



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 неадекватной самооценки 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:  
49,99 % авторского текста

Работа Колосова к защите  
рекомендована/не рекомендована

«22» 06 2018 г.  
зав. кафедрой ТиПП

Кондратьева О.А.

Выполнила:  
студентка группы ОФ-410/098-4-1  
Галиуллина Диана Рамзисовна

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

Челябинск  
2018

## Содержание

Введение.....	3
Глава I. Коррекция неадекватной самооценки у подростков с ЗПР как психолого-педагогическая проблема	
1.1 Феномен самооценки в психолого-педагогической литературе.....	7
1.2 Особенности проявлений самооценки у подростков с ЗПР.....	15
1.3 Модель психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки у подростков с ЗПР .....	22
Глава II. Организация исследования самооценки подростков с ЗПР	
2.1 Этапы, методы, методики исследования .....	32
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента .....	39
Глава III. Опытнo-экспериментальное исследование психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР	
3.1 Психолого-педагогическая программа коррекции .....	47
неадекватной самооценки у подростков с ЗПР.....	47
3.2 Анализ результатов опытнo-экспериментального исследования .....	54
3.3 Рекомендации родителям, педагогам и подросткам с ЗПР по психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки .....	60
Заключение .....	67
Библиографический список .....	70
Приложение .....	80

## Введение

Самооценка служит центральным компонентом произвольной саморегуляции. Она предопределяет направление и уровень активности человека, его отношение к миру, к людям, к самому себе, представляет собой сложный психологический феномен. Самооценка по своей природе включена во множество отношений и связей со всеми психическими образованиями личности и выступает в них как важный фактор всех форм и видов ее деятельности и контактах. Умение оценивать себя закладывается еще в раннем детстве, а совершенствование и развитие его происходит в течение всей жизни человека.

Анализируя литературу мы видим, что данный феномен трактуется многозначно. Так, одни авторы определяют ее как проекцию осознаваемых качеств на внутренний идеал (С.А. Будасси, В.Ф. Сафин), другие как форму отражения отношения к себе (А.В. Захарова, А.И. Липкина), третьи – как удовлетворенность собой (У. Джеймс, Р. Мейли), четвертые – как результат познания себя (И.И. Чеснокова) и установку на себя (М. Розенберг) и др. Однако имея расхождения в сущностной характеристике самооценки, исследователи признают, что данный феномен есть необходимое внутреннее условие регуляции поведения и деятельности личности.

Многие исследователи данной области рассматривают самооценку как сложную, многоуровневую систему когнитивных, аффективных, поведенческих признаков (Л.Г. Бортникова, А.В. Захарова, И.С. Кон, Е.Т. Соколова, Е.О. Федотова и др.) и выделяют ее регулятивные (М.Э. Боцманова, А.В. Захарова, Г.И. Катрич, А.И. Липкина, С.Л. Рубинштейн, И.И. Чеснокова и др.), защитные (А.В. Захарова, С.Р. Пантелеев и др.), преобразующие и оценочные (Г.А. Карпова, О.С. Назаревич, И.И. Чеснокова и др.) функции. Обзор имеющихся в последнее время научных исследований позволяет полагать, что развитие самооценки подростков во многом связана с эмоционально-личностной сферой, а именно с такими ее характеристиками

как тревожность (О.А. Белобрыкина, М.С. Неймарк, А.М. Прихожан) и уровень притязаний (Л.И. Божович, Л.В. Бороздина, К. Левин, А.И. Липкина, В.С. Мерлин, Е.И. Савонько и др.); с характером межличностного взаимодействия (Б.Г. Ананьев, Н.А. Батулин, А.В. Захарова, Т.В. Зинова, И.А. Симоненко, Е.Т. Соколова, И.И. Чеснокова и др.).

Дети и подростки с задержкой психического развития (далее ЗПР) являются самой многочисленной категорией детей с дизонтогенетическим развитием. Эффективное их включение в социальную среду и активная деятельность в ней возможны только при конструктивном решении встающих коррекционно-развивающих задач. Вопреки широкой распространенности исследований феномена самооценки, в литературе по специальной психологии недостает комплексных исследований самооценки у детей с ЗПР в подростковом периоде развития. Вместе с тем, изучение данного феномена подростков с ЗПР имеет чрезвычайно важную ценность, так как самооценка обеспечивает единство, стабилизацию и целостность личности, занимает главное место в процессе развития самосознания, включена во множество связей и отношений с другими психическими образованиями, каждый из которых вносит свой вклад в ее формирование и вместе с тем корригируется и направляется ее непосредственным воздействием. Коррекция неадекватной самооценки как одной из индивидуально - личностных свойств индивида непосредственно связано с проблемами воспитания, обучения и развития.

Статистика проведенных исследований показывает, что подростки с данным видом нарушений характеризуются неадекватно повышенной самооценкой, несформированностью критичного самооценивания, а также адекватного уровня притязаний. Очень важно у таких детей формировать адекватное самоотношение к себе, способность к самоанализу, усвоение мнения о самом себе со стороны других (одноклассников), демонстрацию своей значимости, а также правильную систему похвалы и критики как в адрес самого себя, так и других [31, с. 110-111].

Таким образом, самооценка являясь одним из центральных личностных образований, лежащих в основе механизма внутренней регуляции поведения и деятельности человека, в процессе своего формирования в детстве испытывает влияние многих социально-психологических факторов.

Под влиянием дефекта личностное развитие детей с ЗПР, вступающих в младший подростковый возраст (10-12 лет), крайне уязвимо, неустойчиво, подвержено влиянию. Поэтому, понимание особенностей становления таких внутренних регуляторов, как личностная самооценка у детей с ЗПР на переходном этапе их развития позволит определить необходимые способы психологической помощи в развитии и коррекции этого важнейшего психического компонента личности.

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить психолого-педагогическую коррекцию неадекватной самооценки подростков с ЗПР.

Объект: самооценка подростков с ЗПР.

Предмет: психолого-педагогическая коррекция неадекватной самооценки подростков с ЗПР.

Гипотеза исследования: коррекция неадекватной самооценки подростков с задержкой психического развития возможна при проведении коррекционной программы.

Задачи:

1. Раскрыть феномен самооценки в психолого-педагогической литературе;
2. Выявить возрастные особенности проявления самооценки подростков с ЗПР;
3. Разработать теоретическую модель психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР;
4. Определить этапы методы и методики экспериментального исследования;

5. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты констатирующего эксперимента;
6. Разработать и реализовать программу психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР;
7. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования;
8. Разработать рекомендации педагогам и родителям по психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки;

Методы исследования:

1. Теоретические: анализ, синтез и обобщение психолого-педагогической литературы, моделирование, целеполагание.
2. Эмпирические: констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование по методикам: шкала самооценки и уровня притязаний Дембо-Рубинштейн (модификация А.М. Прихожан), изучение общей самооценки с помощью процедуры тестирования (опросник Г.Н. Казанцевой.), тест на определение самооценки у подростков по методике Р.В. Овчаровой.
3. Метод обработки полученных данных: Т-критерий Вилкоксона.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, трех глав и заключения.

База исследования: Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 115 г. Челябинска», 6 «б» класс, 15 человек, возраст 12-13 лет.

Апробация: Материалы исследования прошли апробацию в форме публикации научной статьи и участия в конкурсе научно-исследовательских работ студентов и аспирантов ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ» в 2017 году [17].

# Глава I. Коррекция неадекватной самооценки подростков с ЗПР как психолого-педагогическая проблема

## 1.1 Феномен самооценки в психолого-педагогической литературе

Изучение феномена самооценки традиционно начинается с анализа самосознания личности. Нередко исследователи самооценки при ее изучении употребляют такие схожие термины, как самосознание, самоотношение, самоуважение и собственно самооценка. В нашем исследовании мы постараемся поподробнее разобраться, что же представляет из себя данный феномен [16].

Понятие «самооценка» широко используется в психологии и имеет множество трактовок. Он связан с Я-концепцией личности человека, образом-Я, рефлексией, представляет собой позицию человека о значимости своей личности, существовании в обществе и оценивание себя и собственных качеств и чувств, достоинств и недостатков и предусматривает регулярное сравнение своих возможностей с требованиями жизни и общества [71, с. 220-231].

В большом психологическом словаре под редакцией Б.Г. Мещерякова и В.П. Зинченко самооценка рассматривается как ценность, значимость человека, которой он наделяет себя как целиком, так и отдельные аспекты своей личности, поведения и деятельности [11].

Н. Барская сравнивает самооценку с оценкой личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди общества. В. Столин, определяет самооценку, как соотнесение личных характеристик с ценностными шкалами [цит. по 54]. С.С. Степанов, как и его соотечественники, рассматривает самооценку как элемент самосознания, которая отличается эмоционально насыщенными оценками самого себя как личности, собственных способностей, нравственных качеств и поступков. Она, по его мнению,

является важным регулятором поведения, которая определяет взаимоотношения человека с социумом, а также его критичность, требовательность к себе, отношение к удачам и провалам. Тем самым самооценка оказывает влияние на продуктивность деятельности человека и развитие его личности [66].

И.И. Чеснокова под самооценкой понимала взаимодействие двух сфер: эмоционально-ценностного самоотношения и сферы самопознания, которые создают особое образование самосознания личности – самооценку. С ее помощью отражается уровень знания личностью себя и отношения к себе [70]. То есть самооценка – это «отношение к себе», которое наравне с «познанием себя» входит в самосознание (А. Г. Спиркин) [65, с. 95]. Это отношение человека к своим способностям, возможностям, личностным качествам, а также к внешнему облику (Липкина А.И) [40].

Анализ психолого-педагогической литературы позволил обозначить разные подходы к определению данного понятия среди деятелей науки. Так, Р. Бернс трактует ее как «составляющую, связанную с самоотношением или отношением к отдельным своим качествам» [6, с. 34], которая складывается, по его мнению, из трех аспектов.

Во-первых, важной ролью в ее становлении играет сличение образа реального-Я и идеального-Я, то есть с представлением о том, каким человек хотел бы быть. Во-вторых, самооценка формируется под влиянием оценок, которые дают человеку другие люди, то есть его окружение. В-третьих, на ее формирование оказывают влияние реальные достижения личности в самых разнообразных видах деятельности [27, с. 350-353].

Анализируя феномен самооценки, И.С. Кон пришел к выводу, что самооценка взрослых по большинству показателей более практична и объективна, чем юношеская, а юношеская – чем подростковая, в чем отражается значительный жизненный опыт, умственное развитие и регулирование уровня притязаний [30].



В развитии самосознания ребенка Б.Г. Ананьев выделяет ориентирующую и стимулирующую функцию оценок и делает попытку определить источники формирования самооценки и дать характеристику самооценки на каждом возрастном этапе [3].

Ядро самооценки, по мнению С.Л. Рубинштейн, составляют ценности, которые личность приняла на интрапсихическом уровне. В концепции С.Л. Рубинштейна самосознание человека является результатом познания, для которого необходимо осознание истинной причинности своих переживаний. Оно связано с самооценкой, которая существенно обусловлена мировоззрением, определяющим нормы оценки [57, с. 412]. То есть самооценка зарождается на основании обобщающей работы процесса самосознания, проходящего разные этапы и находящегося на разных ступенях развития в ходе формирования личности (Божович Л.И.) [10, с. 69].

Как упоминалось выше, самооценка является одной из характеристик эмоционально-оценочной части «Я-концепции» и имеет тесную связь с уровнем притязаний. Уровень притязаний задает вектор стремления к достижению целей той степени сложности, на которую человек считает себя способным. Решающим условием в формировании уровня притязаний является переживание личностью своих достижений как благополучных или провальных (К. Левин) [цит. по 23, с. 350-353]. У. Джеймс связал уровень притязаний с самоуважением, предложив, что самоуважение равно частному между успехом и уровнем притязаний.

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

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

Как рассматривает А.А. Реан, структура самооценки состоит из двух компонентов – когнитивный и эмоциональный. Когнитивный компонент отражает знания человека о себе, эмоциональный – его отношение к себе. В процессе оценивания самого себя эти компоненты действуют в неразрывном единстве: ни тот ни другой не может быть представлен в чистом виде [55, с. 156].

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

Исходя из предложенного разделения, теоретически возможны следующие четыре варианта соотношения названных подструктур [12, с. 109]:

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

б) низкая оценка самооценности и низкий уровень удовлетворенности своими возможностями, достижениями и тд;

в) высокая оценка самооценности и низкий уровень удовлетворенности своими возможностями, достижениями и тд;

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

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

И.С. Кон, изучая механизмы самооценки выявил следующую закономерность: личность оценивает себя не только целостно, но и частично, т.е. фиксируя внимание на каком-либо своем свойстве, качестве или черте. Исходя из этой закономерности он сделал вывод о том, что самооценка может быть общей и частной (конкретной). Частные самооценки включают оценки каких-либо отдельных сторон своей личности или конкретных действий, а общая (глобальная) самооценка рассматривается в литературе как самоуважение. Частная самооценка, по мнению исследователя, тесно связана с уровнем притязаний, т.е. со степенью сложности задач, которые человек ставит перед собой [30].

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

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

Многие исследователи, занимающиеся вопросами самооценки, совпадают во мнении о том, что самооценка выполняет две основные функции: регуляторную и защитную. Первая регулирует поведение, развитие личности, ее деятельность и взаимоотношения с другими людьми, а вторая – обеспечивает стабильность и автономность личности, а также может

приводить к образованию эмоциональных барьеров которые приводят к игнорированию или неправильному восприятию опыта.

Говоря о самооценке как о механизме психологической защиты важно выделить, что индивид жаждет иметь положительный образ «Я», то зачастую подталкивает его приукрасить свои достоинства и занизить недостатки. Так, при завышенной самооценке индивид склонен переоценивать себя в ситуациях, которые не имеют на то основание. В результате это зачастую в человеке проявляется подозрительность, озлобленность, мнительность или нарочитое высокомерие, агрессия, он вступает в конфликт с окружающим, отвергающими его претензии и может утратить необходимые межличностные контакты, замкнуться. Слишком низкая самооценка может свидетельствовать о развитии комплекса неполноценности, безынициативности, устойчивой неуверенности в себе, безразличия, самообвинения и тревожности [11].

Необходимо подчеркнуть, что очень высокая / слишком низкая самооценка может стать внутренним источником конфликтов личности. Для характеристики личности, кроме знаний о самом себе, важно иметь представление о том, какую оценку ей может дать социальное окружение (ожидаемая оценка). Учеными отмечается, что ожидаемая самооценка, являясь устойчивой по отношению к своему коллективу, значительно изменяется, становится неустойчивой, колеблющейся, когда личность входит в новый коллектив и образует новые связи [43, с. 175].

По классификации видов самооценки в психологии различают адекватную и неадекватную самооценку. Первая отражает реальный взгляд личности на саму себя, достаточно непредвзятую оценку собственных свойств, способностей и качеств. Неадекватная самооценка, напротив, характеризует личность, чье представление о себе далеко от реального, при этом индивид оценивает себя неадекватно, его мнение о себе не соответствует оценке, которую ему дают окружающие.

Неадекватная самооценка также подразделяется на завышенную и заниженную. Завышенной считается, когда человек переоценивает свои личностные качества, возможности, достижения. Если человек недооценивает себя по сравнению с тем, что он есть на самом деле, то это свидетельствует о заниженной самооценке. Как завышенная, так и заниженная самооценка препятствуют нормальной жизнедеятельности человека.

Адекватная самооценка тоже не бывает однородной. У одних людей она высокая, у других - более низкая. Человек с повышенной самооценкой не считает себя хуже других и положительно относится к себе как к личности. Человек пониженной самооценкой постоянно стремится недооценивать себя, собственные возможности, достижения, способности, характеризуется повышенной тревожностью, боязнью отрицательного мнения о себе, повышенной ранимостью, побуждающей человека сокращать коммуникации [27].

Как говорилось ранее, адекватность самооценки повышается с возрастом [14].

Резюмируя все выше сказанное, можно сказать, что самооценка классифицируется по следующим параметрам (А.К. Маркова):

- 1) по уровню (высокая, средняя, низкая);
- 2) по соотношению с реальной успешностью (адекватная и неадекватная, или завышенная и заниженная) [42];
- 3) по фиксированности оценки самооценка может быть частной и общей (глобальной).

По Л.Д. Столяренко, самооценка может быть неоптимальной и оптимальной. Оптимальная адекватная самооценка индивида характеризуется верным соотношением своих возможностей и способностей, стремлением объективно оценивать свои неудачи и успехи, довольно критическим отношением к себе, достижимыми целями, которые можно осуществить на деле. Другими словами, оптимальная самооценка является

итогом постоянного поиска реальной меры, поиском «золотой середины» между слишком большой переоценкой и излишней критичности к своему поведению, деятельности, общению, переживаниям [68, с. 172]. Столяренко относит к оптимальной самооценке «высокий уровень» и уровень «выше среднего», то есть когда индивид доволен собой, заслуженно ценит и уважает себя. Также «средний уровень», когда индивид, зная свои слабые стороны личности, стремится к самосовершенствованию и саморазвитию.

Самооценка также может быть и неоптимальной, то есть чересчур завышенной или излишне заниженной. Такая неадекватная самооценка нарушает процесс самоуправления и искажает самоконтроль. Особенно это заметно в общении, где лица с завышенной или заниженной самооценкой часто выступают инициаторами конфликтов. При завышенной самооценке конфликты возникают из-за пренебрежительного отношения и неуважительного общения, а также проявления высокомерия, зазнайства и нетерпимости к чужому мнению. При заниженной самооценке причинами конфликтов может выступать чрезмерная критичности таких людей. Они очень придирчивы к себе и еще более придирчивы к другим, не прощают ни одной оплошности, склонны беспрестанно выделять недостатки других. И хотя это делается из самых лучших побуждений, все же становится причиной конфликтов в силу того, что немногие могут переносить регулярное «пиление» [51].

Таким образом, самооценка является довольно сложным образованием человеческой психики. Ее содержание многоаспектно, как сложна и многоаспектна сама личность. В нашем исследовании мы придерживаемся определения самооценки, как оценки индивидом самого себя, своих возможностей, достоинств и недостатков, качеств и места в социуме.

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

## 1.2 Особенности проявлений самооценки у подростков с ЗПР

Анализ теоретических и прикладных исследований в направлении культурно-исторической теории Л.С. Выготского представил, что подростковый возраст является сензитивным в формировании самооценки. Однако наличие данных о самооценке детей с ЗПР и детей, развивающихся в норме, говорит о большом влиянии этого феномена на развитие личности и её «вступление» в новую социальную ситуацию.

Рассмотрим подробнее что из себя представляет феномен ЗПР и чем он характеризуется.

Термин «задержка психического развития» был предложен Г.Е. Сухаревой в 1959 году. Под задержкой психического развития (ЗПР) понимают замедление нормального темпа психического созревания по сравнению с принятыми возрастными нормами [69]. Она подразделяется на тотальную, где задерживаются в развитии все функции психики и парциальную, при котором проявляется задержка отдельных сторон психических функций. Здесь может быть недостаточное развитие моторных функций, эмоциональная и социальная незрелость, проявляющаяся в виде инфантильного поведения, может наблюдаться невропатия по причине вегетативной незрелости [61, с. 195].

Первой основополагающей работой о проблемах детей с ЗПР была монография Л. Летинен и А. Штрауса «Психопатология и обучение ребенка с повреждением мозга», напечатанная в США в 1947 г., где описываются особенности таких детей [64, с.73].

При изучении особенностей подростков с ЗПР необходимо принимать во внимание два взаимосвязанных аспекта развития: биологический и социально-психический. Опираясь на теорию о системном строении дефекта, Л.С. Выготский предложил дифференцировать в аномальном развитии две группы симптомов: первичные - те нарушения, которые вытекают из биологического характера болезни и вторичные - возникающие в процессе

аномального социального развития. Вторичный дефект, как указал Л.С. Выготского, является основным предметом в изучении психологического развития и коррекции у детей с нарушенным развитием.

Т.А. Власова и М.С. Певзнер и среди детей с ЗПР выделили две наиболее многочисленные группы:

1) дети с нарушенным темпом умственного и физического развития. Причинами нарушений является медленный темп созревания коры головного мозга. Дети, входящие в данную группу в своем физическом развитии отстают от нормально развивающихся сверстников; они инфантильны в эмоциональном, интеллектуальном и личностном развитии.

2) дети с функциональными расстройствами психической деятельности. Причиной является минимальное органическое повреждение головного мозга. Эти дети характеризуются слабостью нервных процессов, нарушением внимания, быстрой утомляемостью и сниженной работоспособностью [69].

В 1982 г. К.С. Лебединская выделила медицинскую классификацию видов ЗПР. При дифференциации этих видов ЗПР в клинко-психологической структуре можно проследить специфическое сочетание инфантильности эмоционально-волевой и интеллектуальной сфер:

1) ЗПР конституционального происхождения. Она характеризуется инфантильностью психики, которой часто соответствует «детский» тип телосложения с детской податливостью мимики и моторики, т.е. эмоциональная сфера ребенка как бы находится на более ранней ступени развития, соответствуя психическому складу ребенка более младшего возраста;

2) ЗПР соматогенного происхождения. Причиной эмоциональной незрелости при данном виде ЗПР являются длительные, нередко хронические заболевания, пороками развития сердца и т.д. которые приводят к искусственной инфантилизации, вызванной моделью воспитания по типу гиперопеки;



3) ЗПР психогенного происхождения. Этот вид ЗПР связан с неблагоприятными условиями воспитания ребенка;

4) ЗПР церебрально-органического генеза является самой сложной формой ЗПР и в определенной мере сходна с олигофренией, так как имеется органическое поражение центральной нервной системы на ранних этапах онтогенеза. Для клиники и специальной психологии этот вид ЗПР имеет наибольшую значимость, так как имеет ярко выраженные проявления и очень часто требует специальных мер психолого-педагогической коррекции [13].

По сравнению с олигофренией, на формирование которого основное влияние оказывает биологический фактор, при ЗПР основным является социальный фактор выражающийся в виде неблагоприятных условий воспитания.

В.А. Варянен, сравнивая детей с ЗПР и детей с умственной отсталостью в своих исследованиях показывает, что самооценка учащихся коррекционных школ развивается медленно и только к восьмому классу, при этом сохраняя свою неадекватность, постепенно становится более адекватной, устойчивой, дифференцированной. Такое изменение обусловлено влиянием обучения и воспитания, а так же становлением ребенка как личности (Ж.И. Назамбаева, Ж.И. Шиф) [цит. по 26, с. 24-25]. Дети с ЗПР, в отличие от детей с умственной отсталостью принимают и используют помощь, переносят усвоенные навыки на другие ситуации. Таким образом, главным отличием этих сходных форм нарушенного развития является, в первую очередь, обучаемость и готовность к обучению [44, с. 87].

В литературе под психологическим аспектом готовности к обучению подразумевают определенный уровень сформированности:

1. Знаний и представлений об окружающем мире;
2. Развитость когнитивных процессов;
3. Развитость словарного запаса, способность к связным высказываниям и монологической речи;

4. Познавательной активности, проявляющейся в соответствующих интересах и мотивации;
5. Способности к саморегуляции поведения.

К моменту поступления в школу, у детей с ЗПР эти параметры не развиты на достаточном уровне [19, с. 147-165].

