



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

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ  
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

**Психолого-педагогическая коррекция самооценки младших  
школьников с ЗПР**

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

Проверка на объем заимствований:  
6,5 % авторского текста  
Работа Клишичева к защите  
рекомендована/не рекомендована  
«18» 15 2020 г.  
зав. кафедрой ТиПП  
Кондратьева Кондратьева О.А.

Выполнила:  
Студентка группы ОФ-410/098-4-1  
Лыскова Наталья Дмитриевна  
Научный руководитель:  
к. пед. н., доцент кафедры ТиПП  
Барышникова Елена Викторовна

Челябинск  
2020

## Содержание

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ САМООЦЕНКИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ЗПР	
1.1 Понятие самооценки в психолого-педагогической литературе.....	6
1.2 Особенности развития самооценки младших школьников с ЗПР.....	12
1.3 Модель психолого-педагогической коррекции самооценки младших школьников с ЗПР.....	17
ГЛАВА 2 ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ САМООЦЕНКИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ЗПР	
2.1 Этапы, методы и методики исследования.....	24
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента.....	29
ГЛАВА 3 ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ САМООЦЕНКИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ЗПР	
3.1 Программа психолого-педагогической коррекции самооценки младших школьников с ЗПР.....	35
3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования.....	44
3.3 Практические рекомендации педагогам и родителям по развитию самооценки младших школьников с ЗПР.....	50
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	55
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	58
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Методики диагностики самооценки младших школьников с ЗПР.....	66
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты констатирующего эксперимента.....	75
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Программа психолого-педагогической коррекции самооценки младших школьников с ЗПР .....	78
ПРИЛОЖЕНИЕ 4 Результаты формирующего эксперимента.....	100

## ВВЕДЕНИЕ

Самооценка, являющаяся одной из самых важных психологических категорий, формируется в процессе воспитания человека и играет одну из самых важных ролей в становлении личности.

Именно этим обусловлена необходимость и актуальность гармоничного развития самооценки, ведь именно она выполняет регуляторную и защитную функции, влияет на развитие и деятельность человека, его развитие и взаимоотношение с другими людьми. Кроме того, самооценка является основой для восприятия собственного успеха, постановки целей определенного уровня, то есть иными словами, уровня притязаний личности.

На сегодняшний день в России довольно высокий уровень школьников с отклонениями в состоянии здоровья, и он не перестает расти. Именно в это число попадают и младшие школьники с ЗПР, показатель количества которых в нашей стране, равно как и за рубежом, постоянно растет. Так, например, в России, стране, где суточная рождаемость составляет примерно 5 тысяч детей, около 50% из них имеют отклонения разного психического характера. По итогам 2018 года около 2% россиян обладает диагнозом ЗПР (задержка психического развития) и обучается в специализированных школах и классах. Причиной такой статистики психологи считают большое количество стрессов, вредные привычки, социальные факторы и эмоциональную неустойчивость.

При поступлении в школу младшие школьники с ЗПР развития нуждаются в целенаправленной коррекционной работе, ведь именно недостаточное внимание к развитию таких детей, недостаточный учет их индивидуальных и возрастных особенностей приводит к проблемам в формировании личности, может служить фактором, влияющим на появление неадекватной самооценки.

Проблема коррекции самооценки у младших школьников с ЗПР является одной из актуальнейших проблем современной психологии во многом из-за того, что именно самооценка определяет успешность социальной жизни и функционирования в обществе. Учащиеся с ЗПР имеют свои особенности формирования самооценки, которые обуславливаются нарушением в личностном и познавательном развитии, наличием негативных социальных факторов, большей зависимостью самооценки от мнения окружающих.

Многие ученые отмечают, что формирование самооценки учащихся с ЗПР сильно отстает от нормы, отличается упрощенностью, неустойчивостью, противоречивостью, нерасчлененностью.

Закономерностям развития формирования самооценки в детском возрасте посвящали свои работы многие ученые, такие как Б.Г. Ананьева, Т.Ю. Андриященко, О.А. Белобрыкиной, Л.И. Божович, В.А. Горбачевой, А.В. Захаровой, Г.И. Катрич, А.И. Липкиной, М.И. Лисиной, В.С. Мухиной, Е.И. Савонько, В.М. Слуцкий, Л.И. Уманец и т. д.

Среди исследователей, занимавшихся проблемой самооценки у детей с ЗПР, можно выделить Н.Л. Белопольской, И.П. Бучкиной, А.Д. Виноградова, Л.С. Выготский, Х.С. Замский, И.Ю. Кулагиной, И.М. Никольской, О.В. Пеньковской.

Цель исследования – теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность психолого-педагогической коррекции самооценки младших школьников с задержкой психического развития.

Объект исследования: самооценка младших школьников с ЗПР.

Предмет исследования: психолого-педагогическая коррекция самооценки младших школьников с ЗПР.

Гипотеза: уровень самооценки у младших школьников с ЗПР изменится при проведении психолого-педагогической коррекции,

направленной на развитие у младших школьников чувства уверенности в себе, умений объективно оценивать свои достижения, недостатки и успехи.

Задачи работы:

1. Рассмотреть понятие самооценки в психолого-педагогической литературе.
2. Раскрыть особенности развития самооценки детей с ЗПР.
3. Разработать модель психолого-педагогической коррекции самооценки младших школьников с ЗПР.
4. Определить этапы, методы и методики исследования самооценки младших школьников с ЗПР.
5. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты исследования самооценки младших школьников с ЗПР.
6. Разработать и реализовать психолого-педагогическую программу коррекции самооценки младших школьников с ЗПР.
7. Проанализировать результаты коррекции самооценки младших школьников с ЗПР.
8. Составить рекомендации родителям и педагогам по коррекции самооценки младших школьников с ЗПР.

На основе разработанных задач нами были определены следующие методы:

1. Теоретические: анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования, целеполагание, моделирование, обобщение.
2. Эмпирические: эксперимент, тестирование по психодиагностическим методикам: методика «Лесенка» (В. Щур), методика «Нарисуй себя» (А.М. Прихожан, З. Василюскайте), методика исследования самооценки (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн).
3. Математико-статистический метод: Т-критерий Вилкоксона.

База исследования: МАОУ СОШ №2 Оренбургской области, поселок Светлый. В исследовании участвовали 14 учеников 2 «Б» класса 8 лет с диагнозом ЗПР.

Структура работы: 3 главы, 8 параграфов, 9 рисунков, 11 таблиц, 4 приложения, 74 источника в списке литературы.

## **ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ САМООЦЕНКИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ЗПР**

### **1.1 Понятие самооценки в психолого-педагогической литературе**

Само понятие «самооценка» и представление о ней как о феномене в психологической науке, несмотря на то, что эта проблема изучалась многими как зарубежными, так и отечественными авторами (Р. Бернс, Л.В. Бороздина, Л.С. Выготский, А.И. Липкина, В.С. Мухина, А.А. Реан, С.Л. Рубинштейн, Л.А. Регуш, Л.А. Рыбак, З. Фрейд и др.), сформировалось не сразу. Также вопреки многочисленным исследованиям, посвященным этой проблеме, на сегодняшний день нет четкого определения данного понятия.

Самое общее понимание понятие «самооценка» дано в психологическом словаре, где оно понимается как представление человека о самом себе, своих качествах и возможностях, а также месте среди других людей [35, с. 352]. Однако в научных трудах многих ученых оно значительно расширяется и дополняется.

Так, Р. Бернс, рассматривающий в своих работах самооценку через «Я-концепцию», определял самооценку как «совокупность всех представлений индивида о себе, сопряженных с их оценкой» [53, с. 49], таким образом делая акцент на том, как человек воспринимает и видит себя.

Л.В. Бороздина считает, что самооценка – это «наличие критической позиции индивида по отношению к тому, чем он обладает, оценка имеющегося потенциала с точки зрения определенной системы ценностей» [10, с. 411].

По мнению Б.А. Сосновского самооценка – это определенный вид взаимосвязи значимых самооценок (оценивание себя в наиболее значимых деятельности, по отношению к значимым мотивам) [65].

В своем исследовании И.С. Кон рассматривает самооценку как своеобразные когнитивные схемы, которые обобщают прошлый опыт личности и организуют, структурируют новую информацию относительно данного аспекта «Я» [38, с. 154]. Ученый долго наблюдал за изменениями, происходящими с детьми в младшем школьном возрасте, и отметил, что открытие своего собственного внутреннего мира, влекущее за собой перестройку самосознания, открытие новых углов зрения, под которым себя начинает рассматривать ребенок, значительно влияет на самооценку. Этому помогает и переакцентуация сознания с внешнего контроля на самоконтроль, а также рост потребности в достижении результатов, находящихся в интересах личности [46, с. 19].

