развития у них этих качеств (показатель самооценки) и уровень притязаний, т.е. уровень развития этих же качеств, который бы удовлетворял их. Каждому испытуемому предлагается бланк методики, содержащий инструкции и задание.

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

Инструкция. «Любой человек оценивает свои способности, возможности, характер и др. Уровень развития каждого качества, стороны человеческой личности можно условно изобразить вертикальной линией, нижняя точка которой будет символизировать самое низкое развитие, а верхняя – наивысшее. Вам предлагаются семь таких линий. Они обозначают:

здоровье;

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

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

Обработка проводится по шести шкалам (первая, тренировочная – «здоровье» – не учитывается). Каждый ответ выражается в баллах. Длина каждой шкалы 100мм, в соответствии с этим ответы школьников получают количественную характеристику (например, 54мм равняется 54 баллам).

По каждой из шести шкал можно определить:

- 1) уровень притязаний – расстояние в мм от нижней точки шкалы («0») до знака «х»;
- 2) высоту самооценки – от «0» до знака «-»;
- 3) значение расхождения между уровнем притязаний и самооценкой – расстояние от знака «х» до знака «-», если уровень притязаний ниже самооценки, он выражается отрицательным числом.

Норму, реалистический уровень притязаний, характеризует результат от 60 до 89 баллов. Оптимальный – сравнительно высокий уровень – от 75 до 89 баллов, подтверждающий оптимальное представление о своих возможностях, что является важным фактором личностного развития. Результат от 90 до 100 баллов обычно удостоверяет нереалистическое, некритическое отношение детей к собственным возможностям. Результат менее 60 баллов свидетельствует о заниженном уровне притязаний, он – индикатор неблагоприятного развития личности.

Количество баллов от 45 до 74 («средняя» и «высокая» самооценка) удостоверяют реалистическую (адекватную) самооценку.

Количество баллов от 75 до 100 и выше свидетельствует о завышенной самооценке и указывает на определенные отклонения в формировании личности. Завышенная самооценка может подтверждать личностную незрелость, неумение правильно оценить результаты своей деятельности, сравнивать себя с другими; такая самооценка может указывать на существенные искажения в формировании личности – «закрытости для опыта», нечувствительности к своим ошибкам, неудачам, замечаниям и оценкам окружающих. Количество баллов ниже 45 указывает на заниженную самооценку (недооценку себя) и свидетельствует о крайнем неблагополучии

в развитии личности. Эти ученики составляют «группу риска», их, как правило, мало. За низкой самооценкой могут скрываться два совершенно разных психологических явления: подлинная неуверенность в себе и «защитная», когда декларирование (самому себе) собственного неумения, отсутствия способности и тому подобного позволяет не прилагать никаких усилий.

Тест на уровень сформированности самооценки [25, с. 101-103].

Способность к самооценке предполагает обращение внимания ребенка на содержание собственных действий, способность к оценке результатов этих действий и своих возможностей. Цель теста – выявить уровень самооценки у младших школьников.

Ребенку предлагают рассмотреть по очереди 4 картинки, на которых изображены его сверстники в ситуациях неуспеха в деятельности, просят рассказать, что нарисовано (если ситуация понята ребенком неправильно, взрослый дает необходимые разъяснения), объяснить причину неудач детей, изображенных на картинках, и предложить свои варианты решения практической задачи.

Ситуации:

- 1) на первой картинке нарисована скамейка, через которую прыгает мальчик, но видно, что он зацепился и падает;
- 2) на второй картинке девочка собирается качаться на качелях, но никак не может забраться на них;
- 3) на третьей картинке изображено как девочка берет лейку, хочет полить цветы, но не может ее поднять;
- 4) на четвертой – нарисован мальчик на склоне снежной горы со сломанной лыжей.

Возможные варианты ответов:

1. Если ребенок объясняет, что причина неудач в лейке, скамейке, качелях, горке, т.е. неудачи происходили по не зависящим от персонажей причинам, значит, он еще не научился оценивать себя и контролировать свои

действия. Скорее всего, столкнувшись с неудачей, он бросит начатое дело и займется чем-нибудь другим – 1 балл.

2. Если ребенок видит причину события в самих персонажах и предлагает им потренироваться, подрасти, набраться сил, позвать на помощь, значит, у него хорошая способность к самооценке и самоконтролю – 2 балла.

3. Когда ребенок видит причину неудач и в персонаже и в объекте, это говорит еще и о хорошей способности к разностороннему анализу ситуации – 3 балла.

Второй и третий варианты ответов свойственны детям, прошедшим кризис 7 лет и способным более правильно (адекватно) оценивать себя и контролировать свою деятельность. Первый вариант ответов – типично «дошкольный», как правило, сочетается с неадекватно завышенной самооценкой, с неумением контролировать и оценивать себя.

Дневник-тетрадь «Что я знаю и умею» [64, с.321-324].

Процедура проведения:

Такая тетрадь есть у каждого ученика. То, что изучается детьми в данный момент, моделируется или записывается в левой стороне тетради, а в правой стороне – оценочные линейки. Уровень овладения конкретным умением, способом действия фиксируется на оценочной линейке крестиком.

Учащиеся оценивают себя по предварительно проверенной учителем работе. Если ошибок нет, ставят крестик на самом верху оценочной линейки, если одна ошибка – на одну клеточку ниже и т.д. Чем выше положение крестика, тем выше уровень усвоения определенной темы, уровень овладения умением. Дети совместно с учителем оценивают свое умение (допустим – выделять окончания слов) не единожды, а несколько раз, по мере обучения [26, с. 12].

Предлагаемый способ оценивания позволяет [10, с. 53-55]:

1) ученику видеть свое продвижение, свои успехи и пробелы в знаниях. Определив свое незнание, он имеет возможность улучшить свою работу, добиться успеха. Для мотивационного обучения ученику крайне необходимо

уметь самому определять качество собственных знаний: что ему удастся, какие пробелы в своих знаниях следовало бы восполнить и как.

У ученика возникает потребность в улучшении своей работы по собственной инициативе. Ученик приобретает способность к действительной самостоятельности в учении;

2) формировать у учащихся навык самоконтроля и самооценки. Как известно, функция самоконтроля заключается в постоянном отслеживании учеником хода выполнения своих учебных действий, в своевременном обнаружении различных ошибок в их выполнении, и внесении необходимых корректив.

Если после подведения результатов проверочной работы крестик на оценочной линейке окажется на самом верху, ученик установит, что данный способ действия им освоен в полной мере. И чем ниже положение крестика на оценочной линейке, тем менее освоен необходимый способ действия. Эта конечная оценка результата, которую обычно совершал лишь учитель, дает возможность самому определять качество и успешность своего продвижения.

3) позволит учителю не только выявить определенный результат в предметных знаниях и умениях, но, прежде всего, наглядно увидеть процесс формирования этого предметного знания у учащихся и обеспечить целенаправленную и своевременную коррекцию.

4) допустим, ученик получил оценку «3» за диктант или даже за четверть. Что конкретно он не усвоил, чему не научился? Над чем ему дальше работать? И родителям не видно, в чем надо помочь ребенку для исправления положения.

Результаты, зафиксированные в предлагаемой форме, помогут сделать отметку содержательной и для ученика, и для его родителей;

5) ученика, получающего изо дня в день тройки, угнетает чувство неполноценности, ему кажется, что, как бы он ни старался, у него ничего не выходит. А поддерживают ребенка и питают его жажду познания не только успех в учении, но и осознание того, что каждый день он делает шаг вперед.



Предлагаемый способ оценивания показывает ученику его продвижение вперед (пусть даже незначительное), позволяет сделать оценку работы оптимистичной, не допустить потери веры в себя, в свои силы в самом начале пути, а закрепить уверенность в своих возможностях. Уверенность в успехе, со своей стороны, рождает и усиливает интерес ребенка к учению, страсть к познанию.

б) так как каждая изученная орфограмма моделируется в дневнике-тетради, то тетрадь является справочником изученного материала.

7) при переходе ученика в среднее звено учитель-предметник еще до начала обучения имеет возможность сориентироваться, спланировать работу с каждым ребенком, что увеличит ее эффективность [26, с. 98-99].

Критерий Т – Вилкоксона [71, с 54-57]. 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. Проанализировав полученные результаты можно сделать вывод о достоверности выдвинутой в начале исследования гипотезе.

Алгоритм расчета:

1. Составить список испытуемых в любом порядке, например, алфавитном.

2. Вычислить разность между индивидуальными значениями во втором, первом замерах («после» - «до»). Определить, что будет считаться «типичным» сдвигом и сформулировать соответствующие гипотезы.

3. Перевести разности в абсолютные величины и записать их отдельным столбцом (иначе трудно отвлечься от знака разности).

4. Проранжировать абсолютные величины разностей, начисляя меньшему значению меньший ранг. Проверить совпадение полученной суммы рангов с расчетной.

5. Отметить кружками или другими знаками ранги, соответствующие сдвигам в «нетипичном» направлении.

6. Подсчитать сумму этих рангов по формуле:

$$T = \sum Rr;$$

где  $Rr$  — ранговые значения сдвигов с более редким знаком.

7. Определить критические значения  $T$  для данного по таблице 2 Приложения 1. Если  $T_{эмп}$  (эмпирические значения  $T$ ) меньше или равен  $T_{кр}$  (критические значения  $T$ ) сдвиг в «типичную» сторону по интенсивности достоверно преобладает.

Таким образом, мы определили этапы, методы и методики для изучения самооценки младших подростков с ЗПР.

## **2.2. Характеристика выборки и результаты констатирующего эксперимента**

Исследование проходило на базе МБОУ «СОШ №115 г. Челябинска». В исследовании приняли участие 13 человек с диагнозом «задержка психического развития», обучающихся в 6Б (коррекционном) классе. Испытуемые обучаются по адаптированной основной общеобразовательной программе основного общего образования для обучающихся с ЗПР (VII вид), разработанной данным образовательным учреждением в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом.

Возраст испытуемых: 7 человек в возрасте 13 лет (53,85%), 3 человека в возрасте 12 лет (23,08%), 2 человека в возрасте 14 лет (15,38%) и 1 человек в возрасте 11 лет (7,69%). Средний возраст по выборке составил 13 лет.

Пол испытуемых: 7 девочек (53,85%) и 6 мальчиков (46,15%).

Образование испытуемых: большинство респондентов получали специальное образование для детей с ЗПР с первого класса (11 человек – 84,62%), однако есть 2 человека которые стали учиться по специальной

адаптированной образовательной программе для детей с ЗПР только с 5 класса (15,38%). Дети с ЗПР, которые учатся в обычном общеобразовательном классе вместе с нормально развивающимися детьми, чаще всего имеют неадекватно заниженную или завышенную самооценку.

Статус семьи испытуемых: 8 человек (61,54%) из благополучной семьи и 5 человек (38,46%) из неблагополучной семьи. Неблагополучная семья – это семья с низким социальным статусом, не справляющаяся с возложенными на нее функциями в какой-либо из сфер жизнедеятельности или нескольких одновременно. Адаптивные способности неблагополучной семьи существенно снижены, процесс семейного воспитания ребенка протекает с большими трудностями, медленно и малорезультативно.

К неблагополучным семьям относятся:

1. Проблемная семья – это семья, функционирование которой нарушено из-за педагогической несостоятельности родителей. Как правило, это неконфликтная семья с дисгармоничным стилем семейного воспитания [3, с. 243].

2. Кризисная семья – это семья, переживающая внешний или внутренний кризис (изменение состава семьи; взросление детей; развод; болезнь, смерть кого-либо из членов семьи; утрата работы, жилья, документов, средств к существованию и т.д.) [68, с. 135].

3. Асоциальная семья – семья, в которой имеется наличие таких проблем как алкоголизм, пренебрежение нуждами детей. При этом, однако, детско-родительские отношения полностью не разорваны (например, дети пытаются скрывать пьянство родителей, берут на себя ответственность за обеспечение семьи, уход за младшими детьми, продолжают учиться в школе) [17, с 4].

4. Аморальная семья – это семья, полностью утратившая семейные ценности, характеризующаяся алкоголизмом, наркоманией, жестоким обращением с детьми, не занимающаяся воспитанием и обучением детей, не обеспечивающая необходимых безопасных условий жизни [24, с 457].

5. Антисоциальная семья – семья, в которой наблюдается крайняя степень семейной дисфункции. Она характеризуется противоправным, антиобщественным поведением, несоблюдением моральных, нравственных норм в отношении наименее защищенных членов семьи, нарушением экономических прав ближних. Это семьи, ведущие паразитический образ жизни, зачастую за счет принуждения детей к воровству, попрошайничеству и проституции [5, с 373].

Дети из неблагополучных семей чаще всего подвергаются нарушенному формированию самооценки, вследствие чего самооценка формируется заниженной или завышенной.

Успеваемость испытуемых: 7 неуспевающих по программе учеников (53,85%) и 6 учеников, имеющих абсолютную успеваемость (46,15%). Неуспеваемость – более низкий по сравнению с предусмотренным учебной программой уровень усвоения учащимися содержания образования. Данное понятие не имеет ничего общего с неудовлетворительными оценками, оно представляет собой явление более широкого плана, связанное с существенными недостатками общей культуры и воспитанности личности.

Наблюдение за экспериментальной группой на протяжении одного учебного дня показало, что учащиеся проявляют интерес к определенным учебным предметам. Во время занятий присутствует конкуренция между учениками. В большинстве случаев интересуются исключительно собственными достижениями. Любят и с интересом выполняют индивидуальные задания. На занятиях не могут долгое время концентрироваться на одном предмете. Во время проверочных и контрольных работ стараются помочь друг другу. Из-за желания быть первыми, на уроках часто торопятся и проявляют невнимательность. Быстро теряют интерес к предмету, если у них что-то не получается. Без присмотра учителя не могут поддерживать порядок и дисциплину во время урока.

Таким образом, ограничением репрезентативности исследуемой выборки является то, что, в отличие от генеральной совокупности, в составе

выборки имеется незначительное число испытуемых, подверженных неадекватной самооценке из-за пребывания в неблагополучных семьях и из-за обучения в начальной школе по обычной общеобразовательной программе, не предназначенной для обучения детей с ЗПР.

Констатирующий эксперимент проводился в начале исследования, и ставил своей задачей выявление уровня сформированности самооценки у респондентов. Для этого были использованы следующие методики: модифицированная методика «Лесенка» В.Г. Щур; модифицированная методика Г.В. Дембо – С.Н. Рубинштейн; тест на уровень сформированности самооценки.

Тестирование проводилось индивидуально с каждым учеником в отдельном кабинете. Перед проведением ряда методик с каждым респондентом проводилась беседа на отдаленные темы, с целью расположить ученика к откровенным, полным ответам.

В индивидуальной беседе респонденту демонстрировался лист бумаги, на котором нарисована лестница из семи ступенек и объяснялось: «Перед тобой лестница. На самой нижней ступеньке стоят самые плохие (злые, завистливые и т.д.) мальчики и девочки твоего класса, на второй ступеньке - чуть получше, на третьей еще лучше и так далее. А вот на самой верхней ступеньке стоят самые-самые умные (хорошие, добрые) мальчики и девочки». Обязательным являлось переспросить каждого ученика, правильно ли он понял расположение на ступеньках. Затем спрашивалось, на какой ступеньке стоял бы он сам. Ребенку предлагалось нарисовать себя на этой ступеньке. После выполнения этого задания каждый учащийся объяснял свое решение.

По методике «Лесенка» В.Г. Щур получили следующие результаты, у 3 детей (23,08%) завышенная самооценка, адекватная самооценка у 3 детей (23,08%) и у 7 испытуемых заниженная самооценка (53,84%) (рис.3) [Приложение 2, таблица 3].

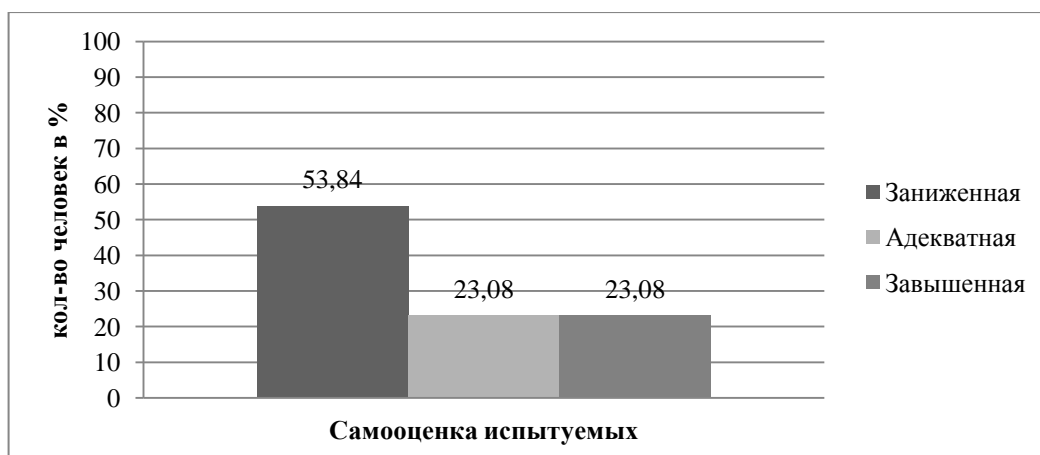


Рисунок 3 – Результаты диагностики самооценки по методике «Лестница» В.Г. Щур

На рисунке 3 мы видим 53,84% детей с заниженной самооценкой, что соответствует 7 испытуемым. Это проявляется в акцентировании внимания на собственных недостатках. Эти дети любят, когда их жалеют окружающие, поэтому их внешний вид и поведение соответствуют образу «несчастливого человека». Неадекватно реагируют на критику, воспринимая ее как личное оскорбление, подтверждение собственной неполноценности. Ребенок с заниженной самооценкой думает, что он хуже окружающих, пытается оправдаться перед самим собой, часто хвастается, громко говорит, показательно смеется или пытается оправдаться материальным благополучием. Обычно такие дети одиноки и не имеют близких друзей. Бояться совершить ошибку, откладывают дела на потом, отказываются принимать решения.

Так же на рисунке 3 мы видим 23,08% детей с завышенной самооценкой, что соответствует 3 испытуемым. Это проявляется в искаженном, в сторону завышения, представлении о себе. Глубоко в душе эти дети чувствуют одиночество и неудовлетворенность собой. У них сложно формируются взаимоотношения с другими людьми. Это происходит из-за того что ребенок с завышенной самооценкой пытается выглядеть лучше чем он есть, а это приводит к высокомерному, надменному и вызывающему поведению. Иногда даже к агрессии. Такие дети любят подчеркивать

собственные достоинства и унижать достоинства других, таким методом самоутверждаясь за счет окружающих. Болезненно реагируют на любую критику.

Кроме того на рисунке 3 мы видим 23,08% детей с адекватной самооценкой, что соответствует 3 испытуемым. Это проявляется в точном, сбалансированном мнении о себе. С одной стороны, эти дети отлично знают собственные достоинства, с другой – правильно оценивают свои недостатки. Ребенок с адекватной самооценкой прекрасно понимает, когда совершает хороший, а когда плохой поступок, когда его поведение достойно уважения, а когда нет. Чувствует внутреннюю стабильность, поэтому может строить позитивные взаимоотношения с окружающими людьми. Адекватно воспринимает критику, готов исправлять свои недостатки и подчеркивать достоинства. Редко испытывает такие чувства как безнадежность, бесполезность, страшную вину или стыд.

Методика диагностики самооценки Г.В. Дембо – С.Н. Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан показала высокий уровень самооценки у 4 человек (30,77%), средний уровень самооценки у 1 человека (7,69%) и низкий уровень самооценки у 8 человек (61,54%) (рис.4) [Приложение 1, таблица 4].

Низкий уровень самооценки соответствует заниженной самооценке, средний уровень – адекватной самооценке, а высокий уровень самооценки соответствует завышенной самооценке.

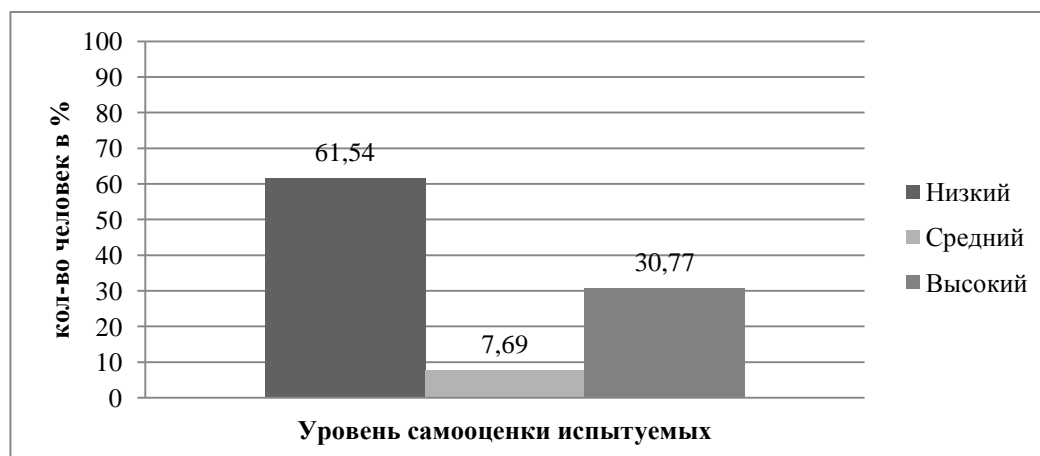


Рисунок 4 – Результаты диагностики самооценки по методике Г.В. Дембо – С.Н. Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан

Тест уровня сформированности самооценки показал, что у большинства респондентов низкий уровень сформированности – 10 человек (76,92%). А высокий уровень сформированности самооценки всего лишь у 3 испытуемых (23,08%) (рис.5) [Приложение 1, таблица 5].