Самобытность самооценки обучающихся с ЗПР продиктовано нарушениями в личностном и познавательном развитии, а так же отрицательным влиянием социальных причин. В отличие от нормально развивающихся детей, их самооценка весьма сильно зависит от мнения окружения. Опыт показал, что становление самооценки у обучающихся с ЗПР очень отстает от нормально развивающихся сверстников и часто характеризуется упрощенностью, нерасчлененностью, противоречивостью и неустойчивостью [36, с. 12]. Помимо социального фактора, усугубляющего задержку развития важным является психогенный фактор, характеризующийся ситуацией систематического неуспеха ребенка. Она не только негативно влияет на их последующее интеллектуальное развитие, но также содействует аномальному формированию личности [63, с. 131-135].

В цикле работ отмечается, что дети с ЗПР из-за своих интеллектуальных особенностей попадают в число неуспевающих и как следствие - отвергаемых одноклассниками. У детей с ЗПР под влиянием неудач в учёбе теряется вера в себя, они становятся пассивными, равнодушными, с ярко выраженной мотивацией избегания наказания и заниженной самооценкой [62].

Н.Л. Белопольская, проводя исследования в массовой школе, где обучались дети с ЗПР, выявила, что у детей с ЗПР формируется приниженный уровень притязаний не только по отношению к учебным дисциплинам, но и к любой иной деятельности, которая имеет оценочную окраску. Результаты исследования показали, что успеваемость школьника оказывает влияние на оценку личностных, интеллектуальных и даже физических качеств индивида. Так, школьники, успевающие отлично, как

правило, были охарактеризованы другими не только самыми умными и старательными, но и добрыми и даже красивыми. И наоборот, неуспевающие школьники с ЗПР оценивались сверстниками с нормальным развитием не только как ленивые и глупые, но и как некрасивые и злые [5].

Исследованиями личностных особенностей подростков с ЗПР занималась отечественный психолог Г.В. Грибанова. По результатам ее исследований самооценка подростка с задержкой психического развития характеризуется как неустойчивая, незрелая, некритичная, также отмечается низкий уровень осознания подростками своего «Я». Недостаточный уровень осмысления своего «Я» проявляется в значительной неустойчивости самооценки, зачастую присутствуют противоположные суждения по одному и тому же вопросу в зависимости от окружающих условий, лиц, настроения. Это ставит подростков в явную зависимость от внешних факторов, которая и проявляется в повышенной внушаемости, шаблонности принимаемых решений, несамостоятельности, неустойчивости поведения и позиций при решении тех или иных вопросов.

При сравнении подростков с ЗПР, обучающихся в специальных школах и массовых, Г.В. Грибанова приходит к выводу, что внутренние критерии самооценки более развиты и устойчивей у подростков, обучающихся в специализированной школе, чем в массовой. Е.Г. Дзугкоева в своих исследованиях сравнивала подростков с нормальным психическим развитием и подростков с ЗПР церебрально-органического генеза. В результатах ее работы была зафиксирована часто заниженная и неустойчивая самооценка у подростков с ЗПР, частая внушаемость и детская наивность. По результатам исследования И.А. Коневой у подростков с ЗПР, обучающихся в специализированной школе в отличие от подростков, обучающихся в специальных классах массовой школы не выявляется предрасположенность к негативным самохарактеристикам.

Несмотря на неустойчивость самооценки, эти дети склонны преувеличивать свои способности, переоценивают характерологические и

другие личностные черты, а также внешние данные – это указывает на нескритичность, неспособность использовать предыдущий опыт взаимоотношений, отражающих оценку окружающими поведения и деятельности подростков с ЗПР. Склонность переоценивать собственные возможности и личностные качества у детей с ЗПР нередко вызвано получением «хороших оценок» в свой адрес. Это явление есть неосознанная попытка ребенка с ЗПР скомпенсировать свою маловажность путем переоценки своей личности [цит. по 29, с. 22–27].

Недостаточность самосознания также проявляется в беспричинных завышенных притязаниях, которые носят эгоцентрическую направленность. Они стремятся добиться похвалу при помощи хвастовства или обмана; желание иметь какую-нибудь привлекательную вещь — воровством; уход от трудностей и жажду получения легкодоступных приятных ощущений — путем бродяжничества и т.д. [59, с. 117]. В результате эмоционально – волевой незрелости у этих подростков недостаточно развито чувство ответственности, долга, воли, выраженных интеллектуальных интересов, отсутствие чувства дистанции, инфантильная бравада исправленным поведением, у подростков нарушено поведение [49].

Трудности контроля выступают не только в поведении, но и в деятельности, особенно в учебной. Внутренние критерии саморегулирования не сформированы и не соответствуют возрастным нормам. Поэтому относительный успех деятельности и бесконфликтное поведение возможно только под строгим контролем извне.

Немалый интерес в изучении уровня самооценки подростка с ЗПР представляет степень зрелости суждений, навыки общения со сверстниками и взрослыми, готовности к профсамоопределению, определению своей позиции в обществе. Круг качеств, рассматриваемых подростками с ЗПР в своем характере, довольно тесен и ограничен. В отличие от нормально развивающихся сверстников, подростки с ЗПР воспринимают своих одноклассников не привлекательными и ожидают от них такой же ответной

реакции, однако эти подростки показывают более высокую личностную идентификацию со своими одноклассниками [38].

Следует отметить, что у младших подростков с ЗПР, в отличие от нормально развивающихся сверстников, кризис самовосприятия возникает ранее, а причины кризиса и его проявления разнятся. Так, у подростков с ЗПР в возрасте 11-12 лет, временная перспектива не появляется, т.е. подростки с ЗПР не строят планов на будущее и «не примеряют» на себя разные общественные роли и статусы в перспективе. Они привержены давать себе отрицательные характеристики, не компенсируемые перечнем своих достоинств, или, наоборот, гиперкомпенсаторные характеристики. Такое бахвальство служит проявлением защиты от отрицательного восприятия их взрослыми. Из-за негативного самопринятия у подростков развивается беспочвенно позитивные представления о сверстниках, которое мешает им в налаживании полноценного общения [33, с 863].

Как говорилось выше, у младших подростков с ЗПР раньше начинается кризис самовосприятия - в 11-12 лет. Но, в отличие от нормально развивающихся сверстников, у которых кризис связан с необходимостью в переосмыслении собранной рефлексивной информации, у младших подростков с ЗПР этот кризис связан с затруднениями в становлении образа Я. Следовательно, аналогичное нарушение психического развития при различных формах ЗПР приводит к единой направленности в развитии самопознания. А разные типы генеза ЗПР и разное влияние социальных микросред порождает различия в формировании образа Я младших подростков с ЗПР. Задержка в становлении образа Я подростков с данным видом дизонтогенеза, трудности в методе построения конструктивных рассуждений о себе продиктованы не только дефектом развития, но и отрицательным восприятием их взрослыми. Развивающийся «комплекс неполноценности» затрудняет развитие полноценного образа Я на основе рефлексии, организации адекватного общения и взаимоотношений со сверстниками.

В 11-12 лет важнейшими становятся личностные характеристики, усвоенные подростками с ЗПР в силу их внушаемости, а благодаря формированию собственной рефлексии. На второе место выступают желания и предпочтения, в основном инфантильные, которые не направлены на создание образа Я. А возраст 12-13 лет отмечается ярким кризисом самовосприятия, поэтому у подростков с ЗПР наблюдается переизбыток характеристик социальных ролей и статусов. Благодаря чему постепенно начинается появление оценок своих поступков и действий [32, с. 66-68].

Дети и подростки с ЗПР являются самой многочисленной категорией детей с дизонтогенетическим развитием. Эффективное их включение в социум и активная деятельность в нем возможны только при конструктивном решении встающих коррекционно-развивающих задач [31, с. 110-111].

Делая выводы по параграфу можно отметить, что ныне существующие исследования самооценки подростков с ЗПР подчеркивают её явное своеобразие, которое определяется спецификой психического дефекта и негативным влиянием микросоциальных факторов. Специфика самооценки подростков с ЗПР определяется низким уровнем притязаний, частой зависимостью от внешних обстоятельств склонности к переоценки своих способностей и возможностей. Самооценка характеризуется как неустойчивая, незрелая, некритичная, также отмечается низкий уровень осознания подростками с ЗПР своего «Я». Это является источником к повышенной внушаемости детей данной категории, несамостоятельности и неустойчивости их поведения.

### **1.3 Модель психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки у подростков с ЗПР**

Моделирование является методом разработки и изучения моделей. Основные признаки модели - это абстракция, наглядность, элемент новизны, логический метод построения на основе аналогий, содержание гипотез.

Другими словами, гипотеза, выражающаяся в наглядной форме есть модель [35].

Понятие моделирование в своей теории социального научения А. Бандура и Б. Скиннер, рассматривают как процесс наблюдения субъектом принятой за пример модель поведения и попытку воспроизвести такое поведение [цит. по 18, с. 342]. Широкую распространенность в психологии этот метод получил в 50-х гг. XX в., когда развитие науки кибернетики дала возможность моделировать различные стороны целенаправленной деятельности живых особей.

Метод моделирования в психологии применяется в 2 направлениях:

1) как знаковая имитация процессов, механизмов, результатов психической деятельности, т.е. моделирование психики человека;

2) как построение, подражание тому или иному виду человеческой деятельности посредством создания искусственной среды для этой деятельности, которое называют психологическим моделированием [15, с. 48].

Моделью данного исследования является образец системы, показывающей или воспроизводящей совокупность основных свойств, которая позволяет замещать объект в процессе изучения и познания. Модель и объект исследования связаны соотношением сходства, т.е. модель является «тенью» объекта, максимально отражающая его существенные свойства. Также под моделью можно рассматривать отображение какого-либо процесса в виде изображения, чертежа или схемы [20].

В конструировании модели психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР мы используем метод целеполагания. Целеполагание – это определение и постановка цели, или комплекса целей, которая соответствует задаче, представление образа ожидаемого. Осуществление целеполагания необходимо для успешного проведения исследования. Одним из самых наглядных и действенных способов целеполагания является построение дерева целей.

Дерево целей - схема, позволяющая визуально представить достижение генеральной цели, т.е. «вершины дерева», путем достижения более частных целей, т.е. «ветвей дерева». Дерево целей позволяет обосновать генеральную цель и делает более достижимыми частные цели. Мы использовали для построения дерева целей при внедрении психолого-педагогических программ вариант, предложенный В.И. Долговой [21, с. 41-45.].

Верхний ярус дерева целей занимает основная цель, на следующем ярусе находятся частные цели, третий ярус занимают конкретные цели.

Генеральная (основная) цель данного исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить психолого-педагогическую коррекцию неадекватной самооценки подростков с ЗПР.

На втором ярусе находятся частные цели:

1. Теоретически изучить особенности самооценки у подростков с ЗПР.
2. Организовать и провести исследование по изучению самооценки у подростков с ЗПР.
3. Опытно-экспериментальным путем проверить результативность программы психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки у подростков с ЗПР.

На третьем ярусе находятся конкретизирующие цели:

Первой цели: Теоретически изучить особенности самооценки у подростков с ЗПР:

- 1.1. Раскрыть феномен самооценки в психолого-педагогической литературе;
- 1.2. Выявить возрастные особенности проявления самооценки у подростков с ЗПР;
- 1.3. Разработать теоретическую модель психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки у подростков с ЗПР.

Второй цели: Организовать и провести исследование по изучению самооценки у подростков с ЗПР:



2.1. Определить этапы методы и методики экспериментального исследования;

2.2. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.

Третьей цели: Опытно-экспериментальным путем проверить результативность программы психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки у подростков с ЗПР:

3.1. Разработать и реализовать программу психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР;

3.2. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования;

3.3. Разработать рекомендации педагогам и родителям по психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки;

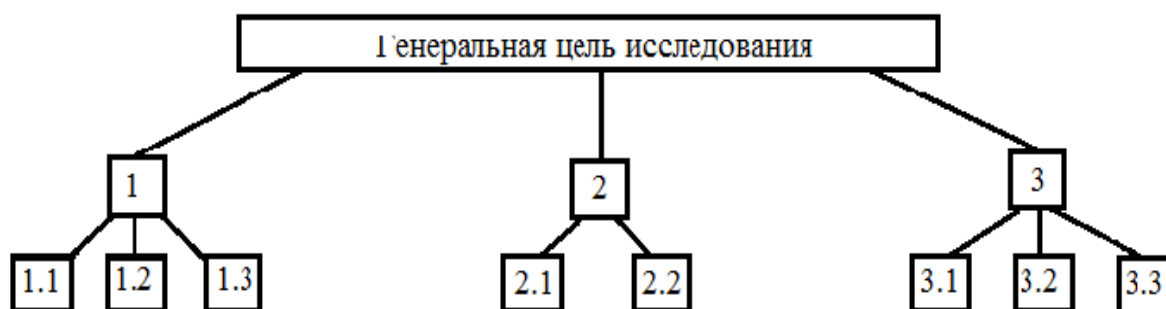


Рисунок 1 - Дерево целей психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР

Коррекцией в психологии называют активное психолого-педагогическое воздействие, которое направлено на ликвидацию отклонений в развитии личности, ее гармонизации и межличностных отношений в определенных социально-экономических условиях [50, с. 86].

Л.И. Божович предполагает, что коррекционные психолого-педагогические занятия близки с понятием «норма», которое означает главную цель коррекции - «возврат» или «подтаскивание» клиента к надлежащему уровню на основе его индивидуальных и возрастных особенностей [9, с. 362].

Общими принципами построения программы психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков являются [48, с. 326]:

1. Принцип единства коррекции и развития предполагает, что потребность в коррекционной работе удовлетворяется только исходя из результатов психолого-педагогического анализа внутренних и внешних условий развития ребенка.

2. Принцип единства индивидуального и возрастного развития предполагает, что полноценное проживание каждого этапа онтогенеза делает возможным реализацию ресурсов развития какого-либо возраста - это служит определяющим в обеспечении всех сторон становления личности.

3. Принцип единства диагностики и коррекции. Этот принцип заключается в том, что вопросы коррекционной работы решаются посредством полной диагностики личности ребенка и оценки ближайшего вероятностного прогноза развития, который строится на основе зоны ближайшего развития ребенка.

4. Деятельностный принцип осуществления коррекции. Данный принцип предопределяет выбор путей, средств и способов достижения установленной цели коррекции.

Анализ психолого-педагогических исследований позволил разработать модель психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР.

Для начала определим, что означает термин моделирование. Моделирование - это создание моделей реализации психологических явлений для формальной проверки их способностей и систематизации имеющихся данных [45, с. 115]. Говоря в общем, моделирование — это способ изучения психологических состояний, свойств, процессов, заключающийся в построении модификаций психологических явлений, в исследовании функционирования данных моделей и применение полученных результатов, с целью прогноза и разъяснения эмпирических данных.

В психолого-педагогических источниках модель определяется как аналог, воспроизводящий совокупность существенных свойств и характеристик объекта, замещающая его в процессе познания, а также представляющая возможность обучения практической деятельности, основанную на личностно-направленном подходе, с целью формирования того или иного качества личности [41].

Наша модель психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР состоит из 4 блоков: теоретического блока, диагностического, коррекционно-развивающего блока и контрольно-аналитического блока.

Цель нашей модели: теоретически изучить и экспериментально проверить психолого-педагогическую коррекцию неадекватной самооценки подростков с ЗПР.

Результатом является возможное изменение уровня самооценки подростков с ЗПР.

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

Диагностический блок включает методики исследования уровня самооценки подростков с ЗПР: «Шкала самооценки и уровня притязаний Дембо-Рубинштейн» (модификация А.М. Прихожан); методика изучения общей самооценки Г.Н. Казанцевой; анкета по выявлению уровня самооценки по Р.В. Овчаровой. Проведённые методики позволили выявить уровень и особенности самооценки подростков с ЗПР. Тестирование по методикам в комплексе помогло составить наиболее точную картину.

Коррекционно-развивающий блок включает разработку и реализацию программы психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР. На данном этапе исследования нами был использован метод формирующего эксперимента и социально-психологический тренинг.



Рисунок 2 - Модель психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР

Контрольно-аналитический блок включает в себя оценку эффективности программы психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР.

В ходе нашего исследования мы разработали графическую модель психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР (Рисунок 2).

Проверка гипотезы исследования о том, что коррекция неадекватной самооценки подростков с задержкой психического развития возможна при проведении коррекционной программы осуществлялась с помощью Т-критерия Вилкоксона.

Таким образом, анализ психолого-педагогической литературы позволил нам разработать дерево целей исследования. В разработанном нами дереве целей можно увидеть, что основополагающая цель данного исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить программу психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР. Так же в нем представлены частные и конкретизирующие цели.

Так как моделирование является важным моментом целеполагания, мы разработали модель психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки у подростков с ЗПР, которая поможет скорректировать уровень самооценки у подростков до нормального уровня и устранить характерные негативные черты. Наша модель психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР, содержащая четыре блока: теоретический, диагностический, коррекционно-развивающий и контрольно-аналитический. В данной модели представлены блоки и соответствующие им цели и методы работы по коррекции неадекватной самооценки у подростков с ЗПР.

## Вывод по первой главе

В контексте данной главы мы рассмотрели понятия самооценки, рассмотрели специфику самооценки у подростков с ЗПР и разработали модель психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР.

Самооценка выступает рефлексивным компонентом самосознания и является оценкой индивидом самого себя, своих возможностей, достоинств и недостатков, качеств и места в социуме. Нами раскрыта структура самооценки включающая когнитивный и эмоциональный компоненты. Самооценка выполняет защитную и регулятивную функции, (Р. Бернс, Л.В. Бороздина, А.А. Деркач) подразделяется на общую и частную самооценку. По уровням бывает высокой, средней, низкой; по реалистичности в деятельности и общении – адекватной и неадекватной, а также завышенной и заниженной.

Становление самооценки проходит в процессах самоопределения личности и сравнения с окружающими людьми [2, с. 44-51].

Также мы взяли за основу нашей исследовательской работы определение Г.Е. Сухаревой, что ЗПР - это нарушение нормального темпа психического развития, когда отдельные психические отстают в своём развитии от принятых психологических норм для данного возраста.

Изучив особенности самооценки подростков с ЗПР в психолого-педагогической литературе, мы выяснили, что в целом она характеризуется как более диффузная, более размытая, с высокой взаимозависимостью, «склеенностью» самооценок и их низкой дифференцированностью. Существующие исследования самооценки подростков с ЗПР подчеркивают её явное своеобразие, которое определяется спецификой психического дефекта и негативным влиянием микросоциальных факторов. Специфика самооценки подростков с ЗПР определяется низким уровнем притязаний, частой зависимостью от внешних обстоятельств склонности к переоценки

своих способностей и возможностей. Самооценка характеризуется как неустойчивая, незрелая, некритичная, также отмечается низкий уровень осознания подростками с ЗПР своего «Я».

Также в данной главе мы разработали дерево целей исследования, генеральная цель которого теоретически обосновать и экспериментально проверить психолого-педагогическую коррекцию неадекватной самооценки подростков с ЗПР. На основе древа целей нами разработана модель психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки у подростков с ЗПР, которая состоит из четырех блоков: теоретический, диагностический, коррекционно-развивающий и контрольно-аналитический.

## Глава II. Организация исследования самооценки подростков с ЗПР

### 2.1 Этапы, методы, методики исследования

В данном параграфе нами определены этапы исследования, отобраны валидные и надежные методики и тесты по изучению самооценки подростков с ЗПР. Цель психолого-педагогического исследования – теоретически обосновать психолого-педагогическую коррекцию неадекватной самооценки подростков с задержкой психического развития. Определив цель психолого-педагогического исследования, можно перейти к определению этапов.

Исследование проводилось в три этапа:

1 этап – поисково-подготовительный – выбор темы, определение объекта и предмета исследования, формулировка гипотезы, теоретический анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования; раскрытие формирования феномена самооценки в отечественной и зарубежной психолого-педагогической литературе, определение самооценки и ее особенностей у подростков с задержкой психического развития; теоретическое изучение психолого-педагогической литературы, подбор методик для проведения эксперимента; составлена модель психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР. Были подобраны валидные цели исследования методики с учетом возрастных и индивидуальных характеристик, а также с учетом сложности дефекта.

2 этап – опытно-экспериментальный – проведение констатирующего эксперимента, обработка полученных результатов, на основе полученных данных формирование выборки для проведения коррекционной работы; разработка и реализация программы коррекции.

3 этап – контрольно-обобщающий – проведение повторной диагностики, анализ и обобщение результатов исследования, формулировка выводов, проверка гипотезы; проведение математического анализа эффективности коррекционной программы, разработка технологической



карты внедрения данной программы в практику педагога-психолога, выводы, разработка рекомендаций педагогам и родителям подростков с ЗПР.

В исследовательской работе были использованы комплекс методов и методик.

1. Теоретические: синтез и анализ, а также обобщение и моделирование. Эти методы исследования позволяют определить проблему, сформулировать гипотезу исследования и проанализировать собранный материал. Теоретические методы связаны с изучением литературы [35, с. 12];

2. Эмпирические: констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование по методикам: шкала самооценки и уровня притязаний Дембо-Рубинштейн (модификация А.М. Прихожан), изучение общей самооценки с помощью процедуры тестирования (опросник Г.Н. Казанцевой), тест на определение самооценки у подростков по методике Р.В. Овчаровой;

3. Метод обработки полученных данных: Т-критерий Вилкоксона.

Анализ (в психологии) - мысленное или реальное расчленение целого на составные части, выполняемое в процессе познания или предметно-практической деятельности [47].

Синтез - мыслительная операция - включенный в акты взаимодействия организма со средой процесс практического или мысленного воссоединения целого из частей или соединения различных элементов, сторон объекта в единое целое. Являет собой необходимый этап познания. Синтез неразрывно связан с анализом, они взаимодополняют друг друга. Как свойственные людям мыслительные операции, синтез и анализ исторически формируются в ходе их материально-преобразующей деятельности [46].

Систематизация – это расположение отдельных предметов, явлений, мыслей в определенном порядке по какому-либо одному признаку [21].

Обобщение – одна из основных характеристик познавательных процессов, которая выделяет и фиксирует относительно устойчивые, инвариантные свойства предметов и их отношений [9]; форма отражения общих признаков и качеств явлений действительности, продукт

мыслительной деятельности. Простые виды обобщения осуществляются еще на уровне восприятия, выражаясь в константности восприятия [53, с. 104].

Моделирование – это деятельность по построению и изучению моделей для указанных целей. Моделирование является одним из способов научного познания и теоретическим методом исследования процессов и состояний при помощи реальных или идеальных, прежде всего математических, моделей.

Эксперимент (в психологии) - один из главных методов научного познания, с помощью которого в условиях управления и контроля исследуются явления реальности. В психологических и педагогических исследованиях эксперимент направлен на обнаружение изменений в поведении человека при систематичном манипулировании определяющими это поведение условиями. В отличие от метода наблюдения, в эксперименте создаются необходимые для возникновения процессов специальные условия [56]. Провести эксперимент или экспериментировать - это значит изучить воздействие независимой переменной на одну или несколько зависимых переменных в условиях строгого контроля контролируемых переменных [46].