Также И.С. Кон рассматривал самооценку как одно из средств психологической защиты человека, так как нередко, желая иметь положительный образ «Я», индивид преувеличивает свои достоинства и преуменьшает недостатки [37, с. 95].

«Образ Я» в психологической науке переделывают как складывающееся представление о самом себе [36, с. 127]. Однако понятие личности о самой себе – это не просто «Образ Я», а некая социальная установка, отношение личности к самому себе, что позволяет выделять в «Образе Я» ключевые компоненты:

- 1) когнитивный (знание о самом себе, самосознание);

- 2) эмоционально-оценочный (ценностное отношение к себе); 3) поведенческий (регуляция поведения) [36, с. 127].

Образ «Я» является не статическим, а динамическим образованием личности. Из него могут выделяться реальное «Я», идеальное «Я» и фантастическое «Я». Реальное «Я» может возникать как представление о себе в момент какого-либо переживания, например, наше «Я» перед экзаменом и после экзамена, перед соревнованиями и после них. Одновременно образ «Я» является и «Я» идеальным, то есть таким, каким мы должны стать, чтобы соответствовать идеалам социума и нормам ожидания окружающих. Третье «Я», фантастическое, отражает взгляд человека на себя сквозь призму своих желаний без учета реальных возможностей, обычно оно сопровождается словами «если бы» и отражает то, каким субъект желал бы стать [40, с. 119]. Обычно все «Я» одновременно гармонично уживаются в одном человеке, однако бывают случаи, когда одно из «Я» преобладает над другими, что неизбежно отражается на всей личности.

Степень правильности проявления образа «Я» выясняется при изучении самооценки, одного из важнейших аспектов вышеупомянутого явления. Самооценка является неременным спутником нашего «Я», с помощью которого происходит регуляция поведения людей [42, с. 12].

Самооценка, рассматриваемая в качестве центрального компонента «Я-концепции», выступает как относительно устойчивое структурное образование и является отражением значимости, которой индивид наделяет как отдельные стороны своей личности, деятельности, поведения, так и себя в целом. Самооценка бесспорно влияет на развитие человека, его успешное существование в обществе, его качество жизни [45].

Самооценка может выполнять ряд функций в жизни человека, дополняя и корректируя его повседневную деятельность. Так, А.В. Быков выделяет регулятивную и защитную функции.



Регулятивная функция помогает узнать свои качества и регулировать их проявление в общении с другими людьми, на ее основе решаются задачи личностного выбора [14]. Регулятивную функцию по направленности и задачам можно разделить на собственно оценочную, контрольную, стимулирующую, блокирующую и защитную.

Защитная функция самооценки помогает сформировать независимость личности от мнения других. Так, например, острая критика и колкие замечания благодаря защитной функции не воспринимаются личностью, благодаря чему человека чувствует себя в безопасности и защищенности [54, с. 100].

Обобщая вышесказанное, можно сделать вывод, что самооценка становится важным условием для мобилизации внутренних ресурсов человека, она помогает реализовать свои возможности и творческий потенциал. Самооценка, задействованная во всех сферах жизни человека, помогает осознать собственный опыт и проанализировать воздействие на личность и вне, воспринять себя и окружающих, определить дальнейшие перспективы в развитии [14].

Н.И. Сарджевеладзе в своей книге «Личность и ее взаимодействие с социальной средой» расширяет функции самооценки до шести:

- 1) функция «отзеркаливания» (отражение деятельности человека в сознании окружающих, после чего происходит интериоризация этого отражения);
- 2) функция самореализации и самовыражения;
- 3) функция сохранения стабильности собственного «Я»;
- 4) функция самоконтроля и саморегуляции;
- 5) функция психологической защиты;
- 6) функция внутриличностной коммуникации [61, с. 100-101].

Благодаря широкому функционалу самооценки человек осознает свои возможности, может корректировать собственную деятельность в зависимости от результата и оценивать итоги собственной работы. Самооценка помогает выстраивать успешное взаимодействие человека с окружающим миром на основе видения человеком собственных отличительных, сильных сторон, она создает психологическую безопасность личности.

Л.Д. Столяренко в своих исследованиях отмечал, что самооценка в значительной степени влияет на социальную адаптацию личности, регулирует ее деятельности и поведение в социуме. Это обуславливается тем, что само формирование самооценки происходит неотрывно от социума в процессе межличностного взаимодействия и совместной деятельности. В начале своей жизни человек учится оценивать поступки окружающих его людей, а лишь затем принимается к оцениванию собственных поступков [48, с. 189].

В психологической науке самооценка человека характеризуется многими параметрами, а значит может быть:

- 1) в зависимости от уровня самооценки – низкой, высокой или средней;
- 2) по реалистичности – адекватной и неадекватной (заниженной или завышенной);
- 3) в зависимости от особенностей строения – конфликтной и бесконфликтной, или конструктивной и деструктивной;
- 4) прогностическая, актуальная и ретроспективная;
- 5) в зависимости от стойкости – устойчивой и неустойчивой [61].

Многие ученые сходятся во мнении, что реакция на успех и неудачу, отношение к окружающему миру и людям в нем, уровень притязаний зависят от уровня самооценки напрямую [20].

Под уровнем притязаний мы будем понимать степень трудности задач, которые ставит перед собой человек. В нем выделяют несколько аспектов:

- 1) степень сложности задач, которые ставит перед собой человек, будучи уверенным в их выполнении;
- 2) соответствие между задуманным и реализованным;
- 3) уровень притязаний зависит от степени сложности задачи, реализация которой даст удовлетворение человеку [34, с. 142].

Достигнутый успех или неудача являются одним из факторов смены уровня притязаний в определенном виде деятельности. Недостижимая и неадекватная задача или цель, поставленная человеком, неминуемо приведет к понижению уровня притязаний. Таким образом появляется прямая зависимость: чем выше уровень притязаний, тем меньше вероятность успеха, и тем ниже уровень самооценки [74].

Одним из самых распространенных в современной психологии является деление самооценки на завышенную, адекватную (или среднюю) заниженную [57].

Завышенная самооценка характеризуется идеализированным представлением о себе и своей личности для других людей. Такой человек не видит своих ошибок, лени, недостатка знаний и не может работать над собой, ему характерна искаженная модель поведения, возможна агрессия и жестокость [74].

Для заниженной самооценки характерно отсутствие у человека уверенности в себе и собственных поступках, активизация защитных механизмов, пассивность, слабое стремление к достижению цели в разных аспектах жизни. Такие люди, как правило, не реализуют свой потенциал целиком из-за своих страхов и неуверенности, многие их возможности остаются скрытыми от человеческих глаз [33, с. 190].

Адекватная самооценка, наиболее лучший и желанный исход для каждого человека, характеризуется реалистичным оцениванием своего положения в обществе, опознаванием как своих достоинств, так и недостатков. Она несет самоуважение, положительное отношение к себе, принятие самого себя, неискаженное ощущение собственной важности и чувство собственного достоинства. Человек с такой самооценкой ставит перед собой адекватные (достижимые) задачи и цели, он уверен в себе, и поэтому способен брать на себя ответственность за свои поступки и неудачи. Человек с адекватной самооценкой наиболее сильно способен к успешной самореализации в социуме [23, с. 242]. Также нужно отметить, что с возрастом адекватность самооценки повышается: самооценка взрослых наиболее объективна, чем юношеская, а юношеская – наиболее объективна, чем детская. На это влияет жизненный опыт, интеллектуальное развитие и стабилизация уровня притязания [46, с. 95].

Сложившаяся у человека самооценка (завышенная, адекватная или заниженная) также может влиять на уровень притязаний, как и он на формирование самооценки.

Таким образом, подводя итог всему сказанному выше, можно прийти к выводу, что самооценка – это внутреннее самостоятельное оценивание в морально-нравственном ключе поступков, убеждений и мотивов человека, одно из проявлений его самосознания, своеобразная совесть личности. Самооценка формируется и развивается под влиянием многих факторов, что позволяет говорить о ее возрастных и индивидуальных особенностях.

## 1.2 Особенности развития самооценки младших школьников с ЗПР

Младший школьный возраст – это во многом непростой период для ребенка, когда в связи с поступлением в школу формируется новая ролевая модель ученика, усложняется система потребностей и мотивов, формируется самооценка. Именно в этот период важно заложить основы

адекватной самооценки, которая в последствии будет все сильнее влиять на внутреннее состояние ребенка, успешность или не успешность его деятельности, на взаимодействие с окружающими его людьми. Неадекватная самооценка может привести к различным проблемам с функционированием в социуме.