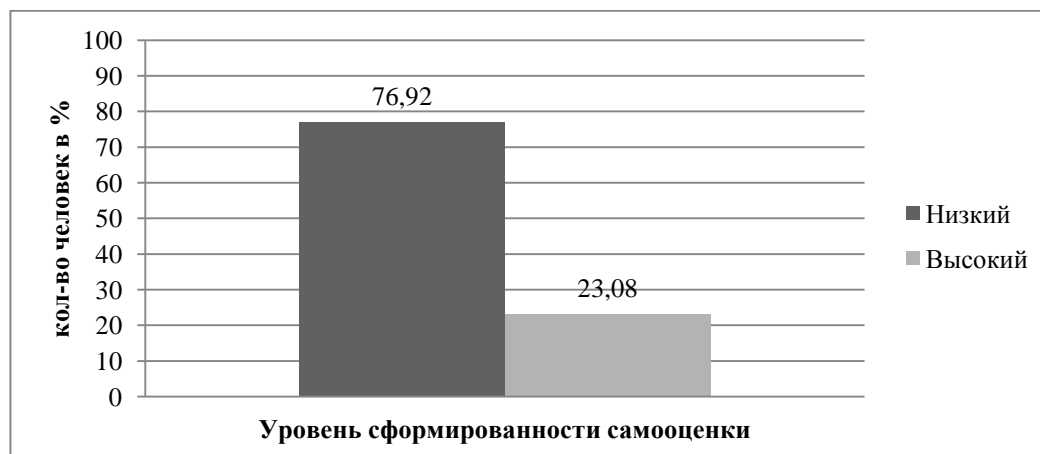


Рисунок 5 – Результаты диагностики самооценки с помощью теста уровня сформированности самооценки

Высокий уровень сформированности самооценки соответствует адекватной самооценке, а низкий уровень – неадекватной самооценке, то есть завышенной или заниженной самооценке.

Таким образом, констатирующий эксперимент показал, что большинство испытуемых младших подростков с ЗПР имеют неадекватную самооценку, которая нуждается в коррекции.

## Вывод по главе 2

В ходе эмпирического исследования самооценки младших подростков с ЗПР были выделены основные этапы исследования: первичная постановка проблемы; этап работы с научной литературой; уточнение гипотезы; выбор методики диагностики, ее проведение и интерпретация; выборка экспериментального инструмента; планирование экспериментального исследования; отбор испытуемых; проведение эксперимента; проведение контрольной диагностики и ее интерпретация; выводы и интерпретация



результатов; написание рекомендаций. Кроме того были обозначены основные методы и методики использованные на каждом этапе.

Анализ выборки показал, что испытуемые полностью соответствуют поставленной цели и выдвинутой гипотезе исследования. Ограничением репрезентативности исследуемой выборки является то, что, в отличие от генеральной совокупности, в составе выборки имеется незначительное число испытуемых, подверженных неадекватной самооценке из-за пребывания в неблагополучных семьях и из-за обучения в начальной школе по обычной общеобразовательной программе, не предназначенной для обучения детей с ЗПР.

Констатирующий эксперимент ставил своей задачей выявление уровня сформированности самооценки у респондентов. Для этого были использованы следующие методики: модифицированная методика «Лесенка» В.Г. Щур; модифицированная методика Г.В. Дембо – С.Н. Рубинштейн; тест на развитие самооценки.

Результаты всех трех методик позволили сделать вывод, что большинство испытуемых младших подростков с ЗПР имеют неадекватную самооценку, которая нуждается в коррекции.

### **Глава 3. Экспериментальная работа по психолого-педагогической коррекции самооценки младших подростков с задержкой психического развития**

#### **3.1. Психолого-педагогическая программа коррекции самооценки младших подростков с задержкой психического развития**

Цель программы: провести психолого-педагогическую коррекцию самооценки младших подростков с задержкой психического развития.

Задачи программы:

1. Увеличить у испытуемых уровень знаний о своей личности;
2. Расширить у испытуемых объем информации о понятии самооценка, ее особенностях и методах ее коррекции;
3. Сформировать мотивацию к саморазвитию, самовоспитанию и самоконтролю.

Программа состоит из 10 занятий длительностью 45 минут. В формирующем эксперименте приняли участие 13 учащихся 6Б класса (коррекционный), МБОУ «СОШ №115 г. Челябинска».

Структура занятия:

1. Приветствие. Цель: создание комфортной атмосферы, настрой участников на работу, снятие напряжения.
2. Основная часть. На данном этапе выполняются основные цели каждого конкретного занятия программы. Включает несколько упражнений, направленных на коррекцию самооценки, межличностное взаимодействие.
3. Завершение. Цель данного этапа: подведение итогов проведенного занятия, рефлексия.

Основанием данной программы стала методика Дневник-тетрадь «Что я знаю и умею». Для нашего исследования мы немного модифицировали данную методику. Для каждого ученика мы распечатали дневник самооценки

(Прил. 3). Для развития интереса к данному дневнику мы использовали ряд методов:

- 1) сделали дневник ярким, красочным и интересным;
- 2) на 3 странице дневника мы расположили не большую анкету, которую каждый ученик заполнял индивидуально;
- 3) на последней странице мы расположили небольшой заключительный тест.

### Занятие 1. «Знакомство»

Цель: сформировать у учащихся положительное отношение к личности преподавателя и его деятельности.

Задачи:

- 1) познакомиться с детьми;
- 2) сформировать интерес учащихся к деятельности педагога;
- 3) проанализировать поведение каждого ребенка в различных ситуациях.

Оборудование:

Доска, мел, таблички – заранее склеенные кружки на палочках, бумага, карандаши и фломастеры.

План урока:

#### I. Вступительная беседа «Тишина».

Цель: расположить учащихся к активному участию на уроке, объяснить правила поведения на занятиях.

Задачи: прочитайте притчу; задать вопросы; обсудить ответы.

#### II. Игра на знакомство.

Цель: познакомиться с учащимися в игровой форме.

Задачи: привлечь к игре каждого ребенка; помочь в формировании ответов при необходимости; раздать таблички и проконтролировать их заполнение.

#### III. Игра-упражнение на внимание «Я».

Цель: методом наблюдения выявить заинтересованность учащихся к занятию.

Задачи: объяснить правила игры; прочитать предложения; провести наблюдение за поведением детей.

#### IV. Упражнение «Любимое животное».

Цель: выявить первое впечатление о преподавателе.

Задачи: дать задание; раздать бумагу; собрать рисунки; проанализировать их.

#### V. Информация для размышления.

Цель: сформировать интерес к теме самооценки.

Задачи: дать устное домашнее задание.

### Занятие 2. «Самооценка»

Цель: сформировать у учащихся основные представления о самооценке и направить их на дальнейшую работу над формированием самооценки.

Задачи:

- 1) дать детям представление о том, что такое самооценка;
- 2) побудить детей к анализу своих поступков, мыслей, чувств, к самонаблюдению, самопознанию, самосовершенствованию.

Оборудование:

Доска и мел; чистые листки; заранее разработанные и распечатанные дневники самоконтроля (прил. 3).

План урока:

#### I. Вступительная беседа «Притча о золотом кольце».

Цели: расположить учащихся к активному участию на уроке; подвести учащихся к теме урока.

Задачи: прочитать притчу; задать вопросы; обсудить ответы.

#### II. Интерактивная беседа «Что такое самооценка?».

Цели: объяснить учащимся понятие «самооценка» и виды самооценки; научить учащихся определять вид самооценки по поведению человека.

Задачи: рассказать учащимся о том, что такое самооценка; рассказать учащимся о видах самооценки; прочитать три различные ситуации и вместе с детьми определить вид самооценки у главного героя ситуации.

### III. Упражнение-игра «Самый лучший и худший».

Цели: научить детей адекватно относиться к своим достижениям и неудачам; объяснить понятие «самоконтроль» и его значение в жизни.

Задачи: назвать вместе с учащимися собственные достоинства и недостатки; рассказать учащимся, для чего нужно принимать свои достоинства и недостатки; рассказать учащимся о том, что такое самоконтроль и для чего он нужен.

### IV. Упражнение «Хочу, не хочу, но делаю».

Цель: объяснить учащимся для чего нужен контроль над своим поведением и действиями.

Задачи: написать вместе с учащимися действия, которые они хотят делать чаще и реже; объяснить учащимся, почему нам приходится чаще делать то, что не хочется.

### V. Информация для размышления «Дневник самоконтроля».

Цели: познакомить учащихся с «дневником самоконтроля»; научить учащихся заполнять «дневник самоконтроля».

Задачи: раздать каждому учащемуся «дневник самоконтроля»; подписать их и заполнить анкеты; прочитать инструкцию и заполнить таблицу на первый день недели самоконтроля; объяснить задание учащимся на неделю самоконтроля.

### VI. Заключительная беседа «Все в твоих руках».

Цели: объяснить учащимся, что самооценка каждого из них зависит только от их личного старания.

Задачи: прочитать притчу; объяснить ее смысл.

### VII. Подведение итогов (рефлексия).

Цели: закрепить полученный материал в ходе урока.

Задачи: задать вопросы; напомнить понятия «самооценка» и «самоконтроль»; напомнить виды самооценки; напомнить для чего нужен самоконтроль; напомнить задание на неделю самоконтроля.

### Занятие 3. «Самостоятельность»

Цель: сформировать у учащихся основные представления о самостоятельности и направить их на дальнейшее развитие личной самостоятельности.

Задачи:

- 1) объяснить учащимся понятие и значимость самостоятельности;
- 2) сформировать у учащихся представления об их возможностях действовать самостоятельно в различных ситуациях;
- 3) сформировать у учащихся представление об их возможностях осуществлять творческую деятельность самостоятельно.

Оборудование:

Заранее подготовленные карточки с фруктами и овощами для ранжирования, заранее подготовленные карточки с проблемными ситуациями, белые и цветные листы бумаги, ножницы и клей, конфеты для награждения.

План урока:

#### I. Вступительная беседа «Гусеница»

Цель: расположить учащихся к активному участию на уроке; подвести учащихся к теме урока.

Задачи: прочитать притчу; задать вопросы; обсудить ответы.

#### II. Интерактивная беседа «Что такое самостоятельность?»

Цель: сформировать у учащихся основные представления о понятии «самостоятельность» и ее значимости.

Задачи: объяснить учащимся, что такое «самостоятельность» и для чего она нужна, задать вопросы, обсудить ответы.

#### III. Упражнение-игра «Реши проблему»

Цель: сформировать у учащихся представления об их возможностях действовать самостоятельно в различных ситуациях.

Задачи: распределить учащихся на пары с помощью карточек с изображением фруктов и овощей, раздать парам по одной карточке с проблемной ситуацией, объяснить задание, проверить выполненное задание и обсудит его с учащимися.

#### IV. Упражнение-игра «Сотвори сам»

Цель: сформировать у учащихся представление об их возможностях осуществлять творческую деятельность самостоятельно.

Задачи: раздать листки бумаги, ножницы и клей, объяснить задание, проверить задание, наградить учащихся за успешную работу.

#### V. Задание на дом

Цель: побудить учащихся к самостоятельной деятельности в домашних условиях.

Задачи: объяснить задание, проследить, чтобы учащиеся записали его в дневник.

### Занятие 4. «Мораль»

Цель: сформировать у учащихся основные представления о морали и расположить их к теме следующего занятия.

Задачи:

- 1) объяснить учащимся понятие морали в обществе и сказке;
- 2) выслушать и обсудить с учащимися домашнее задание каждого ученика;
- 3) сформировать у учащихся представление об их способностях контролировать и оценивать деятельность других людей;
- 4) дать учащимся основу для понимания темы следующего занятия «Контроль поведения».

Оборудование:

Листы белой бумаги, ручки, карандаши и фломастеры, подарки для награждения.

План урока:

I. Вступительная беседа «Мораль»

Цель: объяснить учащимся понятие морали в обществе и сказке.

Задачи: прочитать притчу, задать вопросы, обсудить ответы.

II. Проверка домашнего задания

Цель: выслушать и обсудить с учащимися домашнее задание каждого ученика.

Задачи: объяснить задание, выслушать рассказ или сказку каждого ученика, объяснить вместе с учащимися услышанное.

III. Экспертное оценивание домашнего задания

Цель: сформировать у учащихся представление об их способностях контролировать и оценивать деятельность других людей.

Задачи: объяснить задание, предоставить учащимся возможность оценить работы других учеников.

IV. Упражнение-игра «Свод правил»

Цель: дать учащимся основу для понимания темы следующего занятия «Контроль поведения».

Задачи: объяснить учащимся задание, проверить задание и обсудить с учениками.

V. Заключительная беседа

Цель: поощрить учащихся за проделанную самостоятельную работу.

Задачи: подсчитать результаты экспертного оценивания, выделить лучшие работы и наградить авторов.

Занятие 5. «Контроль поведения»

Цель: сформировать у учащихся основные представления о нормах поведения, а так же сформировать навыки контроля своего поведения.

Задачи:

1) объяснить учащимся понятие «нормы поведения» и значимость их соблюдения;



2) научить учащихся контролировать свое поведение и объяснить им, зачем это нужно.

Оборудование:

Рисунки учащихся с прошлого занятия, доска.

План урока:

I. Вступительная беседа «Нормы поведения»

Цель: расположить учащихся к активному участию на уроке; подвести учащихся к теме урока.

Задачи: прочитать притчу, задать вопросы, обсудить ответы.

II. Интерактивная беседа «Нормы поведения»

Цель: объяснить понятие и значимость норм поведения.

Задачи: задать вопросы, обсудить ответы.

III. Упражнение-игра «Спячка»

Цель: сформировать навыки контроля собственного поведения.

Задачи: объяснить правила игры, следить за соблюдением правил, задать вопросы, обсудить ответы.

IV. Упражнение-игра

Цель: сформировать навыки ранжирования поведения на плохое и хорошее.

Задачи: объяснить, зачем и как контролировать поведение других, объяснить задание, прочитать и обсудить ситуации.

V. Заключительная беседа

Цель: закрепить полученные знания.

Задачи: повторить основные понятия, похвалить учащихся.

### Занятие 6. «Саморазвитие»

Цель: сформировать у учащихся основные представления о саморазвитии и недостатках каждого человека.

Задачи:

1) объяснить учащимся суть саморазвития и его значимость;

2) объяснить учащимся, что такое недостатки, зачем они нужны, и как их преодолевать.

Оборудование: листки белой бумаги, ручки, карточки с написанными названиями животных, профессий или эмоций.

План урока:

I. Вступительная беседа «Два светильника»

Цель: расположить учащихся к активному участию на уроке; подвести учащихся к теме урока.

Задачи: рассказать притчу, задать вопросы, обсудить ответы.

II. Упражнение «Недостатки»

Цель: объяснить учащимся, что такое недостатки, зачем они нужны, и как их преодолевать.

Задачи: попросить детей написать собственные недостатки, прочитать притчу, объяснить, что недостатки указывают на нехватку чего-либо, попросить детей записать то на что указывают записанные ими недостатки, задать вопросы, обсудить ответы.

III. Интерактивная беседа «Саморазвитие»

Цель: объяснить учащимся суть саморазвития и его значимость.

Задачи: задать вопросы, обсудить ответы.

IV. Упражнение-игра

Цель: показать учащимся, что можно развиваться в процессе игры.

Задачи: объяснить правила, следить, чтобы они не нарушались, подвести итоги.

V. Заключительная беседа

Цель: закрепить полученные знания.

Задачи: подвести итоги занятия, похвалить учащихся.

Занятие 7. «Целеполагание»

Цель: сформировать у учащихся основные представления о том как правильно ставить и достигать цели.

Задачи:

- 1) научить учеников ставить второстепенные цели и задачи для их достижения;
- 2) объяснить понятие «цель»;
- 3) объяснить различия достижимых, недостижимых и труднодостижимых целей.

Оборудование: листки бумаги, ручки, кленовые листочки из цветной бумаги, два листа с подготовленными заранее заданиями.

План урока:

#### I. Вступительная беседа «Лодка»

Цель: расположить учащихся к активному участию на уроке; подвести учащихся к теме урока.

Задачи: прочитать притчу, задать вопросы, обсудить ответы.

#### II. Интерактивная беседа

Цель: объяснить понятие «цель», научить учеников ставить второстепенные цели и задачи для их достижения.

Задачи: попросить учащихся написать одну из желаемых целей, на доске наглядно показать, как выделить второстепенные цели и задачи к ним, позволить учащимся повторить эти действия со своей выбранной целью.

#### III. Упражнение «Достижимые и недостижимые цели»

Цель: объяснить различия достижимых, недостижимых и труднодостижимых целей.

Задачи: прочитать учащимся различные цели, обсудить их, объяснить какие цели лучше всего ставить перед собой.

#### IV. Упражнение-игра «Реклама»

Цель: научить учащихся работать в команде, выполняя различную деятельность, придерживаясь единой цели.

Задачи: разделить учеников на две группы с помощью кленовых листочков из цветной бумаги, объяснить правила, раздать задание на листочках, проверить выполненное задание.

#### V. Заключительная беседа

Цель: мотивировать на дальнейшую активную деятельность на занятиях.

Задачи: подвести итоги, наградить учащихся.

### Занятие 8. «Неуверенность»

Цель: сформировать у учащихся основные представления о проблеме неуверенности и о том, как от нее избавиться.

Задачи:

- 1) объяснить учащимся, что такое неуверенность и как она проявляется;
- 2) объяснить учащимся, как можно избавиться от неуверенности;
- 3) показать учащимся, что преодоление неуверенности приводит к успеху.

Оборудование: спички, инструкции по выполнению домика из спичек.

План урока:

#### I. Вступительная беседа «Бродяга»

Цель: расположить учащихся к активному участию на уроке; подвести учащихся к теме урока.

Задачи: прочитать притчу, задать вопросы, обсудить ответы.

#### II. Интерактивная беседа

Цель: объяснить учащимся, что такое неуверенность и как она проявляется; объяснить учащимся, как можно избавиться от неуверенности.

Задачи: задать вопросы, обсудить ответы.

#### III. Творческое упражнение

Цель: показать учащимся, что преодоление неуверенности приводит к успеху.

Задачи: объяснить задание, помочь в выполнении задания.

#### IV. Заключительная беседа

Цель: закрепить изученный материал.

Задачи: подвести итоги, дать мотивацию на дальнейшее развитие.

### Занятие 9. «Идеальный образ»

Цель: сформировать у учащихся основные представления о реальном и идеальном образе человека.

Задачи:

- 1) объяснить учащимся, что такое идеальный и реальный Я;
- 2) объяснить учащимся возможности совершенствоваться в направлении идеального Я.

Оборудование: листы бумаги, карандаши, фломастеры, доска, мел.

План урока:

#### I. Вступительная беседа «Верблюд»

Цель: расположить учащихся к активному участию на уроке.

Задачи: прочитать притчу, задать вопросы, обсудить ответы.

#### II. Интерактивная беседа «Я реальный – Я идеальный»

Цель: объяснить учащимся, что такое идеальный и реальный Я; объяснить учащимся возможности совершенствоваться в направлении идеального Я.

Задачи: задать вопросы, обсудить ответы.

#### III. Упражнение «Мое будущее»

Цель: сформировать у учащихся представления о том, в каком направлении стоит развиваться.

Задачи: объяснить задание, собрать результаты, провести их анализ вне урока.

#### IV. Упражнение-игра «Остров»

Цель: сформировать у учащихся умения решать конфликтные ситуации, не забывая об общей цели.

Задачи: объяснить задание, проследить за выполнением, подвести итоги.

#### V. Заключительная беседа

Цель: закрепить полученные знания.

Задачи: задать вопросы, обсудить ответы.

Занятие 10. «Рефлексия»

Цель: закрепить у учащихся основные представления о всех темах затронутых на занятиях.

Задачи:

- 1) узнать у учащихся мнение о проведенных занятиях;
- 2) вспомнить основные понятия, изученные в ходе занятий;
- 3) проанализировать, как учащиеся пользуются полученными знаниями.

Оборудование: спички, инструкции по выполнению домика из спичек.

План урока:

#### I. Вступительная беседа

Цель: узнать у учащихся мнение о проведенных занятиях.

Задачи: задать вопросы, обсудить ответы.

#### II. Интерактивная беседа «Вспомнить все»

Цель: вспомнить основные понятия, изученные в ходе занятий.

Задачи: задать вопросы, обсудить ответы.

#### III. Упражнение «Личность»

Цель: проанализировать, как учащиеся пользуются полученными знаниями.

Задачи: объяснить задание, помочь в выполнении, подвести итоги.

#### IV. Заключительная беседа

Цель: узнать у учащихся как повлияли занятия на их развитие.

Задачи: задать вопросы, обсудить ответы.

На протяжении недели учащиеся 6Б класса вместе с учителем заполняли «дневник самоконтроля». Разработанный нами ряд методов для повышения интереса к «дневнику самоконтроля» подействовал нужным нам образом. Ученики активно заполняли таблицы, напоминали учителю о дневнике на каждом уроке. Активно делились между собой своими достижениями в формировании самооценки в школе и дома.

### 3.2. Анализ результатов формирующего эксперимента

Первые результаты формирующего эксперимента были обнаружены уже на тематических занятиях. Несмотря на игровую форму подачи необходимой информации, респонденты отнеслись к теме занятий с полной серьезностью. Испытуемые активно отвечали на вопросы и выполняли задания. К концу реализации программы каждый учащийся знал, что такое самооценка и самоконтроль, а так же мог определить уровень самооценки по конкретной ситуации.