Констатирующий эксперимент является основным видом эксперимента, при котором фиксируются изменения одной или нескольких автономных переменных и определяется их воздействие на зависимые переменные [37]. Главным отличием констатирующего эксперимента от формирующего эксперимента является цели проведения эксперимента. Целью констатирующего эксперимента выступает запечатление изменений, протекающих с зависимыми переменными, а в формирующем - влияние на последние [4].

Формирующий эксперимент – вид эксперимента наравне с констатирующим, является особым методом психологического исследования, который состоит в том, что экспериментатор некоторым образом обучает для получения заданного изменение в его психике. В отличие от констатирующего метода, направленного на изучение фактов, и наблюдения, направленного на описание процессов в естественных условиях, при

формирующем эксперименте раскрываются причины и условия протекания процессов [39, с. 153].

Тест - стандартизированная методика психологического измерения, предназначенная для диагностики выраженности у индивида психических свойств или состояний для решения практических задач [23].

Тестирование являясь методом исследования, предполагает выполнение участниками тестовых заданий, определяющих разные качества личности [1]. Оно предполагает, что респондент совершает определенное действие, например, рисовать, решать задачи, рассказать по картинке и т.д. – это зависит от используемой методики; проходит определенную пробу, исходя из результатов которого психолог дает заключение о наличии, уровне развития и особенностях различных свойств и качеств. В тестировании стандартизирована как порядок предоставления заданий, так и процедура оценки полученных результатов. Такая стандартизация позволяет сопоставлять результаты различных испытуемых. Обобщая, можно сказать, что тестирование — это метод психодиагностики, в котором используются стандартизированные вопросы и задачи [22, с. 162].

Все используемые методики должны быть:

а) валидными, т.е. пригодными для измерения именно того свойства, на которое она направлена;

б) надёжными, т.е. обозначающими верность психологических измерений;

в) научными, связанными с фундаментальными исследованиями, выражающую её научную доказательность [34].

Все методики нужно проводить комплексно, используя преимущество одной методики для компенсации другой. Комплексная диагностика по методикам дает возможность психологу продемонстрировать преимущественно верную картину.

В нашем исследовании мы предлагаем использованию следующие методики диагностики особенностей самооценки у подростков с ЗПР [см. Приложение 1]:

Исходя из цели исследования нами выбраны: шкала самооценки и уровня притязаний Дембо-Рубинштейн (модификация А.М. Прихожан), изучение общей самооценки с помощью процедуры тестирования (опросник Г.Н. Казанцевой.), тест на определение самооценки у подростков по методике Р.В. Овчаровой.

Методика «Самооценка» Т. Дембо – С.Я. Рубинштейн (модифицированный вариант шкалы самооценки А. М. Прихожан) [28]. Методика самооценки личностных качеств и уровня притязаний названа в честь двух ее авторов. Цель методики – выявление уровня самооценки развития личности, путем непосредственного измерения учащимися ряда индивидуальных качеств, таких, как способности, здоровье, характер, авторитетность среди сверстников, ум, внешность и уверенность в себе. Респондентам предоставляется бланк с семью вертикальными линиями длиной в 100 мм. На вертикальных линиях отмечаются определёнными марками степень сформированности у них этих качеств (самооценка) и уровень притязаний, т.е. степень развития этих же качеств, удовлетворяющих их. На основе данных показателей можно судить об уровне самооценки и уровне притязаний.

Опросник изучение общей самооценки предложен Г.Н. Казанцевой и направлен на диагностику уровня самооценки личности. В инструкции ведущий зачитывает 20 положений, а участники исследования записывая номер положения отвечают соответственно: «да» (+), «нет» (-), «не знаю» (?), выбрав тот ответ, который в наибольшей степени соответствует их собственному поведению в аналогичной ситуации. Отвечать при этом необходимо быстро, не задумываясь». Обработывая результат необходимо подсчитывать количество положительных ответов с положениями под нечетными номерами, затем – количество положительных ответов с

положениями под четными номерами. Из первого результата вычитается второй, далее полученный результат интерпретируются по уровням самооценки [27].

Чтобы определить уровень самооценки по методике Р.В. Овчаровой, испытуемому предоставляется анкета, состоящая из 16 вопросов. Напротив каждого вопроса необходимо ответить: «да», «нет» или «трудно сказать». Последний вариант надлежит выбирать только в исключительных случаях. По завершении тестирования в бланках подсчитываются положительные ответы. За каждый положительный ответ обследуемому присуждается 2 балла, а за ответ «трудно сказать» - 1 балл. В случае отрицательного ответа на любой вопрос испытуемый не получает за него ни одного балла. Далее подсчитывается общее количество баллов и выявляется уровень самооценки.

Для проверки эффективности формирующего эксперимента нашего исследования путем математического анализа мы выбрали Т-критерий Вилкоксона.

Т-критерий Вилкоксона является методом математико-статистической обработки результатов исследования [60, с. 208]. Он применяется для сравнения показателей, измеренных на одной и той же выборке, но в разное время. Данный критерий выявляет не только направленность, но и выраженность изменений.

Классическим примером применения Т-критерия Вилкоксона для связанных выборок, является исследование «до-после», когда сопоставляются показатели до и после формирующего эксперимента.

Суть метода состоит в том, что мы сопоставляем выраженность сдвигов в том и ином направлениях по абсолютной величине. Для этого мы сначала ранжируем все абсолютные величины сдвигов, а потом суммируем ранги. Если сдвиги в положительную и в отрицательную сторону происходят случайно, то суммы рангов абсолютных значений их будут примерно равны. Если же интенсивность сдвига в одном из направлений перевешивает, то

сумма рангов абсолютных значений сдвигов в противоположную сторону будет значительно ниже, чем это могло бы быть при случайных изменениях.

Гипотезы T – критерия Вилкоксона

H<sub>0</sub>: Интенсивность сдвигов в типичном направлении не превосходит интенсивности сдвигов в нетипичном направлении.

H<sub>1</sub>: Интенсивность сдвигов в типичном направлении превышает интенсивность сдвигов в нетипичном направлении.

Ограничения в применении T – критерия Вилкоксона

1. Минимальное количество обследуемых, прошедших измерения в двух условиях - 5 человек. Максимальное количество респондентов - 50 человек, это продиктовано верхней границей имеющихся таблиц.

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

Таким образом, исследование самооценки подростков проходило в 3 этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий.

Исследование самооценки подростков проводилось с помощью комплекса методов и методик. Теоретических: синтеза и анализа, а также обобщения и моделирования. Эмпирических: констатирующего и формирующего эксперимента, тестирования по методикам: шкала самооценки и уровня притязаний Дембо-Рубинштейн (в модификации А.М. Прихожан), изучение общей самооценки с помощью процедуры тестирования (опросник Г.Н Казанцевой), тест на определение самооценки у подростков по методике Р.В. Овчаровой. Методом математической статистики мы выбрали T-критерий Вилкоксона.

## 2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента

В качестве испытуемых были выбраны ученики 6 «б» класса Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 115» г. Челябинска. Школа имеет коррекционные классы, в ней обучаются дети с задержкой психического развития. В 6 «б» классе обучается 15 учеников: 10 мальчиков и 5 девочек. Возраст испытуемых 12-13 лет: 2005 г. р. – 1 человек, 2004 г. р. – 8 человек, 2003 г. р. – 6 человек. В коллективе 3 ребят из многодетных семей, 6 - из неполных семей, 1-опекаемый.

Данный коллектив существует с 5 класса 1 сентября 2015 года.

Дети учатся на 3 и 4. Неуспевающих – нет. Ежегодное психолого-медико-педагогическое обследование подтверждают диагноз ЗПР.

На уроках дисциплина удовлетворительная, активность учащихся на уроках зависит от предмета, но в целом ученики готовы к урокам, указания учителей-предметников исполняют. Так как класс по своему составу неоднородный, то обучение требует индивидуального подхода к каждому ученику согласно личностным особенностям и сложности дефекта, а также социального благополучия семьи. К классному руководителю подростки относятся доверительно и с уважением.

Класс состоит из нескольких микрогрупп, объединенных общими интересами и микрорайоном проживания. Взаимоотношения между микрогруппами ровные, спокойные. Лидеры класса имеют такие характеристики, как самостоятельность, активность, организаторские способности. Они демонстрируют активность и творчество в организации проведении классных и школьных мероприятий. Активность, инициативность, живой оклик на новые дела, творческие начинания – вот основные черты классного коллектива. При этом, класс нуждается в постоянном контроле со стороны классного руководителя, тесного

взаимодействия между учителями-предметниками, родителями и классного руководителя.

К новым членам коллектива класс относится доброжелательно, по возможности, стараясь помочь освоиться, влиться в новую среду. В классе преобладает положительный психологический фон, доброжелательность во взаимоотношениях. Подросткам нравится бывать вместе, участвовать в совместной деятельности.

По методике «Самооценка личностных качеств» Дембо – Рубинштейн в модификации Прихожан полученные результаты мы занесли в таблицу 2 [см. Приложение 2]. На основании полученных данных мы составили рисунок 3, на которой показано соотношение уровней самооценки личностных качеств.

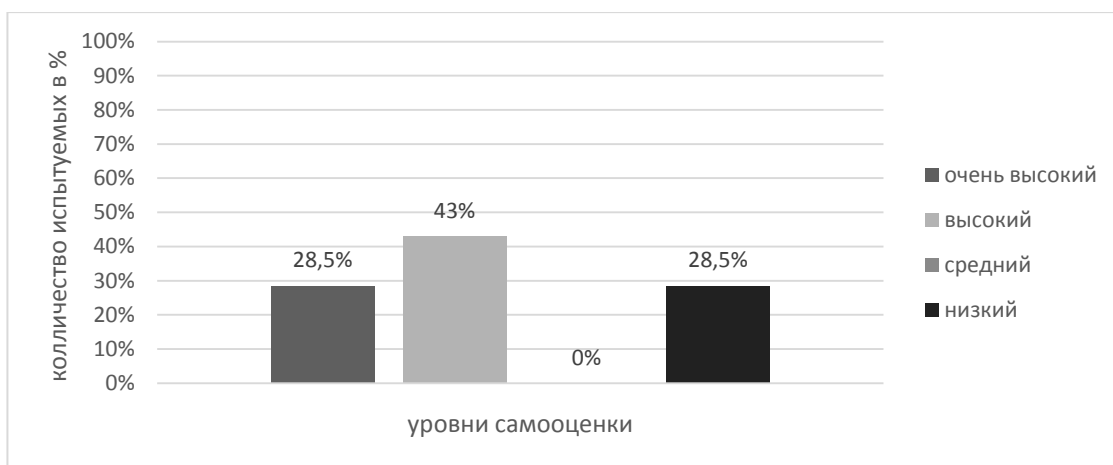


Рисунок 3 - Результаты диагностики уровня самооценки подростков с ЗПР по методике Дембо – Рубинштейн

Результаты диагностики уровня самооценки по методике «Самооценка» Дембо-Рубинштейн. Опираясь на данные рисунка 3 можно говорить, что очень высокий показатель самооценки качеств личности имеют 28,5% (4 человека) испытуемых. Эта группа подростков имеют завышенную самооценку, что может указывать на определенные отклонения в формировании личности подростка. Такая завышенная самооценка может свидетельствовать о личностной незрелости подростка, в неумении правильно оценивать результаты своей деятельности, идентифицировать себя с другими. Эти дети считают умными, очень красивыми, способными,



авторитетными среди своих сверстников, имеющими хороший характер, что свидетельствует об их завышенной самооценке.

Высокий показатель самооценки показали 43% (6 человека). Средняя и высокая самооценка качеств личности у подростков свидетельствует об адекватной (реалистичной) самооценки. Такие дети умеют правильно (адекватно) оценивать свои возможности и способности, оценивать себя достаточно критически, ставить перед собой реально достигаемые цели.

Низкий показатель самооценки личностных качеств показали 28,5% (4 человека), что указывает на заниженную самооценку подростка и свидетельствует о крайнем неблагоприятном развитии личности подростка. Подростки с очень низкой самооценкой составляют «группу риска», с ним рекомендовано провести психолого-педагогическую работу по повышению самооценки. Эти дети считают себя глупыми, неспособными, некрасивыми в себе, а в следствии этого неуверенными в себе и в своих силах, с плохим характером и презираемыми сверстниками.

Таким образом, на основе результатов исследования по методике «Самооценка личностных качеств» Дембо - Рубинштейн в модификации Прихожан можно сделать следующие выводы:

- 28,5% испытуемых имеют завышенную самооценку,
- 43% испытуемых имеют адекватную самооценку,
- 28,5% испытуемых имеют низкую самооценку.

По методике изучения общей самооценки с помощью процедуры тестирования (опросник Г.Н Казанцевой) полученные результаты мы занесли в таблицу 3 [см. Приложение 2]. На основании полученных данных мы составили рисунок 4, на которой показано соотношение уровней общей самооценки.

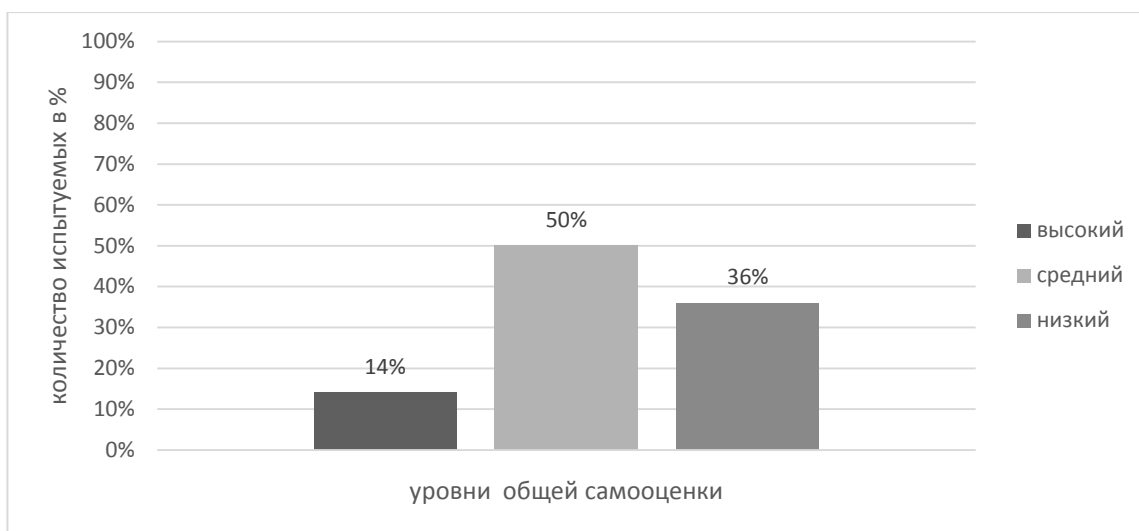


Рисунок 4 - Результаты диагностики уровня общей самооценки подростков с ЗПР с помощью процедуры тестирования (опросник Г.Н Казанцевой)

На Рисунке 4 наглядно видны результаты диагностики в процентном соотношении, так высокий уровень развития общей самооценки показали 2 человека (14%), средний уровень развития общей самооценки – 7 человек (50%), низкий уровень общей самооценки – 5 человек (36%).

У подростков, чей результат находится в пределах от +4 до +10, неадекватно завышенная самооценка. Они очень несдержанны, подвижны, с высокой переключаемостью с одного вида деятельности на другую, не склонны анализировать результаты своих действий и поступков, стараются выделиться на фоне других, всегда быть на виду, всячески пытаются обратить на себя внимание, иногда нарушая при этом дисциплину.

Семь испытуемых имеют среднюю (адекватную) самооценку, так как их результат по тесту находится в пределах от -3 до +3. Такие подростки активные, общительные, дружелюбные, умеют анализировать результаты своих действий и поступков, целеустремлённые, легко переключаются с одной деятельности на другую, готовы сотрудничать и помогать другим.

У подростков, показавших результат по тесту в пределах от -4 до -10, самооценка является заниженной. Они часто малообщительны, не стремятся к контактам, нерешительны, тревожны, недоверчивы, не уверены в себе, не способны постоять за себя, нелегко включаются в общую деятельность.

По методике анкета для подростков Р.В. Овчаровой, полученные результаты мы занесли в таблицу 4 [см. Приложение 2]. На основании полученных данных мы составили рисунок 5, на которой показано соотношение уровней самооценки подростков.

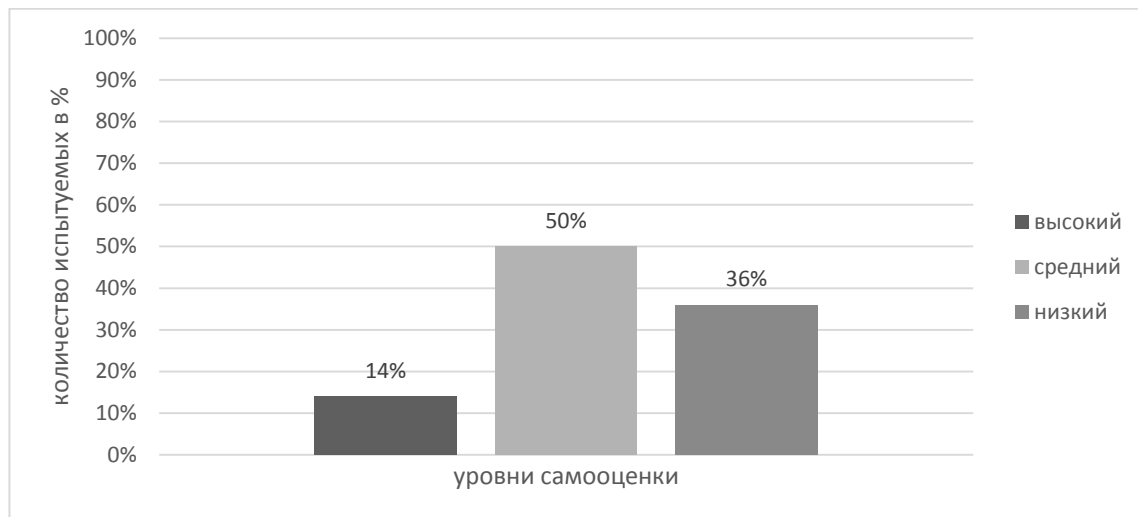


Рисунок 5 - Результаты диагностики уровня самооценки подростков с ЗПР с помощью теста Р.В. Овчаровой

На рисунке 5 мы видим, что 64% опрошенных подростков с ЗПР показали высокий и средний уровень самооценки. Из них 14% обследуемых показали высокий уровень самооценки, такая самооценка может указывать на существенные искажения в формировании личности подростков с ЗПР.

50% обследуемых подростков с ЗПР показали средний уровень самооценки. Для них имеет большую важность оценка их труда и поступков со стороны окружающих, они склонны находить и анализировать причины своих неудач.

Низкий уровень самооценки имеют 36% опрошенных (5 человек). 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.

Таким образом, по результатам диагностики уровня самооценки по методике Р.В. Овчаровой было выявлено: высокий уровень самооценки у 2 подростков с ЗПР (14%), средний уровень – 7 подростков с ЗПР (50%).

Низкий уровень по данной методике составляет 36% всех испытуемых (5 подростков с ЗПР).

В ходе исследования уровня самооценки у подростков с задержкой психического развития были получены следующие результаты [Приложение 2, Таблица 5]:

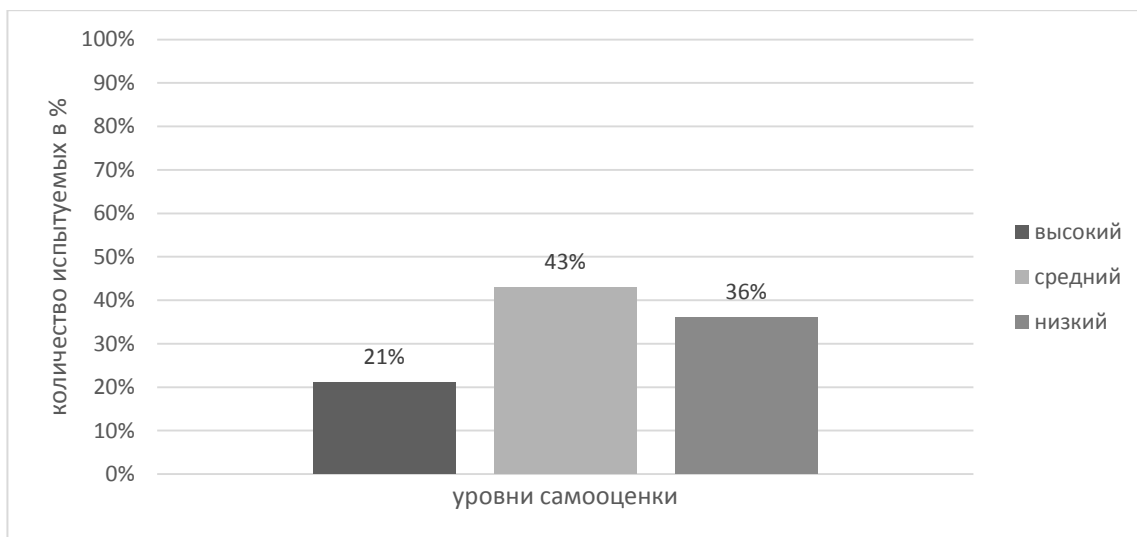


Рисунок 6 - Сводный график результатов диагностики уровня самооценки у подростков с ЗПР по трем проведенным методикам

По результатам всех проведенных методик (Рисунок 6) можно сделать вывод, что в классе преобладает средний уровень самооценки (43%). Высокий уровень самооценки выявлен у 21% испытуемых, а низкий уровень – у 36%. Как высокий, так и низкий уровни свидетельствуют о неадекватной самооценке (57%) подростков.

В силу психологических особенностей подросткового возраста, а также сложности дефекта результаты по трем методикам получились неравномерными, то есть несколько учеников показали разные уровни самооценки, то есть были получены сведения о высокой, средней и низкой самооценке у каждого из них, поэтому участие в программе психолого-педагогической коррекции рекомендовано всем участникам исследования.

Таким образом, в программе психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР будет участвовать 14 человек.

## Выводы по второй главе

Исследование самооценки у подростков с ЗПР проходило в 3 этапа: этапы: поисково–подготовительный, опытно–экспериментальный, контрольно–обобщающий. Были подготовлены методики, проработан теоретический материал, проведена первичная диагностика и обработаны полученные результаты. В исследовании мы использовали теоретические и эмпирические методы, а также нами были отобраны валидные и надежные методики, такие как: шкала самооценки и уровня притязаний Дембо-Рубинштейн (в модификации А.М. Прихожан), изучение общей самооценки с помощью процедуры тестирования (опросник Г.Н. Казанцевой), тест на определение самооценки у подростков по методике Р.В. Овчаровой. Наиболее подходящим методом математической статистики стал Т-критерий Вилкоксона.

В исследовании принимали участие ученики 6 «б» класса Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 115» г. Челябинска в количестве 14 человек.

На основе результатов исследования по методике «Самооценка личностных качеств» Дембо - Рубинштейн в модификации Прихожан можно сделать следующие выводы: 28,5% испытуемых имеют завышенную самооценку, 43% испытуемых имеют адекватную самооценку, 28,5% испытуемых имеют низкую самооценку.