Начало младшего школьного возраста характеризуется еще пластичной и неустойчивой самооценкой, однако с процессом взросления к детям приходит понимание и своих личностных качествах, физических и психических возможностях. Именно поэтому к концу младшего школьного возраста происходит формирование образа «Я», а самооценка характеризуется устойчивостью, адекватностью, рефлексивностью и дифференцированной.

Вопреки общим условиям формирования самооценки у всех детей младшего школьного возраста, у них наблюдаются различные типы ее функционирования [37, с. 152]:

1. Диффузно-утилитарный тип: характера неадекватность самооценки, ее неустойчивость, функционирование самооценки не связано с опорой на ее внутренние свойства.

2. Ситуативно-практический тип: оценка в первую очередь своих практических умений; чаще всего младшие школьники этого типа обладают неадекватной завышенной самооценкой, опираются в своих действия на оправдательную логику.

3. Обобщенно-рефлексивный: ему свойственна дифференцированность предметного содержания и повышение уровня адекватности самооценки из-за снижения ее величины.

По мнению Г. И. Катрич, детям младшего школьного возраста, которых воспитывали в благоприятных психических условиях, характерен третий тип функционирования самооценки, обобщенно-рефлексивный. Он характеризуется высоким уровнем когнитивности и

дифференцированности, положительным самоотношением, рефлексивностью [37, с. 154].

О неустойчивости самооценки у детей в младшем школьном возрасте (особенно в первых классах) говорит и С.И. Смирнова, однако также исследовательница отмечает, что в последующие годы самооценка детей становится основанной на собственных представлениях ребенка о себе, дифференцированной [64, с. 132].

В.И. Долгова считает, что для формирования самооценки необходимы определенные приемы самоанализа, самоконтроля, самоотчета и сравнения. Основой самооценки становятся представления детей о себе, со временем к которым прибавляются самокритичность и требовательность к самому себе [25, с. 167].

Формирование самооценки на протяжении раннего и дошкольного детства происходит под влиянием значимых взрослых, особенно родителей. Таким образом, для формирования особенностей самооценки детей в младшем школьном возрасте характерны такие новообразования, как качественно новые возможности развития регуляции поведения и деятельности, рефлексии, анализа; вектор ориентации смещается на группы ровесников.

Таковы основные особенности формирования самооценки в младшем школьном возрасте. Теперь рассмотрим, каким путем идет развитие самооценки у детей-сверстников с ограниченными возможностями, при ЗПР.

Под ЗПР в данной работе мы будем понимать нарушение темпа психического развития, когда отдельные психические функции (мышление, внимание, память, эмоционально-волевая сфера) отстают в своем развитии от принятых психологических норм для данного возраста (Т.А. Власова, Г.И. Жаренкова, В.И. Лубовский, М.С. Певзнер, У.В. Ульenkova).

Многие ученые, такие как Н.Л. Белопольская, Г.В. Грибанова,

Н.А. Жулидова, В.В. Лебединский, М.М. Райская, С.И. Смирнова,

Р.Д. Тригер посвятили свои труды изучению самооценки у детей с ЗПР.

Р.Д. Тригер в своих трудах определяет самооценку детей с ЗПР в дошкольном возрасте как неадекватно завышенную из-за менее развитых психозащитных и компенсаторных возможностей по сравнению с нормально развивающимися сверстниками, что объясняется неумением детей с ЗПР сравнивать себя с другим, тем, что они не видят, в чем лучше сверстников, а в чем отстают от них. При отсутствии коррекционной работы, по мнению Р.Д. Тригер, в младшем школьном возрасте самооценка детей с ЗПР становится заниженной [67, с. 92].

В.В. Лебединский также подчеркивает заниженность или завышенность самооценки у детей с задержкой психического развития из-за неумения детей адекватно оценивать свою работу и правильно мотивировать оценку. Для детей с задержкой психического развития, некоторое время обучающихся в общеобразовательной школе, более характерна низкая самооценка, так как на фоне нормально развивающийся сверстников младшие школьники чувствуют себя неуверенно и неуспешно [43, с. 84].

Однако, как показывает исследование Т.А. Власовой, в специальных классах у детей с задержкой психического развития благодаря доброжелательному отношению со стороны учителя и систематической коррекционной работе, под влиянием от успехов в учебе формируется уверенность, что помогает становлению адекватной самооценки [15, с. 33].

С.И. Смирнова также выделяет школьную успеваемость, уровень притязаний и оценок детей, тревожность как факторы, влияющие на формирование самооценки среди младших школьников с задержкой психического развития. Самооценка и уровень тревожности у таких детей прямопропорционально зависимы друг от друга: снижение самооценки

ведет к повышению уровня тревожности и наоборот. С.И. Смирнова считает, что:

1. Дети с ЗПР характеризуются качественным своеобразием личностного развития, а именно снижением самооценки и уровня притязаний, высоким уровнем тревожности в сравнении с нормально развивающимися сверстниками.

2. Самооценка и уровень тревожности у детей с ЗПР между собой связаны: снижение самооценки прямо пропорционально повышению уровня тревожности [64, с. 134].

Л.Н. Блинова, изучая самооценку детей с задержкой психического развития, пришла к выводу, что их самооценка связана с переоценкой своей личности, что является механизмом психологической защиты, причем чаще всего младшие школьники делают это неосознанно [4, с. 38]. К похожему выводу приходит и Д.А. Бурамбаева, утверждающая, что причиной завышенной или заниженной самооценки в детей с задержкой психического развития становится переоценка себя, своих возможностей и качеств, высокий уровень притязаний и отсутствие самокритики [12, с. 178].

По результатам исследования, проведенного И.Н. Никулиной, стало известно, что самооценка детей с задержкой психического развития зависит от мнения взрослых, более старших детей и сверстников; также у детей наблюдалась готовность под мнением окружающих изменить свое мнение [49, с. 72].

Согласно типологии, Г.И. Катрич, детям с задержкой психического развития характерен низкий диффузно-утилитарный уровень самооценки [41, с. 37].

По мнению Т.А. Власовой и Н.А. Ципиной, у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития наблюдается больше неадекватная завышенная самооценка, а развитие образа Я имеет свои специфические особенности. Младшие школьники с завышенной



самооценкой часто переоценивают себя, свои возможности и качества, также из-за множества расхождений между реальными возможностями и желаемым они плохо осознают свои предпочтения и желания. Исследование ученых поднимает вопрос о наличии неполноценного формирования Я-концепции у младших школьников с задержкой психического развития, что может в дальнейшем стать проблемой для успешного развития и функционирования в социуме [16, с. 149].

Г. В. Грибанова, изучающая, как уровень социального интеллекта влияет на самооценку, отмечает, что младшие школьники с задержкой психического развития, характеризующиеся своеобразием личностного развития, имеют более низкую самооценку в сравнении с нормально развивающимися сверстниками, которая также она характеризуется неадекватностью, неосознанностью, неустойчивостью, что объясняется спецификой психического дефекта и негативным влиянием микросоциальных факторов. Также ученой отмечает, что адекватная коррекция нарушений в этой сфере и своевременная реабилитация самооценки у младших школьников с задержкой психического развития позволит развивать сферу социального интеллекта, который поможет ребенку более точно оценивать ситуацию и участвующих в ней людей. Таким образом, воздействуя на самооценку ребенка, можно повлиять и на формирование регуляторной составляющей социального интеллекта [24, с. 20].

Таким образом, проанализировав различные подходы к изучению самооценки у детей с ЗПР, можно сказать, что большинство ученых признают ее определенное своеобразие, которое обуславливается спецификой психического дефекта и негативным влиянием микросоциальных факторов.

Обобщая литературные источники, можно выявить такие особенности самооценки детей младшего школьного возраста с ЗПР, как:

- 1) неадекватность самооценки;
  - 2) отсутствие умения оценивать себя и свою работу;
  - 3) неумение правильно мотивировать свою работу;
  - 4) переоценка собственной личности;
  - 5) влияние уровня притязаний и тревожности на уровень самооценки;
- б) отсутствие навыков самокритики.

Однако, несмотря на важность разработки данной проблемы, она недостаточно полно представлена в исследованиях. В частности, не до конца осмыслен вопрос, каковы пути эффективной психологопедагогической коррекции самооценки младших школьников с ЗПР.

### 1.3 Модель психолого-педагогической коррекции самооценки младших школьников с ЗПР

Для более наглядного представления логики исследования и осуществления его на достойном методологическом уровне применим подход к целеполаганию, применяемый в своих исследованиях доктором психологических наук В.И. Долговой, и используем метод «дерево целей» [27, с. 15], которое предполагает использование иерархической структуры планирования целей.