Разработанный нами «Дневник самоконтроля» действительно понравился испытуемым. Многие картинки были дополнены детскими рисунками и наклейками. Анкеты на второй странице дневника были заполнены у каждого учащегося в полной мере. К тесту на 8 странице дневника дети тоже отнеслись с большим интересом. Каждый из них нарисовал красочный фрукт (высшая оценка недели самоконтроля), используя цветные карандаши и фломастеры. Некоторые фрукты даже имели ножки, ручки и веселые улыбки, что говорит о позитивном настроении по итогам эксперимента.

Интересным для нас результатом стало различие оценок за самостоятельные, контрольные и проверочные работы, поставленных ребенком и учителем. Первые три дня у некоторых респондентов наблюдалось завышение или занижение своих возможностей. Однако к концу недели их оценки стали более приближены к оценкам учителя. На протяжении недели дети контролировали себя не только на уроках, но и в других различных ситуациях.

В ходе беседы контрольного эксперимента испытуемые поделились своими достижениями в сфере самоконтроля. Многие признались, что им проще стало выполнять действия, которые делать не хочется, но необходимо. В частности говорили о выполнении домашнего задания. Когда респондентам не хотелось выполнять домашние задания, они вспоминали

проведенный нами классный час и думали о контроле над своими желаниями. Кроме того, готовясь к самостоятельной работе, учащиеся думали о том, что оценки за самостоятельную работу пойдут в «Дневник самоконтроля» и готовились старательнее.

Наблюдение за испытуемыми в течение одного учебного дня в конце недели самоконтроля показало, что респонденты стали более собранные на уроках. Во время занятий все так же присутствует конкуренция между учениками, однако в большей степени ученики стали думать о собственных личных победах над самим собой. Например, респонденты сравнивают свои оценки в начале эксперимента и в конце, стремятся к тому, чтобы оценки были лучше. Учащиеся все так же предпочитают индивидуальные задания. Время концентрации на одном предмете у каждого респондента увеличилось, даже если ученик отвлекся от урока, он быстро вспоминает что важно не отвлекаться, чтобы добиться хороших результатов на самостоятельных работах. Во время проверочных и контрольных работ стараются не отвлекаться и реже помогают друг другу. Из-за желания быть первыми, на уроках все так же часто торопятся и проявляют невнимательность, однако данные явления стали намного реже. Если у испытуемых на уроках что-то не получается, они очень расстраиваются, но не бросают начатое, а пытаются понять, что они делают не так. Без присмотра учителя стараются поддерживать порядок и дисциплину во время урока, контролируют не только свое поведение, но и поведение одноклассников.

Таким образом, программа психолого-педагогической коррекции самооценки младших подростков с ЗПР повлияла на успеваемость испытуемых. Учащиеся стали быстрее усваивать новый материал и обращаться за помощью к учителю, если возникают трудности в понимании. Оценки за домашние задания и самостоятельные работы не значительно возросли.



Кроме того респонденты научились сами контролировать свое поведение и замечать поведение, отклоняющееся от нормы, у других. А так же подавлять свои желания в пользу необходимых действий.

Результаты формирующего эксперимента мы анализировали с помощью контрольного эксперимента. Задача контрольного эксперимента – это выявление уровня сформированности самооценки у респондентов после реализации программы психолого-педагогической коррекции самооценки младших подростков с ЗПР. Для решения задачи контрольного этапа мы использовали методики констатирующего этапа: модифицированная методика «Лесенка» В.Г. Щур; модифицированная методика Г.В. Дембо – С.Н. Рубинштейн; тест на уровень сформированности самооценки (прил.4).

Диагностика самооценки по методике «Лесенка» В.Г. Щур показала, что детей с адекватной самооценкой стало больше – 6 человек (46,15%), завышенная самооценка осталась у 2 детей (15,38%), и у 5 человек сохранилась заниженная самооценка (38,47%) (Рисунок 6). Подробные результаты представлены в Приложении 4, таблице 6.

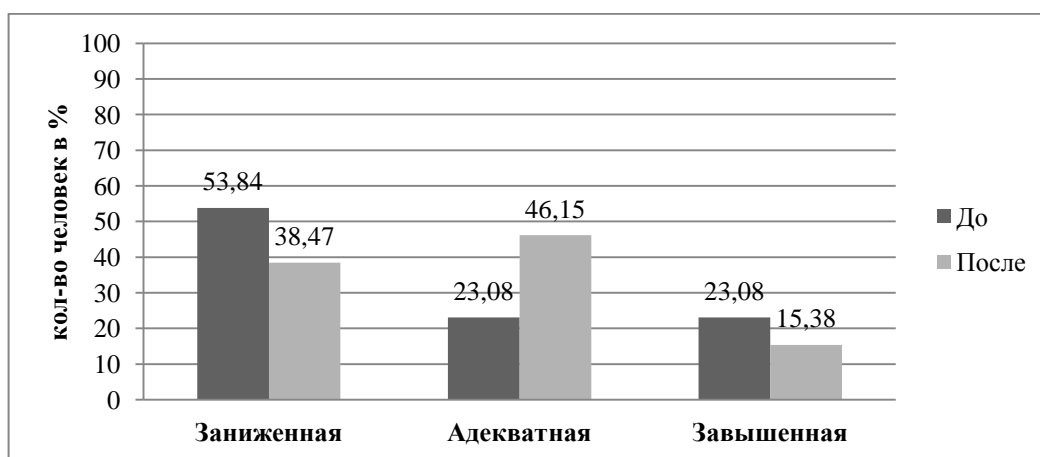


Рисунок 6 – Результаты диагностики самооценки по методике «Лестница» В.Д. Щур

На рисунке 6 мы видим, что составленная и реализованная нами программа психолого-педагогической коррекции самооценки положительно повлияла на детей с заниженной самооценкой. Это проявляется также в изменениях поведения данной группы испытуемых. Дети стали больше

акцентироваться на своих достоинствах, но не редко говорят и о собственных недостатках. Внешний вид и поведение стали отдаляться от образа «несчастливого человека», дети стали больше улыбаться и общаться со сверстниками. Испытуемые данной группы все так же неадекватно реагируют на критику, воспринимая ее как личное оскорбление, подтверждение собственной неполноценности. Однако стали более серьезно относиться к критике и после первой неадекватной реакции анализируют слова критики и делают правильные выводы. Боязнь совершить ошибку так же присутствует, но учащиеся охотно принимаются за дела, не откладывая на потом.

Кроме того на рисунке 6 мы можно заметить, что программа психолого-педагогической коррекции положительно повлияла так же на детей с завышенной самооценкой. Высокомерное, надменное и вызывающее поведение этих детей сменилось на доброжелательное и сдержанное. Унижение достоинства других людей стало не таким активным и открытым. Испытуемые этой группы стали лучше находить общий язык со сверстниками, чаще помогать другим и действовать сообща.

Повторное использование методики диагностики самооценки Г.В. Дембо – С.Н. Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан позволило сделать вывод, что количество респондентов со средним уровнем самооценки возросло. До реализации программы коррекции самооценки был только один ученик (7,69%) со средним уровнем самооценки, а после реализации количество возросло до 7 человек (53,84%). Соответственно уменьшилось количество учащихся с высоким и низким уровнем самооценки. Высоким уровнем самооценки стал обладать только 1 человек (7,69%), а низким – 5 человек (38,47%) (Рисунок 7). Подробные результаты приведены в Приложении 4, таблице 7.

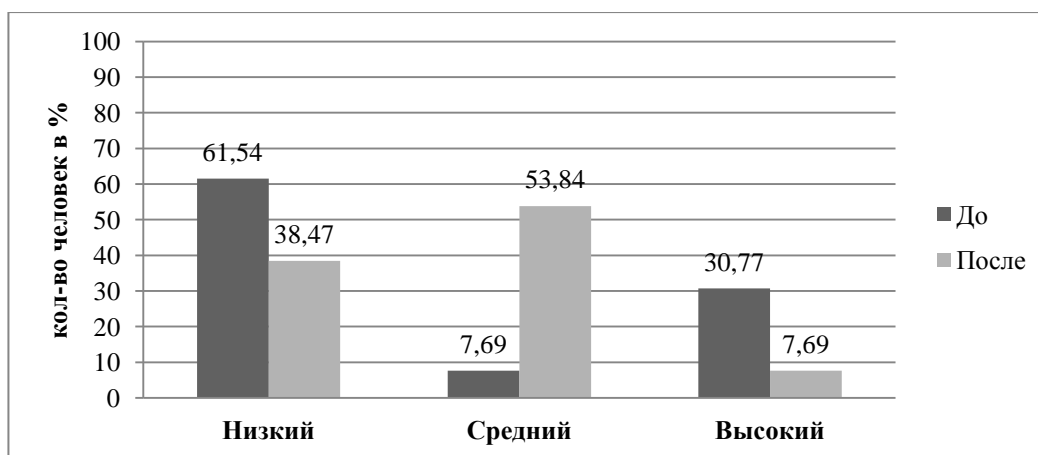


Рисунок 7 – Результаты диагностики самооценки по методике Г.В. Дембо – С.Н. Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан

Результаты теста уровня сформированности самооценки показали, что уровень сформированности у испытуемых после формирующего эксперимента возрос. До реализации программы коррекции высокий уровень сформированности самооценки был у 3 человек (23,08%), а после высокий уровень наблюдался у 7 человек (53,84%). Низкий уровень сформированности самооценки остался у 6 человек (6,16%) (рис.8) [Приложение 4, таблица 8].

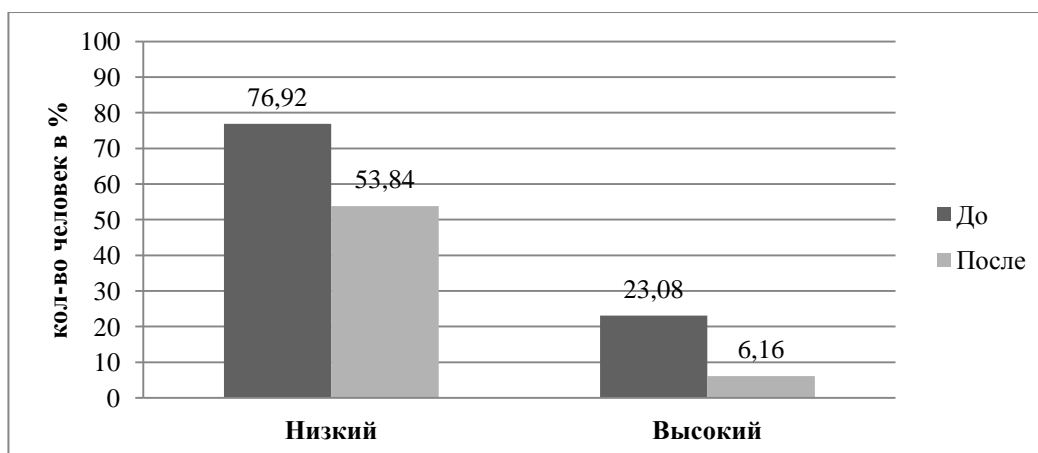


Рисунок 8 – Результаты диагностики самооценки с помощью теста уровня сформированности самооценки

Для более детального анализа эффективности программы психолого-педагогической коррекции самооценки младших подростков с ЗПР мы провели математико-статистическую обработку результатов исследования с использованием критерия Т-Вилкоксона.

Рассчитаем критерий Т Вилкоксона для диагностики самооценки с помощью теста уровня сформированности самооценки. Первые 5 этапов

Гипотезы:

$H_0$  – интенсивность сдвигов в типичном направлении не превосходит интенсивности сдвигов в нетипичном направлении.

$H_1$  – интенсивность сдвигов в типичном направлении превышает интенсивность сдвигов в нетипичном направлении.

Воспользуемся формулой расчета Т-критерия Вилкоксона, где  $R_t$  – ранговое число сдвигов в нетипичном направлении:

$$T_{\text{эмп}} = \sum R_t = 2.5 + 7 + 2.5 = 12$$

По таблице 4 Приложения 1 находим критические значения для Т-критерия Вилкоксона для  $N=13$ :

$$T_{\text{кр}} = 12 \quad (p \leq 0,01)$$

$$T_{\text{кр}} = 21 \quad (p \leq 0,05)$$

Построим ось значимости:

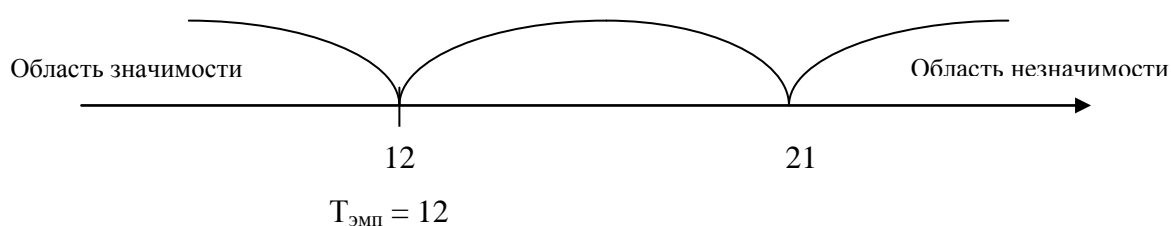


Рисунок 9 – Ось значимости для Т-критерия Вилкоксона

В данном случае эмпирическое значение  $T$  попадает в зону неопределенности:  $T_{\text{эмп}} = T_{\text{кр}}(0,01)$ . Однако при  $T_{\text{кр}} = 21$  ( $p < 0,05$ ) значение  $T_{\text{эмп}}$  попадает в зону значимости.

Гипотеза  $H_0$  отвергается. Интенсивность положительного сдвига показателя превышает интенсивность отрицательного сдвига ( $p \leq 0,05$ ).

Таким образом, контрольный эксперимент показал, что мы разработали эффективную программу психолого-педагогической коррекции самооценки младших подростков с ЗПР, что подтверждает нашу гипотезу о том, что уровень самооценки у младших подростков с задержкой психического развития, возможно, улучшится при внедрении программы психолого-педагогической коррекции.

Не стоит забывать, что психолого-педагогическая коррекция самооценки младших подростков с ЗПР – это длительный процесс, который длится намного дольше одной недели. Учитывая данную особенность мы разработали рекомендации педагогам, родителям и подросткам с задержкой психического развития по коррекции самооценки.

### **3.3. Рекомендации педагогам, родителям и подросткам с задержкой психического развития по коррекции самооценки**

Для успешной коррекционной работы с подростками с ЗПР, имеющими неадекватную самооценку, педагогу необходимо иметь как можно больше информации о каждом учащемся. Это общие сведения об учащемся, его родителях, других членах семьи, определить влияние друзей, различных коллективов на поведение подростка. Учет результатов всех видов наблюдений позволит увидеть и изучить поведение подростка во всех аспектах, определить те положительные проявления, на которые необходимо делать упор в коррекции неадекватной самооценки [40, с. 64].

Формирование адекватной самооценки подростков с ЗПР невозможно без принятия личности подростка со всеми особенностями темперамента и характера, особенностями семейного воспитания, состояния здоровья, без создания ситуации успеха для ребенка, как на уроке, так и во внеурочной деятельности, без стимулирования познавательной активности положительным подкреплением, без поощрения инициативы и желания подростка высказывать свое мнение, без опоры на зону ближайшего развития и учета реальных достижений младшего подростка с ЗПР.

Педагогу рекомендуется регулярно проводить с подростками целенаправленные занятия по развитию и коррекции самооценки. Такие занятия должны строиться по нескольким направлениям: развитие эмоционального интеллекта, развитие эмпатии и способности выражать свои чувства адекватно ситуации, развитие умения адекватно оценивать свои поступки и результаты деятельности, развитие умений и навыков самоконтроля и саморегуляции поведения [36, с. 321-322].

Педагогу необходимо проводить тренинги и индивидуальные занятия с подростками по развитию навыков конструктивного реагирования и распознавания собственных эмоциональных переживаний и реакций. Например, упражнение «Угадай настроение»: подростку предлагается с помощью пантомимических и мимических движений изобразить радость, удивление, гнев и др. состояния, а остальным угадать их. После выполнения задания психолог обсуждает с классом, насколько выразительно и понятно школьники отразили различные настроения.

Еще одним примером упражнения может послужить упражнение «Листы гнева», цель которого: снять эмоциональное напряжение и выплеснуть агрессию социально приемлемым способом. Листы гнева развешиваются в классе. Педагог объясняет детям, что в ситуации злости они могут сорвать лист гнева, смять, порвать и выбросить в корзину для мусора.

Так же подойдет упражнение «Ругательный угол», цель которого: формирование саморегуляции эмоций. Плакат со знаком «кирпич» вешается

в углу класса. Педагог сообщает подросткам, что они могут ругаться только в этом углу класса, а остальное его пространство объявляется свободным от вербальной агрессии [33, с. 13-17].

Так же рекомендуем педагогам более длительные методики коррекции самооценки. Например, оценивание своей работы, до оценивания педагогом. На протяжении года все дети должны сами оценивать свои работы, прежде чем отдать их на проверку учителю. Затем работы оцениваются учителем, обсуждаются случаи несовпадения и выясняются основания, на которых строилась оценка этих работ детьми – с одной стороны, и учителем – с другой.

Еще одна длительная методика коррекции самооценки основывается на коллективном оценивании. Работы, выполненные в классе, раздаются на взаимное рецензирование. Требуется отметить достоинства и недостатки и высказать свое мнение об оценке. После рецензирования работа возвращается автору, и учащийся может еще раз проанализировать собственную работу.

Помимо этого можно слабоуспевающему ученику с заниженной самооценкой, резким снижением мотива достижения поручить оказывать помощь слабоуспевающему младшему школьнику. Это позволит изменить социально-личностную позицию ребенка, характер его деятельности, отношение к себе. Повышение самооценки благодаря заимствованию позиции учителя в данном случае также может выступать предпосылкой повышения уровня собственной учебной деятельности, изменения отношения к ней.

Родителям необходимо проявить чуткость и внимательность к эмоциональным состояниям младших подростков с ЗПР. Постараться вовлечь подростка в какую-либо внеурочную деятельность. Воспринимать неудачи и ошибки подростка как неизбежные трудности, но носящие временный характер. Необходимо показать ребенку гордость за его успехи и регулярно хвалить, ориентироваться на позитивные стороны развития

подростка. Необходимо давать возможность ребенку ощущать эмоциональное принятие его личности в семье, искоренить методы физического наказания [77, с.210].

Большую часть времени младший подросток проводит в школе и дома. В школе о коррекции самооценки позаботится педагог-психолог, а дома родители. Рекомендуем родителям проводить регулярные тренинги, не заметные для ребенка. Тренинги как своеобразную форму дрессировки, при которой при помощи положительного подкрепления формируются нужные паттерны поведения, а при помощи отрицательного — «стираются» нежелательные. Например, корректировать самооценку можно при помощи регулярного повторения таких фраз:

«Ты молодец»;

«Старайся и у тебя все получится»;

«Мы верим, что ты справишься»;

«Ничего страшного, в следующий раз ты будешь внимательным и не допустишь такую ошибку»;

«Мы тоже иногда ошибаемся»;

«Прости, мы были не правы»;

«Это твой выбор и мы его уважаем»;

«Оценки – это не главное, главное, что ты самосовершенствуешься»;

«Мы любим тебя, не смотря не на что».

Такие простые фразы при регулярном использовании способны внушить ребенку, что он любим, что его ошибки – не страшны, что нужно действовать для того чтобы добиться успеха. Все это очень важно для формирования адекватной самооценки.

Именно родители закладывают первичную самооценку ребенку, поэтому очень важно, чтоб ребенок в мере получал поощрения и наказания. Большое количество поощрений может привести к завышенной самооценке, а большое количество наказаний – к заниженной самооценке. Если у ребенка уже сформировалась неадекватная самооценка, это не значит что поощрений



или наказаний должно быть больше. Перебор в поощрении или наказании может привести к ухудшению ситуации и закреплению неадекватной самооценки.

Рекомендуем родителям просить у ребенка совет. Относиться к ребенку как к равному, последовать его совету, даже если он далеко не лучший – это придаст уверенности ребенку и ощущения значимости. Советуем просить помощи у ребёнка. Необходимо чувствовать моменты, когда взрослому можно побыть слабым – в воспитательных целях. Детям, особенно подросткового возраста, очень важно чувствовать, что к нему относятся как к взрослому. Если родители будут показывать подростку, что его мнение значимо в семье, что его советы необходимы, ему легче будет принять себя частью социума, найти свое место и значимость в обществе.

Младшим подросткам с ЗПР мы рекомендуем заняться самовоспитанием. Для этого существуют разработанные Л. Бассет способы изменения самооценки [75, с. 56-59]:

1. Постарайтесь более позитивно относиться к жизни.

Используйте внутренний диалог с собой, состоящий только из позитивных утверждений. Если негативные мысли будут иметь место, постарайтесь тут же переключиться на приятное.

Мы предлагаем отказаться от всех источников негативной информации. Меньше смотреть новости по телевидению и интернету, носящие негативный характер. Удалить из социальных сетей группы, в которых выкладывают негативную информацию или обсуждают информацию в негативном контексте. Ограничить время общения с людьми, которые разговаривают исключительно о негативных ситуациях и не настроены на позитивный лад.

2. Относитесь к людям так как они того заслуживают.

Выискивайте в каждом человеке достоинства, а не недостатки.

Советуем в сложных ситуациях поставить себя на место того или иного человека. Взгляд от первого лица позволит разобраться в ситуации и понять

почему человек, так или иначе, поступил. Не нужно надолго запоминать обиды, вспоминайте, что хорошего сделал в своей жизни человек и обиды уйдут на второй план.

### 3. Относитесь к себе с уважением.

Составьте список своих достоинств. Убедите себя в том, что вы имеете таковые.