По результатам диагностики уровня общей самооценки с помощью процедуры тестирования (опросник Г.Н. Казанцевой) были выявлены: высокий уровень развития общей самооценки - 2 человека (14%), средний уровень развития общей самооценки – 7 человек (50%), низкий уровень общей самооценки – 5 человек (36%).

По результатам диагностики уровня самооценки с помощью теста Р.В. Овчаровой высокий уровень самооценки имеют 2 человека (14%), средний

уровень – 7 человек (50%). Низкий уровень по данной методике выявлен у 5 подростков с ЗПР (36%).

По результатам сводной таблицы можно сделать вывод, что в классе преобладает средний уровень самооценки (43%). Высокий уровень самооценки выявлен у 21% испытуемых, а низкий уровень – у 36%. Полученные при проведении диагностики результаты говорят нам о том, что 57% учеников 6 «б» класса имеют неадекватную самооценку.

В программе психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР будет участвовать 14 человек.

## **Глава III. Опытнo-экспериментальное исследование психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР**

### **3.1 Психолого-педагогическая программа коррекции неадекватной самооценки у подростков с ЗПР**

Наше исследование, проведенное на предыдущем этапе работы, подтвердило, что самооценка подростков с ЗПР имеет неадекватный характер, что так же обуславливает актуальность разработки и реализации программы психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР.

Цель программы – психолого-педагогическая коррекция неадекватной самооценки подростков с ЗПР.

Задачи программы:

1. Способствовать развитию навыков самоанализа.
2. Развивать представление о ценности другого человека и самого себя;
3. Развивать чувство доверия и уверенности в себе;
4. Формировать позитивное отношение к своей личности.
5. Создать условия для развития навыков уверенного поведения.

Данная программа прошла апробацию на базе средней общеобразовательной школы № 115 г. Челябинска. В ней приняли участие ученики 6 «б» класса в количестве 14 человек в возрасте 12 - 13 лет. Данная программа помогает развить навыки самопознания подростков, повысить представления о собственной ценности и индивидуальности, развить уверенность в собственных силах и способность наиболее успешно реализовать себя в деятельности. Во время занятий подросткам необходимо создать условия для групповых дискуссий, стимулировать обратную связь в группе и рефлексия.

Программа психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР составлена на основе работ И.В. Дубровиной, А.Г. Лидерс.

Психолого-педагогическая программа коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР состоит из трёх блоков:

I. Установочный блок программы психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР. Цель: знакомство с участниками, установка психологического контакта, создание атмосферы доверия и безопасной среды.

II. Коррекционно-развивающий блок программы психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР. Цель: коррекционно-развивающее воздействие на подростка, с целью нормализации уровня самооценки, повышение уверенности в себе, развития навыков самоанализа, саморефлексии, формирования позитивного отношения к своей личности.

III. Обобщающий блок программы психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР.

Основной формой работы выбран социально-психологический тренинг являющимся одним из методов активного обучения и психологического воздействия, который осуществляется в процессе интенсивного группового взаимодействия и направлен на повышение компетентности в сфере общения, дополняемый принципом рефлексии над собственным поведением и поведением других участников группы.

В результате проведения программы предполагается нормализация уровня самооценки подростков с ЗПР.

Программа рассчитана на 10 занятий, срок реализации программы коррекции - 5 недель, частота встреч – 2 раза в неделю. Продолжительность одного занятия составляет 40 минут, что равно длительности одного урока.

Во время занятий каждому подростку необходимо дать возможность проявить себя, быть открытым и не бояться совершить ошибку.



Независимо от возможных вариаций, занятия содержат правила (принципы), обеспечивающие безопасность участников тренинга:

а) активность. Это правило предполагает участие во всех предлагаемых в ходе занятий упражнениях и активное обсуждение собственных переживаний и впечатлений;

б) конфиденциальность. Подразумевает под собой неразглашение всего, что происходит в ходе занятий, для повышения чувства доверия участников друг к другу и сплочение группы на основании собственных ощущений в процессе коррекционно-развивающей работы;

с) «говори за себя». Данное правило помогает изначально направить рефлексии чувств и переживаний на собственный опыт, а не на поиск причин тех или иных событий в поведении других людей;

д) правило «здесь и теперь». Обсуждаются наиболее актуальные ситуации, находящие отражение в сегодняшней жизни участников коррекционно-развивающих занятий.

Рассмотрим тематическое планирование нашей программы (см. Приложение 3):

Занятие № 1. Цель: Познакомиться и установить контакт с участниками тренинга. Установить групповые правила. Создать условия для установления благоприятных отношений внутри группы, достигнуть взаимопонимания в целях работы программы. Принять положительные черты своей личности и личности другого.

Упражнение 1. «Имя». Цель: создать дружеский и безопасный настрой на предстоящую работу, продемонстрировать открытый стиль общения.

«Правила группы». Цель: разработать и принять правила поведения внутри группы.

Упражнение 2. «Скажи мне, кто твой друг». Цель: сформировать умение давать положительную оценку другому человеку, принимать положительную оценку от других.

Упражнение 3. «Ласковое имя». Цель: актуализировать собственные положительные черты, развивать способность анализировать свою реакцию и реакцию других на положительную оценку.

Упражнение 4. «Мои добрые дела». Цель: сформировать установку на добрые дела, анализировать собственное отношение к другим.

Занятие № 2. Цель: Принять свои слабые стороны, сформировать умение оценить себя с разных сторон.

Упражнение 1. «Без маски». Цель: Сформировать доверительные отношения в группе, создать безопасную среду, эмоциональное раскрепощение.

Упражнение 2. «Контраргументы». Цель: развить способности к самоанализу, способности видеть в себе сильные и слабые стороны.

Упражнение 3. «Назови свои сильные стороны». Цель: развивать умение думать о себе позитивно, не стесняясь говорить о себе при других людях.

Упражнение 4. «Я хороший». Цель: эмоциональная разгрузка, повысить уверенность в себе.

Занятие № 3. Цель: Осознать участниками группы своей индивидуальности. Развить коммуникативные умения. Развить способности показывать свои эмоции.

Упражнение 1. «Вы меня узнаете?». Цель: Развивать социальную перцепцию; закрепить положительное представление о себе.

Упражнение 2. «Мой портрет при лучах солнца». Цель: способствовать развитию процессов самораскрытия, научить видеть в себе индивидуальность, раскрыть свои персональные особенности.

Упражнение 3. «Изобрази». Цель: развить креативность, сформировать умение выражать собственные эмоции, выражать чувство радости.

Занятие № 4. Цель: развивать навыки самоанализа, формировать оптимистичный настрой к собственной личности. Принять положительные черты своей личности и личности другого.

Упражнение 1. «Светский прием». Цель: формировать позитивный настрой, положительное отношение к собственной личности.

Упражнение 2. «Интервью». Цель: сформировать умение слушать партнера, улучшать коммуникативные навыки.

Упражнение 3. «Мои сильные стороны». Цель: актуализировать свои положительные черты, развивать позитивное отношение к себе.

Занятие № 5. Цель: осознать свои возможности, перспективы, развить уверенность в себе и в своих силах.

Упражнение 1. «Перспектива». Цель: формировать краткосрочные и перспективные планы, осознать возможность их достижения.

Упражнение 2. «Проективный рисунок». Цель: выявить внутреннее благополучие, сформировать представление о себе во временной перспективе.

Упражнение 3. «Полет белой птицы». Цель: снять эмоциональное напряжение.

Занятие № 6. Цель: повысить самоуважение, осознать свою значимость, приобрести, формировать умение давать адекватную оценку другим людям.

Упражнение 1. «Автопортрет». Цель: осознать свою индивидуальности, формировать навык самоанализа.

Упражнение 2. «Рекламный ролик». Цель: развивать самораскрытие, самоконтроль, развивать способность видеть в других людях прекрасное.

Упражнение 3. «Что я люблю, чего я не люблю». Цель: развитие навыка самовыражения.

Упражнение 4. «Прекрасные слова». Цель: формировать умение видеть в других хорошее, формировать адекватную самооценку, развивать коммуникативную компетентность.

Занятие № 7. Цель: закрепить положительное отношение к себе, самопредъявление, самоанализ, формировать адекватную самооценку.

Упражнение 1. «Чудо-ладошка». Цель: оптимизировать внутригрупповые отношения, активизация самосознания, формировать

позитивное самоощущение, способность к положительной оценке других людей.

Упражнение 2. «Самоценность». Цель: формировать Я-концепцию подростка, умение принимать себя.

Упражнение 3. «Хвост дракона». Цель: снять эмоциональное напряжение, внутреннюю зажатость.

Упражнение 4. «Комплименты». Цель: развивать умение давать и получать комплементы, формировать навык адекватной реакции на комплименты.

Занятие № 8. Цель: анализировать свои чувства, жизненный опыт, осознать свою значимость, удовлетворение потребности в признании.

Упражнение 1. «Девиз». Цель: осознание своей внутренней позиции, осознание себя как личности.

Упражнение 2. «Мои добрые дела». Цель: анализ жизненного опыта, осознание своей значимости.

Упражнение 3. «Изобрази». Цель: развить креативность, сформировать умение выражать собственные эмоции, выражать чувство радости.

Упражнение 4. «Мы похожи». Цель: снять эмоциональное напряжение.

Занятие № 9. Цель: осознать свои устремлений, закрепление позитивного отношения к себе, формирование адекватной самооценки.

Упражнение 1. «Автопилот». Цель: осознать и проанализировать собственные устремления.

Упражнение 2. «Я умею, я могу». Цель: закрепить положительное отношения к себе, саморефлексия, анализ жизненного опыта.

Упражнение 3. «Я - лев». Цель: Повысить уверенность в себе.

Занятие № 10. Цель: обсуждение результатов совместной деятельности, подведение итогов.

Упражнение 1. «Комплименты». Цель: развивать навык признавать свои сильные стороны, получать комплементы.

Упражнение 2. «Аплодисменты». Цель: создать позитивный эмоциональный настрой.

Упражнение 3. «Пожелания друг другу». Цель: создать положительный настрой, выразить положительные эмоции.

Структура занятий построена по единой схеме:

1.Приветствие.

2.Опрос настроения (проводится для вхождения в ситуацию «здесь и теперь», рефлексии своего актуального эмоционального и физического самочувствия).

3.Основная часть (психогимнастические игры и упражнения, заканчивающиеся обсуждением и рефлексией).

4.Рефлексия прошедшего занятия:

а) как вы себя чувствуете сейчас?;

б) выполнение какого задания вызвало наибольшие трудности?

5.Прощание.

Традиционная схема занятий сама выполняет психотерапевтическую функцию, являясь ритуалом, оказывающим позитивное влияние в силу своей повторяемости, помогая включиться в ситуацию «здесь и теперь» и снятию эмоционального напряжения. Проведение программы с подростками не требует специальных материалов: основы для визиток, тетради для рисования и записей, наборы цветных карандашей, скотч, мяч.

Таким образом, работа с учащимися была направлена на развитие навыков самоанализа, чувства доверия и уверенности в себе, формирование представления о ценности другого человека и самого себя и навыков уверенного поведения. С подростками была проведена программа психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки. Продолжительность программы составляет 10 занятий, занятие длится 40 минут. Занятия проводились 2 раза в неделю. В качестве основной формы работы был выбран социально-психологический тренинг.

### 3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования

В ходе констатирующего эксперимента была выявлена необходимость осуществления коррекционной работы с данной группой подростков. Следовательно, характеристика выборки соответствует той, что представлена на этапе констатирующего эксперимента.

После проведения программы психолого-педагогической коррекции самооценки подростков с ЗПР, нами была проведена вторичная диагностика самооценки подростков с ЗПР по следующим методикам: шкала самооценки и уровня притязаний Дембо-Рубинштейн (модификация А.М. Прихожан), изучение общей самооценки с помощью процедуры тестирования (опросник Г.Н. Казанцевой), тест на определение самооценки у подростков по методике Р.В. Овчаровой.

Результаты вторичной диагностики по методике Дембо-Рубинштейн (модификация Прихожан) до и после проведения программы коррекции представлены на рисунке 7 [Приложение 4, таблица 6]:

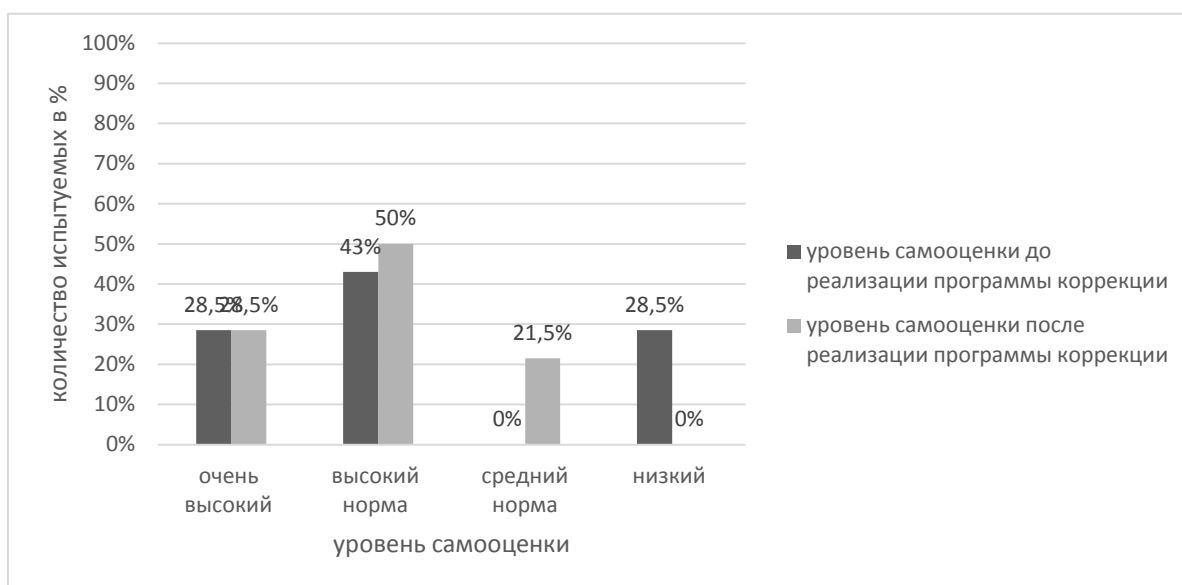


Рисунок 7 - результаты диагностики самооценки подростков с ЗПР по методике Дембо-Рубинштейн в адаптации А. М. Прихожан после проведения программы коррекции

Во время выполнения задания у детей не возникало трудностей. В отличие от первичной диагностики, здесь не было исправлений на бланках. У 28,5% (4 человек) испытуемых нами была выявлена тенденция к завышенной

самооценке. Они быстрее и увереннее других справились с выполнением задания. Отметки уровня развитости качества, при котором они будут счастливы и уровня, на котором это качество развито сейчас, у них находились на небольшом расстоянии.

Средний уровень (уровень нормы) был диагностирован у 71,5% (10 человек) подростков с ЗПР. Во время выполнения задания некоторые из них проговаривали, что хотели бы иметь высокий уровень развитости качества (90% – 100%), но при этом понимают, что для его достижения нужно работать над собой.

В отличие от первичной диагностики, на формирующем этапе исследования низкий уровень самооценки не выявлен.

Стоит отметить, что количественный показатель по методике выше, чем при проведении констатирующего эксперимента. По результатам вторичной диагностики было выявлено, что с низкого уровня на средний уровень перешли три подростка с ЗПР. До реализации программы коррекции подростков с низким уровнем самооценки было 4 (28,5%), после проведения программы коррекции подростков с ЗПР с низким уровнем самооценки не выявлено.

Количество учащихся со средним уровнем самооценки стало на 3 человека больше. До реализации программы коррекции средний уровень самооценки не выявлен, после стал у 3 (21,5%) подростков с ЗПР.

Учащихся с высоким уровнем самооценки стало на 1 человека больше. До реализации программы высокий уровень самооценки был у 6 (43%) человек, после – у 7 (50%) человек. Это значит, что они научились реально оценивать самих себя, свои способности и возможности, что позволяет рационально соотносить свои силы с задачами различной трудности.

Результаты исследования уровня самооценки подростков с ЗПР до и после проведения программы коррекции по методике диагностики общей самооценки Г.Н. Казанцевой предложены на рисунке 8 [Приложение 4, таблица 7]:

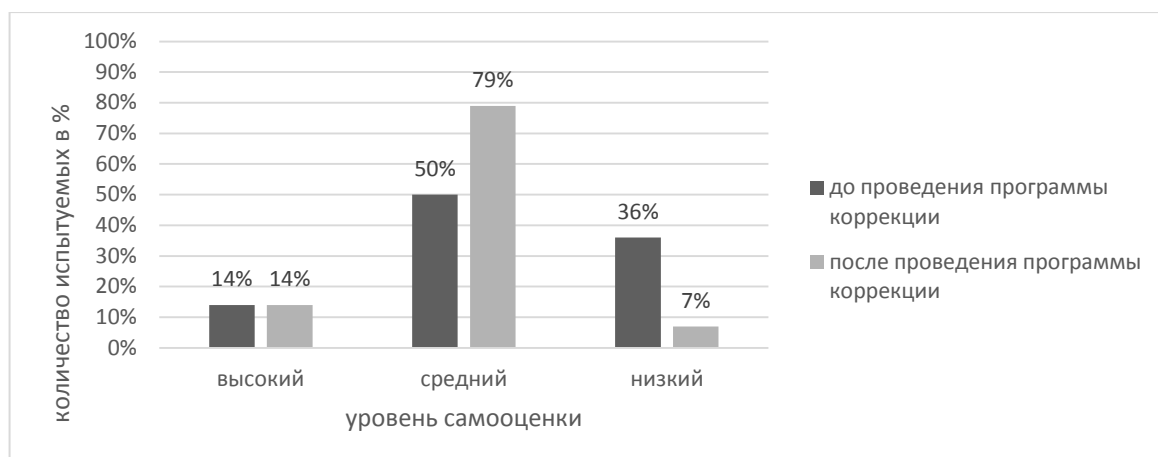


Рисунок 8 - Результаты диагностики самооценки подростков с ЗПР по методике Г.Н. Казанцевой после проведения программы коррекции

В данном задании необходимо было выбрать ответ «да», «нет» или «не знаю». В сравнении с первичной диагностикой, класс справился достаточно быстро, трудностей в выборе ответа не возникало. Высокий уровень самооценки остался без изменений. Эти дети справились быстрее остальных. По их реакции на предложения методики было ясно, что выбор ответа очевиден и не требует каких-либо рассуждений.

79 % (11 человек) показали средний уровень самооценки. В отличие от предыдущих, они уделяли достаточно времени для обдумывания варианта ответа. Некоторые спрашивали, что делать, если не знаешь, что ответить, «да» или «нет». У нескольких детей на бланках были исправления. Следует отметить количественное изменение данных. До проведения программы коррекции подростков с ЗПР со средним уровнем самооценки было 7 (50%) человек, после проведения программы стало на 4 человека больше (79%).

У 7% испытуемых (1 человек) выявлен низкий уровень самооценки по данной. Также следует отметить, что после проведения программы коррекции четыре подростка с ЗПР перешли с низкого уровня на средний уровень самооценки. До реализации программы низкий уровень самооценки был у 5 (36%) человек, после – у 1 человек (7%). Это значит, что они научились позитивно оценивать свои силы, учитывать мнение других людей, создавать конструктивные диалоги с другими людьми.



Показатели высокого уровня самооценки после проведения программы коррекции остались без изменений – 2 человека (14%).

Результаты исследования уровня самооценки подростков до и после реализации программы коррекции по методике Р.В. Овчаровой представлены на рисунке 9 [Приложение 4, таблица 8]:

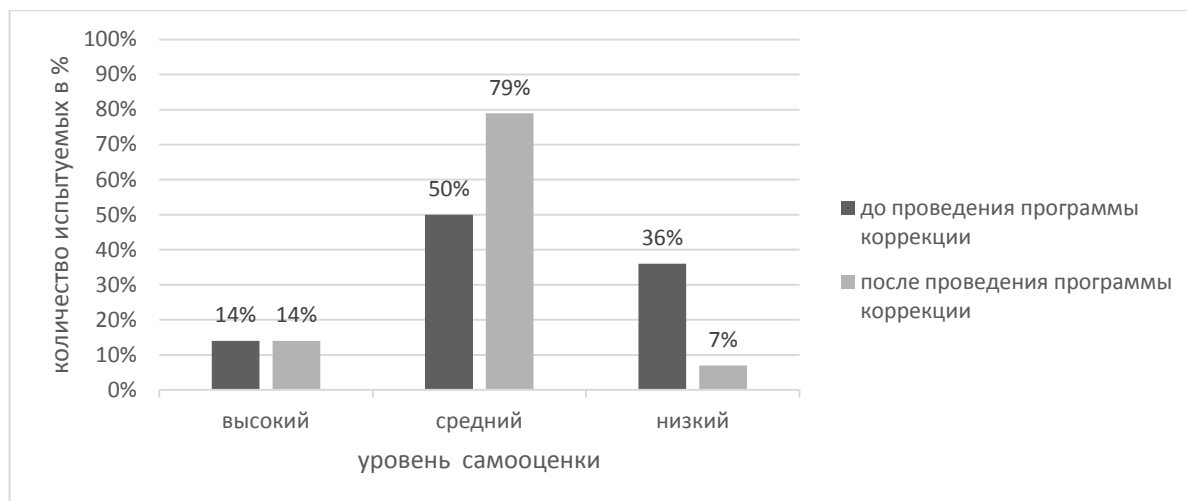


Рисунок 9 - Результаты диагностики самооценки подростков с ЗПР по Р.В. Овчаровой после проведения программы коррекции

Анализ результатов, представленных на рисунке 9 показал, что до реализации программы низкий уровень самооценки был диагностирован у 5 (36%) человек, а после проведения программы испытуемых с низким показателем самооценки стало на 4 человека меньше (7%).

Количество подростков с ЗПР со средним уровнем самооценки увеличилось на 4 человека. До реализации программы средний уровень самооценки был у 7 (50%) подростков с ЗПР, после – у 11 (79%) человек.

Количество подростков с ЗПР с высоким уровнем самооценки осталось неизменным. До и после реализации программы высокий уровень самооценки у 2 (14%) человек. Подростки с ЗПР стали проявлять уверенность, твердость, решительность, умения принимать решения, последовательно их реализовывать.