«Дерево целей» – это построенная по иерархическому принципу, структурированная совокупность целей какой-либо задачи, в которой выделены генеральная цель и подчиненные ее подцели последующих уровней: первого, второго и т. д. Этот метод, основывающийся на теории графов, представляет собой совокупность целей, которые реализуются являются одновременно троекратными (определяют направление движения к заданным стратегическим целям) и точечными (определяют достижение

тактических целей). Также «дерево целей» помогает выявить, какие наилучшие комбинации обеспечат наиболее результативную отдачу. Этот метод направлен на получение относительно устойчивых целей, направлений и проблем, поэтому при построении первоначального варианта структуры необходимо использовать принципы формирования иерархических структур, учитывая закономерности их целесообразности.

Метод «дерево целей» может быть приспособлен к нуждам любой цели: от глобальной до годичной и месячной. Ниже представлено «дерево целей» исследования психолого-педагогической коррекции самооценки младших школьников с ЗПР в нашей работе.



Рисунок 1 – Дерево целей психолого-педагогической коррекции самооценки младших школьников с ЗПР

Генеральная цель: теоретически обосновать и опытноэкспериментальным путем проверить модель психолого-педагогической коррекции самооценки младших школьников с ЗПР.

1 Изучить проблему психолого-педагогической коррекции самооценки младших школьников на теоретическом уровне.

1.1 Рассмотреть понятие «самооценка» в психолого-педагогической литературе.

1.2 Рассмотреть возрастные особенности развития самооценки младших школьников с ЗПР.

1.3 Разработать модель психолого-педагогической коррекции самооценки младших школьников с ЗПР.

2 Организовать исследование самооценки младших школьников с задержкой психического развития.

2.1 Определить этапы исследования младших школьников с ЗПР, методы и методики.

2.2 Охарактеризовать выборку исследования.

2.3 Проанализировать результаты констатирующего эксперимента.

3 Организовать и провести психолого-педагогическую коррекцию самооценки младших школьников с ЗПР, провести ее на изучаемой выборке.

3.1 Разработать психолого-педагогическую программу коррекции самооценки младших школьников с ЗПР.

3.2 Проанализировать результаты проведенного исследования.

3.3 Подготовить рекомендации для педагогов и родителей младших школьников с ЗПР.

Учитывая вышеизложенное, была разработана модель психологопедагогической коррекции самооценки младших школьников с ЗПР (рисунок 2), которая включает в себя следующие блоки: целевой, теоретический, диагностический, коррекционный, аналитический, результативный.

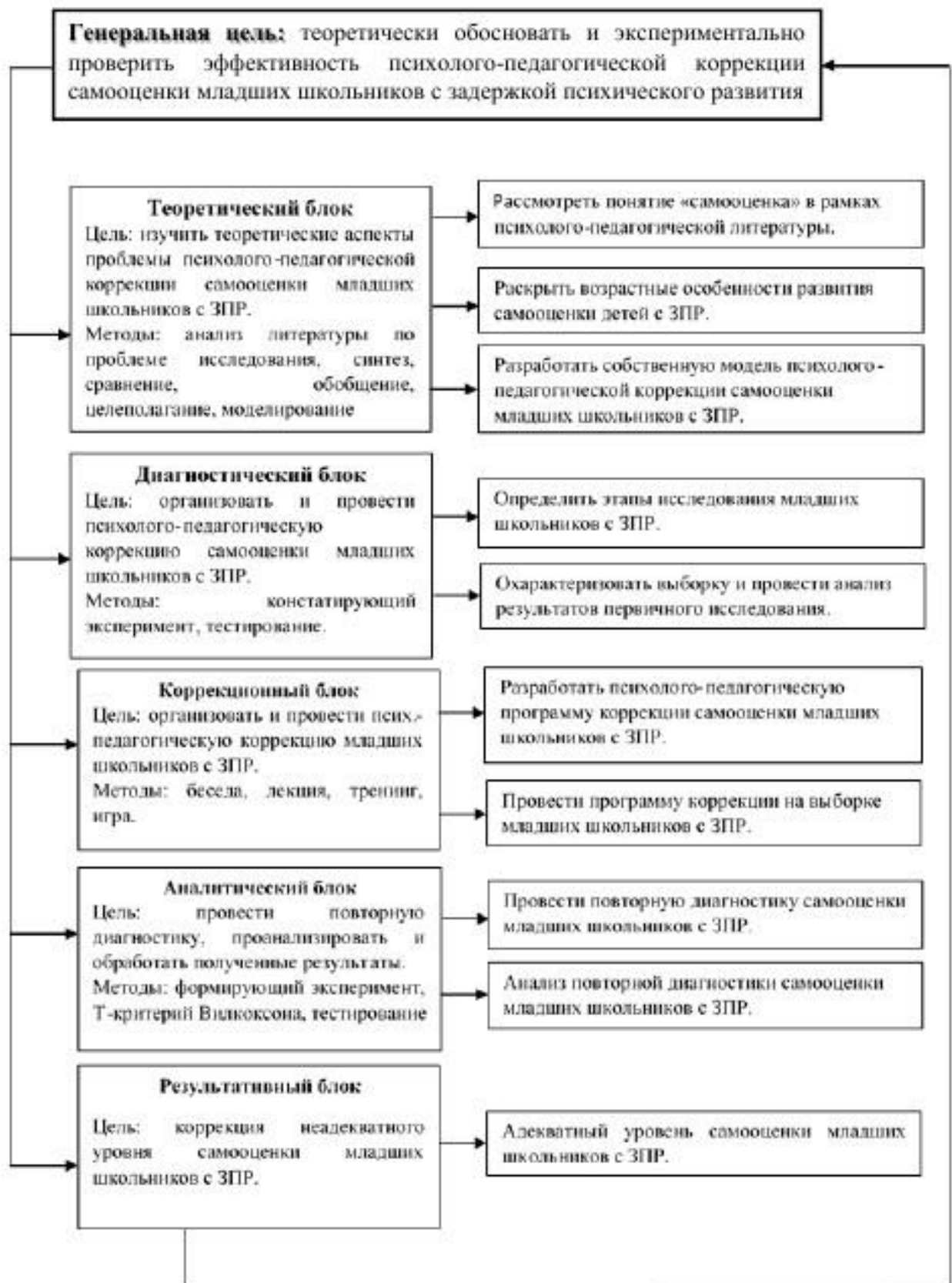


Рисунок 2 – Модель психолого-педагогической коррекции самооценки младших школьников с ЗПР

Целевой блок направлен на реализацию главной цели: обосновать на теоретическом уровне и проверить методом эксперимента модель психолого-педагогической коррекции самооценки младших школьников с ЗПР.

Целевой блок.

Цель: изучить теоретические аспекты и реализовать модель психолого-педагогической коррекции самооценки младших школьников с ЗПР.

Теоретический блок.

Цель: изучить теоретические аспекты проблемы психологопедагогической коррекции самооценки младших школьников с ЗПР, осуществить моделирование, рассмотреть различные методики изучения самооценки младших школьников с ЗПР, подобрать наиболее необходимые для исследования.

Методы: анализ литературы по проблеме исследования, синтез, сравнение, обобщение, целеполагание, моделирование.

Диагностический блок.

Цель: организовать исследование самооценки младших школьников с ЗПР с помощью следующих методик:

- 1) «Лесенка» (автор В. Щур);
- 2) «Нарисуй себя» (автор А.М. Прихожан, З.Василяускайте); 3)

Методика исследования самооценки Дембо-Рубинштейн (авторы Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн).

Методы: констатирующий эксперимент, тестирование.

Коррекционный блок.

Цель: организовать и провести психолого-педагогическую коррекцию самооценки младших школьников с ЗПР благодаря изменению поведения детей с помощью научения их рефлексии и анализу.

Методы: беседа, лекция, тренинг, игра.

Задачи программы:

1. Развитие адекватного выражения своего эмоционального состояния, понимание эмоционального состояния других.
2. Формирование более осознанного восприятия собственного «Я», своих достоинств и недостатков.
3. Развитие произвольной регуляции поведения.
4. Формирование интереса к саморазвитию.
5. Обучение приемам самостоятельной помощи.
6. Повышение уровня групповой сплоченности.
7. Воспитание позитивного отношения к людям.

Аналитический блок.

Цель: провести повторную диагностику, проанализировать и обработать полученные результаты с помощью Критерия Т-Вилкоксона.

Методы: формирующий эксперимент, Т-критерий Вилкоксона, тестирование

Результативный блок.

Цель: коррекция самооценки младших школьников с ЗПР, составление рекомендаций родителям и педагогам.

Таким образом, структура разработанной модели определена целевым, диагностическим, коррекционным, аналитическим и результативным блоками, отражающими основные этапы психологопедагогической коррекции самооценки младших школьников с ЗПР.