Рекомендуем не идти на поводу других людей, вопреки своему мнению. Если вы не хотите, например, шоколадку, не стоит ее брать и есть, даже если вы боитесь обидеть того, кто вам ее предложил. Если вы не хотите нести чужой портфель или делать за кого-то домашние задания, не делайте этого. Уважайте себя и вас начнут уважать другие. Но не стоит впадать в крайности и кричать о свободе выбора на каждом шагу. В какой-то ситуации необходимо вежливо отказаться, а в какой-то категорично сказать нет.

### 4. Попробуйте избавиться от того, что вам самим не нравится в себе.

Чаще смотрите на себя в зеркало, пытаясь ответить на вопрос: стоит ли что-то изменить в себе. Если да – не стоит откладывать.

Советуем взять листок и написать все недостатки в себе, которые вам не нравятся. Не стоит смотреть на этот список и расстраиваться, нужно написать подробный план действий, как устранить тот или иной недостаток или превратить его в достоинство.

### 5. Начинайте принимать решения самостоятельно.

Помните, что не существует правильных и не правильных решений. Любые принятые вами решения вы всегда можете оправдать и обосновать.

Принимать сложные решения не просто. Для того чтобы научиться принимать решения самостоятельно рекомендуем начать с самого простого. Принимайте мелкие не значительные решения, постепенно увеличивая их значимость. Например, решите по какому предмету домашнее задание вы будете делать в первую очередь, что оденете в школу, какой дорогой пойдете домой, какое молоко лучше купить и т.д.

6. Постарайтесь окружить себя тем, что оказывает на вас положительное влияние.

Приобретайте любимые книги, диски с любимой музыкой. Имейте и любите свои «слабости».

Коррекция своей самооценки не предполагает жестких рамок и ограничений. Каждому человеку нужно себя баловать, но нужно знать меру. Если слушать любимую музыку целый день, можно не успеть сделать домашнее задание и получить двойку. Предлагаем написать график отдыха на неделю или на месяц, в котором будут отражаться какие «слабости» вы себе позволите, и какая будет продолжительность по времени.

7. Начинайте рисковать.

Принимайте на себя ответственность, пусть доля риска сначала может быть не велика.

Становиться ответственным не менее трудно, чем принимать решения. Не всегда принятые решения приводят к положительному результату, однако не стоит бояться неудач. Один раз, совершив ошибку, вы уже ее, скорее всего не повторите. Рискуйте, а свои неудачи записывайте в блокнот, как рекомендации. Например, «не покупать дешевое молоко, оно менее вкусное и быстро киснет».

8. Обретите веру: в человека, в обстоятельства и т.д.

Помните, что вера в нечто более значительное, чем мы сами, может помочь нам в решении трудных вопросов. Если вы не можете повлиять на ход событий, «отойдите в сторону» и просто подождите.

Рекомендуем вам не заикливаться на неразрешимых задачах. Если вам трудно принять решение, ситуация вышла из под вашего контроля, вы уверены, что сделали все возможное – отпустите ситуацию. Верьте, что все может разрешиться само собой. Возможно появится более мудрый человек и поможет вам с вашей проблемой, просто нужно подождать.

Таким образом, работа по формированию адекватной самооценки у младших подростков с задержкой психического развития должна иметь комплексный и системный характер.

### Вывод по главе 3

Главной задачей формирующего исследования стала разработка программы психолого-педагогической коррекции самооценки младших подростков с ЗПР. Основанием данной программы стала методика Дневник-тетрадь «Что я знаю и умею». Для нашего исследования мы немного модифицировали данную методику и разработали «дневник самоконтроля» (прил.3).

Для внедрения «дневника самоконтроля» в экспериментальную группу мы разработали и провели 10 занятий для младших подростков. Основной целью программы выступала психолого-педагогическая коррекция самооценки младших подростков с ЗПР.

На протяжении недели учащиеся 6Б класса вместе с учителем заполняли «дневник самоконтроля». Разработанный нами ряд методов для повышения интереса к «дневнику самоконтроля» подействовал нужным нам образом. Ученики активно заполняли таблицы, напоминали учителю о дневнике на каждом уроке. Активно делились между собой своими достижениями в формировании самооценки в школе и дома.

Анализ результатов показал, что программа психолого-педагогической коррекции самооценки младших подростков с ЗПР повлияла на успеваемость испытуемых. Учащиеся стали быстрее усваивать новый материал и обращаться за помощью к учителю, если возникают трудности в понимании. Оценки за домашние задания и самостоятельные работы не значительно возросли.

Результаты формирующего эксперимента мы анализировали с помощью контрольного эксперимента. Для решения задачи контрольного

эксперимента мы использовали методики констатирующего этапа: модифицированная методика «Лесенка» В.Г. Щур; модифицированная методика Г.В. Дембо – С.Н. Рубинштейн; тест на уровень сформированности самооценки и метод математической статистики «Критерий Т – Вилкоксона».

Контрольный эксперимент показал, что самооценка испытуемых приблизилась к норме, а это значит что мы разработали эффективную программу психолого-педагогической коррекции самооценки младших подростков с ЗПР, которой могут воспользоваться учителя, психологи и родители с целью коррекции неадекватной самооценки.

Не стоит забывать, что психолого-педагогическая коррекция самооценки младших подростков с ЗПР – это длительный процесс, который длится намного дольше одной недели. Учитывая данную особенность мы разработали рекомендации педагогам, родителям и подросткам с задержкой психического развития по коррекции самооценки. Коррекция самооценки младших подростков с ЗПР будет по-настоящему эффективной, если она будет проводиться комплексно с трех сторон: со стороны педагога-психолога, со стороны родителей и со стороны самого подростка.

## **Заключение**

Способность давать адекватную оценку своим личностным качествам, анализировать свои поступки, поведение, отношения с окружающими необходима для развития творческой разносторонней личности.

Проведенный анализ психолого-педагогической литературы показал, что на данный момент отсутствует единая точка зрения на определение понятия «самооценка». Исследователи из разных областей знания трактуют его по-разному. Однако из всего многообразия определений была выделена особенность, отмечаемая большинством авторов: самооценка определяется

как оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей, наличие критической позиции индивида по отношению к тому, чем он обладает.

Раскрыты особенности личности подростка с задержкой психического развития, которые заключаются в следующем: эмоциональная сфера характеризуется неустойчивостью, которая обуславливает быструю психическую истощаемость и частую смену рабочих и нерабочих настроений, что, в свою очередь, затрудняет выполнение предъявленных взрослыми требований и снижает работоспособность. Наблюдается несформированность саморегуляции, недоразвитие ответственности и самодисциплины, слабость волевого контроля, моральная незрелость, расторможенность влечений, инфантильные проявления в суждениях и поведении, острое непослушание, склонность к конфликтам.

Констатирующий эксперимент ставил своей задачей выявление уровня сформированности самооценки у респондентов. Он показал, что у большинства респондентов неадекватная самооценка, требующая коррекции.

Главной задачей формирующего исследования стала разработка программы психолого-педагогической коррекции самооценки младших подростков с ЗПР. В данную программу вошли: 10 тематических занятий и раздаточный материал «Дневник самоконтроля».

Разработанный нами ряд методов для повышения интереса к «дневнику самоконтроля» подействовал нужным нам образом. Ученики активно заполняли таблицы, напоминали учителю о дневнике на каждом уроке. Активно делились между собой своими достижениями в формировании самооценки в школе и дома.

Контрольный этап исследования показал, что уровень самооценки испытуемых приблизился к норме. Таким образом, мы разработали эффективную программу психолого-педагогической коррекции самооценки младших подростков с ЗПР, которой могут воспользоваться учителя, психологи и родители. Помимо методики мы разработали общие

рекомендации по формированию адекватной самооценки младших подростков с ЗПР.

Основными рекомендациями являются: принятие личности подростка, создание ситуации успеха, поощрение инициативы, тренировка навыков конструктивного реагирования, саморегуляции, распознавании собственных эмоциональных переживаний, обеспечение эмоционального принятия подростка с ЗПР, проявление терпения и заботы, вовлечение подростка с ЗПР в продуктивную деятельность.

### Список литературы

1. Акрушенко А.В. Психология развития и возрастная психология: учебное пособие / А.В. Акрушенко, О.А. Ларина, Т.В. Катарьян – Саратов: Научная книга, 2012. – 127 с.
2. Бабкина Н.В. Оценка психологической готовности детей к школе: Пособие для психологов и специалистов / Н.В. Бабкина – М.: Айрис-Пресс, 2006 – 32 с.
3. Батюта М.Б. Возрастная психология: Учебное пособие / М.Б. Батюта, Т.Н. Князева. – М.: Логос, 2013. – 306 с.
4. Белопольская Н.Л. Психологическая диагностика личности детей с задержкой психического развития / Н.Л. Белопольская – М.: Когито-Центр, 2009. – 192 с.
5. Болотова А.К. Психология развития и возрастная психология: Учебное пособие / А.К. Болотова, О.Н. Молчанова. – М.: ИД ГУ ВШЭ, 2012. – 526 с.
6. Бордовская Н.В. Психология и педагогика: Учебник для вузов. Стандарт третьего поколения / Н.В. Бордовская, С.И. Розум. – СПб.: Питер, 2013. – 624 с.
7. Боровик О.В. Практический материал для проведения психолого-педагогического обследования детей / О.В. Боровик, С.Д. Забрамная - М.: Владос, 2003 (переиздана в 2008) – 56 с.
8. Бороздина Л.В. Что такое самооценка: учебное пособие / Л.В. Бороздина – М.: Акрополь, 2010. – 322 с.
9. Быкова И.С. Нарушения психического развития в детском возрасте / И.С. Быкова – Оренбург: Оренбургская государственная медицинская академия, 2013. – 162 с.
10. Василькова Ж.Г. Клиническая психология детей и подростков / Ж.Г. Василькова – Красноярск: Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева, 2015. – 156 с.



11. Винник М.О. Задержка психического развития у детей: методологические принципы и технологии диагностической и коррекционной работы / М.О. Винник – Рн/Д: Феникс, 2007. – 154 с.
12. Вульфов Б.З. Психология и педагогика: Учебник для бакалавров / П.И. Пидкасистый, Б.З. Вульфов, В.Д. Иванов. – М.: Юрайт, ИД Юрайт, 2012. – 724 с.
13. Глухов В.П. Коррекционная педагогика с основами специальной психологии (курс лекций): Учебное пособие / В.П. Глухов. – М.: Секачев В., 2012. – 256 с.
14. Гуревич П.С. Психология и педагогика: Учебник для бакалавров / П.С. Гуревич. – М.: Юрайт, 2013. – 479 с.
15. Гуслова М.Н. Инновационные педагогические технологии: Учебное пособие для студентов учреждений сред.проф. образования / М.Н. Гуслова. – М.: ИЦ Академия, 2013. – 288 с.
16. Дарвиш О.Б. Возрастная психология: Учебное пособие / О.Б. Дарвиш; Под ред. В.Е. Ключко. – М.: КДУ, Владос-Пр., 2013. – 264 с.
17. Долгова В.И. Актуальные проблемы психолого-педагогического сопровождения личности / В.И. Долгова, Н.В. Крыжановская, Н.А. Непомнящая – Научно-методический электронный журнал «Концепт» – 2016. – С. 1-8 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://e-koncept.ru/2016/4670.htm>
18. Драпкин Б.З. Семейная психотерапия (метод психотерапии материнской любви) / Б.З. Драпкин. – М.: ДеЛипринт, 2005. – 260 с.
19. Егидес А.П. Психология конфликта: Учебное пособие / А.П. Егидес. – М.: МФПУ Синергия, 2013. – 320 с.
20. Еникеев М.И. Общая и социальная психология: Учебник / М.И. Еникеев. – М.: Норма, НИЦ ИНФРА-М, 2013. – 640 с.
21. Ефимова Н.С. Психология общения. Практикум по психологии: Учебное пособие / Н.С. Ефимова. - М.: ИД ФОРУМ, НИЦ ИНФРА-М, 2013. - 192 с.

22. Журдина О.А. Дети с задержкой психического развития: подготовка к школе / О.А. Журдина, Н.В. Краснощекова – Рн/Д.: Феникс, 2007. – 157 с.
23. Зеленина Н.Ю. Социально-эмоциональное развитие ребенка с ограниченными возможностями / Н.Ю. Зеленина – Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2014. – 46 с.
24. Ильин Е.П. Психология общения и межличностных отношений / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2013. – 576 с.
25. Исаева Т.Н. Изучаем обучая: Дети с ограниченными возможностями: Методические рекомендации по изучению детей с тяжелой и умеренной умственной отсталостью / Т.Н. Исаева, С.Д. Забрамная - М.: Сфера, 2007. – 112 с.
26. Казанская В.Г. Подросток. Трудности взросления / В.Г. Казанская – СПб.: Питер, 2008. – 179 с.
27. Капустин С.А. Экзистенциальный критерий нормальности и аномальности личности в классических направлениях психологии и психотерапии / С.А. Капустин. – М.: Когито-Центр, 2013. – 101 с.
28. Коломинский Я.Л. Психическое развитие детей в норме и патологии: психологическая диагностика, профилактика и коррекция /Я.Л. Коломинский, Е.А. Панько, С.А. Игумнов – СПб.: Питер, 2014. – 480 с.
29. Конева И.А. Особенности образа Я младших подростков с ЗПР / И.А. Конева – Н.: Новгород, 202. – 217 с.
30. Котова И.Б. Общая психология: Учебное пособие / И.Б. Котова, О.С. Канаркевич. – М.: Дашков и К, Академцентр, 2013. – 480 с
31. Кочарян А.С. Психотерапия: Учебник для вузов / Л.Ф. Бурлачук, А.С. Кочарян, М.Е. Жидко; Под общ.и науч. ред. Л.Ф. Бурлачук. – СПб.: Питер, 2012. – 496 с.
32. Кравченко А.И. Психология и педагогика: Учебник / А.И. Кравченко. – М.: ИНФРА-М, 2013. – 400 с.

33. Кравченко Ю.Е. Психология эмоции. Классические и современные теории и исследования / Ю.Е. Кравченко. – М.: Форум, 2012. – 544 с.
34. Крысько В.Г. Психология и педагогика: Учебник для бакалавров / В.Г. Крысько. – М.: Юрайт, 2013. – 471 с.
35. Курпатов А.В. Руководство по системной поведенческой психотерапии / А.В. Курпатов, Г.Г. Аверьянов. – Рн/Д: Феникс, 2013. – 571 с.
36. Лаукс Г. Психиатрия и психотерапия: Справочник / Г. Лаукс, Х. Меллер; Пер. с нем. В.П. Яковлева; Под общ.ред. П.И. Сидорова. – М.: МЕДпресс-инф., 2012. – 512 с.
37. Левченко И.Ю. Психолого-педагогическая диагностика нарушений развития / И.Ю. Левченко, С.Д. Забрамная – М.: Сфера, 2007. – 235 с.
38. Липкина А.И. Самооценка / А.И. Липкина – Саратов: Вузовское образование, 2017. – 83 с.
39. Литвак Р.А. Основы научного исследования: учебное пособие / Р.А. Литвак, Г.Я. Гревцева, М.В. Циулина – Чел.: Цицеро, 2016. – 187 с.
40. Макарова И.В. Общая психология: Краткий курс лекций / И.В. Макарова. – М.: Юрайт, 2013. – 182 с.
41. Маклаков А.Г. Общая психология: Учебник для вузов / А.Г. Маклаков. – СПб.: Питер, 2013. – 583 с.
42. Мамайчук И.И. Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии / И.И. Мамайчук – СПб.: Питер, 2003. – 423 с.
43. Мандель, Б.Р. Возрастная психология: Учебное пособие / Б.Р. Мандель. – М.: Вузовский учебник, НИЦ ИНФРА-М, 2013. – 352 с.
44. Марцинковская Т.Д. Психология и педагогика: Учебник / Т.Д. Марцинковская, Л.А. Григорович. – М.: Проспект, 2013. – 464 с.
45. Митяева А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений / А.М. Митяева. – М.: ИЦ Академия, 2012. – 208 с.

46. Немов Р.С. Общая психология. В 3-х т. Т. 3. Психология личности: Учебник / Р.С. Немов. – М.: Юрайт, 2012. – 739 с.
47. Неретина Т.Г. Специальная педагогика и коррекционная психология: учебно-методический комплекс / Т.Г. Неретина – М.: Флинта: МПСИ, 2008. – 376 с.
48. Обухова Л.Ф. Возрастная психология: Учебник для бакалавров / Л.Ф. Обухова. – М.: Юрайт, 2013. – 460 с.
49. Обучение детей с нарушениями интеллектуального развития: олигофренопедагогика: учебное пособие для вузов / Б.П. Пузанов, Н.П. Коняева, Б.Б. Горский и др.; под ред. Б. П. Пузанова. – М.: Академия, 2008. – 272 с.
50. Овчарова Р.В. Прикладная психология образования / Р.В. Овчарова – М.: Академия, 2003. – 448 с.
51. Оклендер В. Окна в мир ребенка: Руководство по детской психотерапии / В. Оклендер; Пер. с англ. Ф.Б. Березин [и др.]. – М.: Класс, 2012. – 336 с.
52. Павленко Н.Н. Психология и педагогика: Учебное пособие / Н.Н. Павленко, С.О. Павлов. – М.: КноРус, 2012. – 496 с.
53. Павлов И.С. Психотерапия в практике. Технология психотерапевтического процесса / И.С. Павлов. – М.: Акад. Проект, Культура, 2017. – 512 с.
54. Пастюк О.В. Психология и педагогика: Учебное пособие / О.В. Пастюк. – М.: НИЦ ИНФРА-М, 2013. – 160 с.
55. Патракеев В.Г. Педагогические технологии коррекционно-развивающего обучения школьников со сниженными учебными возможностями: Научное издание / В.Г. Патракеев. – М.: УЦ Перспектива, 2013. – 164 с.
56. Психологические особенности детей и подростков с проблемами в развитии: изучение и психокоррекция: учебное пособие для вузов по направлению "Педагогика": доп. УМО вузов РФ / В.Г. Алямовская, Е.Н.

Васильева, Е.Е. Дмитриева и др.; под ред. У.В. Ульенковой – СПб.: Питер, 2007. – 304 с.

57. Психология детей с задержкой психического развития: изучение, социализация, психокоррекция: хрестоматия / сост. О.В. Защирина – СПб.: Речь, 2003. – 432 с.

58. Рамендик Д.М. Общая психология и психологический практикум / Д.М. Рамендик. – М.: Форум, 2013. – 304 с.

59. Самыгин С.И. Психология и педагогика: Учебное пособие / С.И. Самыгин, Л.Д. Столяренко. – М.: КноРус, 2012. – 480 с.

60. 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.

61. Сидоренков А.В. Социальная психология малых групп: Учебное пособие / А.В. Сидоренков. – Рн/Д: Феникс, 2012. – 381 с.

62. Современные проблемы общей и коррекционной педагогики и психологии детства: в 2 кн.: сборник научных трудов / под ред. Е.Ю. Куликовой – Н.: НГПУ, 2007. – 114 с.

63. Соснин В.А. Социальная психология: Учебник / В.А. Соснин, Е.А. Красникова. – М.: Форум, 2013. – 336 с.

64. Старшенбаум Г.В. Психосоматика и психотерапия: Исцеление души и тела / Г.В. Старшенбаум. - Рн/Д: Феникс, 2013. - 350 с.

65. Столяренко Л.Д. Психология и педагогика: краткий курс лекций / Л.Д. Столяренко, В.Е. Столяренко. – М.: Юрайт, 2013. – 134 с.

66. Столяренко Л.Д. Психология и педагогика: Учебник / Л.Д. Столяренко, С.И. Самыгин, В.Е. Столяренко. – Рн/Д: Феникс, 2012. – 636 с.

67. Столяренко Л.Д. Психология общения: Учебник / Л.Д. Столяренко, С.И. Самыгин. – Рн/Д: Феникс, 2013. – 317 с.

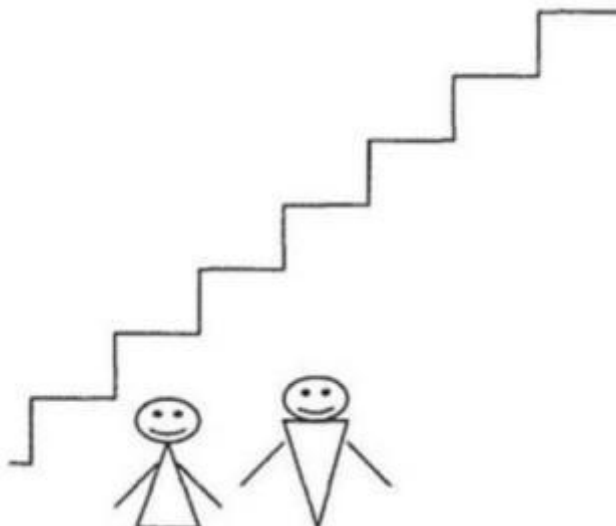
68. Столяренко Л.Д. Социальная психология: Краткий курс лекций / Л.Д. Столяренко, В.Е. Столяренко. – М.: Юрайт, 2012. – 219 с.