Рассмотрим сводную таблицу результатов диагностики самооценки после реализации коррекционной работы [Приложение 4, Таблица 9]:

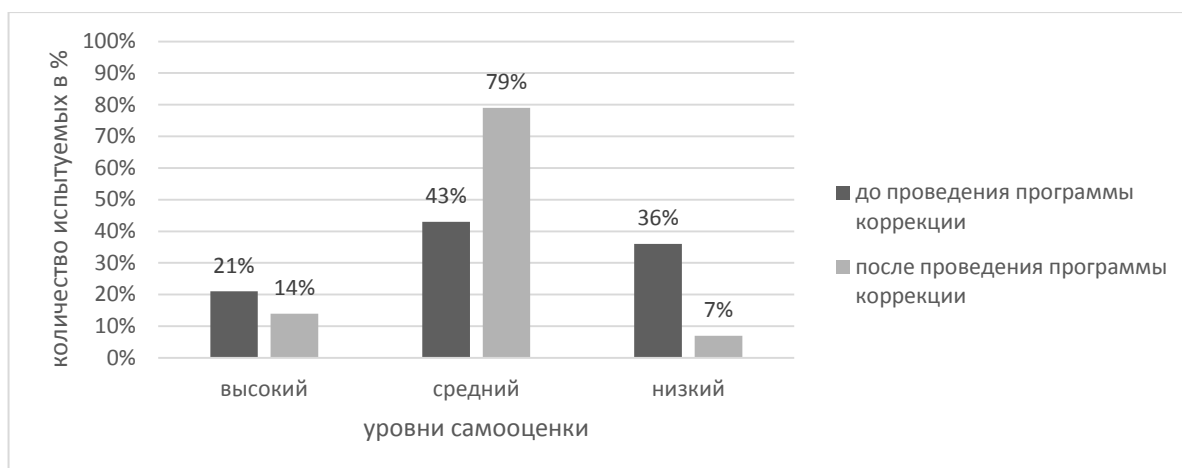


Рисунок 10 - Результаты диагностики самооценки у подростков с ЗПР до и после проведения программы коррекции по методике Дембо-Рубинштейн, методике Г.Н. Казанцевой, Р.В. Овчаровой

Проанализировав результаты, полученные при повторной диагностике по трем методикам, позволяет судить о том, что после проведения коррекционной работы в классе преобладает средний уровень самооценки – у 79 % учеников (11 человек). До проведения программы коррекции количество испытуемых со средним уровнем самооценки было 6 человек (43%), после – 79% (11 человек).

У 14% (2 человека) испытуемых был диагностирован высокий уровень самооценки. Количественный показатель изменился с 21% (3 человека) до 14% (2 человека). Также необходимо отметить, что после проведения программы коррекции, у 29% (4 человека) испытуемых самооценка с низкого уровня поднялась на средний уровень. До проведения программы коррекции низкий уровень самооценки был у 36% (5 подростков с ЗПР), после – у 7% (1 человек) испытуемых.

Чтобы проверить значимость изменений показателей самооценки и подтверждения гипотезы исследования была проведена математическая обработка по критерию Т-Вилкоксона по методике Г.Н. Казанцевой [Приложение 4, Таблица 11].

Сформулируем гипотезы:

H<sub>0</sub>: Интенсивность сдвигов в сторону увеличения показателя уровня самооценки не превышает интенсивность сдвигов в сторону его уменьшения.

$H_1$ : Интенсивность сдвигов в сторону увеличения показателя уровня самооценки превышает интенсивность сдвигов в сторону его уменьшения.

$T_{эмп} = \sum R_r$ , где  $R_r$  - ранговые значения сдвигов с более редким знаком.

Итак, в данном случае,  $T_{эмп} = 7.5 + 2 + 4.5 = 14$

По таблице критических значений Т-критерия Вилкоксона находим критические значения для  $n=14$ :

$$= \begin{cases} 25 (p \leq 0,05) \\ 15 (p \leq 0,01) \end{cases}$$

Построим ось значимости:

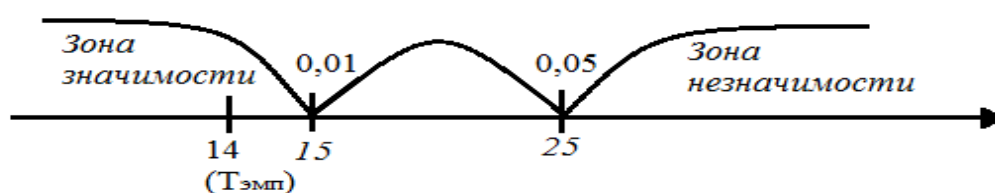


Рисунок 11 - Ось значимости

В данном случае эмпирическое значение  $T$  попадает в зону значимости:  $T_{эмп} < T_{кр}(0,01)$ . Гипотеза  $H_0$  отвергается, принимается  $H_1$ , следовательно, изменения самооценки участников программы психолого-педагогической коррекции являются статистически значимыми.

Делая выводы по параграфу можно сказать, что у некоторых подростков с ЗПР наблюдается неустойчивая самооценка. Об этом говорят разные показатели уровня самооценки у одного и того же подростка с ЗПР по разным методикам. Получение таких результатов было обусловлено рядом факторов. Во-первых, для проведения психолого-педагогической коррекции требуется значительное количество занятий. В нашем случае, время было ограничено рамками прохождения практики. Во-вторых, работа с детьми со сложной структурой дефекта требует наличия большого опыта у специалиста, проводящего коррекционную работу. В-третьих, изменение уровня самооценки, как сложного личностного образования, происходит достаточно долго.

В связи с этим, мы имеем основания считать, что наша гипотеза о том, что коррекция неадекватной самооценки подростков с ЗПР возможна при проведении программы психолого-педагогической коррекции, подтвердилась.

### **3.3 Рекомендации родителям, педагогам и подросткам с ЗПР по психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки**

На воспитание ребенка с ЗПР огромное влияние оказывают родители. Если родители негативно относятся к ребенку, то у него формируются модели безуспешных социально-психологических отношений в социуме. Постановка диагноза ставит перед членами семьи неоднозначные в своем решении вопросы: «Что будет дальше? Как себя вести с ребенком? Сможет ли ребенок адаптироваться, учиться в школе?» и другие. Нередко диагноз ЗПР становится причиной дезадаптации всей семьи. Нарушается взаимодействие с социумом, ухудшается эмоциональный фон внутри семьи. Разработанные нами рекомендации помогут родителям с пониманием относиться к своему ребенку, их соблюдение содействует дальнейшей социализации.

По мнению Л.Д. Столяренко, родители должны понимать, что их влияние на самооценку ребёнка огромно. Когда родные люди постоянно критикуют и ругают ребенка, не видя в нем достоинств, он становится замкнутым, скрытым, робким, нелюдимым. Напротив, когда родители стараются во всем поддержать подростка, делая акцент на его успехах, одобряя хорошие поступки – подросток чувствует свою значимость, его самооценка нормализуется. В подростковом возрасте оценка личности ребёнка складывается не только из мнения родителей, определённое влияние имеет мнение его друзей и сверстников. Родители должны это учитывать и прилагать все усилия, чтобы формирование самооценки у подростка проходило в положительном ключе [67].

А.В. Захарова утверждает, что для нормализации уровня самооценки, родителям рекомендуется следовать некоторым правилам:

1) старайтесь ни при каких обстоятельствах не критиковать внешность подростка, при этом не оставайтесь безучастными в решении им его проблем;

2) уважайте своего ребёнка, учитывайте его мнение и общайтесь с подростком на равных;

3) дабы не сформировать у ребенка неадекватно завышенную самооценку, старайтесь хвалить его по делу и конструктивно;

4) старайтесь избегать сравнения своего ребёнка с другими детьми, ставить ему в пример кого-то из друзей;

5) взрослым нужно помочь подростку достичь успеха в какой-то деятельности, правильно развивать его скрытые способности и таланты [25, с. 119].

6) дозируйте нагрузки и избегайте завышенных требований к ребенку. Иначе это может стать причиной снижения работоспособности, заторможенности, повышения уровня агрессивности, появляются срывы в поведении, резки перепадов настроения.

7) не подчиняйте всю жизнь в семье ребенку: не следует делать за него все, включая и то, что без особого труда смог бы сделать он сам. Лишая выполнять простые действия самостоятельно, вы лишаете его ситуации достижения успеха, развивая в нем несамостоятельность и безответственность. Несомненно, контроль необходим, но его желательно организовывать не «над» ребенком, а «рядом».

Рекомендации педагогам:

1) дайте возможность подростку научиться оценивать себя самого. Например, выполняя задания на уроке, обучаемым предлагается оценить их самим до того, как отдать на проверку педагогу. После того, как работы проверил и оценил педагог, обсудить случаи несовпадения оценок, выяснить причины этих несовпадений.

2) не сравнивайте подростков между собой. Важно, чтобы у каждого подростка развивалось чувство собственного достоинства [8, с. 204].

3) поставьте неуспевающего подростка в роль «учителя». Исследования показывает, что девиантное поведение неуспевающих школьников является чаще всего реакцией на неудачу или протестом против сложившегося отрицательного отношения к ним со стороны педагога и сверстников. Здесь следует работать над изменением его социальной позиции через организацию новой деятельности (Л.И. Божович) [9, с. 163].

Е.П. Шигина выделяет классические ошибки, отрицательно влияющие на формирование самооценки, которые допускают педагоги в общении с учащимися:

1) снижать оценки за дисциплину. Оценка должна соответствовать действительным знаниям, а особенности поведения подростков - это прежде всего особенности данного возрастного этапа, которые педагог должен учитывать в своей работе.

2) важно не только какую оценку поставил педагог, но и что он при этом сказал: подросток, прежде всего, должен знать, чего от него ждёт педагог? Не захваливать легко успевающих, но поощрять хотя бы малейшее продвижение старательного, трудолюбивого. Помните, что положительная оценка - это ориентация на положительное в учащемся.

3) обращение свысока. Наиболее продуктивная форма взаимодействия - это сотрудничество с подростком, помощь и поощрение самостоятельности мышления.

4) ограниченность одной дисциплиной. Самооценка подростка во многом определяется уровнем интеллектуального развития, поэтому важно расширять кругозор подростка, развивать его любопытство и жажду знаний.

5) старайтесь как можно чаще поддерживать уверенность в своих силах, обеспечить обучающемуся субъективное переживание успеха при определённых усилиях.

б) обучение должно носить развивающую и коррекционную направленность. Развивающая направленность проявляется в помощи общему развитию ученика. Поэтому обучение подростков с ЗПР должно носить коррекционно-развивающий характер [72, с. 713-715].

Рекомендации обучающимся:

1. Пытайся назвать пять своих сильных и самых слабых сторон. Задумайся над тем, чем сильные стороны помогают тебе в жизни, а слабые мешают. Старайся опираться на свои сильные стороны и реже показывать слабые.

2. Постарайся забыть о прошлых неудачах и разочарованиях. Вспоминай чаще об успехах, размышляя над тем, как ты смог(ла) их достичь.

3. Не ищи причины своих неудач в недостатках личности, скорее всего причиной является неуверенность в себе [52].

4. Никогда не говори о себе плохо, даже про себя. Также не стоит приписывать себе отрицательные черты: глупый, неумеха, невезучий, неисправимый, неряшливый, некрасивый и т.д.

5. Не реагируй остро на критику за плохо сделанную работу, старайся воспользоваться ею для своего блага, то есть учиться на ошибках, но не разрешай другим людям осуждать себя как личность.

6. Стремись браться только за то дело, в успехе которого ты уверен. Постепенно ты можешь их усложнять, но не берись за то, в чем ты не уверен.

7. Помни, что критика часто бывает необъективной, поэтому не следует остро и болезненно реагировать на все негативные замечания в свой адрес, просто принимай к сведению мнения критикующих тебя людей [58, с. 142].

8. Не сравнивай себя с «эталоном». Ими восхищаются, но не стоит превращать их в критерий успеха.

9. Не стоит отказываться от дела лишь из-за страха неудачи. Только действуя, ты узнаешь свои реальные способности и возможности.

10. Будь самим собой. Стараясь быть, как все, ты теряешь свою индивидуальность, которая заслуживает такого же уважения, как и любая другая.

В коррекционной работе важен комплексный подход при решении проблемы. Коррекционно-развивающая работа эффективна только при совместных усилиях педагогов, родителей и самих учеников. Разработанные рекомендации позволят усилить эффект коррекционно-развивающей работы, а также продлить его на продолжительное время.

В исследовании нами разработана технологическая карта внедрения для применения в работе психологической службы образовательной организации [см. Приложение 5].

Технологическая карта – это алгоритмическая установка, содержащая в себя целевой, содержательный, контролирующие-рефлексивный компоненты, предполагающая планирование деятельности педагога и обучаемого и приводящая в результате к прочным углубленным знаниям и умениям, устойчивым познавательным интересам и потребностям, активности образовательной деятельности [8, с. 88].

Технологическая карта характеризуется структурированностью, интерактивностью, алгоритмичностью при работе с информацией, технологичностью и обобщённостью. Составление технологических карт начинается с названия этапа, далее выделяются цели, т.е. записываются кратко чего должны достичь на определенном этапе внедрения. Следующим блоком является содержание. Здесь раскрываются поставленные цели. Далее рассматриваются методы и формы, при помощи которых будет достигаться цель. В технологической карте также отмечается время проведения этапов и ответственные (психолог, директор, зам. директора по УВР, зам. директора по ВР, классные руководители) за ту или иную цель по результатам опытно-экспериментального исследования.



### Выводы по третьей главе

В третьей представлено описание программы психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР, а также анализ результатов реализации данной программы коррекции. Целью программы была психолого-педагогическая коррекция неадекватной самооценки подростков с ЗПР.

После реализации программы психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР была проведена вторичная диагностика подростков с ЗПР по методикам: шкала самооценки и уровня притязаний Дембо-Рубинштейн (модификация А.М. Прихожан), изучение общей самооценки с помощью процедуры тестирования (опросник Г.Н. Казанцевой), тест на определение самооценки у подростков по методике Р.В. Овчаровой.

По методике шкала самооценки и уровня притязаний Дембо-Рубинштейн (модификация А.М. Прихожан) у 28,5% (4 человек) выявлена тенденция к завышенной самооценке, средний уровень (уровень нормы) был диагностирован у 71,5% (10 человек) подростков с ЗПР, низкий уровень самооценки не выявлен.

По методике общей самооценки Г.Н. Казанцевой после проведения коррекции выявлено у:

- 79 % (11 человек) средний уровень самооценки;
- 7 % (1 человек) низкий уровень самооценки;
- 14 % (2 человека) высокий уровень самооценки.

По результатам исследования уровня самооценки подростков после реализации программы коррекции по методике Р.В. Овчаровой низкий уровень самооценки был диагностирован у 7% испытуемых (1 человек), средний уровень самооценки – у 11 (79%) человек. Количество подростков с ЗПР с высоким уровнем самооценки осталось неизменным.

После проведения формирующего эксперимента, по результатам трех методик, было выявлено повышение уровня самооценки. Обобщенные данные вторичной диагностики: очень низкий уровень не выявлен, низкий уровень выявлен у 1 испытуемого, средний уровень выявлен у 11 подростков с ЗПР, высокий уровень остался неизменным – 2 подростка с ЗПР.

Для проверки гипотезы исследования о том, коррекция неадекватной самооценки подростков с задержкой психического развития возможна при проведении коррекционной программы была проведена математическая обработка экспериментальных данных с помощью Т-критерия Вилкоксона. Здесь мы сопоставили результаты уровня самооценки по методике исследования самооценки Г.Н. Казанцевой до проведения программы психолого-педагогической коррекции и результаты уровня самооценки после проведения программы коррекции.

Гипотеза исследования: коррекция неадекватной самооценки подростков с задержкой психического развития возможна при проведении коррекционной программы была подтверждена.

По результатам формирующего эксперимента были разработаны и составлены рекомендации родителям, педагогам и учащимся.

## Заключение

Здоровая самооценка - это принятие самого себя, понимание своих эмоций, реакций и совершение действий соответственно этому пониманию.

Относительно детей и подростков данный термин говорит о возникновении и развитии способности ребенка воспринимать себя, а так же проявлять свое внутреннее состояние [73, с. 17-18].

В психолого-педагогической литературе накоплен достаточно большой материал, раскрывающий психологические особенности детей с ЗПР и их отличия от детей с нормой развития. Эти особенности развития распространяются на большую часть психических проявлений. В том числе и на самооценку.

Изучив особенности самооценки подростков с ЗПР в психолого-педагогической литературе, мы выяснили, что формирование самооценки у подростков с ЗПР происходит с отклонениями. В целом она характеризуется как более диффузная, более размытая, с высокой взаимозависимостью, «склеенностью» самооценок и их низкой дифференцированностью. Существующие исследования самооценки подростков с ЗПР подчеркивают её явное своеобразие, которое определяется спецификой психического дефекта и негативным влиянием микросоциальных факторов. Самооценка характеризуется как неустойчивая, незрелая, некритичная, также отмечается низкий уровень осознания подростками с ЗПР своего «Я».

Анализ литературы по проблеме исследования позволил нам разработать модель психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР.

После проведения констатирующего эксперимента, нами было установлено, что самооценка этой категории подростков чаще бывает заниженной, чем адекватной, поэтому возникла необходимость осуществления коррекционной работы с данной группой подростков с ЗПР. Опираясь на полученные

результаты нами была разработана программа психолого-педагогической коррекции, которая была апробирована в ходе формирующего эксперимента.

Анализ результатов по методике Дембо-Рубинштейн показал, что после проведенной программы коррекции с низкого уровня на средний уровень перешли три подростка с ЗПР. До реализации программы коррекции подростков с низким уровнем самооценки было 4 (28,5%), после проведения программы коррекции подростков с ЗПР с низким уровнем самооценки не выявлено. Количество учащихся со средним уровнем самооценки стало на 3 человека больше. До реализации программы коррекции средний уровень самооценки не выявлен, после стал у 3 (21,5%) подростков с ЗПР. Учащихся с высоким уровнем самооценки стало на 1 человека больше. До реализации программы высокий уровень самооценки был у 6 (43%) человек, после – у 7 (50%) человек.

Результаты исследования уровня самооценки подростков с ЗПР до и после проведения программы коррекции по методике диагностики общей самооценки Г.Н. Казанцевой показали, до проведения программы коррекции подростков с ЗПР со средним уровнем самооценки было 7 (50%) человек, после проведения программы стало на 4 человека больше (79%). У 7% испытуемых (1 человек) выявлен низкий уровень самооценки по данной. Также следует отметить, что после проведения программы коррекции четыре подростка с ЗПР перешли с низкого уровня на средний уровень самооценки. До реализации программы низкий уровень самооценки был у 5 (36%) человек, после – у 1 человек (7%).

Анализ результатов исследования уровня самооценки подростков до и после реализации программы коррекции по методике Р.В. Овчаровой, показал, что низкий уровень самооценки на констатирующем этапе исследования был диагностирован у 5 (36%) человек, а после проведения программы испытуемых с низким показателем самооценки стало на 4 человека меньше (7%). Количество подростков с ЗПР со средним уровнем самооценки увеличилось на 4 человека. До реализации программы средний

уровень самооценки был у 7 (50%) подростков с ЗПР, после – у 11 (79%) человек. Количество подростков с ЗПР с высоким уровнем самооценки осталось неизменным. До и после реализации программы высокий уровень самооценки у 2 (14%) человек.

По результатам повторного диагностического обследования была произведена оценка эффективности реализации программы методом математической обработки результатов по критерию Т. Вилкоксона. Были сопоставлены показатели уровня самооценки по 3 методикам исследования самооценки до и после проведения программы психолого-педагогической коррекции и показатели уровня самооценки после проведения программы коррекции. Гипотеза исследования: коррекция неадекватной самооценки подростков с задержкой психического развития возможна при проведении коррекционной программы доказана.

Нами были разработаны рекомендации для подростков с ЗПР, их родителей и для педагогов, работающих с подростками с ЗПР.

**Библиографический список:**

1. Азимов Э. Г., Щукин А. Н. Новый словарь методических терминов и понятий [Электронный ресурс]: (теория и практика обучения языкам). М.: ИКАР, 2009. URL: <http://asmlocator.ru/viewtopic.php?t=238329> (дата обращения: 12.12.2017).
2. Альперович В. Д. Выбор подростками профессии в связи с их самооценками и самоэффективностью // Вестник саратовского областного института развития образования. 2015. № 4 (4). С. 44-51.
3. Ананьев Б. Г. Избранные труды по психологии [Электронный ресурс]: в 2 т. / СПб.: Изд-во Санкт-Петербургского ун-та, 2007. URL: <http://catalog.turgenev.ru/opac/index.php?url=/notices/index/IdNotice:189752/Source:default> (дата обращения: 14.09.2017).
4. Анцупов А. Я., Шипилов А. И. Словарь конфликтолога [Электронный ресурс]. М.: Эксмо, 2009. URL: <https://www.twirpx.com/file/251963/> (дата обращения: 12.12.2017).
5. Белопольская Н. Л. Психологическая диагностика личности детей с задержкой психического развития [Электронный ресурс]. М.: Изд-во УРАО, 2009. URL: <http://refleader.ru/jgepolmerqas.html> (дата обращения: 12.12.2017).
6. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание [Электронный ресурс] / Пер. с англ. М.: Прогресс, 2010. 263 с. URL: <http://booksee.org/book/990510> (дата обращения: 8.10.2017).
7. Битянова М. Р. Организация психологической работы в школе [Электронный ресурс]. М.: Генезис, 2000. 298 с. URL: <http://psychlib.ru/mgppu/bit/bit-001-.htm#hid18> (дата обращения: 1.02.2018).
8. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте. М.: Просвещение 2012. 380 с.
9. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте [Электронный ресурс]. СПб.: Питер, 2008. 400 с. URL: <https://www.twirpx.com/file/1752856/> (дата обращения: 16.11.2017).