Выводы по первой главе

При анализе психолого-педагогической литературы мы сумели выявить множество различных определений понятия «самооценка» русских

и зарубежных авторов, которые по-разному трактуют это понятие, исходя из выделенных конкретным автором особенностей. Однако многие авторы сходятся в том, что самооценка является структурным образованием самосознания личности, что именно она в качестве итогового результата рефлексии собственного «Я» помогает проанализировать, насколько реальное поведение того или иного человека соответствует его желания, принципам и идеалам. Поэтому можно сказать, что самооценка в своей основе – это компонент самосознания человека, включающий знание о себе и оценку собственных нравственных качеств, поступков и способностей.

Также из анализа научной литературы мы узнали, что младшие школьники с ЗПР в сравнении со своими нормально развивающимися сверстниками обладают неадекватной и неустойчивой самооценкой, которая чаще всего мешает обучению, воспитанию, развитию и – шире – формированию полноценного члена общества, целостной личности.

Для более наглядного представления логики исследования и осуществления его на высоком методологическом уровне мы, разрабатывая модель коррекционной работы, применили системный подход к процессу целеполагания и использовали метод «дерево целей».

Также в разработанной модели психолого-педагогической коррекции, состоящей из целевого, диагностического, коррекционного, аналитического и результативного блоков, отражено то, что работа с младшими школьниками должна строиться поэтапно, в форме групповых занятий, посредством различных методов, на основе определенных принципов.

## **ГЛАВА 2 ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ САМООЦЕНКИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ЗПР**

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



Исследование велось согласно последующим шагам:

1. Поисково-подготовительный период: изучение исследования проблем. Исследование психолого-педагогической литературы, изучающей самооценку младших школьников с задержкой психического развития. Конструирование рабочей гипотезы, задач, целей и подбор методики для проведения констатирующего эксперимента.

2. Опытно-экспериментальный этап: проведение констатирующего эксперимента, обработка его результатов. Психодиагностика испытуемых проводилась по следующим методикам «Лесенка» (В. Щур), «Нарисуй себя» (А.М. Прихожан, З. Василюскайте), методика исследования самооценки, автор Дембо-Рубинштейн. Именно эти формы работы являются понятными для детей, а значит и максимально точными в интерпретации. Полученные результаты были обработаны и представленные в виде диаграмм и таблиц, после чего был проведен формирующий эксперимент.

3. Контрольно-обобщающий этап: проведение повторного анализа результатов, подведение выводов, проверка гипотезы. Коррекционная работа для исправления самооценки младших школьников с задержкой психического развития и психолого-педагогические рекомендации родителям и преподавателям были составлены на основе полученных результатов.

Тесты, то есть методы и методики, позволяющие исследователю давать количественную квалификацию изучаемому явлению, а также различные приемы качественной диагностики, при помощи которых выявляются, различные уровни формирования психологических свойств и характеристик младших школьников относятся к диагностическим исследовательским методам [27, с. 141].

Теоретические: широкий анализ психолого-педагогической литературы по проблеме, исследование, целеполагание, моделирование, обобщение.

Эмпирические: констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование по следующим методикам «Лесенка» (В. Щур), «Нарисуй себя» (А.М. Прихожан, З. Василюскайте), методика исследования самооценки, автор Дембо-Рубинштейн.

Математико-статистический: Т-критерий Вилкоксона.

Определим использованные методы и методики исследования.

Анализ литературы является «методом научного исследования, предполагающим процедуру мысленного или реального разделения целого на составные логические доли, выполняемые в процессе познания или предметно-практической работы». Подвергаются анализу основные определения, условия и методики проведения эксперимента, различные точки зрения отечественных и зарубежных ученых на рассматриваемую проблему [27, с. 113].

Моделирование – это «создание и изучение моделей в действительности существующих объектов, явлений или процессов для разъяснения этих явлений, а также для прогнозов явлений, интересующих исследователя» [27, с. 147].

Эксперимент – это «метод научного познания, психологического исследования в частности. Это полное вмешательство в ситуацию со стороны изыскателей, проводящих систематическое манипулирование одной или нескольких переменных и проверить, связанных с переменами в поведении исследуемого объекта» [27, с. 31].

Квалифицированное проведение диагностического обследования требует от исследователя не только владения как материалом и инструкцией применяемой тестовой методики, так и способами научного анализа, полной профессионально-психологической подготовки [27, с.

136].

Тестирование – «метод психолого-педагогической диагностики, использующий стандартизированные задания, направленные на измерение актуального уровня знаний, навыков, умений и способностей исследуемых. Личностные тесты – психодиагностические методы, используемые с целью изучения различных сторон личности школьника: установки, мотивы и ценности. Обычно личностные тесты используются в форме шкал и анкет либо тестов, действующих по ситуации, предполагающих оценку или перцептивную деятельность» [27, с. 115-129].

В текущем исследовании были применены тесты личности, основной целью которых является изучение различных аспектов индивидуального развития, в нашей работе – уровня самооценки. Тесты были как образные и словесные, так и сочетающие образность и словесность, которые были направлены не на быстроту, а на результат. Количество школьников в разных психодиагностических методиках колебалось (могло быть как индивидуальным, так и небольшой группой). Таким образом, этот метод исследования подобран для проведения методик исследования.

Тестовой методикой исследования самооценки младших школьников с задержкой психического развития являлась методика «Лесенка» (авторы Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн, адаптация В.Г. Щур). Она предполагает собою проективный рисуночный тест, в ходе которого ребенку необходимо нарисовать себя на лестнице из семи ступеней там, где ему хочется.

Цель этой методики узнать, как ребенок оценивает самого себя, как его, по его собственному мнению, оценивают другие люди, найти соотношение таких представлений между собой.

Методика имеет два способа исследования: индивидуальный и групповой. Методика индивидуальной работы с ребенком предполагает открытость, атмосферу доверия и доброжелательность. Она позволяет выявить заниженную, завышенную или адекватную самооценку, а также

познакомиться с прочими качествами ребенка. Именно эта методика позволяет определить взаимоотношения в детском коллективе.

Целью методики исследования самооценки, разработанной Дембо-Рубинштейном, является выявление уровня самооценки по заранее заданным качествам личности; выбор тех или иных качеств личности, установленных с помощью других методов трудностей в общении. Методика имеет как групповой, так и индивидуальный вид исследования.

При индивидуальной работе с ребенком нужно проверить, как каждый школьник заполнил первую шкалу, проверяется и правильность заполнения значков. После ребенок способен работать самостоятельно.

Методика помогает выявить личностные качества и способности, такие как характер, здоровье общительность.

Рассмотри следующую методику исследования эмоционально-ценностного отношения ребенка к себе – «Нарисуй себя» (А.М. Прихожан, З. Василюскайте).

Целью методики является раскрытие эмоционально-ценностного отношения ребенка к себе. Она может проводиться как индивидуально, так и фронтально.

Перед каждым рисунком испытуемому дается инструкция к выполнению задания, следовательно, при фронтальном проведении младшие школьники переходят к выполнению следующего рисунка только коллективно.

С полным описанием методик можно ознакомиться в приложении 1.

В данном исследовании критерием математического анализа был выбран Т-критерий Вилкоксона. Этот критерий относится к ранговым, так как расчет основывается на присвоенных экспериментально полученным данным рангах. Критерий Вилкоксона необходим для сравнения двух рядов данных, проявляющихся в качестве непрерывно возрастающих функций и неподчиняющиеся закону нормального распределения. Однако

сравнивается интенсивность и возрастание данных, а не сами данные. К тому же этот критерий может служить для оценки изменений, которые произошли в группе испытуемых под воздействием сильных факторов. В данной работе выбор критерия Вилкоксона обусловлен необходимостью подтвердить наличие изменений уровня самооценки в группе младших школьников с задержкой психического развития после проведения необходимой коррекции, и оценить их направленность и интенсивность [55, с. 17].

Нами были обозначены следующие этапы и исследования:

1) поисково-подготовительный, направленный на анализ

психолого-педагогической литературы, подбор методик для исследования;

2) опытно-экспериментальный, заключающийся в проведении констатирующего эксперимента, обработке его результатов, проведении формирующего эксперимента и проверке изменений при помощи математической статистики;

3) контрольно-обобщающий, в ходе которого нами были проанализированы результаты диагностики, сформулированы выводы и психолого-педагогические рекомендации по коррекции самооценки.

Кроме того, были описаны все методы исследования: анализ литературы, моделирование, обобщение, целеполагание, тестирование, констатирующий эксперимент и формирующий эксперимент. Нами были представлены описанные методики исследования: методика «Лесенка» (В. Щур), методика исследования самооценки (Дембо- Рубинштейн), методика «Нарисуй себя» (А.М. Прихожан, З. Василюскайте). Также нами был описан метод математической статистики – Т-критерий Вилкоксона, созданный для сравнения различий между двумя выборками. Так как мы подробно расписали все методы и методики исследования, можно

переходить к следующему параграфу, в котором уже непосредственно описывается выборка исследования и проводится анализ констатирующего эксперимента.