69. Столяренко, А.М. Психология и педагогика: Учебник для студентов вузов / А.М. Столяренко. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2013. – 543 с.
70. Сухов А.Н. Социальная психология: Учебное пособие для студентов учреждений среднего профессионального образования / А.Н. Сухов. – М.: ИЦ Академия, 2013. – 240 с.
71. Хилько М.Е. Возрастная психология: Краткий курс лекций / М.Е. Хилько, М.С. Ткачева. – М.: Юрайт, 2013. – 200 с.
72. 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.
73. Цветков В.Л. Психология конфликта. От теории к практике: Учебное пособие для студентов вузов / В.Л. Цветков. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2013. – 183 с.
74. Чернышова Л.И. Психология и педагогика: Учебное пособие / Э.В. Островский, Л.И. Чернышова; Под ред. Э.В. Островский. – М.: Вузовский учебник, НИЦ ИНФРА-М, 2013. – 381 с.
75. Шаповаленко И.В. Психология развития и возрастная психология: Учебник для бакалавров / И.В. Шаповаленко. – М.: Юрайт, 2013. – 567 с.
76. Щербакова Т.Н. Теоретические основы организации обучения в начальных классах. Педагогические технологии: Учебное пособие для студентов учреждений среднего профессионального образования / В.П. Сергеева, Э.К. Никитина, Т.Н. Щербакова; Под ред. В.П. Сергеева. – М.: ИЦ Академия, 2013. – 320 с.
77. Экман П. Психология эмоций / П. Экман; Пер. с англ. В. Кузин; Под науч. ред. Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2013. – 240 с.
78. Экман П. Психология эмоций. Я знаю, что ты чувствуешь / П. Экман; Пер. с англ. В. Кузин; Под науч. ред. Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2012. – 334 с.

## Методики диагностики самооценки младших подростков

Методика «Лесенка» В.Г.Щур

Цель методики – исследование самооценки детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста.



## Инструкция:

«Если всех детей рассадить на этой лесенке, то на трех верхних ступеньках окажутся хорошие дети: умные, добрые, сильные, послушные – чем выше, тем лучше (показывают: «хорошие», «очень хорошие», «самые хорошие»). А на трех нижних ступеньках окажутся плохие дети – чем ниже, тем хуже («плохие», «очень плохие», «самые плохие»). На средней ступеньке дети не плохие и не хорошие. Покажи, на какую ступеньку ты поставишь себя. Объясни почему?»

После ответа ребенка, его спрашивают: «Ты такой на самом деле или хотел бы быть таким? Пометь, какой ты на самом деле и каким хотел бы быть». «Покажи, на какую ступеньку тебя поставила бы мама, папа, учитель».

## Процедура проведения:

Ребенку показывают нарисованную лесенку с семью ступеньками, и объясняют задание. Используется стандартный набор характеристик: «хороший – плохой», «добрый – злой», «умный – глупый», «сильный – слабый», «смелый – трусливый», «самый старательный – самый небрежный». Количество характеристик можно сократить.

В процессе обследования необходимо учитывать, как ребенок выполняет задание: испытывает колебания, раздумывает, аргументирует свой выбор. Если ребенок не дает никаких объяснений, ему следует задать уточняющие вопросы: «Почему ты себя сюда поставил? Ты всегда такой?» и т.д.

## Интерпретация результатов:

## 1. Неадекватно завышенная самооценка.

Не раздумывая, ставит себя на самую высокую ступеньку; считает, что мама оценивает его также; аргументируя свой выбор, ссылается на мнение взрослого: «Я хороший. Хороший и больше никакой, это мама так сказала».

## 2. Завышенная самооценка.

После некоторых раздумий и колебаний ставит себя на самую высокую ступеньку, объясняя свои действия, называет какие-то свои недостатки и промахи, но объясняет их внешними, независящими от него, причинами, считает, что оценка взрослых в некоторых случаях может быть несколько ниже его собственной: «Я, конечно, хороший, но иногда ленюсь. Мама говорит, что я неаккуратный».

## 3. Адекватная самооценка.

Обдумав задание, ставит себя на 2-ю или 3-ю ступеньку, объясняет свои действия, ссылаясь на реальные ситуации и достижения, считает, что оценка взрослого такая же либо несколько ниже.

#### 4. Заниженная самооценка.

Ставит себя на нижние ступеньки, свой выбор не объясняет либо ссылается на мнение взрослого: «Мама так сказала».

Если ребенок ставит себя на среднюю ступеньку, это может говорить о том, что он, либо не понял задание, либо не хочет его выполнять.

Дети с заниженной самооценкой из-за высокой тревожности и неуверенности в себе часто отказываются выполнять задание, на все вопросы отвечают: «Не знаю».

Неадекватно завышенная самооценка свойственна детям младшего и среднего дошкольного возраста: они не видят своих ошибок, не могут правильно оценить себя, свои поступки и действия.

Самооценка детей 6-7-летнего возраста становится уже более реалистичной, в привычных ситуациях и привычных видах деятельности приближается к адекватной. В незнакомой ситуации и непривычных видах деятельности их самооценка завышенная.

Для детей 7-10 лет адекватной считается самооценка, при которой ребенок несколько положительных качеств отмечает на верхней части лесенки, а одно-два качества – в середине лесенки или несколько ниже. Если ребенок выбирает только верхние ступеньки лесенки, можно считать, что его самооценка завышена, он не может или не хочет правильно себя оценить, не замечает своих недостатков. Образ, выстроенный ребенком, не совпадает с представлениями о нем других людей. Такое несовпадение препятствует контактам и может являться причиной асоциальных реакций ребенка.

Выбор нижних ступенек свидетельствует о заниженной самооценке. Для таких детей, как правило, характерны тревожность, неуверенность в себе.

Если значимые люди (по мнению ребенка) оценивают его так же, как он оценил себя, или дают более высокую оценку – ребенок защищен психологически, эмоционально благополучен.



Методика Г.В. Дембо – С.Н. Рубинштейн  
в модификации А.М. Прихожан

*Шкала самооценки*

100      100      100      100      100      100      100

0            0            0            0            0            0            0

Здоровье    Умственные способности    Характер    Авторитет у сверстников    Умелые руки    Внешность    Уверенность в себе

**Инструкция:**

Любой человек оценивает свои способности, возможности, характер и др. Уровень развития каждого качества, стороны человеческой личности можно условно изобразить вертикальной линией, нижняя точка которой будет символизировать самое низкое развитие, а верхняя – наивысшее. На следующей странице изображены семь таких линий. Они обозначают:

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

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 времени. После этого крестиком (x) отметьте, при каком уровне развития этих качеств вы были бы удовлетворены собой или почувствовали гордость за себя.

**Задание:**

Изображено семь линий, длина каждой – 100 мм, с указанием верхней, нижней точек и серединой шкалы. При этом верхняя и нижняя точки отличаются заметными чертами, середина – едва заметной точкой. Методика может проводиться как фронтально – с целым классом (или группой), так и индивидуально. При фронтальной работе необходимо проверить, как каждый ученик заполнил первую шкалу. Надо убедиться, правильно ли применяются предложенные значки, ответить на вопросы. После этого испытуемый работает самостоятельно. Время, отводимое на заполнение шкалы вместе с чтением инструкции, 10-12 мин.

**Обработка результатов:**

Обработка проводится по шести шкалам (первая, тренировочная - "здоровье" - не учитывается). Каждый ответ выражается в баллах. Как уже отмечалось ранее, размеры каждой шкалы 100 мм, в соответствии с этим ответы школьников получают количественную характеристику (напр., 54 мм = 54 баллам).

1. По каждой из шести шкал определить:

а) уровень притязаний - расстояние в мм от нижней точки шкалы ("О") до знака "х";

б) высоту самооценки - от "0" до знака "х";

в) значение расхождения между уровнем притязаний и самооценкой - расстояние от знака "х" до знака "-", если уровень притязаний ниже самооценки, он выражается отрицательным числом.

2. Рассчитать среднюю величину каждого показателя по всем шести шкалам.

Таблица 1

## Оценка и интерпретация отдельных параметров

Параметр	Количественная характеристика (балл)			
	Норма			Завышенный
	Низкий	Средний	Высокий	
Уровень притязаний	Менее 60	60-74	75-89	90-100
Уровень самооценки	Менее 45	45-59	60-74	75-100

Уровень притязаний:

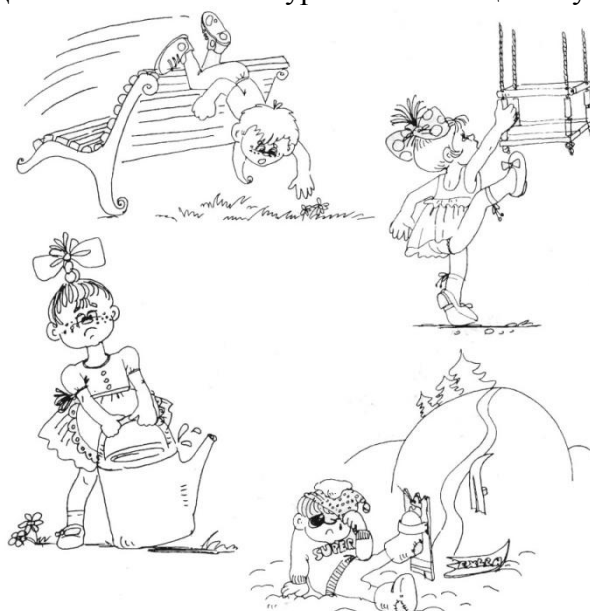
Норму, реалистический уровень притязаний характеризует результат от 60 до 89 баллов. Наиболее оптимальный – сравнительно высокий уровень – от 75 до 89 баллов, подтверждающий оптимальное представление о своих возможностях, что является важным фактором личностного развития. Результат от 90 до 100 баллов – обычно удостоверяет нереалистическое, не критическое отношение детей к собственным возможностям. Результат менее 60 баллов свидетельствует о заниженном уровне притязаний, он – индикатор неблагоприятного развития личности.

Высота самооценки:

Количество баллов от 45 до 74 ("средняя" и "высокая" самооценка) удостоверяют реалистическую (адекватную) самооценку. Количество баллов от 75 до 100 и выше свидетельствует о завышенной самооценке и указывает на определенные отклонения в формировании личности. Завышенная самооценка может подтверждать личностную незрелость, неумение правильно оценить результаты своей деятельности, сравнивать себя с другими; такая самооценка может показывать на существенные искажения в формировании личности – "закрытости для опыта", нечувствительности к своим ошибкам, неудачам, замечаниям и оценкам окружающих. Количество баллов ниже 45 указывает на заниженную самооценку (недооценку себя) и свидетельствует о крайнем неблагополучии в развитии личности. Эти ученики составляют "группу риска", их, как правило, мало. За низкой самооценкой могут скрываться два совершенно разных психологических явления: подлинная неуверенность в себе и "защитная", когда декларирование (самому себе) собственного неумения, отсутствия способности и т.п. позволяет не прилагать никаких усилий.

## Тест на уровень сформированности самооценки

Способность к самооценке предполагает обращение внимания ребенка на содержание собственных действий, способность к оценке результатов этих действий и своих возможностей. Цель теста – выявить уровень самооценки у младших школьников.



## Инструкция:

Ребенку предлагают рассмотреть по очереди 4 картинки, на которых изображены его сверстники в ситуациях неуспеха в деятельности, просят рассказать, что нарисовано (если ситуация понята ребенком неправильно, взрослый дает необходимые разъяснения), объяснить причину неудач детей, изображенных на картинках, и предложить свои варианты решения практической задачи.

## Ситуации:

- 1) на первой картинке нарисована скамейка, через которую прыгает мальчик, но видно, что он зацепился и падает;
- 2) на второй картинке девочка собирается качаться на качелях, но никак не может забраться на них;
- 3) на третьей картинке изображено как девочка берет лейку, хочет полить цветы, но не может ее поднять;
- 4) на четвертой – нарисован мальчик на склоне снежной горы со сломанной лыжей.

## Возможные варианты ответов:

1. Если ребенок видит причину ситуации в персонаже, объясняя, что это особенность персонажа, которую невозможно исправить, значит ребенок не научился адекватно оценивать себя. Скорее всего в сложной ситуации он будет винить себя и говорить о своей неспособности – 0 баллов.

2. Если ребенок объясняет, что причина неудач в лейке, скамейке, качелях, горке, т.е. неудачи происходили по не зависящим от персонажей причинам, значит, он еще не научился оценивать себя и контролировать свои действия. Скорее всего, столкнувшись с неудачей, он бросит начатое дело и займется чем-нибудь другим – 1 балл.

3. Если ребенок видит причину события в самих персонажах и предлагает им потренироваться, подрасти, набраться сил, позвать на помощь, значит, у него хорошая способность к самооценке и самоконтролю – 2 балла.

4. Когда ребенок видит причину неудач и в персонаже и в объекте, это говорит еще и о хорошей способности к разностороннему анализу ситуации – 3 балла.

Второй и третий варианты ответов свойственны детям, прошедшим кризис 7 лет и способным более правильно (адекватно) оценивать себя и контролировать свою деятельность. Первый вариант ответов – типично «дошкольный», как правило, сочетается с неадекватно завышенной самооценкой, с неумением контролировать и оценивать себя.

Интерпритация результатов:

0-4 балла: низкий уровень сформированности самооценки.

5-12 баллов: высокий уровень сформированности самооценки.

Дневник-тетрадь «Что я знаю и умею».

Цель – развитие самооценки и самоконтроля у учащихся.

Процедура проведения:

Такая тетрадь есть у каждого ученика. То, что изучается детьми в данный момент, моделируется или записывается в левой стороне тетради, а в правой стороне – оценочные линейки. Уровень овладения конкретным умением, способом действия фиксируется на оценочной линейке крестиком.

Учащиеся оценивают себя по предварительно проверенной учителем работе. Если ошибок нет, ставят крестик на самом верху оценочной линейки, если одна ошибка – на одну клеточку ниже и т.д. Чем выше положение крестика, тем выше уровень усвоения определенной темы, уровень овладения умением. Дети совместно с учителем оценивают свое умение (допустим – выделять окончания слов) не единожды, а несколько раз, по мере обучения [26].

Предлагаемый способ оценивания позволяет [10]:

1) ученику видеть свое продвижение, свои успехи и пробелы в знаниях. Определив свое незнание, он имеет возможность улучшить свою работу, добиться успеха. Для мотивационного обучения ученику крайне необходимо уметь самому определять качество собственных знаний: что ему удастся, какие пробелы в своих знаниях следовало бы восполнить и как.

У ученика возникает потребность в улучшении своей работы по собственной инициативе. Ученик приобретает способность к действительной самостоятельности в учении;

2) формировать у учащихся навык самоконтроля и самооценки. Как известно, функция самоконтроля заключается в постоянном отслеживании учеником хода выполнения своих учебных действий, в своевременном обнаружении различных ошибок в их выполнении, и внесении необходимых корректив.

Если после подведения результатов проверочной работы крестик на оценочной линейке окажется на самом верху, ученик установит, что данный способ действия им освоен в полной мере. И чем ниже положение крестика на оценочной линейке, тем менее освоен необходимый способ действия. Эта конечная оценка результата, которую обычно совершал лишь учитель, дает возможность самому определять качество и успешность своего продвижения.

3) позволит учителю не только выявить определенный результат в предметных знаниях и умениях, но, прежде всего, наглядно увидеть процесс формирования этого предметного знания у учащихся и обеспечить целенаправленную и своевременную коррекцию.

4) допустим, ученик получил оценку «3» за диктант или даже за четверть. Что конкретно он не усвоил, чему не научился? Над чем ему дальше работать? И родителям не видно, в чем надо помочь ребенку для исправления положения.

Результаты, зафиксированные в предлагаемой форме, помогут сделать отметку содержательной и для ученика, и для его родителей;

5) ученика, получающего изо дня в день тройки, угнетает чувство неполноценности, ему кажется, что, как бы он ни старался, у него ничего не выходит. А поддерживают ребенка и питают его жажду познания не только успех в учении, но и осознание того, что каждый день он делает шаг вперед.

Предлагаемый способ оценивания показывает ученику его продвижение вперед (пусть даже незначительное), позволяет сделать оценку работы оптимистичной, не допустить потери веры в себя, в свои силы в самом начале пути, а закрепить уверенность в своих возможностях. Уверенность в успехе, со своей стороны, рождает и усиливает интерес ребенка к учению, страсть к познанию.

6) так как каждая изученная орфограмма моделируется в дневнике-тетради, то тетрадь является справочником изученного материала.

7) при переходе ученика в среднее звено учитель-предметник еще до начала обучения имеет возможность сориентироваться, спланировать работу с каждым ребенком, что увеличит ее эффективность [26].

## Приложение 2

## Результаты диагностики самооценки младших подростков с ЗПР

Таблица 2  
 Диагностики самооценки у младших подростков с ЗПР по методике «Лестница» В.Д. Щур

№	Ф. И. испытуемого	Уровень самооценки
1	Р. П.	Адекватная
2	З. Е.	Заниженная
3	М. Д.	Адекватная
4	Ч. Д.	Завышенная
5	И. Н.	Заниженная
6	Ш. Е.	Заниженная
7	Ф. Е.	Заниженная
8	К. В.	Заниженная
9	Р. Н.	Адекватная
10	П. А.	Завышенная
11	Б. Е.	Заниженная
12	Н. Т.	Заниженная
13	Р. Д.	Завышенная

Примечание: завышенная у 3 детей (23,08%), адекватная у 3 детей (23,08%), заниженная у 7 детей (53,84%)

Таблица 3  
 Диагностики самооценки у младших подростков с ЗПР по методике Г.В. Дембо – С.Н. Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан

№	Испытуемые	Самооценка в баллах	Уровень самооценки
1.	Р. П.	44	Низкий
2.	З. Е.	29	Низкий
3.	М. Д.	77	Высокий
4.	Ч. Д.	81	Высокий
5.	И. Н.	13	Низкий
6.	Ш. Е.	40	Низкий
7.	Ф. Е.	27	Низкий
8.	К. В.	38	Низкий
9.	Р. Н.	47	Средний
10.	П. А.	79	Высокий
11.	Б. Е.	11	Низкий
12.	Н. Т.	36	Низкий
13.	Р. Д.	82	Высокий

Примечание: высокий уровень 30,77% (4 человека); средний уровень 7,69% (1 человек); низкий уровень 61,54% (8 человек)

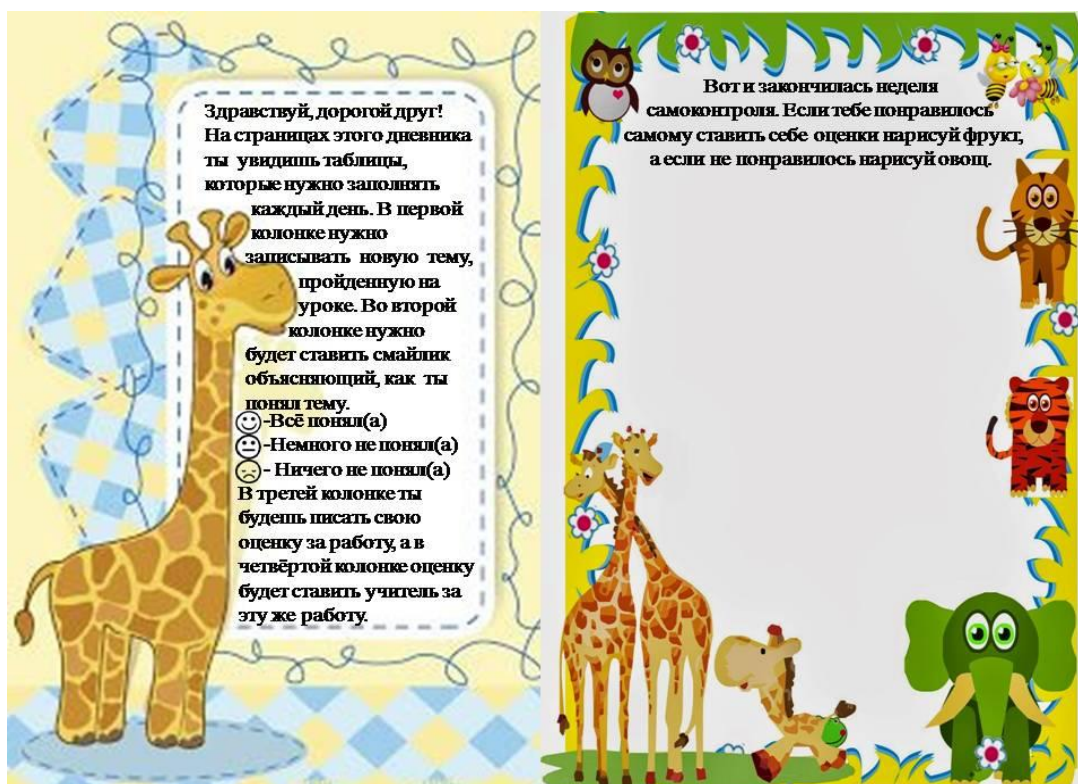
Таблица 4

Диагностики самооценки с помощью теста уровня сформированности самооценки

№	Ф. И. испытуемого	Количество баллов	Уровень сформированности самооценки
1	Р. П.	8	Высокий
2	З. Е.	2	Низкий
3	М. Д.	6	Высокий
4	Ч. Д.	3	Низкий
5	И. Н.	0	Низкий
6	Ш. Е.	2	Низкий
7	Ф. Е.	2	Низкий
8	К. В.	3	Низкий
9	Р. Н.	10	Высокий
10	П. А.	3	Низкий
11	Б. Е.	3	Низкий
12	Н. Т.	2	Низкий
13	Р. Д.	4	Низкий

Примечание: высокий уровень сформированности самооценки – 23,08% (3 человека); низкий уровень сформированности самооценки – 76,92% (10 человек)

Программа психолого-педагогической коррекции самооценки младших подростков с ЗПР  
Дневник самоконтроля






### День пятый

Дата: \_\_\_\_\_

Новая тема	Как я люблю(а) тему	Моя оценка	Оценка учителя




### Анкета

Меня зовут \_\_\_\_\_  
 Мне \_\_\_\_\_ лет  
 Из всех школьных предметов мне больше всего нравится \_\_\_\_\_  
 Из всех школьных предметов мне больше всего НЕ нравится \_\_\_\_\_  
 Я самостоятельно могу \_\_\_\_\_  
 После школы я \_\_\_\_\_  
 Моего лучшего друга зовут \_\_\_\_\_  
 Моя любимая книга \_\_\_\_\_  
 Моя любимая игра \_\_\_\_\_  
 Мой любимый цвет \_\_\_\_\_  
 Когда я вырасту, я хочу стать \_\_\_\_\_  
 Мне нравится ходить в школу потому, что \_\_\_\_\_  
 Мне НЕ нравится ходить в школу потому, что \_\_\_\_\_  
 Я счастливый(ая), когда \_\_\_\_\_



### День первый

Дата: \_\_\_\_\_

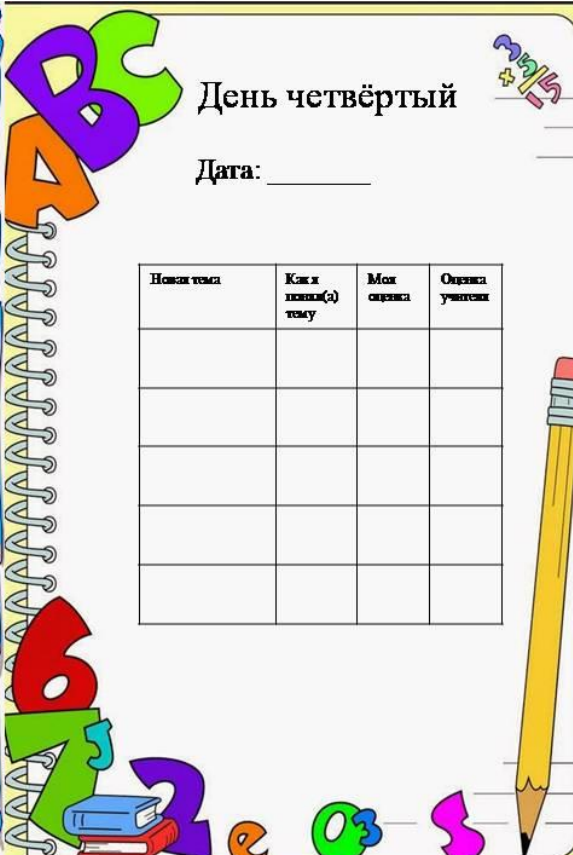
Новая тема	Как я люблю(а) тему	Моя оценка	Оценка учителя



### День четвёртый

Дата: \_\_\_\_\_

Новая тема	Как я люблю(а) тему	Моя оценка	Оценка учителя





### Занятие 1. «Знакомство»

#### I. Вступительная беседа «Тишина».

Здравствуйте ребята. Меня зовут Анастасия Юрьевна. Я буду проводить у вас особые занятия, на которых мы будем играть, рисовать, сочинять и при этом становиться взрослее. Сначала я хочу рассказать вам одну очень интересную историю.