10. Божович Л. И. Проблемы формирования личности [Электронный ресурс]: избранные психологические труды / под ред. Д.И. Фельдштейна; вступительная статья Д.И. Фельдштейна. – 3-е изд. – М.: Московский психолого-социальный институт, Воронеж: НПО «МОДЭК», 2001. URL: [http://elib.gnpbu.ru/text/bozhovich\\_problemy-formirovaniya-lichnosti\\_2001/](http://elib.gnpbu.ru/text/bozhovich_problemy-formirovaniya-lichnosti_2001/) (дата обращения: 4.10.2017).
11. Большой психологический словарь: под редакцией Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. М.: АСТ; Прайм-Еврознак, 2014. 816 с.
12. Братусь Б. С. Аномалии личности. М.: Книга по Требованию, 2012. 304 с.
13. Бучкина И. П. Особенности самооценки и межличностных отношений у подростков с задержкой психического развития [Электронный ресурс]: Автореферат диссертации. СПб., 2003. URL: [http://irbis.gnpbu.ru/Aref\\_2003/Buchkina\\_I\\_P\\_2003.pdf](http://irbis.gnpbu.ru/Aref_2003/Buchkina_I_P_2003.pdf) (дата обращения: 04.02.2017)
14. Возрастная и педагогическая психология [Электронный ресурс]: учеб. пособие для студентов пед. ин-тов по спец. № 2121 «Педагогика и методика нач. обучения» / М. В. Матюхина, Т. С. Михальчук, Н. Ф. Прокина и др. ; под ред. М. В. Гамезо и др. М., 2001. URL: <http://pedlib.ru/Books/1/0247/1-0247-1.shtml> (дата обращения: 23.09.2017).
15. Габдреев Р. В. Моделирование познавательной деятельности студентов [Электронный ресурс]. Казань: КГУ, 2009. URL: <https://search.rsl.ru/ru/record/01001172016> (дата обращения: 10.10.2017).
16. Гайфулин А.В. Различные теоретические подходы в определении понятия самооценки // Вестник Томского государственного педагогического университета. 2009. № 1. С. 73-76. <https://elibrary.ru/item.asp?id=11773368> (дата обращения: 14.10.2017)
17. Галиуллина Д.Р. Изучение взаимосвязи самооценки и межличностных отношений у подростков с задержкой психического развития // Фундаментальная и прикладная наука. Изд-во: Южно-Уральский

- государственный гуманитарно-педагогический университет (Челябинск). 2017. № 4 (8). С. 23-27.
18. Гуревич П. С. Психология и педагогика. М.: Юрайт, 2017. 479 с. (Бакалавр. Академический курс).
19. Гущин Ю. В. Специальная психология [Электронный ресурс]: учебное пособие. Дубна: Международный университет природы, общества и человека «Дубна», 2009. URL: [http://lib.uni-dubna.ru/biblweb/bibl.asp?doc\\_id=125216&full=yes](http://lib.uni-dubna.ru/biblweb/bibl.asp?doc_id=125216&full=yes) (дата обращения: 14.10.2017).
20. Дмитриева Н. Ю. Общая психология: шпаргалки [Электронный ресурс]: учебное пособие. М.: ЭКСМО, 2008. URL: [http://www.coolreferat.com/Общая\\_психология\\_Шпаргалки\\_Дмитриева\\_Н\\_Ю](http://www.coolreferat.com/Общая_психология_Шпаргалки_Дмитриева_Н_Ю) (дата обращения: 3.12.2017).
21. Долгова В. И. Системные инновационные технологии целеполагания // В сборнике: GLOBAL CRISIS OF CONTEMPORANIETY IN THE SPHERE OF MINDSET, SOCIAL VALUES AND POLITICAL INTERESTS CORRELATION / ISSUES OF LIMITS, REPRODUCTION AND RATIONAL USE OF NATURAL RESOURCES Materials digest of the XXXV International Research and Practice Conference and the III stage of the Championship in political, philosophical and military sciences. (London, November 05 - November 12, 2012) / Materials digest of the XXXVI International Research and Practice Conference and the III stage of the Championship in Earth sciences, biological and agricultural sciences. (London, November 05 - November 12, 2012). Chief editor - Pavlov V. V. London. 2013. С. 41-45.
22. Дубровина И. В. Особенности обучения и психического развития школьников 12-17 лет / И. В. Дубровина, Б. С. Круглов, [и др.]. Москва // Возрастная и педагогическая психология [Электронный ресурс]: хрестоматия для студентов высших педагогических учебных заведений. М.: Академия, 2001. URL: <http://pravoknigi.ru/pedagogika/155-hrestomatija->



- voznastnaja-i-pedagogicheskaia-psih/4563-dubrovina-iv-kruglov-bs-i-dr-osobnosti-obuchenija-i-psihicheskogo-razvitija-shkolnikov-12-17-let.html (дата обращения: 12.10.2017).
23. Душков Б. А., Королев А. В., Смирнов Б. А. Энциклопедический словарь [Электронный ресурс]: психология труда, управления, инженерная психология и эргономика. «Академический проект, Деловая книга», 2005. URL: [http://www.studmed.ru/view/dushkov-ba-enciklopedicheskiy-slovar-psihologiya-truda-upravleniya-inzhenernaya-psihologiya-i-ergonomika\\_5b81f3ccddb.html](http://www.studmed.ru/view/dushkov-ba-enciklopedicheskiy-slovar-psihologiya-truda-upravleniya-inzhenernaya-psihologiya-i-ergonomika_5b81f3ccddb.html) (дата обращения: 12.10.2017).
24. Емельянова Е. В. Психологические проблемы современных подростков и их решение в тренинге. М.: Генезис, 2015. 376 с.
25. Захарова А. В. Психология формирования самооценки [Электронный ресурс]. Минск: Интерсофт, 2009. URL: <http://psylib.ex12.ru/librios/Pedagog/hrestomatia/45.php> (дата обращения: 14.12.2017).
26. Зеленина Н. Ю. Специальная детская психология. Психология детей с нарушениями интеллекта. Пермь: Пермский гос. гуманитарно-педагогический ун-т, 2014. 50 с.
27. Истратова О. Н., Эксакусто Т. В. Справочник психолога средней школы [Электронный ресурс]. Ростов н/Д.: Феникс, 2010. URL: <http://nashol.com/2014010375147/spravochnik-psihologa-srednei-shkoli-istratova-o-n-eksakusto-t-v-2010.html> (дата обращения: 6.11.2017).
28. Калягин В. А., Овчинникова Т. С. Логопсихология [Электронный ресурс]: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М.: Академия, 2006. URL: [http://pedlib.ru/Books/1/0417/1\\_0417-337.shtml](http://pedlib.ru/Books/1/0417/1_0417-337.shtml) (дата обращения 6.01.2017).
29. Капитанец Е. Г., Панарина Е. И. Исследование самооценки у младших подростков с ЗПР // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2016. Т. 44. С. 22–27.

30. Кон И. С. В поисках себя [Электронный ресурс]: Личность и ее самосознание. М.: Политиздат, 2001. URL: [http://pedlib.ru/Books/4/0188/4\\_0188-1.shtml](http://pedlib.ru/Books/4/0188/4_0188-1.shtml) (дата обращения: 23.10.2017).
31. Конева И. А., Карпушкина Н. В. К проблеме самооценки подростков с задержкой психического развития и ее коррекции // Проблемы современной науки и образования. Изд-во: Олимп (Иваново). 2016. № 30 (72). С. 110-111.
32. Конева И. А. К проблеме инклюзивного обучения подростков с задержкой психического развития // Международный научно-исследовательский журнал. Изд-во: Соколова Марина Владимировна (Екатеринбург). 2013. № 11-3 (18). С. 66-68.
33. Конева И. А. Психологические особенности формирования образа-Я у младших подростков с задержкой психического развития в условиях образовательной интеграции и дифференциации // Современные проблемы науки и образования издательство. Изд-во «Академия естествознания» (Пенза). 2013. № 6. С. 863.
34. Кузнецова Л. В. Основы специальной психологии [Электронный ресурс]: учеб. пособие для студ. пед. учеб. заведений. М.: «Академия», 2006. URL: <http://referad.ru/osnovi-specialenoi-psihologii-ucheb-posobie-dlya-stud-sred-ped/index.html> (дата обращения: 12.11.2017).
35. Кушнер Ю. З. Методология и методы педагогического исследования [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие. Могилев.: МГУ им. А. А. Кулешова, 2001. URL: <http://pedlib.ru/Books/1/0473/1-0473-51.shtml> (дата обращения: 15.12.2017).
36. Лаврух Н. А. Особенности формирования и коррекции самооценки младших школьников с ограниченными возможностями здоровья // Современная педагогика. 2012. № 1. С. 12-13.
37. Леонтьев А. Н. Лекции по общей психологии [Электронный ресурс]. М.: Смысл, 2010. URL: <http://bookap.info/clasik/leontyev/> (дата обращения: 15.12.2017).

38. Лебединский В. В. Нарушения психического развития в детском возрасте [Электронный ресурс]: учебное пособие. М.: Академия, 2011. URL: <https://studfiles.net/preview/4173489/> (дата обращения: 15.01.2018).
39. Лидерс А. Г. Психологический тренинг с подростками [Электронный ресурс]: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М.: «Академия», 2001. URL: <http://www.elbooka.com/raznaja-literatura/kniga-psihologija/43084-liders-ag-psihologicheskij-trening-s-podrostkami.html> (дата обращения: 15.11.2017).
40. Липкина А. И. Самооценка школьника [Электронный ресурс]. М.: Знание, 2003. URL: <https://www.twirpx.com/file/980035/> (дата обращения: 10.10.2017).
41. Маклакова А. Г. Общая психология [Электронный ресурс]: уч. пособие. СПб.: Питер, 2008. URL: <http://www.booksmed.com/psixiatriya-psixologiya/441-obshhaya-psixologiya-maklakov-uchebnik.html> (дата обращения: 26.09.2017).
42. Маркова А. К. Формирование мотивации учения в возрасте [Электронный ресурс]: пособие для учителя. М.: Просвещение, 2001. URL: [http://nashaucheba.ru/v4076/маркова\\_а.\\_формирование\\_мотивации\\_учения\\_в\\_школьном\\_возрасте](http://nashaucheba.ru/v4076/маркова_а._формирование_мотивации_учения_в_школьном_возрасте) (дата обращения: 28.10.2017).
43. Молчанова О. Н. Самооценка [Электронный ресурс]: теоретические проблемы и эмпирические исследования: учебное пособие. М.: Флинта, 2010. URL: <http://pdf.knigi-x.ru/21yuridicheskie/4284-1-olga-nikolaevna-molchanova-samoocenka-teoreticheskie-problemi-empiricheskie-issledovaniya-uchebnoe-posobi.php> (дата обращения: 28.10.2017).
44. Московкина А. Г., Усманская Т. М. Клиника интеллектуальных нарушений. М.: Прометей, 2013. 115 с.
45. Немов Р. С. Общая психология: в 3 т. Психология личности: учебник и практикум для академического бакалавриата. М.: Юрайт, 2015. 739 с. (Бакалавр. Академический курс).

46. Немов Р. С. Психологический словарь [Электронный ресурс]. М.: ВЛАДОС, 2007. URL: <https://www.twirpx.com/file/1781335/> (дата обращения: 24.11.2017).
47. Никифоров А. С. Неврология [Электронный ресурс]. Полный толковый словарь. М.: Эксмо, 2010. URL: <http://pdf.knigi-x.ru/21yuridicheskie/3946-1-anatoliy-sergeevich-nikiforov-nevrologiya-polniy-tolkoviy-slovar-tekst-predostavlen-pravoobladatelem-http-www.php> (дата обращения: 24.11.2017).
48. Осипова А. А. Общая психокоррекция [Электронный ресурс]: учебное пособие. М.: Сфера, 2008. URL: <https://www.twirpx.com/file/52844/> (дата обращения: 15.01.2018).
49. Особенности самооценки характера подростков с ЗПР // [Персональная страница И. К. Воробьева]. URL: <https://conf.nsk-2.ru/archive-2011/2-section-2011/osobennosti-samooczenki-karaktera-podrostkov-s-zpr.html> (дата обращения: 26.09.2017).
50. Павлов И. П. Психология личности. Определения, схемы, таблицы. М.: Феникс, 2015. 112 с. (Зачет и экзамен).
51. Психология [Электронный ресурс]: учебник для учащихся пед. училищ / под ред. В. А. Крутецкого. М.: Просвещение, 2000. URL: <http://mexalib.com/view/26054> (дата обращения: 24.09.2017).
52. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте [Электронный ресурс] : Пособие для школьных психологов / под ред. И. В. Дубровиной. М.: Академический проект, 2002. URL: <https://studfiles.net/preview/2234560/> (дата обращения: 28.01.2018).
53. Ратанова Т. А., Шляхта Н. Ф. Психодиагностические методы изучения личности. М.: Флинта, 2013. 352 с.
54. Реан А. А., Коломинский Я. Л. Социальная педагогическая психология [Электронный ресурс]. СПб.: Питер, 2008. URL: <http://socio.su/?p=14056> (дата обращения: 28.10.2017).

55. Реан А. А. Психология и психодиагностика личности [Электронный ресурс]: учебное пособие. СПб.: Прайм-Еврознак, 2008. URL: <http://lib.mgppu.ru/OpacUnicode/index.php?url=/notices/index/IdNotice:70708/Source:default> (дата обращения: 14.11.2017).
56. Российская национальная библиотека. Педагогический терминологический словарь / Автор - создатель: Российская национальная библиотека [Электронный ресурс] // СПб.: Российская национальная библиотека, 2006. URL: [http://pedagogical\\_dictionary.academic.ru/3593/Эксперимент](http://pedagogical_dictionary.academic.ru/3593/Эксперимент) (дата обращения: 25.02.2017).
57. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии: учебное пособие. СПб.: Питер, 2015. 713 с. (Мастера психологии).
58. Рэнд А., Бранден Н. Добродетель эгоизма. М.: Альпина Паблишер, 2015. 186 с.
59. Семикин В. В. Девиантное поведение детей и подростков в современных социокультурных условиях. СПб.: Российский гос-ный пед. ун-т им. А.И. Герцена, 2013. 183 с.
60. Сидоренко Е. В. Методы математической обработки в психологии [Электронный ресурс]: учебное пособие. СПб.: Речь, 2003. URL: <http://bookre.org/reader?file=478368&pg=2> (дата обращения: 18.12.2017).
61. Слепович, Е. С. Работа с детьми с интеллектуальной недостаточностью. Практика специальной психологии [Электронный ресурс]: монография. СПб.: Речь, 2008. URL: [http://irbis.brsu.by/cgi-bin/irbis64r\\_12/cgiirbis\\_64.exe?LNG=&Z21ID=&I21DBN=READ&P21DBN=READ&S21STN=1&S21REF=&S21FMT=fullwebr&C21COM=S&S21CNR=&S21P01=0&S21P02=1&S21P03=A=&S21STR=Слепович,%20Е.%20С](http://irbis.brsu.by/cgi-bin/irbis64r_12/cgiirbis_64.exe?LNG=&Z21ID=&I21DBN=READ&P21DBN=READ&S21STN=1&S21REF=&S21FMT=fullwebr&C21COM=S&S21CNR=&S21P01=0&S21P02=1&S21P03=A=&S21STR=Слепович,%20Е.%20С). (дата обращения: 22.11.2017).
62. Смирнова С. И. Особенности личностной самооценки учащихся 10-12 лет с задержкой психического развития [Электронный ресурс]: автореферат диссертации. Нижний Новгород, 2009. URL:

- <https://psibook.com/research/osobennosti-lichnostnoy-samoocenki-uchaschihsya-10-12-let-s-zaderzhkoj-psihicheskogo-razvitiya.html> (дата обращения: 28.10.2017).
63. Смирнова С. И. Особенности самооценки у детей и подростков с отклонениями развития в исследованиях по специальной психологии [Электронный ресурс] // Вестник ВятГГУ, 2009. №2. URL: <https://readera.ru/osobennosti-samoocenki-u-detej-i-podrostkov-s-otklonenijami-razvitiya-v-14281452> (дата обращения: 26.11.2017).
64. Специальная психология [Электронный ресурс]: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Под ред. В. И. Лубовского. М.: Академия, 2009. URL: <http://www.med24info.com/books/specialnaya-psihologiya-ucheb-posobie-dlya-stud-vyssh-ped-ucheb-zavedeniy-pod-red-v-i-lubovskogo-2-e-izd-ispr-m-izdatelskiy-centr-akademiya-464-s/> (дата обращения: 27.11.2017).
65. Спиркин А. Г. Сознание и самосознание [Электронный ресурс]. СПб.: Питер, 2009. URL: <https://dic.academic.ru/book.nsf/61838483/Сознание+и+самосознание> (дата обращения: 12.10.2017).
66. Степанов С. С. Популярная психологическая энциклопедия [Электронный ресурс]. М.: Эксмо, 2005. URL: <https://studfiles.net/preview/2626308/> (дата обращения: 14.12.2017).
67. Столяренко Л. Д. Основы психологии [Электронный ресурс]. Ростов на Дону: Феникс, 2000. URL: <https://studfiles.net/preview/2855780/> (дата обращения: 14.10.2017).
68. Столяренко Л. Д. Психология [Электронный ресурс]: учебник для вузов. СПб.: Питер, 2010. URL: <http://fusionpiter.ru/articles/psychology-textbook> (дата обращения: 28.11.2017).
69. Фадина Г. В. Диагностика и коррекция задержки психического развития детей старшего дошкольного возраста [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие. Балашов: Николаев, 2008. URL: [http://pedlib.ru/Books/2/0307/2\\_0307-1.shtml](http://pedlib.ru/Books/2/0307/2_0307-1.shtml) (дата обращения: 1.11.2017).

- 70.Чеснокова И.И. Проблема самосознания в психологии [Электронный ресурс]: монография. М.: Наука, 2007. URL: <https://dic.academic.ru/book.nsf/62484658/Проблема+самосознания+в+психологии> (дата обращения: 17.11.2017).
- 71.Шибутани Т. Я. Концепция и чувство собственного достоинства. Самосознание и защитные механизмы личности. Самара: Бахрах, 2013. С. 220-231.
- 72.Шигина Е. П. Коррекция самооценки и уровня притязаний младших школьников с задержкой психического развития в процессе их психолого-педагогического сопровождения // Молодой ученый. 2017. №2. С. 713-715
- 73.Эйestad Г. Самооценка у детей и подростков. Книга для родителей». М.: «Альпина Паблишер», 2014. 294 с.

### Методики диагностики самооценки подростков с ЗПР

#### *Исследование самооценки по методике Дембо—Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан.*

Методика основана на непосредственном оценивании (шкалировании) учащимися ряда личностных качеств, таких, как здоровье, способности, характер и т.д. Испытуемому предлагается на вертикальных линиях-шкалах отмечать выраженность интересующих исследователя личностных качеств (актуальную) и также такую их степень выраженности, которую бы испытуемый хотел иметь у себя (идеальную, отражающую его притязания). Каждому испытуемому предлагается бланк методики, содержащий инструкцию и задание.

Испытуемому предлагается следующая инструкция: «Любой человек оценивает свои способности, возможности, характер и другие качества. 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:

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

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

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

Обследование может проводиться как фронтально — с целым классом (или группой), так и индивидуально. При фронтальной работе необходимо проверить, как каждый ученик заполнил первую шкалу. Перед началом самооценки следует убедиться, правильно ли испытуемый понял инструкцию. На самооценку по всем шкалам отводится 10—12 мин.

**Анализ результатов.** Обработка проводится по шести шкалам (первая, «здоровье», которую авторы рассматривают как тренировочную — не учитывается). Каждый ответ выражается в баллах. За один балл принимается отрезок шкалы, равный 1 мм.

1. По каждой из шести шкал определяется:

- а) уровень притязаний — расстояние в миллиметрах от нижней точки шкалы («0») до знака «+»;
- б) высота самооценки — от «0» до знака «-»;
- в) значение расхождения между уровнем притязаний и самооценкой — расстояние от знака «+» до знака «—», если уровень притязаний ниже самооценки, он выражается отрицательным числом.

2. Рассчитывается средняя величина каждого показателя уровня притязаний и самооценки по всем шести шкалам.

Нормативные показатели уровня притязаний и самооценки для учащихся VII—XI классов городских школ (около 900 человек) представлены в таблице 1.



Таблица 1

Параметр	Количественная характеристика (балл)			
	низкий	средний	высокий	Очень высокий
Уровень притязаний	Менее 60	60-74	75-89	90-100
Уровень самооценки	Менее 45	45-59	60-74	75-100

*Уровень притязаний.* Норму притязаний, по мнению автора, составляют величины в диапазоне от 60 до 89 баллов, а оптимальный их уровень для личностного развития — от 75 до 89 баллов. 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.

*Уровень самооценки.* Количество баллов от 45 до 74 («средняя» и «высокая» самооценка) удостоверяет реалистическую (адекватную) самооценку.

### ***Изучение общей самооценки (методика Г.Н. Казанцевой)***

Методика предложена Г. Н. Казанцевой и направлена на диагностику уровня самооценки личности. Методика построена в форме традиционного опросника.

Инструкция. Вам будут зачитаны некоторые положения. Вам нужно записать номер положения и против него - один из трех вариантов ответа: «да» (+), «нет» (—), «не знаю» (?), выбрав тот ответ, который в наибольшей степени соответствует Вашему собственному поведению в аналогичной ситуации. Отвечать нужно быстро, не задумываясь.

#### **ТЕКСТ ОПРОСНИКА.**

1. Обычно я рассчитываю на успех в своих делах.
2. Большую часть времени я нахожусь в подавленном настроении.
3. Со мной большинство ребят советуются (считаются).
4. У меня отсутствует уверенность в себе.
5. Я примерно так же способен и находчив, как большинство окружающих меня людей (ребят в классе).
6. Временами я чувствую себя никому не нужным.
7. Я все делаю хорошо (любое дело).
8. Мне кажется, что я ничего не достигну в будущем (после школы).
9. В любом деле я считаю себя правым.
10. Я делаю много такого, о чем впоследствии жалею.
11. Когда я узнаю об успехах кого-нибудь, кого я знаю, то ощущаю это как собственное поражение.
12. Мне кажется, что окружающие смотрят на меня осуждающе.
13. Меня мало беспокоят возможные неудачи.
14. Мне кажется, что для успешного выполнения поручений или дел мне мешают различные препятствия, которые мне не преодолеть.
15. Я редко жалею о том, что уже сделал.
16. Окружающие меня люди гораздо более привлекательны, чем я сам.
17. Думаю, что я постоянно кому-нибудь необходим.
18. Мне кажется, что я занимаюсь гораздо хуже, чем остальные.
19. Мне чаще везет, чем не везет.
20. Я всегда чего-то боюсь.

Обработка результатов. Подсчитывается количество согласий (ответы «да») с положениями под нечетными номерами, затем – количество согласий с положениями под четными номерами. Из первого результата вычитается второй. Конечный результат может

находиться в интервале от  $-10$  до  $+10$ . Результат от  $-10$  до  $-4$  – свидетельствует о низкой самооценке; от  $-3$  до  $+3$  – об адекватной самооценке; от  $+4$  до  $+10$  – о высокой самооценке.

***Анкета учащихся по выявлению уровня самооценки (по Р.В. Овчаровой)***

Чтобы определить уровень самооценки, школьнику предлагается ответить на 16 вопросов. В каждом из них возможно 3 варианта: «да», «нет» или «трудно сказать». Последний следует выбирать только в крайних случаях. За каждый положительный ответ испытуемому присуждается 2 балла, а за ответ «трудно сказать» - 1 балл. В случае отрицания любого из утверждений ребенок не получает за него ни одного балла.

**2** – да; **1** – трудно сказать; **0** – нет.

**Вопросы:**

1. Мне нравится создавать фантастические проекты.
2. Могу представить себе то, чего не бывает на свете.
3. Буду участвовать в том деле, которое для меня ново.
4. Быстро нахожу решения в трудных ситуациях.
5. В основном стараюсь обо всем иметь свое мнение.
6. Мне нравится находить причины своих неудач.
7. Стараюсь дать оценку поступкам и событиям на основе своих убеждений.
8. Могу обосновать: почему мне что-то нравится или не нравится.
9. Мне нетрудно в любой задаче выделить главное и второстепенное.
10. Убедительно могу доказать правоту.
11. Умею сложную задачу разделить на несколько простых.
12. У меня часто рождаются интересные идеи.
13. Мне интереснее работать творчески, чем по-другому.
14. Стремлюсь всегда найти дело, в котором могу проявить творчество.
15. Мне нравится организовывать своих товарищей на интересные дела.
16. Для меня важно, как оценивают мой труд окружающие.

**Результат:**

**24-32** балла – высокий уровень;

**12-24** балла – средний;

**0-12** баллов – низкий.

## Приложение 2

## Результаты исследования самооценки у подростков с ЗПР

Таблица 2  
Результаты исследования самооценки подростков с ЗПР по методике Дембо-Рубинштейн (модификация А.М. Прихожан)

Код учащегося	2	3	4	5	6	7	Средний балл	Уровень самооценки
1	100	100	97	96	97	97	97.8	Очень высокая
2	77	50	50	0	80	0	42.8	Низкая
3	90	70	75	50	50	94	71.5	Высокая(норма)
4	45	50	50	50	100	100	65.8	Высокая(норма)
5	50	60	30	50	15	55	43.3	Низкая
6	65	55	85	80	90	50	70.8	Высокая(норма)
7	55	55	45	75	25	15	45	Низкая
8	55	100	0	0	0	0	25.8	Низкая
9	50	50	50	50	100	100	66.6	Высокая(норма)
10	85	100	100	100	100	100	97.5	Очень высокая
11	80	65	90	60	45	100	73.3	Высокая(норма)
12	95	100	95	95	95	95	95.8	Очень высокая
13	20	95	100	5	95	100	69.1	Высокая(норма)
14	80	95	50	100	100	100	87.5	Очень высокая

Итого: 4 человек (28.5 %) – высокий уровень; 6 человек (43%); 0 человек (0,0%) – средний уровень; 4 человек (28.5%) – низкий уровень.