Рассмотренные методы и методики дадут возможность достичь поставленных целей в исследовании самооценки младших школьников с задержкой психического развития.

## 2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего исследования

Исследование проходило на базе МАОУ СОШ №2 Оренбургская область поселка Светлый. МАОУ СОШ №2 реализует образовательные программы начального общего образования, основного общего образования, среднего (полного) общего образования, а также специального (коррекционного) образования для детей с задержкой психического развития. Коррекционно-развивающее обучение в школе № 115 осуществляется по специальным программам, утвержденным Министерством образования и науки Российской Федерации для учащихся, имеющих отклонения в физическом и психическом развитии. В частности, в МОУ № 115 открыты классы VII вида (для детей с задержкой психического развития).

В исследовании приняли участие 14 детей в возрасте 8 лет, обучающиеся во 2 «Б» классе. Среди испытуемых 9 девочек и 5 мальчиков с диагнозом ЗПР. Уровень интеллектуального потенциала учащихся класса по общим результатам соответствуют показателям немного ниже среднего значения возрастной группы. Некоторые исследуемые испытывают проблемы в эмоционально-волевой, мотивационной и коммуникативной сферах. Можно предположить, что результаты социальной адаптированности у учащихся могут находиться в зоне неопределенности

(как высокие, так и низкие). С детьми необходимо проводить как групповую, так индивидуальную коррекцию.

Несмотря на стеснительность, пассивность и молчаливость некоторых младших школьников, основная масса испытуемых без проблем шла на контакт. Отношение участников к психологу-исследователю и своему участию в исследовании было довольно неоднозначным: кто-то замолчал, как только услышал о предложенном занятии, кто-то не отреагировал вовсе, но несколько человек все же проявили активность и готовность работать. Пока длилось занятие младшие школьники вели себя спокойно, однако складывалось ощущение тревожности с их стороны. По успеваемости класс находится на среднем уровне.

Общий эмоциональный фон класса довольно спокойный, можно сказать ровный. Поведение в классе гармоничное, однако нет сплоченности коллектива из-за недостаточно развитой самокритики из-за которой ребятам бывает трудно оценить свои возможности. Мальчики и девочки в этом классе стараются не вступать в контакт друг с другом, однако нужно сказать, что это явление носит демонстративный характер: при выполнении общих работ мальчики и девочки взаимодействуют довольно успешно. Класс принимает активное участие во внеклассных и школьных мероприятиях.

В ходе первого этапа эксперимента необходимо было выяснить уровень самооценки исследуемых. С данными этого исследования, которое проводилось по методике «Лесенка» можно ознакомиться в приложении 2 (таблица 1), результаты их представлены на рисунке 3.

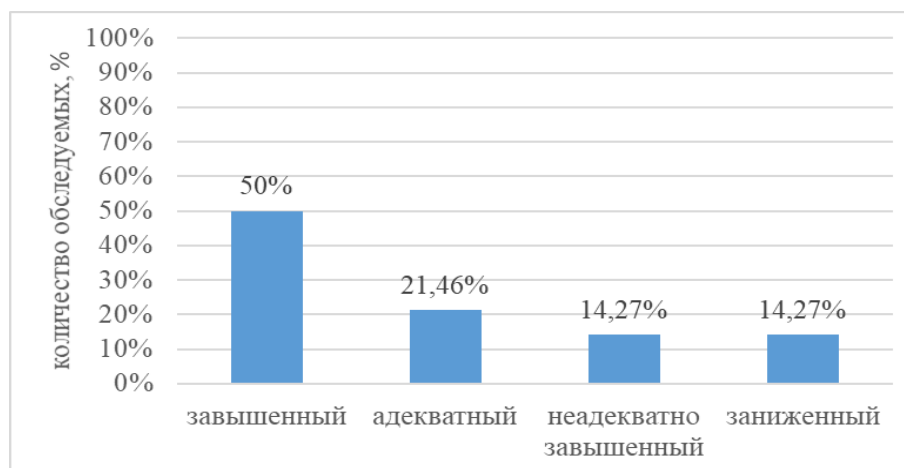


Рисунок 3 – Распределение результатов диагностики уровня самооценки у младших школьников с ЗПР по методике «Лесенка» В.Г. Щур

Проанализировав полученные результаты, можно увидеть, что завышенной самооценкой обладают 7 человек (50%), адекватной – 3 человека (21,46%), заниженной – 2 человека (14,27%), а неадекватно завышенной самооценкой наблюдается у 2 человек (14,27%). Детям, обладающим завышенной (7 человек) и неадекватно завышенной (2 человека) самооценкой, свойственно идеализировать себя, свои возможности и свою значимость, они часто не способны признать свои ошибки, им свойственна лень. Младшие школьники, имеющие заниженную самооценку (2 человека), свойственна неуверенность в себе, слабость в достижении цели в различных сферах жизни, пассивность. Все младшие школьники, имеющие неадекватную самооценку, находятся в ситуации школьной дезадаптации, которая проявляется комплексе факторов, негативно влияющих на школьника. Младшие школьники с адекватной самооценкой (3 человека) имеют положительное отношение к себе и школе, то есть они хорошо социализированы.

В ходе второго этапа эксперимента даны количественные характеристики уровня притязаний и самооценки по методике ДембоРубинштейна представленные в приложении 2 (таблица 2) и на рисунке 4.



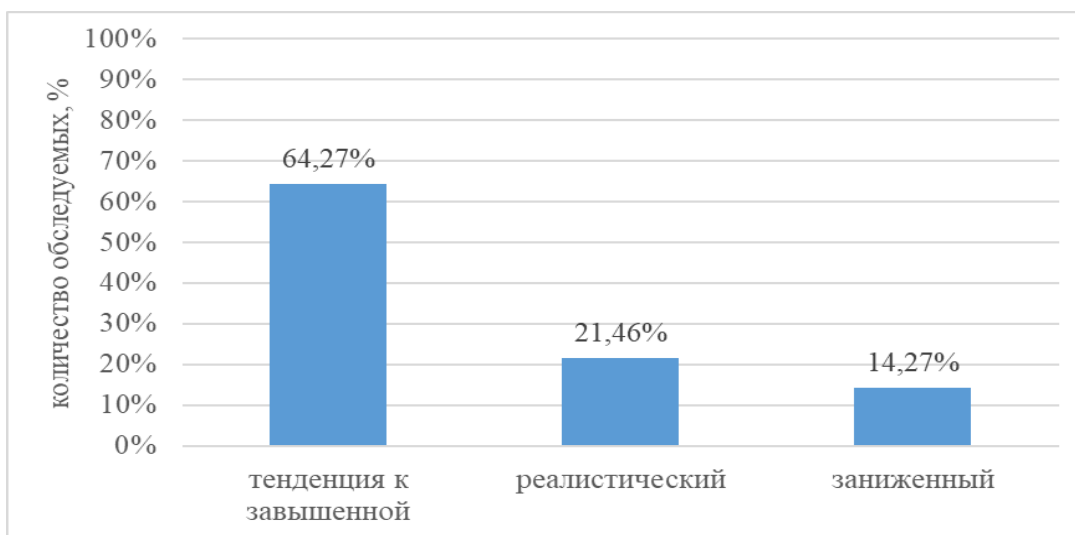


Рисунок 4 – Распределение результатов диагностики уровня самооценки у младших школьников с ЗПР по методике Дембо-Рубинштейна

Таким образом, проанализировав результаты, можно сделать следующие выводы: низкий уровень самооценки в ходе проведения данной методики был выявлен у 2 человек (14,27%), средний уровень – у 3 человек (21,46%); высокий – у 9 человек (75%).

В ходе третьего этапа эксперимента была проведена методика «Нарисуй себя», результаты которой представлены в приложении 2 (таблица 3) и на рисунке 5.