#### «Тишина»

Однажды фермер обнаружил, что потерял в сарае с сеном свои часы. Несмотря на то, что они не представляли собой никакой ценности, и стоимость их была невелика, часы были дороги фермеру как подарок от любимого человека.

После безрезультатных долгих поисков вдоль и поперек сарая, он сдался. Сил уже не было. Увидев неподалеку играющих мальчиков, он решил обратиться за помощью к ним и пообещал вознаграждение тому, кто отыщет в сене его часы.

Услышав это, мальчишки помчались к сараю, облазили весь стог сверху донизу, но часов так и не нашли. И в момент, когда фермер уже собирался оставить все попытки разыскать часы, к нему подошел маленький мальчик и попросил дать ему еще шанс. Фермер подумал не много и отправил мальчика в сарай.

Каково же было его изумление, когда спустя некоторое время мальчик вышел из сарая с часами в руке. Фермер, охваченный радостью, с любопытством спросил, как ему удалось сделать то, в чем остальные мальчишки потерпели неудачу. Мальчик ответил: «Я не делал ничего. Я просто сидел на полу и слушал. В тишине я услышал их тиканье, пошел по направлению звука и нашел их».

Ребята как вы думаете, чему может научить эта история? Молодцы. Все верно. В шуме мы можем не услышать что-то очень важное. Я очень не хочу, чтобы вы пропустили что-то важное на моих занятиях, поэтому я прошу вас соблюдать тишину. Если вы услышите два хлопка, нужно создать тишину и приготовиться слушать.

#### II. Игра на знакомство.

А сейчас я очень хочу с вами познакомиться, для этого я предлагаю вам по очереди назвать свое имя и еще 2 слова, которые вас охарактеризуют. Давайте я начну. Анастасия

Юрьевна. Книги. Шоколад. Я очень люблю читать и кушать шоколад. (Дети по очереди называют свои имена и то, что любят).

Ну, вот мы и познакомились. Предлагаю для того чтобы не путать имена написать их на табличках. Я раздам вам разноцветные кружки на палочках. На них вы крупными буквами напишите свое имя, а я свое имя напишу крупными буквами на доске. Все закончили? Молодцы! Когда вы захотите, что-то сказать мне или ребятам просто поднимите табличку со своим именем.

### Ш. Игра-упражнение на внимание «Я».

Предлагаю вам немного поиграть и поучиться пользоваться табличками с именами. Я буду читать вам предложение, и если в нем вы узнаете себя, то громко говорите «Я» и поднимаете табличку. Всем понятно? Давайте попробуем. Очень любит шоколад. Я. Молодцы. Не забываем, что тишина очень важна, поэтому не кричите, а громки и быстро говорите «Я». Готовы?

Учится в 6Б классе.

Спит в прихожей на матрасе.

Любит мультики смотреть.

Может в небо улететь.

По утрам он чистит зубы.

И помадой красит губы.

Может прыгнуть высоко.

Кинуть мячик далеко.

Всегда заправит он постель.

В школу пойдет даже в метель.

Уроки учит вместе с папой.

Готовит кушать вместе с мамой.

Любит яблоки, бананы.

Всегда обнимет свою маму.

### IV. Упражнение «Любимое животное».

Вы большие молодцы. Теперь я много про вас знаю. А что вы знаете про меня? Молодцы. Много успели узнать и заметить. А попробуйте нарисовать мое любимое животное. Подумайте, какое животное может быть моим любимым и нарисуйте его. Можете придумать свое животное.

### V. Информация для размышления

Наше занятие подошло к концу. Сегодня мы с вами познакомились, немного поиграли и порисовали, а на следующем занятии мы обсудим с вами очень важную тему «Самооценка». Подумайте о том, что это такое и как проявляется. Можете прочитать в интернете или спросить у родителей. Можно ваши рисунки я оставлю себе на память? Большое спасибо. До свидания.

#### Занятие 2. «Самооценка»

##### I. Вступительная беседа «Притча о золотом кольце»

Здравствуйтесь ребята. Хочу прочитать вам очень интересную притчу.

##### Притча о золотом кольце

«Однажды к Мастеру пришел молодой человек и сказал:

— Я пришел к тебе, потому что чувствую себя таким жалким и никчемным, что мне не хочется жить. Все вокруг твердят, что я неудачник и растяпа. Прошу тебя, Мастер, помоги мне!

Мастер, мельком взглянув на юношу, торопливо ответил:

— Извини, но я сейчас очень занят и никак не могу тебе помочь. Мне нужно срочно уладить одно очень важное дело, — и, немного подумав, добавил: — Но если ты согласишься помочь мне в моем деле, то я с удовольствием помогу тебе в твоём.

— С удовольствием, Мастер, — пробормотал тот, с горечью отметив, что его в очередной раз отодвигают на второй план.

— Хорошо, – сказал Мастер и снял со своего левого мизинца небольшое золотое кольцо с красивым камнем. – Возьми коня и скачи на рыночную площадь! Мне нужно срочно продать это кольцо, чтобы отдать долг. Постарайся взять за него побольше и ни в коем случае не соглашайся на цену ниже золотой монеты! Скачи же и возвращайся как можно скорее!

Юноша взял золотое кольцо и ускакал. Приехав на рыночную площадь, он стал предлагать кольцо торговцам, и те поначалу с интересом разглядывали его товар. Но стоило им услышать о золотой монете, как они тут же теряли к кольцу всякий интерес. Одни открыто смеялись ему в лицо, другие просто отворачивались, и лишь один пожилой торговец любезно объяснил ему, что золотая монета – это слишком высокая цена за такое кольцо и что за него могут дать разве что медную монету, ну в крайнем случае серебряную.

Услышав слова старика, молодой человек очень расстроился, ведь он помнил наказ Мастера ни в коем случае не опускать цену ниже золотой монеты. Обойдя весь рынок и предложив кольцо доброй сотне людей, юноша вновь оседлал коня и вернулся обратно. Сильно удрученный неудачей, он вошел к Мастеру.

— Мастер, я не смог выполнить твоего поручения, – с грустью сказал он. – В лучшем случае я мог бы выручить за золотое кольцо пару серебряных монет, но ведь ты не велел соглашаться меньше, чем на золотую! А столько это кольцо не стоит.

— Ты только что произнес очень важные слова, сынок! – отозвался Мастер. – Прежде, чем пытаться продать кольцо, неплохо было бы установить его истинную ценность! Ну а кто может сделать это лучше, чем ювелир? Скачи-ка к ювелиру да спроси у него, сколько он предложит нам за кольцо. Только что бы он тебе ни ответил, не продавай кольцо, а возвращайся ко мне.

Юноша снова вскочил на коня и отправился к ювелиру.

Ювелир долго рассматривал золотое кольцо через лупу, потом взвесил его на маленьких весах и, наконец, обратился к юноше:

— Передай Мастеру, что сейчас я не могу дать ему больше пятидесяти восьми золотых монет. Но если он даст мне время, я куплю кольцо за семьдесят, учитывая срочность сделки.

— Семьдесят монет?! – юноша радостно засмеялся, поблагодарил ювелира и во весь опор помчался назад.

— Садись сюда, – сказал Мастер, выслушав оживленный рассказ молодого человека.

И знай, сынок, что ты и есть это самое кольцо. Драгоценное и неповторимое! И оценить тебя может только истинный эксперт. Так зачем же ты ходишь по базару, ожидая, что это сделает первый встречный?»

Ребята кто из вас запомнил, что привело юношу к мастеру? В конце притчи мастер сказал: «Знай, сынок, что ты и есть это самое кольцо. Драгоценное и неповторимое! И оценить тебя может только истинный эксперт. Так зачем же ты ходишь по базару, ожидая, что это сделает первый встречный?». Как вы думаете, что имел в виду мастер? Человека может оценить только истинный эксперт, то есть только тот человек, который знает о нем все. А кто знает нас лучше, как не мы сами. Поэтому оценить по достоинству человек может только сам себя.

II. Интерактивная беседа «Что такое самооценка?»

Самооценка – это оценка человеком самого себя: своих качеств, возможностей, способностей, особенностей своей деятельности. Выделяют три уровня самооценки: завышенный, адекватный и заниженный. Ребята, как вы считаете, как ведёт себя человек с заниженной/адекватной/завышенной самооценкой? Давайте разберём несколько примеров и попробуем отгадать какая самооценка у человека.

1. С мальчиком во дворе никто не хочет дружить потому, что он жадничает и не кому не даёт свои игрушки. Мальчик говорит: «Мне не нужны друзья, которые меня не понимают». Как вы считаете, какая самооценка у мальчика и почему вы так думаете?

2. На уроке девочка не захотела отвечать на вопрос учителя, хотя знала правильный ответ. Позже она рассказала, что ей было страшно. Она испугалась, что ответит не правильно и все будут над ней смеяться. Какая самооценка у девочки и почему вы так думаете?

3. Мальчик участвовал в олимпиаде по математике, но не занял первого места. Мальчик не расстроился, ведь ему понравилось решать интересные задачи, а победа это не главное. Как вы думаете, какая самооценка у мальчика и почему вы так считаете?

Ребята, мы с вами научились определять уровень самооценки у других людей, а каким уровнем самооценки хотели бы обладать вы и почему?

### III. Упражнение-игра «Самый лучший и худший»

Давайте попробуем оценить свои возможности. Я предлагаю поиграть вам в игру «Самый лучший и худший». Правила очень просты, сейчас по порядку каждый из вас будет называть сначала то, что он умеет лучше всего, а потом то, что он умеет хуже всего. Давайте я начну, лучше всего я умею вырезать красивые картинки, а хуже всего я умею петь. Теперь следующий говорит. (Дети по порядку называют свои умения, если кто-то затрудняется ответить, ему помогает учитель.)

Очень важно объективно и адекватно оценивать свои качества, для этого нужно наблюдать за собой, то есть контролировать себя. Самоконтроль – осознание и оценка собственных действий, психических процессов и состояний. Ребята, как вы считаете, как можно себя контролировать? С помощью самоконтроля мы узнаем о себе и о своих возможностях.

### IV. Упражнение «Хочу, не хочу, но делаю»

Ребята, скажите, а бывали ли у вас ситуации, в которых вам приходилось делать то, что не хочется? Давайте, кто-нибудь из вас выйдет и запишет на доске некоторые ситуации, а все остальные запишут свои примеры на чистых листках бумаги, которые лежат у вас на партах:

1) три вещи, которые вам хотелось бы делать чаще (это могут быть обязанности, занятия, развлечения, дела и т. п.). Пример: играть в компьютерные игры, смотреть телевизионные передачи, ездить за границу и т. п.;

2) три вещи, которые вам хотелось бы делать меньше или же вовсе не делать. Пример: уроки, дежурство по классу, уборка в своей комнате, зарядка и т. п. (Дети пишут свои варианты на чистых листках, один из них записывает на доске.) Теперь объясните, почему вы не делаете слишком часто первое и делаете достаточно много второго.

Примерные ответы детей:

«Если делать только то, что хочется, то ты будешь плыть по течению и превратишься, в конце концов в безвольного человека».

«Желания требуют свободных денег, свободного времени, а у нас этого немного. Поэтому приходится себя ограничивать».

«Неприятные вещи приходится делать из чувства долга, родители заставляют, или сам понимаю, что надо. Кроме того, воспитываются терпение, усидчивость, настойчивость, сила воли, нужно укротить свои желания, иначе превратишься в размазню». (Учитель просит еще 2-3 человек прокомментировать свой выбор. Дети высказываются.)

Вот оказывается, какие вы все молодцы. Чтобы видеть какие достижения и какие промахи вы совершаете, необходимо себя контролировать.

### V. Информация для размышления «Дневник самоконтроля»

Я хочу предложить вам вести дневник самоконтроля. Вести мы его будем неделю и начнём с сегодняшнего дня. Пока я раздаю дневники, заполните первую страницу. Напишите аккуратно класс, ваше имя и фамилию.

Давайте откроем и посмотрим, что же внутри. Перед вами предстала небольшая анкета, в которой вы должны ответить на вопросы. Я даю вам 10 минут на заполнение, только каждый отвечает сам, не с кем не советуется.

Как я заметила, некоторые из вас уже увидели слева небольшую инструкцию. Давайте прочитаем её, кто хочет прочитать вслух? Наверно, до сих пор не совсем понятно, что куда писать и зачем. Давайте перелистнем страницу и посмотрим первую таблицу. Все нашли страницу, где написано «день первый»? Давайте напишем число и месяц сегодняшнего дня после слова «дата».

Итак, с сегодняшнего дня вы со своим учителем будете вести дневник. Давайте попробуем заполнить таблицу. Какой у вас сегодня был первый урок? Правильно, «русский язык», а какую тему вы сегодня изучали на уроке «русского языка»? Давайте в первой пустой ячейке таблицы напишем тему (педагог наглядно заполняет ячейки таблицы на доске).

Теперь в первой строке во второй ячейке нарисуйте один из трёх смайликов. Напоминаю, смайлик означает ваше понимание данной темы. Если вы хорошо поняли тему, и вам легко выполнять упражнения по этой теме нарисуйте весёлый смайлик. Если вы хорошо поняли тему, но затрудняетесь выполнить упражнение, нарисуйте смайлик с кривым ртом. Если вы совсем не поняли тему, нарисуйте грустный смайлик.

В конце урока вы писали не большую проверочную работу по новой теме. В следующей ячейке первой строки напишите оценку, «5», «4» или «3», которую бы вы себе поставили. Точнее, как вы считаете, на какую оценку вы написали эту работу. В последней ячейке первой строки учитель напишет оценку, после проверки ваших работ.

Кто понял, как заполнять таблицу? Давайте, кто-нибудь из вас выйдет к доске и попробует заполнить вторую строку таблицы по другому уроку (ученик заполняет ячейки и поясняет). Итак, следующим уроком у вас была «Алгебра», на котором вы разбирали новую тему «Дроби», проверочную работу вы будете писать на следующем уроке, поэтому последние 2 ячейки заполните позже.

Попробуйте самостоятельно заполнить третью строку таблицы.

Вы все большие молодцы. Давайте отложим дневники на край стола (ученики изъявили желание, заполнить 4 строку таблицы по теме самоконтроль). Самостоятельной работы у нас не будет, но если бы она была, вы все получили бы оценку «5».

#### VI. Заключительная беседа «Все в твоих руках»

Ребята, я хочу рассказать вам ещё одну притчу, называется она «Все в твоих руках». Послушайте внимательно.

#### Притча «Все в твоих руках»

«Жил один мудрец. Люди со всей округи и даже из других городов приходили к нему за советом. И ни один из них не уходил безутешным. Слава о его мудрости разнеслась по всей стране.

Прослышал об этом один завистливый человек, позавидовал мудрецу и думает:

— Дай-ка я над ним посмеюсь!

Поймал этот человек бабочку, меж сомкнутых ладоней посадил и к мудрецу направился. Идет и про себя веселится:

— Скажу ему, мол, какая бабочка в руках моих — мертвая или живая. Скажет, что живая, так я ее в кулаке сожму. Скажет, что мертвая, так я ее и выпущу. Пришел человек к прозорливцу и говорит:

— Все тебе видно, все открыто. Скажи, мертвую бабочку я тебе принес или живую?

Посмотрел на него мудрец и говорит: «Все в твоих руках».

Ребята, все в ваших руках. Только вы сами можете дать себе оценку. Не слушайте глупых замечаний и высказываний. Оценить ваши знания может учитель, оценить ваши таланты может опытный педагог, оценить ваше поведение могут родители и друзья, но

комплексную оценку можете дать только вы сами. И только вы сами можете исправить ваши недостатки.

### VIII. Подведение итогов (рефлексия)

Давайте вспомним все, о чем мы сегодня говорили. Что же такое самооценка? И для чего она нужна?

Самооценка – это оценка человеком самого себя: своих качеств, возможностей, способностей, особенностей своей деятельности. Выделяют три уровня самооценки: завышенный, адекватный и заниженный. Необходимо знать свои возможности и свой потенциал для того, чтобы грамотно выстраивать отношения с другими людьми.

А что такое самоконтроль?

Самоконтроль – осознание и оценка собственных действий, психических процессов и состояний; это осознание собственного несовершенства и стремление действовать по направлению к совершенству. Самоконтроль дает возможность управлять своими действиями и эмоциями. Самоконтроль дает спокойствие, основанное на уверенности в собственных силах, способностях и разуме. Самоконтроль даёт терпение для преодоления внутренних недостатков и внешних препятствий.

Сегодня мы поговорили с вами об очень важном понятии «самооценка». Надеюсь, каждый из вас с сегодняшнего дня сможет контролировать свои действия, сможет грамотно оценить свои возможности и недостатки. Спасибо большое за внимание. Не забывайте вести всю эту неделю «дневник самоконтроля», вы можете взять его домой, показать родителям.

### Занятие 3. «Самостоятельность»

#### I. Вступительная беседа «Гусеница»

Здравствуйтесь ребята. Вы помните, что мы с вами делаем в начале каждого занятия? Правильно, мы читаем интересную и поучительную историю. Сегодня мы узнаем про пушистую и очень ленивую гусеницу. Слушайте внимательно.

#### Пушистая гусеница.

В лесу жила большая пушистая гусеница. Однажды от своих подруг она узнала, что у гусениц есть возможность получить дар от духа леса. И когда подруги разошлись, она громко позвала лесного духа, и вскоре великий дух бесшумно спустился к ней. Дух леса был прекрасен, но она не могла его толком увидеть, так как, не захотела покинуть свое уютное обиталище из листьев.

— Я не вижу твоего лица, — сказала большая гусеница.

— Поднимись чуть выше, — мягко ответил лесной дух. — Я здесь, и ты можешь увидеть меня.

Но гусеница не сдвинулась с места. В конце концов, она была дома, а дух леса был здесь гостем.

— Нет, спасибо, — сказала пушистая гусеница. — Сейчас не могу. Расскажи мне об удивительном чуде, которое, как я слышала, может произойти только с гусеницами — не с муравьями или сороконожками, а только с гусеницами.

— Это правда, — сказал лесной дух. — Вы заслужили удивительный дар. Ты можешь своими силами превратиться в прекрасное крылатое существо и полететь! Твои крылья будут удивительной расцветки, а твое умение летать будет удивлять всех, кто тебя увидит. Ты сможешь летать по всему лесу, куда пожелаешь. Ты повсюду сможешь находить пищу, и встретишься с другими прекрасными крылатыми существами. Все это может произойти с тобой прямо сейчас, если только ты пожелаешь.

— Летают гусеницы! — в задумчивости протянула наша героиня. — Это невероятно! Если это правда, то покажи мне этих летающих гусениц. Я хочу посмотреть на них.