Таблица 3

Результаты исследования самооценки подростков с ЗПР по методике Г.Н. Казанцевой

Код ученика	Результат	Уровень самооценки
1	1	Средний
2	-4	Низкий
3	1	Средний
4	-1	Средний
5	-5	Низкий
6	-2	Средний
7	-8	Низкий
8	-5	Низкий
9	2	Средний
10	6	Высокий
11	-2	Средний
12	-1	Средний
13	-4	Низкий
14	6	Высокий

Итого: 5 человек (36%) – низкий уровень; 7 человек (50%) – средний уровень; 2 человека (14%) – высокий уровень.

Таблица 4

Результаты исследования самооценки подростков с ЗПР по методике  
Р.В. Овчаровой

Код ученика	Балл	Уровень самооценки
1	18	Средний
2	10	Низкий
3	29	Высокий
4	20	Средний
5	10	Низкий
6	9	Низкий
7	23	Средний
8	20	Средний
9	18	Средний
10	23	Средний
11	20	Средний
12	11	Низкий
13	11	Низкий
14	27	Высокий

Итого: 7 человек (50%) – средний уровень; 2 человека (14%) – высокий уровень; 5 человек (36%) – низкий уровень.

Таблица 5

Обобщенные результаты самооценки подростков с ЗПР по проведенным методикам  
диагностики

Код испытуемого	Результаты по методике Дембо-Рубинштейн	Результаты по методике Казанцевой	Результаты по методике Овчаровой	Обобщенные результаты диагностики
1	Очень Высокая	Средняя	Средняя	Средняя
2	Низкая	Низкая	Низкая	Низкая
3	Высокая норма	Средняя	Высокая	Высокая
4	Высокая норма	Средняя	Средняя	Средняя
5	Низкая	Низкая	Низкая	Низкая
6	Высокая норма	Средняя	Низкая	Средняя
7	Низкая	Низкая	Средняя	Низкая
8	Низкая	Низкая	Средняя	Низкая
9	Высокая норма	Средняя	Средняя	Средняя
10	Очень Высокая	Высокая	Средняя	Высокая
11	Высокая	Средняя	Средняя	Средняя
12	Очень Высокая	Низкий	Низкая	Низкая
13	Высокая норма	Средняя	Низкая	Средняя
14	Очень Высокая	Высокая	Высокая	Высокая

Итого: 3 человек (21%) – высокий уровень самооценки; 6 человек (43%) – средний уровень самооценки; 5 человек (36%) – низкий уровень самооценки.

### **Программа психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР**

#### **Пояснительная записка:**

Роль самооценки в процессе становления личности трудно недооценить. Ведь от нее зависит каждый этап социокультурного развития человека. Семейное воспитание и школьное обучение в одинаковой мере оказывают влияние на развитие у ребенка представлений о себе – видение себя как в положительном, так и в отрицательном свете.

Имея положительное представление о себе, ребенок чувствует себя счастливым, он способен легко адаптироваться в социуме и преодолевать трудности.

Неадекватная самооценка в этом возрасте может навредить психическому здоровью подростка – внушенная мысль о бездарности и бесполезности побуждает его к соответствующему поведению.

Цель программы – скорректировать неадекватную самооценку подростков с ЗПР.

Задачи программы:

1. развивать представление о ценности другого человека и себя самого;
2. развивать чувство доверия и уверенности в себе;
3. закрепить позитивное отношение к себе и окружающим;
4. формировать навык конструктивного решения в конфликтной ситуации.

Данная программа помогает развить навыки самопознания подростков, повысить представления о собственной ценности и индивидуальности, развить уверенность в собственных силах и способность наиболее успешно реализовать себя в деятельности. Во время занятий подросткам необходимо создать условия для групповых дискуссий, стимулировать обратную связь в группе и рефлекссию.

Основной формой работы выбран социально-психологический тренинг являющимся одним из методов активного обучения и психологического воздействия, который осуществляется в процессе интенсивного группового взаимодействия и направлен на повышение компетентности в сфере общения, дополняемый принципом рефлексии над собственным поведением и поведением других участников группы.

В результате проведения программы предполагается нормализация уровня самооценки подростков с ЗПР.

Программа рассчитана на 10 занятий, срок реализации программы коррекции - 5 недель, частота встреч – 2 раза в неделю. Продолжительность одного занятия составляет 40 минут, что равно длительности одного урока.

Каждое занятие необходимо начинать с приветствия и заканчивать подведением итогов.

#### **Занятие 1.**

Цель: установление групповых правил. Знакомство. Установление контакта с участниками. Создание доверительной атмосферы, достижение взаимопонимания в целях работы программы. Создание условий для установления благоприятных отношений внутри группы. Принятие положительных черт своей личности и личности другого.

Обсуждение правил групповой работы. Время: 5 минут. Правила переносятся на лист А4, вывешиваются на доске на каждом занятии.

1. Мы есть одна команда
2. Здесь можно говорить все, что хочешь и все, что думаешь.
3. Каждый имеет право на свое мнение.
4. Никто никого не перебивает и не осмеивает.
5. Все, что мы будем говорить и делать здесь, станет нашей тайной
6. Наши занятия не урок, оценок здесь мы не ставим.
7. Если кому-то не нравится то, о чем начинаем говорить, можно воспользоваться правилом «Стоп!»

Знакомство. Упражнение 1 «Имя». Время: 5 минут.

Цель: создать дружелюбный и безопасный настрой, продемонстрировать открытый стиль общения.

Процедура проведения. «В начале нашей работы каждый из вас оформит визитку, где должно быть указано имя. При этом вы в праве взять себе любое имя: свое настоящее, игровое или своего друга или знакомого, реально политического деятеля или литературного героя и т.п. Представляется полная свобода выбора. Ваше тренинговое имя должно быть написано разборчиво и достаточно крупно. Эти визитки крепятся булавкой на груди, так чтобы все могли прочитать ваше имя. В дальнейшем на всем протяжении занятий мы будем обращаться друг к другу по этим именам.

У вас есть 5 минут для того, чтобы выбрать имя, сделать свои визитки и подготовиться к взаимному представлению. Основная задача представления — подчеркнуть свою индивидуальность. Для этого мы сядем в большой круг, по очереди называя себя, вы объясните, почему взяли именно это имя на время тренинга. Необходимо подчеркнуть свои особенности, которые действительно выделяют вас из окружающих, являясь стержнем вашей индивидуальности”.

Приветствие. Время: 5 минут.

Процедура проведения. Каждый из участников встает и приветствует группу любым необычным способом.

Входная рефлексия: С каким настроением вы сегодня пришли на занятие?

Упражнение 2. Скажи мне, кто твой друг. Время 10 минут

Цель: формирование умения давать положительную оценку другому человеку, принимать положительную оценку от других.

Процедура проведения. У каждого из вас в классе есть друг. Я предлагаю «нарисовать» вам портрет друга, но не обычный. В своем портрете вы опишите не внешность, а характер, привычки, поведение вашего друга. Вы будите выступать перед классом с описанием портрета, а остальные попробуют угадать, кого вы описали. А сейчас у вас есть 5 минут на подготовку. Запишите 10-12 особенностей вашего друга – какой он, чем любит заниматься, какие у него есть привычки.

Упражнение 3. «Ласковое имя». Время 5 минут

Цель: актуализация собственных положительных черт, развитие способности анализировать свою реакцию и реакцию других на положительную оценку.

Процедура проведения. Вспомните и запишите, какими ласковыми именами вас называют ваши родные, близкие вам люди, ваши знакомые. Задумайтесь, кто и в каких случаях это делает чаще? Когда от вас что-то требуется? Когда к вам обращаются с очередной просьбой?

Какие чувства вы испытываете, когда к вам обращаются именно так?

Что вам хочется сказать или сделать в ответ на хорошие слова? А теперь вспомните и запишите, кого и когда вы называете ласково. Что вы при этом испытываете сами? А люди, с которыми вы так обращаетесь, как они реагируют на ваше ласковое обращение?

Упражнение 4. «Мои добрые дела». Время 10 минут

Цель: Фокусировка на свое отношение к другим.

Процедура проведения. «Доброе отношение к людям, к своим близким, родным и просто знакомым должно проявляться не только на словах, но и в конкретных делах. Вспомните, какое конкретное доброе дело вы сделали за вчерашний день? Кто был это человек? Что вы при этом чувствовали? Как вас отблагодарил этот человек? Сколько своих добрых дел вы смогли вспомнить? Способны ли вы на добрые дела? Если нет, то что вам мешает? Вы всё время в ответ ждёте благодарность в виде, подарка или услуги? Проанализируйте свои привычки. Есть ли среди них привычка делать добро?»

Вы даёте пять минут для того, чтобы участники письменно ответили на эти вопросы. Затем группа садится в круг и участники по очереди высказываются.

Доброта лежит в основе взаимоотношений людей. Это крайне важно для эффективной работы тренинга. В самом начале работы участники должны настроиться на доброе отношение друг к другу, иначе им будет трудно от души, искренне выполнять правила группы. Участники должны внимательно выслушивать выступавшего. Только научившись именно так воспринимать слова человека, участник тренинга сможет увидеть себя его глазами. А это открывает возможность для дальнейшего личностного развития.

Занятие 2.

Цель: Принятие своих слабых сторон, умение оценить себя с разных сторон.

Приветствие. Время: 5 минут.

Процедура проведения. Участники садятся в круг. Выбранный психологом участник пожимает руку сидящему справа, далее рукопожатие передается по кругу.

Входная рефлексия: С каким настроением вы сегодня пришли на занятие?

Упражнение 1. «Без маски». Время 10 минут

Цель: Формирование доверительных отношений в группе, создание безопасной среды, эмоциональное раскрепощение.

Процедура проведения. «Мы уже убедились, что в этой группе можно быть откровенным. Давайте еще раз попробуем доверить друг другу что-то о себе без всякой предварительной подготовки. Перед вами в центре круга стопка карточек. Вы будите по очереди брать по одной карточке и сразу продолжать фразу, начало которой написано в этой карточке. Ваше высказывание должно быть предельно искренним и откровенным. Члены группы будут внимательно слушать вас, и если они почувствуют, что вы не искренны и неоткровенны, вам придется взять другую карточку с новым текстом и попробовать еще раз ответить. Кто хочет первым?»

Примерное содержание карточек:

«Особенно мне нравится, когда люди, окружающие меня...»

«Мне очень трудно забыть, но я...»

«Чего мне иногда по-настоящему хочется, так это...»

«Мне бывает стыдно, когда я...»

«Особенно меня раздражает то, что я...»

«Мне особенно приятно, когда меня...»

«Знаю, что это очень трудно, но я...»

«Иногда люди не понимают меня, потому что я...»

«Верю, что я еще...»

«Думаю, что самое важное для меня...»

«Когда я был маленький, я часто...»

«Мои слабые стороны».

Упражнение 2. «Контраргументы». Время: 10 минут.

Цель: развитие способности к самоанализу, способности видеть в себе сильные и слабые стороны.

Процедура проведения. Составьте список ваших слабых сторон. Разместите его на левой половине листа. На правой стороне против каждого пункта укажите то положительное, что этому можно противопоставить.

Разверните и обоснуйте контраргументы. Найдите им подходящие примеры.

Выберите одного из ваших товарищей по группе и изложите ему эти контраргументы, подтвердив их примерами.

Упражнение 3. «Назови свои сильные стороны». Время 5 минут

Цель: развивать способность думать о себе позитивно и не стесняться говорить о себе в присутствии других людей.

Каждый участник игры в течение нескольких минут рассказывает о своих сильных качествах, о том, что он любит, ценит и принимает о том, что дает ему чувство уверенности! Не обязательно говорить только о положительных качествах, важно, чтобы

ребенок говорил прямо, не умаляя своих достоинств. Старайтесь, чтобы он как можно меньше использовал в своем рассказе засоряющие язык слова, например: «ну», «ВОТ».

Упражнение 4. «Я хороший». Время 5 минут

Цель: повысить уверенность в себе.

Процедура проведения. Садитесь на стульчики. Пусть каждый скажет о себе: «Я очень хороший» или «Я очень хорошая». Но перед тем как сказать, давайте немножко потренируемся. Сначала произнесем слово «Я шепотом, потом - обычным голосом, а затем - прокричим его. Теперь давайте таким же образом поступим со словами «очень» и «хороший» (или «хорошая»). И, наконец, дружно: «Я очень хороший (ая)!»

Молодцы! Теперь каждый, начиная с того, кто сидит справа от меня, скажет, как захочет - шепотом, обычным голосом или прокричит.

Замечательно! Давайте встанем в круг, возьмемся за руки и скажем: «Мы очень хорошие!» - сначала шепотом, потом обычным голосом и прокричим.

Завершение. Время: 5 минут.

Цель: получение обратной связи, обмен эмоциями, чувствами, впечатлениями.

Процедура проведения: участники обмениваются впечатлениями от занятия, с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - что вы узнали нового о своих товарищах?

Ритуал прощания. Участники берутся за руки. Каждый по очереди желает группе успешного дня, удачи и т.д.

Занятие 3.

Цель: Осознание участниками группы своей индивидуальности. Развитие коммуникативных умений.

Приветствие. Время: 5 минут.

Процедура проведения. Каждый из участников должен поздороваться с группой, продемонстрировать какое-то невербальное приветствие. Это может быть, как бесконтактное приветствие (помахать рукой, кивнуть головой, сделать реверанс), так и контактное (пожать руку, обнять).

Входная рефлексия: С каким настроением вы сегодня пришли на занятие?

Упражнение 1. «Вы меня узнаете?». Время: 10 минут.

Цель: Развитие социальной перцепции; закрепление позитивного представления о себе.

Процедура проведения. «Иногда обстоятельства складываются так, что назначается встреча с совершенно незнакомым человеком. Хорошо если есть фотография этого человека. А если нет? Что делать? Вы договорились по телефону о дне, времени, месте встречи и о «пароле», по которому вы узнаете друг друга. Это может быть красный шарф и т. п. Ведь так обычно и поступают люди.

Давайте уйдем от этого стереотипа. Опишите себя так, чтобы человек, которого вы встречаете, сразу вас узнал. Найдите такие признаки! Это может быть ваша привычка поправлять очки, тереть правой рукой мочку уха, или необычная деталь походки. Время для этой работы – 5 минут. Затем мы обсудим ваши записи и ощущения, которые возникли у вас во время выполнения этого задания.

Упражнение 2. «Мой портрет при лучах солнца». Время 10 минут

Цель: способствовать углублению процессов самораскрытия, учить находить в себе главные индивидуальные особенности, определять свои личностные особенности.

Процедура проведения. Нарисуйте солнце, в центре солнечного круга напишите свое, имя или на-рисуйте свой портрет. Затем вдоль лучей напишите все свои достоинства, все хорошее, что вы о себе знаете. Постарайтесь, чтобы было как можно больше лучей.

Это будет ответ на вопрос: «Почему я заслуживаю уважения?»

Упражнение 3. «Изобрази» Время 10 минут

Цель: уметь выражать свои эмоции, развивать чувство радости.



Сейчас я назову по имени одного из вас, брошу ему клубочек и, например, попрошу: «Саша, изобрази медвежонка». Саша должен будет поймать клубок, сказать: «Я - медвежонок. Я радуюсь, когда ...» Саша расскажет, когда медвежонок радуется, изобразит нам его, а затем бросит клубок кому-нибудь из вас и, назвав по имени, в свою очередь скажет: «Изобрази...» и назовет любое животное, или человека, или растение, или птицу, или предмет. Понятно?

Завершение. Время: 5 минут.

Цель: получение обратной связи, обмен эмоциями, чувствами, впечатлениями.

Процедура проведения: участники обмениваются впечатлениями от занятия, с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - что вы узнали нового о своих товарищах?

Ритуал прощания. Участники берутся за руки. Каждый по очереди желает группе успешного дня, удачи и т.д.

Занятие 4.

Цель: развитие навыков самоанализа, формирование позитивного настроения к своей личности. Принятие положительных черт своей личности и личности другого.

Приветствие. Время: 5 минут.

Процедура проведения. Участники садятся в круг. Выбранный психологом участник пожимает руку сидящему справа, далее рукопожатие передается по кругу.

Входная рефлексия: С каким настроением вы сегодня пришли на занятие?

Упражнение 1. «Светский прием». Время: 5 минут.

Цель: формирование позитивного настроения, позитивного отношения к своей личности.

Процедура проведения. Все члены группы, свободно передвигаясь по комнате, должны подходить друг к другу и обмениваться комплиментами, т. е, подчеркивать лучшее качество партнера, которое вы в нем видите и цените больше всего. Не надо торопиться. Желательно, чтобы каждый участник обратился ко всем членам группы.

Упражнение 2. «Интервью». Время: 10 минут

Цель: укрепление контакта, осознание возможных перспектив, понимание жизненной позиции.

Процедура проведения. Один из участников садится в центр круга. Группа задает ему 5 вопросов. Это могут быть вопросы в рамках определенной социальной роли или любые другие.

Например, вопросы как студенту, как будущему учителю, как сыну (дочери) и т.д.

Затем, следующий желающий садиться в центр круга. Ему также задаются 5 вопросов, но с обязательной сменой социальной роли.

Упражнение 3. «Мои сильные стороны». 10 минут

Цель: актуализация своих положительных черт, развитие положительного отношения к себе.

У каждого из нас есть сильные стороны, то, что нам нравится в себе, что мы хорошо умеем. Предлагаю каждому из вас рассказать классу о своих сильных сторонах и о тех качествах, которые вам нравятся, но вам их не хватает. Например, кто-то хочет иметь больше друзей, а кто-то лучше учиться. Давайте запишем по 10 ваших сильных сторон и по 5 качеств, которые вы хотели бы развить.

Завершение. Время: 5 минут.

Цель: получение обратной связи, обмен эмоциями, чувствами, впечатлениями.

Процедура проведения: участники обмениваются впечатлениями от занятия, с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - что вы узнали нового о своих товарищах?

Ритуал прощания. Участники берутся за руки. Каждый по очереди желает группе успешного дня, удачи и т.д.

Занятие 5.

Цель: осознание своих возможностей, перспектив, развитие уверенности в себе, своих силах.

Приветствие. Время: 5 минут.

Процедура проведения. Участники садятся в круг. Выбранный психологом участник пожимает руку сидящему справа, далее рукопожатие передается по кругу.

Входная рефлексия: С каким настроением вы сегодня пришли на занятие?

Упражнение 1. «Перспектива». Время: 10 минут.

Цель: формирование умения ставить перед собой краткосрочные и перспективные цели, осознание возможности их достижения.

Процедура проведения. Сформулируйте основные цели, которых вы хотели бы достичь в ближайшее время. Что вас ждет в перспективе? К чему стремится ваша душа? Или, может быть, вас ждут какие-то важные, но не зависящие от вас дела? Итак, четкая и ясная перспектива ваших целей. А теперь главное - подумайте, какие конкретные шаги нужно сделать для достижения этих целей. Что можете сделать только вы? Кому придется обратиться за помощью?

Упражнение 2. «Проективный рисунок». Время: 10 минут.

Цель: выявление внутреннего благополучия, представлений о себе во временной перспективе.

Процедура проведения. На листе бумаги, разделенном на 3 части, вначале нарисуй себя, когда ты был маленьким, затем — какой ты сейчас, затем — каким ты будешь в будущем, когда вырастешь. Около рисунка подпиши, каким ты будешь. (Рисунок выполняется цветными карандашами, фломастерами.)

Упражнение 3. «Полет белой птицы». Время: 10 минут.

Цель: релаксация, снятие эмоционального напряжения.

Процедура проведения. «Расположитесь максимально удобно, расслабленно, глаза закройте, руки свободно лежат вдоль туловища, ноги расслаблены. Представь, что ты лежишь на теплом желтом песке, над тобой спокойное, чистое небо. В небе плавно летит белая птица. Ты поднимаешься и летишь рядом с ней. Ты сам эта белая птица. Ты летишь в спокойном синем небе, под тобой спокойное синее море. Вдали показался желтый песчаный берег, он приближается. Ты подлетаешь, опускаешься на теплый желтый песок, снова превращаешься в человека и лежишь на спине. Ты лежишь на теплом желтом песке, над тобой спокойное синее небо, ты расслаблен, ты отдыхаешь. Ступней твоих ног коснулась приятная прохлада, приятная прохлада заполнила мышцы ног, мышцы легкие и бодрые. Приятная прохлада заполнила живот, мышцы спины. Мышцы легкие и бодрые. Приятная прохлада заполнила грудь, руки, тебе легче дышать, приятная прохлада заполнила шею и голову; голова ясная и чистая. Все тело заполнено приятной прохладой, голова ясная и чистая, мышцы легкие и бодрые, три глубоких вдоха, открываешь глаза, встаешь отдохнувшим!».

Завершение. Время: 5 минут.

Цель: получение обратной связи, обмен эмоциями, чувствами, впечатлениями.

Процедура проведения: участники обмениваются впечатлениями от занятия, с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - что вы узнали нового о своих товарищах?

Ритуал прощания. Участники берутся за руки. Каждый по очереди желает группе успешного дня, удачи и т.д.

Занятие 6.

Цель: повышение самоуважения, осознание своей значимости, приобретение навыка глубокой саморефлексии.

Приветствие. Время: 5 минут.

Процедура проведения. Участники садятся в круг. Выбранный психологом участник пожимает руку сидящему справа, далее рукопожатие передается по кругу.

Входная рефлексия: С каким настроением вы сегодня пришли на занятие?

Упражнение 1. «Автопортрет». Время 10 минут.

Цель: осознание своей уникальности, совершенствование навыков самоанализа.

Процедура проведения. Один из самых близких людей, которого вы, наверное, хорошо знаете вы сами. Действительно, кто лучше вас знает ваши особенности, привычки, желания. Каждый из вас в течении 5 минут должен составить подробную психологическую самохарактеристику, включающую не менее 10 - 12 признаков. В этой характеристике не должно быть внешних примет, по которым можно сразу вас узнать. Это должно быть психологическое описание вашего характера, ваших привязанностей, взглядов на мир, на взаимоотношения людей.

После написания характеристик вы сдадите их мне. Перемешав листы, мы начнем зачитывать «автопортреты». Остальные члены группы должны по тексту узнать автора. Вы вправе вносить коррективы в автопортрет участника например, добавить несколько штрихов к особенностям его характера, которые удалось увидеть во время занятий.

Упражнение 2. «Рекламный ролик». Время 15 минут

Цель: развивать самораскрытие, самоконтроль, умение видеть в других людях прекрасное.

Каждый участник должен в течение 2 минут придумать рекламную кампанию, представляющего его самого как «лучший в мире продукт». Это может быть реклама улучшенного продукта, торговая рекомендация и т.д. Форму будущего мероприятия участники определяют сами (рассказ, песня, танец). Необходимо начать с себя.