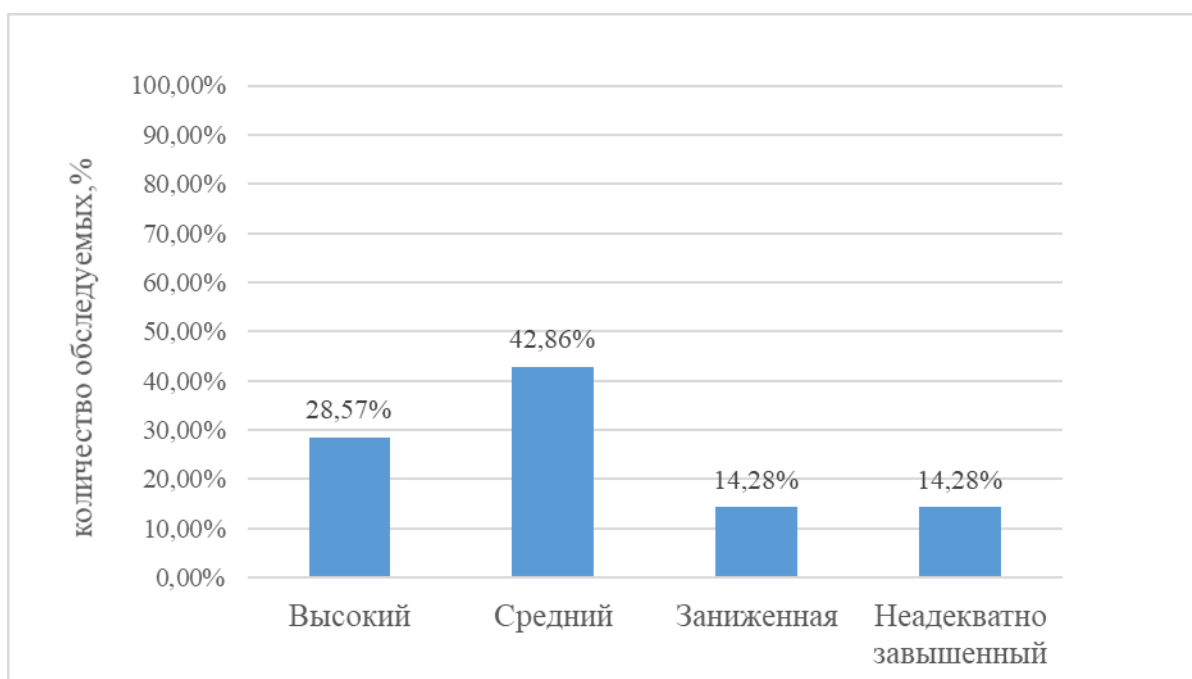


Рисунок 5 – Распределение результатов диагностики уровня самооценки у младших школьников с ЗПР по методике «Нарисуй себя» А.М. Прихожан, З. Василюскайте

Проанализировав таблицу, можно сделать выводы, что у 4 детей (28,57%) наблюдается высокая самооценка, а у 2 детей (14,28%) неадекватно завышенная: все младшие школьники тщательно прорисовали свои портреты, при рисовании ими использовались «хорошие» цвета, что говорит о положительном отношении к себе, их автопортреты были значительно больше по сравнению с другими детьми.

У 6 детей (42,86%) наблюдается адекватная самооценка, так как их автопортреты точно такого же размера, как и портрет «хорошего мальчика», что указывает на желание быть хорошим, положительным, 2 ребенка (14,28%) имеют низкую самооценку: размеры их автопортретов меньше, чем портреты предыдущих детей, при рисовании были использованы цвета «плохого мальчика», что указывает на негативное отношение ребенка к себе, проявление конфликта с собой, неуверенность.

Таким образом, подводя итог всему вышесказанному, можно сделать вывод, что у младших школьников с задержкой психического развития могут наблюдаться все виды самооценки, однако преобладающей является завышенная, что говорит о невозможности детей оценивать свои качества и способности из-за недостаточной сформированности когнитивного компонента самооценки. Ученики со средней самооценкой могут реально оценивать свои возможности и способности, ставить перед собой вполне выполнимые цели.

Неадекватная самооценка является сигналом о необходимой коррекции не только родителям, но и педагогам, что поможет ребенку в будущем ребенку развиваться более гармонично. Все это говорит о необходимости проведения работы по коррекции самооценки у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития.

В главе 3 будет представлена разработанная нами программа коррекции самооценки младших школьников с задержкой психического развития.

#### Выводы по второй главе

Опытно-экспериментальное исследование по изучению и коррекции самооценки младших школьников с задержкой психического развития проводилось на базе МАОУ СОШ №2 Оренбургской области, поселок Светлый. В исследовании принимали участие 14 детей в возрасте 8 лет. Исследование проводилось в три этапа – констатирующий, формирующий и контрольный.

В качестве методик исследования самооценки младших школьников с задержкой психического развития использовались: «Лесенка» (В. Щур), методика исследования самооценки, автор Дембо-Рубинштейн, «Нарисуй себя» (А.М. Прихожан, З. Василюскайте).

При обобщении результатов по всем методикам мы получили следующие данные: у 50% детей (7 человек) высокая самооценка, у 14,27% детей (2 человека) неадекватно завышенная, у 21,46% (3 человека) заниженная самооценка, у 14,27% (2 человека) адекватная самооценка.

Таким образом, подводя итог всему вышесказанному, можно сделать вывод, что у младших школьников с ЗПР могут наблюдаться все виды самооценки, однако преобладающей является завышенная (неадекватная), что говорит о невозможности младших школьников оценивать свои качества и способности из-за недостаточной сформированности когнитивного компонента самооценки. Все это говорит о необходимости проведения работы по коррекции самооценки у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития.

### **ГЛАВА 3 ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ САМООЦЕНКИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ЗПР 3.1**

Программа психолого-педагогической коррекции самооценки младших школьников с ЗПР

В основе нашей работы мы использовали программу М.Н. Пономаревой «Психолого-педагогическая коррекция самооценки младших школьников с ЗПР», в то время как вся коррекционно-развивающая работа была построена на основе работ следующих авторов: А.Н. Парфенова «Развитие социальной уверенности» [50], О. Хухлаева, О. Хухлаев, И. Первушина «Маленькие игры в большое счастье» [70]; К. Фопель «Энергия Паузы. Психологические игры и упражнения» [69].

Программа разработана на основе модели, которая представляет собой комплекс целевого, диагностического, коррекционного, аналитического и результативного блоков.

Цель программы: психолого-педагогическая коррекция самооценки младших школьников с ЗПР, где рефлексия и анализ станут основными рычагами изменения поведения.

Задачи программы:

1. Формирование осознанного восприятия своего «я», своих достоинств и недостатков.
2. Развитие умения адекватно выражать свои эмоции, стремление к пониманию чужих эмоций.
3. Развитие произвольной регуляции поведения.
4. Формирование интереса к саморазвитию.
5. Повышение уровня групповой сплоченности.
6. Воспитание позитивного отношения к людям.
7. Обучение приемам самопомощи.

Форма программы: программа предназначена для группы 14 человек младшего школьного возраста (пол неважен). Занятие включает такие методы и методики работы, как игра, беседа, изотерапия, психогимнастика, сказкотерапия.

Программа рассчитана на 8 занятий, продолжительность которых составляет 40 минут.

Структура занятия: I.

Вводная часть:

1. Приветствие (3-4 минуты);
2. Разминка (5 минут).

II. Основная часть: ряд упражнений, подчиненных цели занятия (20 минут).

III. Завершение:

1. Релаксация (3-4 минуты);
2. Рефлексия (4-5 минут);
3. Ритуал прощания (3-4 минуты).

Занятие 1. «Как мне услышать себя?»

Цель: знакомство с группой, расширение знаний участников о себе.

Ход занятия:

I. Вводная часть:

1. Слово ведущего.

Цель: знакомство, рассказ о целях занятий, настрой на работу в группе.

2. Посвящение в правила группы.

Цель: фиксация правил группы.

3. Приветствие.

Цель: создание положительного настроения, сплочение группы, формирование чувства близости младших школьников друг с другом.

4. Разминка «Смена ритмов».

Цель: снять мышечное напряжение, помочь участникам включиться в общий ритм занятия.

II. Основная часть:

1. Упражнение «Слушай себя».

Цель: развитие навыка обращения внимания на свои чувства, эмоции, на себя в целом.

2. Упражнение «Ладони».

Цель: нахождение своих лучших качеств.

3. Упражнение «Рисуем себя».

Цель: рефлексия.

III. Завершение:

1. Релаксация. Упражнение «Зарядись солнышком».

Цель: развитие желания делиться своим настроением и эмоциями с другими членами группы, поддержание позитивного настроения.

2. Рефлексия. Упражнение «Сказочные дома»

Цель: обучение понимать свои чувства, делиться или, выражать их.

3. Ритуал прощания. Упражнение «Аплодисменты».

Цель: развитие самоуважения.

Занятие 2. «Другие и я»

Цель: создание доверительной атмосферы принятия каждого, положительного эмоционального настроения.

Ход занятия:

I. Вводная часть:

1. Приветствие.

Цель: создание положительного настроения, сплочение группы, формирование чувства близости детей друг с другом.