— Это просто, — ответил лесной дух. — Поднимись повыше и осмотришь. Они повсюду. Они порхают с ветки на ветку, они проводят свою чудесную жизнь в лучах солнца, ни в чем не испытывая недостатка.



— В лучах солнца! — воскликнула гусеница. — Если ты и в самом деле лесной дух, то должен знать, что солнце слишком горячо для нас, гусениц. Мы можем просто испечься. Оно губительно для наших волосков. Нам нужно оставаться в тени — нет ничего хуже гусеницы с испорченными волосками. Кроме того, каждая гусеница знает, что без еды она умрет. Нам нужно постоянно есть.

— Когда ты преобразишься в крылатое существо, то солнце сделает тебя еще красивее, — мягко и терпеливо сказал дух. — Весь твой образ жизни совершенно изменится, и ты уже не будешь жить по-старому, как гусеница, ползая в лесу по земле, ты будешь порхать, как те крылатые существа.

— А каким же образом мы превратимся в эти крылатые штуковины?

И дух леса объяснил весь процесс превращения гусениц в бабочек. Он рассказал, что гусеница должна построить себе кокон, в котором проведет несколько месяцев. А из кокона выйдет уже бабочкой.

— Насколько я понимаю, — наконец довольно грубо сказала гусеница, — ты хочешь, чтобы мы - гусеницы отказались от уютных домов, от еды, которая позволяет нам жить, и пролежали 4 месяца в темноте и без еды в тесном коконе?

— Да, — ответил дух леса.

— А ты, великий лесной дух, не можешь сделать этого за нас? Мы должны будем проделывать все это сами? Я думала, мы заслужили это!

— Да, вы заслужили это, — спокойно сказал дух, — и вы также обладаете силой, достаточной для того, чтобы преобразиться. Даже сейчас ваше тело готово ко всему этому.

Большая пушистая гусеница прогнала великий лесной дух.

Ребята, скажите, почему гусеница не захотела становиться бабочкой? А что получила бы гусеница, если бы переборола свою лень? Правильно. Если бы гусеница переборола свою лень и стала самостоятельно достигать своей цели, она многому бы научилась и стала бабочкой.

## II. Интерактивная беседа «Что такое самостоятельность?»

Сегодня ребята мы с вами поговорим о самостоятельности. Как вы думаете, что такое самостоятельность? Самостоятельность – способность самому ставить свои цели и самому их достигать, способность решать свои проблемы за свой счет.

А как, по вашему мнению, самостоятельность связана с самоконтролем? Все верно право на самоконтроль – это право на самостоятельность. На прошлом занятии мы с вами научились самостоятельно контролировать свои достижения в учебе с помощью дневника самоконтроля. Ребята расскажите, как дневник самоконтроля влияет на вашу самостоятельность? Примерные ответы: «Я стал самостоятельно повторять пройденную тему, чтобы лучше ее понять»; «Я стала меньше обращаться за помощью к родителям, стараюсь сама понять задание, чтобы потом написать хорошую самостоятельную работу» и т.д.

Вы большие молодцы! А как вы думаете, зачем человеку самостоятельность? Правильно ребята, каждый человек должен учиться самостоятельности, ведь каждого ждет взрослая самостоятельная жизнь. Если бы вас до сих пор родители кормили из ложки, вам пришлось бы ходить вместе с ними в школу.

## III. Упражнение-игра «Реши проблему»

Ребята давайте немного поиграем. Для этого разделимся по парам. Я пройду с карточками и каждый не глядя, возьмет одну. На них изображены фрукты и овощи. Человек с такой же картинкой, как у вас станет вашей парой. Всем понятно? Тогда приступим.

Ну, вот мы и поделились на пары. Сейчас я дам каждой паре карточку. На ней написана ситуация произошедшая между двумя людьми. Вы должны распределить роли и обыграть эту ситуацию, дополнив ее своей концовкой. На подготовку у вас будет 10 минут. Всё понятно? Тогда я раздаю карточки и время пошло.

Ситуации для упражнения-игры:



«Покупатель купил продукты и подал продавцу купюру. Но у продавца нет сдачи с такой купюры»;

«Уборщица мыла пол в подъезде. Мимо проходил житель этого дома, и уборщица случайно пролила воду из ведра ему на ботинки»;

«Мама прибиралась в комнате у ребенка и случайно выкинула коллекцию вкладышей с крутыми тачками от жвачки»;

«Один ребенок пнул портфель одноклассника, и портфель порвался. Все учебники и тетради выпали на пол»;

«Учитель вызвал ученика к доске. Но ученик не подготовился»;

«Мама приготовила очень вкусный по ее мнению суп. Но ребенку он не понравился»;

«Человек опоздал на встречу на целый час»;

«Ребенок потерял телефон, очень долго искал, но не нашел и пришел домой. Дома его встречает заждавшийся отец»;

«Ребенок ударил бездомную кошку палкой. Это увидел прохожий»;

«Два друга играли в снежки. Один из них упал и повредил руку».

Вы все большие молодцы. Чему вы научились в ходе этой игры?

#### IV. Упражнение-игра «Сотвори сам»

Предлагаю вам немного заняться творчеством. Перед вами один белый и один цветной лист. Из них вам необходимо смастерить цветок или несколько цветов. Вы можете сделать его как аппликацию или как объемную фигуру. Вы можете делать с этой бумагой все, что придет вам в голову: рвать, резать, мять, клеить. Главное чтобы получился красивый цветок. Кто оригинальнее всех решит эту задачу получит вот такую конфету. Задание понятно? Можете приступать.

Молодцы ребята. Глядя на ваши красивые цветы очень хочется лето. Вы все хорошо постарались, и каждый из вас получит по конфете. А цветочки обязательно подарите своей маме, она будет очень рада.

#### V. Задание на дом

Ребята наше занятие подошло к концу. Я хочу дать вам очень интересное задание на дом. Придумайте сказку или рассказ, которая может научить всех ребят чему-нибудь важному. Текст должен уместиться на одну страницу тетрадного листа. Если будет очень сложно, можете обратиться за помощью к родителям, но лучше всего будет, если это задание вы выполните самостоятельно. Запишите задание в дневник, три самые лучшие работы будут вознаграждены. Спасибо вам большое, за такое интересное занятие.

#### Занятие 4. «Мораль»

##### I. Вступительная беседа «Мораль»

Здравствуйте ребята. Все подготовились к нашему занятию? Молодцы. Я попросила написать вас поучительные сказки и рассказы. Что значит поучительные сказки и рассказы? Правильно ребята, это сказки и рассказы в которых есть мораль. А знаете, что такое мораль? Мораль – это принятые в обществе понятия о добре и зле, о том, что хорошо и что плохо, и нормы поведения. В сказках и рассказах моралью называют учения о добре и зле, о том, как поступать плохо и как хорошо.

##### II. Проверка домашнего задания

Сейчас мы послушаем каждый сочиненный вами рассказ или сказку и попытаемся найти в них мораль. Но помимо этого нам необходимо выбрать три самые лучшие работы. Для этого возьмите листок бумаги, который лежит у вас на краю стола и ручку. Каждый выступающий будет называть название сказки, а вы будете в столбик их записывать. Всем все понятно? Тогда начнем по цепочке, не вставая читать вслух громко и с выражением.

Дети зачитывают свое домашнее задание, педагог с учащимися находит в нем мораль и обсуждают.

##### III. Экспертное оценивание домашнего задания

Ребята, вы все большие молодцы. У вас получились очень интересные сказки и рассказы. А сейчас давайте проведем оценивание работ. Не забудьте на листке написать название своей работы. Теперь рядом с каждым названием поставьте цифры от 1 до 13, по количеству работ. Где 1 это самый интересный и поучительный рассказ или сказка, а 10 самый худший. Всё понятно? Приступайте. Спасибо большое. Я соберу у вас листки и подсчитаю результаты.

#### IV. Упражнение-игра «Свод правил»

Пока я считаю ваши оценки, вы выполните очень важное и интересное задание. Кто запомнил, что такое мораль? Правильно. Мораль – это принятые в обществе понятия о добре и зле, о том, что хорошо и что плохо, и нормы поведения. Я предлагаю вам придумать и нарисовать три правила морали. Я заранее нарисовала свои правила, я повешаю их на доске, возможно, они помогут вам создать свои правила.

Учитель показывает и объясняет свои правила морали. Например:

Злой человек в красном перечеркнутом круге – не прилично показывать свою злость на людях.

Человек с переполненным ртом в красном перечеркнутом круге – не прилично набивать полный рот едой, нужно есть небольшими порциями.

Девочка белит ствол дерева – необходимо ухаживать за природой.

Все нарисовали свои правила? Давайте каждый покажет свои рисунки и расскажет, что на них изображено. Давайте по цепочке с первой парты по очереди выходите к доске. Здорово. Вы замечательно справились с заданием.

#### V. Заключительная беседа

Пришло время награждения. По мнению жюри, самым лучшим рассказом признан рассказ И.А. Ивонной. И она получает вот такой блокнот. Пиши в этом блокноте свои сказки, у тебя здорово получается.

Происходит награждение еще двух ребят. По желанию можно увеличить или уменьшить количество победителей. Подарки зависят от педагога.

Вот и подошло наше занятие к концу. Вы очень самостоятельные и творческие дети. Продолжайте в том же духе. Спасибо вам за хорошее поведение на уроке.

#### Занятие 5. «Контроль поведения»

##### I. Вступительная беседа «Нормы поведения»

Здравствуйте ребята. Сегодня наше занятие мы по традиции начнем с поучительной истории. Слушайте внимательно, она не простая.

##### Вчерашняя пища

Нищий подошел как-то к дому богача и жалобным голосом попросил что-нибудь поесть. Хозяин, который сидел, развалившись в кресле, прогнал его грубой бранью. Но нищий не ушел. Он попросил дать ему хотя бы несвежей еды. На это невестка хозяина, сидевшая в соседней комнате за едой, ответила:

— Дорогой мой! Мы и сами едим вчерашнюю пищу. Сегодняшняя еще только готовится на кухне.

Нищий понял, что имела в виду молодая женщина и с сочувствием к хозяину удалился.

Мы едим «вчерашнюю» пищу – то есть, пожинаем плоды своих прошлых действий. Сегодняшними действиями мы готовим себе «будущую еду».

Ребята, как вы поняли, что такое «вчерашняя пища» в этой истории? Правильно ребята. Это последствия наших действий, нашего поведения. А что такое «сегодняшняя пища»? Правильно. Это действия, которые мы делаем сейчас, последствия от этих действий наступят через какое-то время.

А как вы думаете, почему нищий посочувствовал хозяину дома? Хозяин повел себя очень не красиво, он прогнал нищего грубой бранью, то есть плохими словами. Как думаете, какие последствия такого поведения могут быть? Вы молодцы, ребята. Когда

хозяину дома потребуется помощь, никто не захочет помогать такому грубому и злому человеку.

## II. Интерактивная беседа «Нормы поведения»

Сегодня ребята мы с вами поговорим о поведении. Помните, как называются принятые в обществе понятия о добре и зле, о том, что хорошо и что плохо, и нормы поведения? Правильно. Они называются моралью. А что такое нормы поведения? Правильно. Нормы поведения – это правила поведения, которые должны регулировать отношения людей в обществе.

Помните, на прошлом уроке вы рисовали свои правила? Давайте посмотрим ваши рисунки и вспомним о правилах, которые вы изобразили. А кто скажет, зачем нужно соблюдать эти правила? Правильно ребята. Если вы будете соблюдать нормы поведения, окружающие люди будут с радостью с вами общаться и вам помогать. Тот, у кого плохое поведение, становится одиноким.

## III. Упражнение-игра «Спячка»

Соблюдать правила поведения очень не просто. В некоторых ситуациях очень сложно вести себя правильно. Например, когда вас обзывают, правильно будет просто уйти от обидчика, но так хочется в ответ сказать ему что-то обидное. Бывало у вас такое? Давайте немного поиграем и поучимся контролировать свое поведение. Представьте, что все вы уснули глубоким сном. Но как настоящие львы, вы спите с открытыми глазами, чтобы заметить приближающуюся опасность. Только Коля (любой активный ребенок) не спит. Колина задача разбудить спящих любыми способами. Только нельзя их трогать и говорить обидные слова. Зато можно смешить. Всем понятны правила? Тогда уходим в спячку.

Молодцы ребята, вас не так-то просто вывести из себя. Скажите, что было сложнее всего? Как лучше действовать: просто не реагировать на ситуацию или совсем от нее отвлечься? Где вам может пригодиться этот опыт?

## IV. Упражнение-игра

Сейчас вы попытались контролировать свое поведение. А нужно ли контролировать поведение других людей? В каких случаях? Молодцы ребята. Если вы видите, что какой-то человек поступает очень плохо, нужно обязательно вмешаться. Но если вам при этом угрожает опасность, лучше всего обратиться к взрослым за помощью. Я прочитаю вам несколько ситуаций, а вы скажете, правильно ли поступают герои и какие могут быть последствия.

«Три мужчины в нетрезвом состоянии оставили в детской песочнице пустые бутылки. Это увидел Петя, ученик 7 б класса. Он решил подойти и сделать замечание о плохом поведении мужчин»;

«Одноклассники Васи поймали на улице кошку и привязали ей к хвосту жестяную банку. Кошка испуганно бегала от банки, которая с грохотом неслась за ней. Ребята валились на землю от смеха. Вася поймал кошку, отвязал от хвоста банку и отпустил ее»;

«Мальчику очень понравилась новенькая девочка в классе. Он хотел привлечь ее внимание и поэтому всегда обижал ее. Дергал за волосы, пинал портфель, прятал ее тетради. Один раз он даже кинул ее вторую обувь в грязь и убежал»;

«Света на день матери решила сделать маме сюрприз. Пока мама была на работе, Света прибралась в своей комнате»;

«По улице шел пожилой мужчина, он поскользнулся и упал. Ребята, которые шли позади него очень громко рассмеялись. Один из них, когда они проходили мимо лежащего дедушки, сказал: «Аккуратнее надо шагать, дедуля»;

«Ко дню учителя Леша сочинил стих своей любимой учительнице по русскому языку. Он прочитал его на уроке, но одноклассники стали смеяться над ним»;

«Бабушка связала для своих внуков Маши и Максима красивые свитеры. Маша сказала: «Баб, ну это же совершенно не модно, меня в школе засмеют», а Максим подошел

к бабушке поцеловал ее и сказал: «Спасибо», хотя свитер ему тоже не особо понравился, он показался ему колючим и смешным».

Молодцы ребята. Вы, оказывается, очень хорошо знаете, как нужно себя вести в обществе. А всегда ли у вас получается соблюдать правила поведения?

#### V. Заключительная беседа

Наше занятие подошло к концу. Давайте вспомним, что же такое мораль. Мораль – это принятые в обществе понятия о добре и зле, о том, что хорошо и что плохо, и нормы поведения. А что называют нормами поведения? Нормы поведения – это правила поведения, которые должны регулировать отношения людей в обществе. Почему очень важно соблюдать правила поведения? Вы большие молодцы. Спасибо за урок. До свидания.

### Занятие 6. «Саморазвитие»

#### I. Вступительная беседа «Два светильника»

Здравствуйте ребята. Скажите, вам нравится начинать наши занятия с интересной истории? Тогда приготовьте ушки, чтобы слушать очередную увлекательную и поучительную историю.

#### Два светильника

Ты такой светлый, с тобой так хорошо рядом, светло и не страшно. Позволь мне побыть с тобой? — сказал незажженный светильник горящему.

— Оставайся, но помни: я долго здесь не задержусь.

Пока они были вместе, горящий светильник говорил своему другу, что и тот может быть таким же светящимся, что светом он с ним поделится, а вот очистить стекла и держать дверцы закрытыми будет его заботой. Второй светильник постоянно находил отговорки, что, мол, он не может светить, что стекла его не отмываются, что дверцы не закрываются, да и вообще светить — это удел избранных светильников, а не таких обыкновенных, как он.

— Поверь мне. Я ведь раньше был таким же, как и ты, и думал, что не способен светить. Но я поверил другому светильнику, принял в себя его искорку, очистил стекла, запер дверцы, и теперь продолжаю его дело.

Пришло время им расставаться...

— Куда же ты? А как же я? Что со мной будет без твоего света? — запричитал недоверчивый светильник.

— Это уже от тебя зависит. Я поделился с тобой огнем, который был во мне, а примешь ли ты его, сэкономишь и отчистишь ли свои стекла — выбирать тебе.

Ребята мы с вами уже научились находить мораль сказки, а сможете ли вы найти мораль в этой истории? Правильно ребята. Для того чтобы стать лучше, мы сами должны прилагать усилия. У каждого из нас есть стекла и дверцы, как у этих светильников. Для того чтобы стать лучше мы должны очистить свои стекла – убрать все недостатки и закрыть дверцы, чтобы эти недостатки не вернулись.

#### II. Упражнение «Недостатки»

У каждого человека есть недостатки. Я хочу, чтобы вы записали свои недостатки на листке в столбик. Это может быть любой недостаток, который вас беспокоит или беспокоит окружающих вас людей. Понятно, что нужно записать? Тогда приступайте. Молодцы. Очень важно знать свои недостатки. Если вы будете знать свои недостатки, вы будете знать, к чему вам стремиться. Отложите листочки и послушайте еще одну историю.

#### «Суть недостатков»

Ученик спросил у Мастера:

— Вы утверждаете, что человек не может побороть свои недостатки?

— Да, Марио, это так.

— Но почему? Разве нельзя победить страх, лень, ревность и тому подобное?

— Страхи, комплексы и пороки, о которых ты, Марио, так печёшься, бесспорно, сильно отравляют жизнь. Но сражаться против них бессмысленно!

— Как же так?

— Марио, дорогой, скажи мне, пожалуйста, можно ли победить бедность?

— Я давно пытаюсь это сделать, Мастер.

— И как же ты пытаешься?

— Я стараюсь больше и лучше работать.

— Молодец, Марио, ты на верном пути! Ведь бедности как таковой не существует: бедность — это недостаток богатства. Нужно не с бедностью бороться, а учиться обеспечивать себя.

— Так я же стараюсь!

— Повторяю, ты молодец. Но ведь, то же самое касается и других недостатков. Ведь любой недостаток так называется именно потому, что он показывает нехватку чего-либо. Ненависть — это недостаток любви; жадность — недостаток щедрости; глупость — недостаток ума. Так что запомни, Марио, золотое правило: не с недостатками нужно бороться, а добродетели свои развивать.

Ребята, все записанные вами недостатки показывают, что вам чего-то не хватает. Напишите напротив каждого записанного недостатка, то, что вам не хватает.

Например,

«слишком много ем» – не хватает хобби; Если вы будете заняты какой либо деятельностью, у вас не будет времени, чтобы постоянно что-то жевать.

«лень» – не хватает мотивации. Если вам лень что-то делать, это означает, что вы не хотите это делать. Чтобы побороть лень, вы должны захотеть. Лень прибираться в комнате – подумайте, как вам будет удобно, когда все будет на своих местах. Как вам будет не стыдно, если вдруг придут гости. А самое главное вы совершите победу над своей ленью.

Всем понятно задание? Можете приступать. Если вам будет трудно, можете попросить помощи.

Вы молодцы. Теперь вы знаете, как сделать себя лучше. Возьмите эти листки домой и повешайте на видное место. Так вы всегда сможете посмотреть над чем и как вам надо работать.

### III. Интерактивная беседа «Саморазвитие»

Ребята, а вы знаете, как называется работа над собой? Правильно. Саморазвитие. Саморазвитие – это постоянная работа над собой, самосовершенствование и выработка личных качеств. А для чего нужно саморазвитие? Да, ребята. Для того чтобы у вас было много друзей необходимо быть интересным. А для этого нужно быть развитым с разных сторон. Кроме того время не стоит на месте. С каждым годом появляются различные технологии, новинки и мода. Для того чтобы общество тебя принимало необходимо им соответствовать. Например, сейчас очень модно спортивное телосложение. Начиная с вашего возраста, все стремятся развиваться в этом направлении.

А как вы думаете, зачем нам принятие обществом? Может проще не куда не стремиться и отдалиться от общества? Правильно ребята. Все люди, так или иначе, находятся в обществе. На любом этапе жизни человек является социальной единицей: учеником, сыном, дочкой, покупателем, пациентом, родителем и так далее. Человек, находящийся в отдалении не получает нужного количества общения и начинает болеть. Все начинается с психологического здоровья и заканчивается физическим.

### IV. Упражнение-игра

Давайте немного отдохнем от сложной темы и поиграем. По одному человеку по цепочке вы будете выходить к доске. Я буду давать карточку, на которой написано название животного, профессия или эмоция. Не произнося ни слова, вы должны изобразить то, что написано, а остальные отгадать. Всем понятны правила игры? Тогда начнем.

Скажите, вам понравилась игра? А чему можно научиться в ходе этой игры? Правильно ребята. Можно научиться выражать свои мысли без слов, можно научиться понимать человека по его мимике и жестам, можно научиться управлять своими эмоциями.

#### V. Заключительная беседа

Оказывается, развиваться можно даже в процессе игры. Если вам сложно дается саморазвитие, придумайте игру и развиваться будет легче. Например, вам нужно выучить уроки, но вам очень лень. Представьте, что вы на соревновании и каждое выполненное задание принесет вам баллы. За каждое задание давайте себе баллы, в зависимости от скорости качества выполненного задания. Придумайте награду за определенное количество баллов. Если по итогам выполнения всей домашней работы вы заработали, допустим, 20 баллов, то вы можете позволить себе съесть шоколадку или погулять с друзьями. Наше занятие подошло к концу. Спасибо за внимание. До свидания.

#### Занятие 7. «Целеполагание»

##### I. Вступительная беседа «Лодка»

Здравствуйтесь ребята. Уже готовы слушать новую историю? Тогда слушайте.