Упражнение 3. «Прекрасные слова». Время 5 минут

Цель: формирование умения видеть в других что-то хорошее, развитие адекватной самооценки.

Дети встают в два ряда друг против друга. Один из участников получает указание ведущего – пройти между рядами и попросить каждого сказать ему что-нибудь приятное. Группе дается минута, чтобы дети могли подумать о том, что они хотят сказать.

Завершение. Время: 5 минут.

Цель: получение обратной связи, обмен эмоциями, чувствами, впечатлениями.

Процедура проведения: участники обмениваются впечатлениями от занятия, с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - что вы узнали нового о своих товарищах?

Ритуал прощания. Участники берутся за руки. Каждый по очереди желает группе успешного дня, удачи и т.д.

Занятие 7.

Цель: подкрепление позитивного отношения к себе, самопредъявление, самоанализ.

Приветствие. Время: 5 минут.

Процедура проведения. Участники садятся в круг. Выбранный психологом участник пожимает руку сидящему справа, далее рукопожатие передается по кругу.

Входная рефлексия: С каким настроением вы сегодня пришли на занятие?

Упражнение 1. «Чудо-ладошка». Время 15 мин.

Цель: способствуют оптимизации внутригрупповых связей, активизирует самосознание, формирует позитивное самоощущение и способность к позитивной оценке других людей.

Оборудование: листы бумаги и ручки.

Процедура проведения: участники на листе бумаге обводят свою ладонь. Внутри каждого пальца необходимо написать по одному качеству, которое они больше всего в себе ценят. Затем листы передаются по кругу, и каждый участник дописывает в центре ладони то качество, которое он ценит в этом человеке. В конце упражнения рисунки передаются их автору. Обсуждается по кругу: понравилось, что написали его соседи, или нет. Что участники испытывают после оценки своих товарищей?

Упражнение 2. «Самоценность». Время: 15 минут.

Цель: позитивизация Я-концепции подростка, принятие себя.

Процедура проведения. Каждый из нас представляет собой ценность. Мы отличаемся друг от друга своей индивидуальностью, личными достижениями, целями и многим другим. О своей ценности мы узнаем от других людей. Сейчас необходимо будет взять лист бумаги и в центре нарисовать круг, в котором написать букву «Я». Теперь вокруг этой буквы ты можешь нарисовать столько кружочков, сколько захочешь, а в них ты напишешь имена тех людей, которые говорили тебе о твоей индивидуальности и ценности. От каждого кружочка к своему «Я» проведи стрелки. Используй для этого разные цвета, чтобы передать свои чувства. А теперь вспомни, пожалуйста, что тебе говорили все эти люди и кратко напиши рядом со стрелками, направленными от них. У тебя получилась карта самооценности. Давай оживим ее. Я помогу тебе. Ты сядешь на стул, который будет стоять в центре класса. Вокруг мы поставим стулья, как нарисованы кружочки на твоей карте. Я по очереди буду садиться на эти стулья, обозначать написанное тобой имя и говорить фразу, идущую к тебе от этого человека. Слушай внимательно. Твоя задача ощутить свою ценность.

Упражнение 3. «Хвост дракона». Время: 5 минут.

Цель: разминка, эмоциональная разгрузка, снятие внутренней зажатости.

Процедура проведения. Все участники встают друг за другом и кладут руки на плечи впереди стоящего человека. Тренер просит представить, что сейчас вся группа превратится в большого голодного дракона, настолько голодного, что он будет охотиться за собственным хвостом. Участник, находящийся в самом начале, — это голова дракона; участник, замыкающий цепочку, — хвост дракона. По команде ведущего «голова» дракона должна попытаться поймать «хвост», а задача «хвоста» — убежать от нее. Игроки должны достаточно крепко держать друг друга за плечи, так, чтобы при движении дракон не рассыпался. Если «голове» удастся схватить хвост, то пойманный участник становится «головой», а тот, кто стоял перед ним, — новым «хвостом». Возможен и другой вариант: участник-хвост, когда его ловит «голова», выбывает из игры. В этом случае дракон по ходу игры становится все меньше и меньше, и соответственно, участникам, играющим роль хвоста, все труднее убежать от «головой».

Завершение. Время: 5 минут.

Цель: получение обратной связи, обмен эмоциями, чувствами, впечатлениями.

Процедура проведения: участники обмениваются впечатлениями от занятия, с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - что вы узнали нового о своих товарищах?

Ритуал прощания. Участники берутся за руки. Каждый по очереди желает группе успешного дня, удачи и т.д.

Занятие 8.

Цель: осознание своих чувств, их анализ, осознание и анализ жизненного опыта, своей значимости, удовлетворение потребности в признании.

Приветствие. Время: 5 минут.

Процедура проведения. Участники садятся в круг. Выбранный психологом участник пожимает руку сидящему справа, далее рукопожатие передается по кругу.

Входная рефлексия: С каким настроением вы сегодня пришли на занятие?

Упражнение 1. «Девиз». Время: 10 минут.

Цель: осознание своей внутренней позиции, осознание себя как личности.

Процедура проведения. В прежние времена на воротах замка и на щите рыцаря писали девиз рода, то есть краткое изречение, выражающее руководящую идею или цель деятельности владельца. Сейчас мы подумаем над девизом каждого из нас. Каждый из членов группы должен сформулировать свой девиз, который отражает его жизненное кредо, отношение к миру в целом, к окружающим людям, к себе.

На формулировку девиза вам дается 5 минут. Вы можете спокойно поработать, вспоминая известные вам девизы, изречения, высказывания, мудрые мысли и т.д. затем вы

по очереди зачитаете свои девизы другим членам тренинговой группы и в случае необходимости дадите необходимые пояснения.

Упражнение 2. «Мои добрые дела». Время: 10 минут.

Цель: анализ жизненного опыта, осознание своей значимости.

Процедура проведения. Доброе отношение к людям, к своим близким, родным и просто знакомым должно проявляться не только на словах, но и в конкретных делах. Вспомните, какое конкретное доброе дело вы сделали за вчерашний день? Кто был это человек? Что вы при этом чувствовали? Как вас отблагодарил этот человек? Сколько своих добрых дел вы смогли вспомнить? Способны ли вы на добрые дела? Если нет, то что вам мешает? Вы всё время в ответ ждёте благодарность в виде, подарка или услуги? Проанализируйте свои привычки. Есть ли среди них привычка делать добро? .

Вы даёте пять минут для того, чтобы участники письменно ответили на эти вопросы. Затем группа садится в круг и участники по очереди высказываются.

Упражнение 3. «Мы похожи». Время: 10 минут.

Цель: Разминка, эмоциональная разгрузка.

Процедура проведения. Группа делится на двойки, и два человека находят определенное количество общих признаков, затем двойки объединяются в четверки с той же целью и т.д. Ведущий по своему усмотрению может остановить процесс на четверках, восьмерках и т.д.

Завершение. Время: 5 минут.

Цель: получение обратной связи, обмен эмоциями, чувствами, впечатлениями.

Процедура проведения: участники обмениваются впечатлениями от занятия, с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - что вы узнали нового о своих товарищах?

Ритуал прощания. Участники берутся за руки. Каждый по очереди желает группе успешного дня, удачи и т.д.

Занятие 9.

Цель: осознание своих устремлений, закрепление позитивного отношения к себе.

Приветствие. Время: 5 минут.

Процедура проведения. Участники садятся в круг. Выбранный психологом участник пожимает руку сидящему справа, далее рукопожатие передается по кругу.

Входная рефлексия: С каким настроением вы сегодня пришли на занятие?

Упражнение 1. «Автопилот». Время: 10 минут.

Цель: осознание своих устремлений.

Процедура проведения. Участники размышляют о том, какими им хотелось бы стать: как себя вести, как относиться к себе и окружающим и т.д. В соответствии с этим каждый составляет программу для своего «автопилота» по определенной схеме, например: «Я уверен в себе; я доброжелателен». Когда программа готова, каждый участник читает ее вслух так, чтобы у присутствующих возникло убеждение, что этот человек именно таков.

Упражнение 2. «Я умею, я могу». Время: 10 минут.

Цель: закрепление позитивного отношения к себе, саморефлексия, анализ жизненного опыта.

Процедура проведения. Психолог предлагает участникам группы написать список своих умений и достижений. Особое внимание стоит уделить тому, что качества достижений не учитывается. Оформить данную работу нужно творчески в виде «Карты достижений». Получившуюся работу можно поместить дома на видном месте, чтобы она напоминала подростку о его умениях и достижениях.

Упражнение 3. «Я - лев». Время 5 минут

Процедура проведения. Закройте глаза и представьте себе, что каждый из вас превратился во льва. Лев - царь зверей. Сильный, могучий, уверенный в себе, спокойный,

мудрый. Он красив и свободен. Откройте глаза и по очереди представьтесь от имени льва, например: «Я - лев Гоша». Пройдите по кругу гордой, уверенной походкой.

Завершение. Время: 5 минут.

Цель: получение обратной связи, обмен эмоциями, чувствами, впечатлениями.

Процедура проведения: участники обмениваются впечатлениями от занятия, с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - что вы узнали нового о своих товарищах?

Ритуал прощания. Участники берутся за руки. Каждый по очереди желает группе успешного дня, удачи и т.д.

Занятие 10.

Цель: обсуждение результатов совместной деятельности, подведение итогов.

Приветствие. Время: 5 минут.

Процедура проведения. Участники садятся в круг. Выбранный психологом участник пожимает руку сидящему справа, далее рукопожатие передается по кругу.

Входная рефлексия: С каким настроением вы сегодня пришли на занятие?

Упражнение 1. «Комплименты». Время: 10 минут.

Цель: развивать умение признавать свои сильные стороны, получать комплементы.

Группа делится на пары. По сигналу ведущего один из партнеров в паре начинает говорить комплименты другому. Затем партнеры меняются местами.

Упражнение 2. «Аплодисменты». Время: 10 минут.

Цель: создание позитивного эмоционального настроения.

Процедура проведения. Каждый из участников выходит в центр круга, остальные начинают ему аплодировать.

Упражнение 3. «Пожелания друг другу». Время: 10 минут.

Цель: Формирование позитивного настроения, выражение положительных эмоций.

Процедура проведения. Каждый участник пишет на листке свое имя и фамилию. Далее листки передаются по кругу, каждый из участников пишет пожелания на каждом листке.

Завершение. Время: 5 минут.

Цель: получение обратной связи, обмен эмоциями, чувствами, впечатлениями.

Процедура проведения: участники обмениваются впечатлениями от занятия. Выходная рефлексия: - с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - чему научились в процессе тренинговой работы? - что нового узнали для себя? - есть ли к участникам тренинговой группы и ведущему какие-нибудь предложения и пожелания?

Ритуал прощания. Участники берутся за руки. Каждый по очереди желает группе успешного дня, удачи и т.д.

**Результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогической коррекции самооценки подростков с ЗПР**

Таблица 6

Результаты исследования самооценки подростков с ЗПР по методике Дембо-Рубинштейн (модификация А.М. Прихожан) после коррекции

Код учащегося	2	3	4	5	6	7	Средний балл	Уровень самооценки
1	95	95	95	95	95	95	95	Очень высокий
2	50	85	5	50	75	60	54,1	Средний
3	80	65	90	60	100	45	73,3	Высокий Норма
4	90	90	90	85	85	90	88,3	Очень высокий
5	50	20	50	100	75	90	64,1	Высокий (норма)
6	40	75	100	100	5	55	62,2	Высокий (норма)
7	50	50	100	50	45	50	57,5	Средний (норма)
8	55	90	80	70	65	70	71,6	Высокий норма
9	50	50	65	60	35	80	56,6	Средний
10	85	70	80	100	100	90	87,5	Очень высокий
11	15	50	50	100	100	50	60,8	Высокий (норма)
12	65	50	100	60	100	85	76,6	Очень высокий
13	5	90	95	50	100	100	73,3	Высокий (норма)
14	65	50	95	95	60	80	74,1	Высокий (норма)

Итого: 4 человека (28,5%) – очень высокий уровень самооценки; 7 человек (50%) – высокий уровень самооценки (в пределах нормы); 3 человек (21%) – средний уровень самооценки; 0 человек (0,0%) – низкий уровень самооценки.

Таблица 7

Результаты исследования самооценки подростков с ЗПР по методике Г.Н. Казанцевой после коррекции

Код учащегося	Баллы	Уровень самооценки
1	5	Высокий
2	2	Средний
3	7	Высокий
4	2	Средний
5	1	Средний
6	1	Средний
7	2	Средний
8	3	Средний
9	3	Средний
10	2	Средний
11	-4	Низкий
12	2	Средний
13	3	Средний
14	3	Средний

Итого: 2 человек (14%) – высокий уровень самооценки; 11 человек (79%) – средний уровень самооценки; 1 человек (7%) – низкий уровень самооценки.

Таблица 8

Результаты исследования самооценки подростков с ЗПР по методике  
Р.В. Овчаровой после коррекции

Код учащегося	Баллы	Уровень самооценки
1	20	Средний
2	18	Средний
3	23	Средний
4	28	Высокий
5	26	Высокий
6	18	Средний
7	24	Средний
8	22	Средний
9	20	Средний
10	24	Средний
11	11	Низкий
12	18	Средний
13	22	Средний
15	23	Средний

Итого: 2 человек (14%) – высокий уровень самооценки; 11 человек (79%) – средний уровень самооценки; 1 человек (7%) – низкий уровень самооценки.

Таблица 9

Обобщенные результаты диагностики самооценки у подростков с ЗПР по трем  
методикам на формирующем этапе исследования

Код испытуемого	Результаты по методике Дембо-Рубинштейн	Результаты по методике Казанцевой	Результаты по методике Овчаровой	Обобщенные результаты диагностики
1	Очень высокий	Высокий	Средний	Высокий
2	Средний	Средний	Средний	Средний
3	Высокий норма	Высокий	Средний	Средний
4	Очень высокий	Средний	Высокий	Высокий
5	Высокий норма	Средний	Высокий	Средний
6	Высокий норма	Средний	Средний	Средний
7	Средний	Средний	Низкий	Средний
8	Высокий норма	Средний	Средний	Средний
9	Средний	Средний	Средний	Средний
10	Очень высокий	Средний	Средний	Средний
11	Высокий норма	Низкий	Низкий	Низкий
12	Очень высокий	Средний	Средний	Средний
13	Высокий норма	Средний	Средний	Средний
14	Высокий норма	Средний	Средний	Средний

Итого: 2 человек (14%) – высокий уровень самооценки; 11 человек (79%) – средний уровень самооценки; 1 человек (7%) – низкий уровень самооценки.



## Математический анализ эффективности коррекционной программы

Таблица 10

Расчет значимости Т-критерия Вилкоксона по методике исследования самооценки подростков Г.Н. Казанцевой

До измерения, $t_{до}$	После измерения, $t_{после}$	Разность ( $t_{до}-t_{после}$ )	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
1	5	4	4	7.5
-4	2	6	6	10
1	7	6	6	10
-1	2	3	3	4.5
-5	1	6	6	10
-2	1	3	3	4.5
-8	2	10	10	14
-5	3	8	8	13
2	3	1	1	1
6	2	-4	4	7.5
-2	-4	-2	2	2
-1	2	3	3	4.5
-4	3	7	7	12
6	3	-3	3	4.5
Сумма				105

За нетипичный сдвиг было принято «уменьшение значения».

Сумма по столбцу рангов равна  $\Sigma=105$

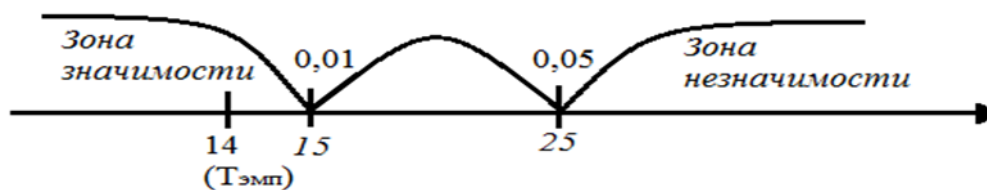
$$T = \sum R_t = 7.5 + 2 + 4.5 = 14$$

По таблице Приложения находим критические значения для Т-критерия Вилкоксона для  $n=14$ :

$$T_{кр} = 15 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр} = 25 \quad (p \leq 0.05).$$

Строим ось значимости:



В данном же случае эмпирическое значение Т попадает в зону значимости:

$$T_{эмп} < T_{кр}(0,01).$$

Приложение 5

Таблица 11

Технологическая карта внедрения результатов исследования самооценки подростков с ЗПР в практику

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество мероприятий	Сроки использования	Ответственные
1	2	3	4	5	6	7
1-й этап. Целеполагание внедрения технологии по психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР.						
1.1. Изучить необходимые документы по предмету внедрения (Коррекция неадекватной самооценки подростков с ЗПР).	Изучение нормативной документации, законов РФ, документации ОУ.	Анализ беседы, анкетирование, консультирование.	Беседа с учителями ОУ	1	Сентябрь	Психолог
1.2. Поставить цели внедрения программы коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР.	Обоснование целей и задач внедрения программы, работа психологической службы ОУ.	Обсуждение, круглый стол, разработка модели и программы.	Педсовет	1	Сентябрь	Администрация, психолог
1.3. Разработать этапы внедрения программы коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР.	Изучение и анализ содержания каждого этапа внедрения, его задач, принципов, условий, критериев и показателей эффективности.	Анализ программы внедрения.	Работа психологической службы ОУ, совещание, анализ документации, работа по составлению программы внедрения.	1	Октябрь	Администрация, психолог

1.4. Разработать программно-целевой комплекс внедрения программы коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР.	Анализ уровня подготовленности пед.коллектива теме предмета внедрения.	Анализ состояния программы внедрения.	Педсовет	1	Октябрь	Психолог
2-й этап: «Формирование положительной психологической установки на внедрение Программы коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР.						
2.1. Выработать состояние готовности к освоению предмета внедрения у администрации ОУ.	Формирование готовности внедрить тему. Психологический подбор и расстановка субъектов внедрения.	Обоснование практической значимости внедрения программы коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР.	Обоснование практической значимости внедрения. Рекомендации (для родителей и педагогов школы).	2	Сентябрь	Администрация, психолог.
2.2. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения у всего педагогического коллектива.	Пропаганда уже имеющегося передового опыта внедрения по проблеме исследования в других школах. Психологический подбор и расстановка субъектов внедрения.	Научно-исследовательская работа, сотрудничество с другими психологами.	Беседы, семинары, творческая деятельность, научно-исследовательская работа, сотрудничество с другими психологами.	3	Сентябрь, октябрь, ноябрь	Классный руководитель, психолог.
3-й этап «Изучение предмета внедрения» программы коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР.						

3.1. Изучить всем коллективом необходимые документы о предмете внедрения по программе коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР.	Изучение и анализ каждым учителем материалов по проблеме исследования.	Фронтально	Семинары, круглый стол, работа с литературой и информационными источниками.	2	Декабрь	Классный руководитель, психолог.
3.2. Изучить сущность предмета внедрения	Изучение предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм, методов.	Фронтально и в ходе самообразования.	Семинары, тренинги.	1	Январь	Классный руководитель, психолог
3.3. Изучить методику внедрения темы.	Освоение системного подхода в работе над темой.	Фронтально и в ходе самообразования.	Семинары, тренинги.	1	Февраль	Психолог
4-й этап «Опережающее освоение предмета внедрения». Программа коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР.						
4.1. Создать инициативную группу для опережающего внедрения темы.	Определение состава инициативной группы, организационная работа. Исследование психологического портрета субъектов внедрения.	Наблюдение, анализ, собеседование о суждениях.	Дискуссии.	3	Апрель	Администрация, психолог, классный руководитель
4.2. Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе.	Изучить теории предмета внедрения, методики внедрения.	Самообразование. Научно-исследовательская работа. Обсуждение. Развивающие занятия.	Семинары инициативной группы, консультации.	1	Апрель	Психолог

4.3.Обеспечить инициативной группе условия для успешного освоения методики внедрения темы.	Анализ создания условий для опережающего внедрения.	Изучить состояние дел, обсуждение. Экспертная оценка.	Собрание.	1	Май	Администрация, психолог, классный руководитель
4.4.Проверить методику внедрения.	Работа инициативной группы по новой методике.	Изучение состояния дел в группе подростков с ЗПР, корректировка методики.	Посещение открытых занятий в средних классах.	4	Первое полугодие	Специалисты , учителя.
5-й этап «Фронтальное освоение предмета внедрения программы коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР».						
5.1.Мобилизовать педколлектив на внедрение по проблеме исследования.	Анализ работы деятельности педагогов.	Сообщение о результатах работы. Развивающие занятия.	Педсовет. Психологический практикум.	1	Январь	Психолог
5.2.Развить знания и умения на предыдущем этапе.	Обновление знаний о предмете	Обмен опытом. Развивающие занятия.	Консультирование, семинар.	1	Январь, февраль, март.	Психолог
5.3.Обеспечить условия для фронтального внедрения по программе коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР.	Анализ создания условий для фронтального Внедрения.	Изучение состояния дел, обсуждения.	Собрание	1	Май	Администрация

5.4. Освоить всем коллективом предмет внедрения по программе коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР.	Фронтальное усвоение предмета внедрения.	Наставничество, обмен опытом, анализ, корректировка технологии.	Заседание методических объединений, консультации, практические занятия.	1	Декабрь	Администрация
6-й этап «Совершенствование работы над темой психолого-педагогической коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР».						
6.1. Совершенствовать знания и умения, сформированные на прошлом этапе.	Совершенствование знаний.	Наставничество, обмен опытом, Анализ.	Конференция.	1	Январь	Администрация, психолог
6.2. Обеспечить условия совершенствования методики работы по предмету внедрения.	Анализ зависимости конечного результата по 1-му условию от создания условий для внедрения.	Анализ состояния дел в СОШ № 115, обсуждение, доклад.	Собрание	1	Январь	Психолог
6.3. Совершенствовать методику освоения темы: «коррекция неадекватной самооценки подростков с ЗПР».	Формирование единого методического обеспечения освоения темы.	Анализ состояния дел в школе, обсуждение, доклад.	Посещение занятий.	Не менее 5	Каждое полугодие	Администрация, психолог, классный руководитель
7-й этап «Распространение передового опыта освоения предмета внедрения коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР».						

7.1. Изучить и обобщить опыты внедрения по проблеме исследования.	Изучение и обобщение проблемы исследования, работать по проблеме исследования.	Посещение, наблюдение, изучение, анализ.	Открытые занятия, буклеты, стенды.	Не менее 4	Сентябрь, декабрь.	Психолог
7.2. Осуществить Наставничество.	Обучение учителей, других ОУ на тему программы.	Наставничество, развивающие занятия.	Выступление на семинарах в других школах.	6	Март, апрель, май	Администрация, психолог, классный руководитель
7.3. Осуществить пропаганду передового опыта внедрения.	Пропаганда опыта внедрения в работе.	Выступление	Семинар, практикум	1	Февраль	Классный руководитель
7.4. Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившихся на предыдущих этапах.	Обсуждение динамики, работа над темой коррекции неадекватной самооценки подростков с ЗПР.	Наблюдение, анализ	Семинар	1	Февраль	Администрация,