##### «Лодка»

Однажды большая группа родственников жениха по традиции должна была поехать за невестой в соседнюю деревню. Они нарядились в свои лучшие одежды и должны были сесть в лодку и отправиться по реке. Однако, пока они все пришли, пока расселись, стало уже темно. Они все сели и уснули, а лодочник стал грести. Он греб и греб всю ночь, утром все проснулись, думают: «Сейчас окажемся там». Смотрят — деревня та же! А лодочник всю ночь греб! Они говорят:

— Что случилось?

Оказалось, что они забыли снять веревку с этой лодки...

Ребята, как вы думаете, почему никто не вспомнил про веревку? Иногда мы тоже делаем очень много для достижения какой-то цели, но ничего не получается, потому что забыли что-то очень важное.

##### II. Интерактивная беседа

Ребята, кто из вас скажет, что такое цель? Правильно. Цель – то чего нужно достигнуть в результате выполнения определенных действий. А что означает реальная цель? Правильно. Цель должна быть достижимой, иначе нет смысла что-то делать для ее достижения. Попробуйте написать на листочках какую-нибудь цель, которую вы хотите достичь. Написали? Молодцы.

Глядя на цель, кажется, что достичь ее очень трудно или даже не реально. Для того чтобы цель стала достижимой нужно поставить второстепенные цели. И определить задачи для достижения второстепенных целей.

Давайте вместе с вами попробуем на доске расписать одну цель.

Цель – выучить английский язык.

1. Изучать английский язык в школе.
  - 1) посещать все занятия;
  - 2) выполнять все домашние задания;
  - 3) повторять пройденный материал перед уроком.
2. Изучать английский язык на дополнительных занятиях.
  - 1) посоветоваться с родителями;
  - 2) записаться на занятия;
  - 3) посещать все занятия;
  - 4) выполнять все домашние задания;
  - 5) повторять пройденный материал перед уроком.
3. Изучать английский язык дома.
  - 1) посоветоваться с родителями;
  - 2) приобрести материалы для занятий;

3) выделить время в выходной день для занятий.

Теперь ребята попробуйте к своей цели написать второстепенные цели и задачи. Если понадобится помощь, поднимите табличку, и я подойду.

Вы большие молодцы. Заберите листки домой, и повешайте на видном месте. А на следующем уроке, я спрошу, как у вас получается достигать своих целей.

III. Упражнение «Достижимые и недостижимые цели»

Мы с вами говорили, что цель должна быть достижимой. Я вам прочитаю несколько целей других ребят, а вы попытайтесь определить достижимые они или нет.

«Купить новый телефон» - достижимая цель;

«Побороть лень» - достижимая цель;

«Стать космонавтом» - труднодостижимая цель;

«Получить «5» за экзамен по математике» - достижимая цель;

«Купить дом» - труднодостижимая цель;

«Стать трансформером» - недостижимая цель;

«Выиграть олимпиаду по биологии» - достижимая цель;

«Получить братика» - недостижимая цель;

«Стать популярной певицей» - труднодостижимая цель;

«Завести друзей» - достижимая цель;

«Спортивное телосложение» - достижимая цель;

«Написать книгу» - достижимая цель;

«Встретиться с любимым актером» - труднодостижимая цель;

«Научиться прыгать в длину на 15 метров» - недостижимая цель.

Молодцы. Теперь зная как отличить достижимые цели от недостижимых и труднодостижимых, вы будете ставить перед собой правильные цели.

IV. Упражнение-игра «Реклама»

Ну, что пришло время немного поиграть. Давайте поделимся на 2 команды. Я раздам вам разноцветные кленовые листочки. У кого зеленого цвета – те отправляются в команду зеленых в правую часть класса. А у кого синие – те отправляются в команду синих в левую часть класса.

Все удобно устроились? Тогда слушайте задание. Обоим командам необходимо прорекламирровать какой-либо предмет. Я раздам вам один план на команду. В нем написано название предмета, и все что вам нужно подготовить.

1. Цели и задачи.

2. Рекламный слоган.

3. Рекламный плакат.

4. Рекламный видеоролик.

Вам необходимо всю команду разделить на группы, которые будут заниматься тем или иным видом деятельности. Одни придумают слоган, другие нарисуют плакат и так далее. Та команда, которая справится лучше всех со всеми пунктами, получит сладкий приз. Понятно всем, тогда держите задание и поехали.

V. Заключительная беседа

Вы все большие молодцы. Действуете дружно и быстро для достижения общей цели. Я не могу выделить одну команду, поэтому этот торт получает весь класс! Спасибо вам за увлекательное занятие.

### Занятие 8. «Неуверенность»

I. Вступительная беседа «Бродяга»

Здравствуй ребята. На прошлом уроке мы с вами составили план достижения цели. Кто-нибудь из вас уже успел чего-нибудь достичь? Вы большие молодцы. Готовы слушать историю?

«Бродяга»

В одной деревне жил бродяга. Жители не раз прогоняли его с крыльца своего дома. Однажды ночью этот бродяга увидел, как загорается один из домов. Он хотел позвать на

помощь, разбудить деревню, но решил, что никто не будет слушать бездомного, никто ему не поверит. Он пытался потушить пожар своими силами, но ничего не вышло. Сгорела вся деревня.

Бродяга был неуверен в своих силах. Он испугался, что не сможет убедить других людей следовать за ним. Иногда мы тоже чувствуем неуверенность в себе. Когда нужно достичь какую-либо цель, нам кажется что у нас ничего не получится, и мы бросаем это дело. Ребята у вас бывало такое?

## II. Интерактивная беседа

Скажите дети, а нужно ли бороться с неуверенностью? Конечно. Неуверенность в себе может разрушить нашу жизнь. Вместо того, чтобы действовать, опираясь на свои интересы и желания, неуверенных человек действует так как легче, так как делает большинство. Намного проще свои идеи, желания и возможности затоптать и поступать, так как проще.

А как вы думаете, как можно бороться с неуверенностью? Это очень сложный вопрос. Но на него есть ответы.

Во-первых, нужно перестать слушать людей, которые навязывают вам свою точку зрения. Говорят, что вы не справитесь в той или иной ситуации. Указывают, как вам нужно поступить.

Во-вторых, нужно научиться слушать себя. Хотите вы что-то сделать, не откладывая – действуйте. Хотите научиться петь – идите и занимайтесь с педагогом по вокалу. И пусть говорят, что у тебя не получится, у тебя нет голоса. Идите и пробуйте. Потом будете жалеть, что не попытались.

В-третьих, необходимо ответственно подходить к решению. Прежде чем что-то сделать, спросите у себя насколько вам это нужно. Подумайте, какие могут быть последствия. Запишите все плюсы и минусы данного решения. И если минусов значительно больше плюсов откажитесь от этой затеи без всякого сожаления. Например, захотелось вам в школу надеть красную длинную юбку, которая вам очень нравится. Какие плюсы в этом решении? А какие минусы? Минусов значительно больше.

В-четвертых, каждый раз настраивайте себя на позитив. Если у вас возникли сомнения, говорите себе «Я смогу! У меня все получится!». Я перед любым непростым действием говорю себе эти слова, они успокаивают меня и позволяют откинуть все сомнения и сосредоточиться на цели.

В-пятых, не отступайте. Не важно, все ли у вас получилось, так как вы задумывали – вы сделали шаг навстречу своей цели и это уже хорошо. Даже если он не совсем удачный не возвращайтесь назад, продолжайте продвигаться к достижению своей цели.

А самое главное, научитесь хвалить себя. Говорите себе «Я молодец!» чаще. Получилось обойти лужу и не замараться – «я молодец!». Получили четверку на уроке, это же не тройка и не двойка – «я молодец!». Не забыли с утра почистить зубы – «я молодец!»

Все это позволит вам приобрести уверенность в себе.

## III. Творческое упражнение

Я хочу доказать вам, что вы способны на многое. Посмотрите на этот домик из спичек. Не поверите, но он сделан без капельки клея. Вам наверно кажется, что это не реально, но давайте попробуем. Я дам на первую парту этот домик, по цепочке передавайте его друг другу и внимательно изучите его строение. Изучили? А теперь попробуйте из спичек собрать такой домик самостоятельно. Ну что, получается? А это все по тому, что мы забыли важную деталь – план достижения цели. Давайте его напишем на доске.

Цель – собрать домик из спичек.

### 1. Приобрести материалы.

- 1) купить спички;
- 2) найти и распечатать инструкцию.



2. Собрать кубик из спичек.
  - 1) взять инструкцию сборки кубика и спички;
  - 2) по шагам инструкции собрать куб.
3. Собрать крышу из спичек.
  - 1) взять куб, спички и инструкцию;
  - 2) по шагам инструкции собрать крышу на кубе из спичек.

Сейчас я раздам вам инструкции, и можете приступать.

#### IV. Заключительная беседа

Ребята наш урок подошел к концу. Вы немного не успели доделать домики, но вы сможете это доделать дома. Можете взять с собой спички и инструкции. Скажите, трудно было создавать куб? А сначала вам казалось это сложным? Оказывается, если побороть свою неуверенность, можно добиться хороших результатов. Спасибо ребята за хорошее поведение на уроке. До встречи.

#### Занятие 9. «Идеальный образ»

##### I. Вступительная беседа «Верблюд»

Здравствуйте ребята. Сегодня наша история будет про верблюда.

##### «Верблюд»

Много лет тому назад четверо ученых путешествовали с караваном через пустыню Кавир. Вечером они все вместе сидели у большого костра и делились впечатлениями. Все они восторгались верблюдами. Поистине непритязательность верблюдов, выносливость, сила и непостижимое терпение изумляли.

— Мы все владеем пером, — сказал один из них. — Давайте напишем или нарисуем что-нибудь в честь верблюда и прославим его.

С этими словами он взял пергаментный свиток и направился в шатер, где горела лампа. Через несколько минут он вышел и показал свое произведение друзьям. Он нарисовал верблюда, встающего после отдыха. Рисунок так хорошо удался, что верблюд казался живым. Второй вошел в шатер и вскоре вернулся с кратким деловым очерком о тех преимуществах, которые приносят верблюды каравану. Третий написал очаровательное стихотворение. Наконец, четвертый отправился в шатер и попросил его не беспокоить.

Прошло несколько часов, огонь в костре давно погас, и друзья уже заснули, а из слабо освещенного шатра все еще доносился скрип пера и монотонное пение. Напрасно друзья ждали своего товарища целых три дня.

Наконец, на пятый день он вышел из шатра. Черные тени обрамляли его глаза, щеки впали, подбородок оброс щетиной. Усталой походкой и с кислым выражением лица, будто съел зеленых лимонов, он подошел к друзьям и с досадой бросил перед ними связку пергаментных свитков на ковер. На внешней стороне первого свитка было написано крупными буквами во всю ширь: «Идеальный верблюд, или Верблюд, каким ему надлежит быть».

Ребята, как вы думаете, а какой он идеальный верблюд? Для каждого человека идеальный верблюд представляется по-своему. Для кого-то это отдохнувший, набравший сил верблюд, а для кого-то это выносливый, способный выполнить много работы верблюд. Для того чтобы быть идеальным верблуду придется подстраиваться под интересы каждого. В мире множество людей и как бы верблюд не старался, он не сможет стать идеальным для каждого. То же самое касается и нас с вами. Стараться стать идеальным для окружающих бессмысленно.

##### II. Интерактивная беседа «Я реальный – Я идеальный»

Ребята, к чему же тогда стремиться? Для кого стараться? Правильно ребята. Нужно стараться для себя. У каждого из нас есть «образ идеального Я». То есть представление о себе идеальном. Кто-то представляет себя хорошим сыном, который никогда не расстраивает маму, а кто-то прилежным учеником. По мимо «идеального Я» существует и «реальный Я», и чаще всего реальный очень отличается от идеального. Не стоит

переживать из-за этого. «Образ идеального Я» служит двигателем для саморазвития. Даже если удастся достигнуть идеального образа, появляется новый, еще более идеальный. Это означает, что стать идеальным невозможно, зато вполне возможно стать лучше. Хвалите себя за то, что вы становитесь лучше, а не ругайте себя из-за того что вы не идеальны

### III. Упражнение «Мое будущее»

Давайте немного помечтаем и порисуем. Представьте себя через 10 лет. Какими вы станете. Может кто-то уже будет работать, а кто-то еще учиться. Нарисуйте себя такими, какими вы являетесь сейчас и такими, какими вы будете через 10 лет. Задание понятно? Тогда приступайте.

Молодцы ребята. У вас здорово получается рисовать. Можно я возьму ваши рисунки? Мне очень интересно посмотреть, какими вы хотите стать. А на следующем занятии, я вам их верну.

### IV. Упражнение-игра «Остров»

Ребята, представьте, что вы попали на необитаемый остров. С собой у вас ничего нет, только то, что было в карманах. Ваша цель – выжить. А что для этого необходимо? Давайте запишем на доске.

1. Построить жилище.
  - 1) образовать группу строителей;
  - 2) образовать группу собирателей.
2. Обеспечить питание.
  - 1) образовать группу добытчиков;
  - 2) образовать группу поваров.
3. Позвать помощь.
  - 1) образовать группу собирателей;
  - 2) образовать группу строителей.

Мы с вами определили цели и задачи. Теперь вам нужно их выполнить. Приступайте.

Молодцы ребята. Оказывается, в нужный момент вы можете собраться и проявить свои лучшие качества.

### V. Заключительная беседа

Ребята, чему вас научила эта игра? Я очень рада, что вы замечаете свои успехи. Эта игра показала, что не всегда, получается заниматься тем, чем хочется. Иногда очень важно прислушаться к коллективу и делать то, что требуется, даже если это противоречит нашему «идеальному Я». Наше занятие подошло к концу. Надеюсь, оно вам понравилось. Следующее занятие у нас будет последнее.

### Занятие 10. «Рефлексия»

#### I. Вступительная беседа

Здравствуйтесь ребята. Сегодня у нас последний урок. Я хочу с вами вспомнить все, о чем мы говорили. Мне бы хотелось узнать, какой момент на наших занятиях вам понравился больше всего, а какой совсем не понравился. Давайте начну я, а продолжим по цепочке. Больше всего мне понравилось, что вы всегда охотно отвечали на мои вопросы. Мне это было очень приятно. А не понравилось, когда Коля запнулся и упал, я очень сильно за него испугалась. Продолжаем.

Спасибо за ваши ответы, мне было приятно их услышать.

#### II. Интерактивная беседа «Вспомнить все»

Мы с вами говорили об очень важных темах. Все они касаются каждого из вас. Помните ли вы, что такое самооценка? Самооценка – это оценка человеком самого себя: своих качеств, возможностей, способностей, особенностей своей деятельности. Оценивание самого себя предполагает сравнение «реального Я» и «идеального». Если результаты оценивания не устраивают человека, он задумывается о саморазвитии. А что такое саморазвитие? Правильно. Саморазвитие – это постоянная работа над собой, самосовершенствование и выработка личных качеств.

С чего необходимо начинать саморазвитие? Молодцы ребята. С определения целей и задач. В процессе саморазвития человек в первую очередь занимается самоконтролем. Он контролирует свое поведение, свои достижения и неудачи. Особенно важно в процессе саморазвития самостоятельность. Ребята, помните, что такое самостоятельность? Правильно. Самостоятельность – способность самому ставить свои цели и самому их достигать, способность решать свои проблемы за свой счет. Очень важно самому стремиться к развитию и самостоятельно решать возникающие трудности.

Иногда преградой на пути к развитию встает неуверенность в себе. Человек думает, что у него слишком много недостатков, и он не справится с ними самостоятельно. Но мы с вами знаем, что недостатки есть у каждого человека, что они показывают нехватку чего-то важного. Не стоит бояться двигаться к саморазвитию, нужно бояться скатываться назад.

### III. Упражнение «Личность»

Давайте немного поиграем. Возьмите листочки и ручки. Сейчас мы с вами придумаем персонажа. По цепочке мы будем придумывать различные характеристики, такие как возраст, пол, семейное положение, профессия, мечты, цели и так далее. Все характеристики мы запишем в столбик. Я начну, «Мальчик Саша», продолжаем.

Вот такой у нас получился герой. Рядом с характеристиками давайте попробуем нарисовать его портрет. Все закончили? Молодцы.

Следующая наша задача – придумать насыщенную жизнь для Саши. А чем насыщается жизнь? Правильно. Различными трудностями и задачами, которые необходимо решать. Я придумаю какую-либо трудность, а следующий после меня придумает, как Саша пытается с ней справиться и придумает другую задачу для Саши. Понятны правила?

Примерные трудности:

«Саша, играя с друзьями с мячом, захотел попробовать набить мяч на ногу, но он боится, что другие будут смеяться над ним»;

«Саша никогда не убирается в своей комнате. Ему не нравится бардак, но убираться ему тоже не нравится»;

«Саша получил за контрольную работу по русскому языку «2». Он готовился к этой работе, но это ему не помогло. Он очень расстроился и даже заплакал, когда вернулся домой»;

«Саше очень захотелось купить в магазине мороженое, но мама дала ему деньги только на булку хлеба».

Вы такие молодцы. Наш Саша оказался очень мудрым мальчиком.

### IV. Заключительная беседа

Наше занятие подошло к концу. Напоследок давайте поделимся нашими успехами. Я первая скажу, а потом по цепочке. Благодаря нашим занятиям я познакомилась с такими замечательными ребятами, как вы. Вы научили меня смелости. Ваши смелые ответы на каждом занятии показали мне, что не стоит бояться высказывать свое мнение. Спасибо вам. Продолжаем.

Спасибо ребята за ваши ответы. Я очень рада, что смогла научить вас чему-то новому. До свидания.

## Приложение 4

Результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогическая коррекция самооценки младших подростков с задержкой психического развития

Таблица 5

Результаты диагностики самооценки по методике «Лестница» В.Д. Щур

№	Ф. И. испытуемого	Уровень самооценки
1	Р. П.	Адекватная
2	З. Е.	Заниженная
3	М. Д.	Адекватная
4	Ч. Д.	Завышенная
5	И. Н.	Заниженная
6	Ш. Е.	Адекватная
7	Ф. Е.	Заниженная
8	К. В.	Заниженная
9	Р. Н.	Адекватная
10	П. А.	Адекватная
11	Б. Е.	Заниженная
12	Н. Т.	Адекватная
13	Р. Д.	Завышенная

Примечание: завышенная у 2 детей (15,38%), адекватная у 6 детей (46,15%), заниженная у 5 детей (38,47%)

Таблица 6

Результаты диагностики самооценки по методике Г.В. Дембо – С.Н. Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан

№	Испытуемые	Самооценка в баллах	Уровень самооценки
1	Р. П.	49	Средний
2	З. Е.	35	Низкий
3	М. Д.	64	Средний
4	Ч. Д.	76	Высокий
5	И. Н.	24	Низкий
6	Ш. Е.	51	Средний
7	Ф. Е.	24	Низкий
8	К. В.	33	Низкий
9	Р. Н.	59	Средний
10	П. А.	68	Средний
11	Б. Е.	34	Низкий
12	Н. Т.	47	Средний
13	Р. Д.	62	Средний

Примечание: высокий уровень 7,69% (1 человека); средний уровень 53,84% (7 человек); низкий уровень 38,47% (5 человек)

Таблица 7

Результаты диагностики самооценки с помощью теста уровня сформированности самооценки

№	Ф. И. испытуемого	Количество баллов	Уровень сформированности самооценки
1	Р. П.	10	Высокий
2	З. Е.	1	Низкий
3	М. Д.	9	Высокий
4	Ч. Д.	4	Низкий
5	И. Н.	3	Низкий
6	Ш. Е.	7	Высокий
7	Ф. Е.	4	Низкий
8	К. В.	1	Низкий
9	Р. Н.	11	Высокий
10	П. А.	5	Высокий
11	Б. Е.	2	Низкий
12	Н. Т.	8	Высокий
13	Р. Д.	6	Высокий

Примечание: высокий уровень сформированности самооценки – 53,84% (7 человек); низкий уровень сформированности самооценки – 46,16% (6 человек)

Таблица 8

Расчеты T-критерия Вилкоксона

№	Ф. И. испытуемого	До	После	Разница: После - До	Разница по модулю	Ранг разницы
1	Р. П.	44	49	5	5	3
2	З. Е.	29	35	6	6	5
3	М. Д.	77	64	-13	13	11
4	Ч. Д.	81	76	-5	5	3
5	И. Н.	13	24	11	11	7,5
6	Ш. Е.	40	51	11	11	7,5
7	Ф. Е.	27	24	-3	3	1
8	К. В.	38	33	-5	5	3
9	Р. Н.	47	59	12	12	10
10	П. А.	79	68	-11	11	7,5
11	Б. Е.	11	34	23	23	13
12	Н. Т.	36	47	11	11	7,5
13	Р. Д.	82	62	-20	20	12

## Расчеты T-критерия Вилкоксона

№	Ф. И. испытуемого	До	После	Разница: После - До	Разница по модулю	Ранг разницы
1	Р. П.	8	10	2	2	7
2	З. Е.	2	1	-1	1	2,5
3	М. Д.	6	9	3	3	10,5
4	Ч. Д.	3	4	1	1	2,5
5	И. Н.	0	3	3	3	10,5
6	Ш. Е.	2	7	5	5	12
7	Ф. Е.	2	4	2	2	7
8	К. В.	3	1	-2	2	7
9	Р. Н.	10	11	1	1	2,5
10	П. А.	3	5	2	2	7
11	Б. Е.	3	2	-1	1	2,5
12	Н. Т.	2	8	6	6	13
13	Р. Д.	4	6	2	2	7