2. Разминка «Ревущий мотор»

Цель: снять мышечное напряжение, помочь участникам включиться в общий ритм занятия.

II. Основная часть:

1. Упражнение «Как расселить людей в доме?»

Цель: обучение детей видеть положительное в себе и в окружающих.

2. Упражнение «Превращения».

Цель: развитие умения ставить себя на место другого.

3. Упражнение «Поймай мяч».

Цель: рефлексия.

III. Завершение:

1. Релаксация. Упражнение «У костра».

Цель: развитие желания делиться своим настроением и эмоциями с другими членами группы, поддержание позитивного настроения.

2. Рефлексия. Упражнение «Сказочные дома».

Цель: обучение понимать свои чувства, делиться или, выражать их.

3. Ритуал прощания. Упражнение «Аплодисменты».

Цель: развитие самоуважения.

Занятие 3. «Чем же я отличаюсь от других?»

Цель: осознание уникальности личности каждого человека, его ценности.

Ход занятия:

I. Вводная часть:

1. Приветствие.

Цель: создание положительного настроения, сплочение группы, формирование чувства близости детей друг с другом.

2. Разминка «Корабль и ветер».

Цель: помочь детям включиться в общую работу.

II. Основная часть:

1. Игра «Ласковое имя».

Цель: помочь участникам осмыслить важность каждого члена группы.

2. Игра «Свет мой, зеркальце, скажи...»

Цель: научиться правильно оценивать других, выделять в них индивидуальные качества, высказывать свое мнение о других детях, а также верно оценивать самого себя.

3. Упражнение «Похожие и разные».

Цель: демонстрация индивидуальных особенностей каждого.

III. Завершение:

1. Релаксация. Упражнение «Бабочка».

Цель: развитие желания делиться своим настроением и эмоциями с другими членами группы, поддержание позитивного настроения.

2. Рефлексия. Упражнение «Сказочные дома».

Цель: обучение понимать свои чувства, делиться или, выражать их.

3. Ритуал прощания. Упражнение «Аплодисменты».

Цель: развитие самоуважения.

Занятие 4. «Во мне и свет, и тень»

Цель: формирование представления о том, что в человеке одновременно сосуществуют и положительные, и отрицательные качества, обучение младших школьников определять достоинства и недостатки как других людей, так и свои собственные, обучение пониманию причин поступков.

Ход занятия:

I. Вводная часть:



1. Приветствие.

Цель: создание положительного настроения, сплочение группы, формирование чувства близости детей друг с другом.

2. Разминка. Игра «Гусеница».

Цель: способствовать сплочению коллектива.

II. Основная часть:

1. Игра «Темные и светлые мешочки».

Цель: закрепление знаний об отрицательных и положительных чертах.

2. Игра «Мои плюсы и минусы».

Цель: развитие самоанализа и рефлексии, воспитание умения объективно оценивать свои достижения, промахи и успехи.

3. Постановка этюдов, отображающих положительные и отрицательные качества человека.

Цель: формирование у детей моральных представлений, коррекция поведения и нежелательных черт характера.

III. Завершение:

1. Релаксация. Упражнение «На берегу моря».

Цель: развитие желания делиться своим настроением и эмоциями с другими членами группы, поддержание позитивного настроения.

2. Рефлексия. Упражнение «Сказочные дома».

Цель: обучение понимать свои чувства, делиться или, выражать их.

3. Ритуал прощания. Упражнение «Аплодисменты».

Цель: развитие самоуважения.

Занятие 5. «Посмотрите на меня!»

Цель: удовлетворение детей в признании, формирование самосознания.

Ход занятия:

I. Вводная часть:

1. Приветствие.

Цель: создание положительного настроения, сплочение группы, формирование чувства близости детей друг с другом.

2. Разминка. Игра «Доброе животное».

Цель: способствовать сплочению коллектива, научить детей оказывать поддержку, помочь в понимании чувств других членов коллектива.

II. Основная часть:

1. Упражнение «Гадкий утенок».

Цель: коррекция самооценки, формирование моральных представлений.

2. Упражнение «Я умею...».

Цель: укрепление уверенности в себе, осознанное выражение своих мыслей и желаний.

3. Упражнение «Цыганка».

Цель: обращение внимания на положительные стороны «Я» участников группы.

III. Завершение:

1. Релаксация. Упражнение «На лесной поляне».

Цель: развитие желания делиться своим настроением и эмоциями с другими членами группы, поддержание хорошего настроения.

2. Рефлексия. Упражнение «Сказочные дома».

Цель: обучение понимать свои чувства, делиться или, выражать их.

3. Ритуал прощания. Упражнение «Аплодисменты».

Цель: развитие самоуважения.

Занятие 6. «Как подружить «хочу» и «могу»?»

Цель: развитие способности оценивать свои желания и возможности, формирование адекватной самооценки.

Ход занятия:

I. Вводная часть:

1. Приветствие.

Цель: создание положительного настроения, сплочение группы, формирование чувства близости детей друг с другом.

2. Разминка. Игра «Тропинка».

Цель: развитие организованности и дисциплинированности детей.

II. Основная часть:

1. Чтение сказки В.П. Катаева «Цветик-семицветик».

Цель: устремление детей к их заветным желаниям.

2. Игра «Цветик-семицветик».

Цель: подтолкнуть участников к анализу собственных желаний.

3. Упражнение «Все равно ты молодец, потому что...».

Цель: формирование адекватной самооценки.

III. Завершение:

1. Релаксация. Упражнение «Цветок».

Цель: развитие желания делиться своим настроением и эмоциями с другими членами группы, поддержание хорошего настроения.

2. Рефлексия. Упражнение «Сказочные дома».

Цель: обучение понимать свои чувства, делиться или, выражать их.

3. Ритуал прощания. Упражнение «Аплодисменты».

Цель: развитие самоуважения.

Занятие 7. «Как добиться успеха?»

Цель: развитие чувства уверенности в себе и собственных силах, актуализация потенциала каждого участника группы.

Ход занятия:

I. Вводная часть:

1. Приветствие.

Цель: создание положительного настроения, сплочение группы, формирование чувства близости детей друг с другом.

2. Разминка. Упражнение «Путаница».

Цель: научить справляться детей с препятствиями.

II. Основная часть:

1. Чтение русской народной сказки «Маленькая рыбка».

Цель: развитие уверенности в себе, в своих собственных силах.

2. Упражнение «Я – сильный, Я – слабый». Цель: способствование развитию «позитивных мыслей»

3. Упражнение «Препятствие».

Цель: развитие умения преодолевать трудности.

4. Упражнение «Как мы боремся с трудностями»

Цель: проработка способов борьбы с личными трудностями каждого.

III. Завершение:

1. Рефлексия. Упражнение «Сказочные дома».

Цель: обучение понимать свои чувства, делиться или, выражать их.

2. Ритуал прощания. Упражнение «Аплодисменты».

Цель: развитие самоуважения.

Занятие 8. «Сказочное превращение»

Цель: подведение итогов проделанной работы, закрепление полученных навыков.

Ход занятия:

I. Вводная часть:

1. Приветствие.

Цель: создание положительного настроения, сплочение группы, формирование чувства близости детей друг с другом.

2. Разминка. Упражнение «Счет».

Цель: сплочение участников группы, мышечное и эмоциональное расслабление.

II. Основная часть:

1. Чтение притчи о воробье с завышенной самооценкой.

Цель: коррекция завышенной самооценки.

2. Упражнение «Комплименты».

Цель: развитие умения находить в других положительные черты.

3. Упражнение «Чемодан в дорогу».

Цель: Создание мотивации для дальнейшей работы над собой.

III. Завершение:

1. Упражнение «Я в будущем»

Цель: формирование позитивных жизненных стремлений и целей

2. Рефлексия. Упражнение «Сказочные дома».

Цель: обучение понимать свои чувства, делиться или, выражать их.

3. Ритуал прощания. Упражнение «Аплодисменты».

Цель: развитие самоуважения.

Более подробно программа коррекции представлена в приложении 3.

Таким образом, разработанная нами программа, позволит повысить уверенность ребенка в собственных силах, повысить уровень в сфере взаимоотношений благодаря корректировке поведенческих реакций и познавательной деятельности, что приведет к повышению мотивации к учебе, за чем последует более быстрые реакции на принятие и переработку информации.

### 3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования

Как только была проведена программа по психолого-педагогической коррекции в школе, необходимо провести анализ проделанной работы, то есть: выявить ее эффективность, сильные и слабые стороны, рассмотреть динамику коррекционного процесса, и, как следствие, определить в отношении каких параметров коррекция вела себя наиболее и наименее эффективно. В этом параграфе представлены результаты повторной диагностики детей после проведения психолого-педагогической коррекции.

Полученные данные при проведении диагностики по методике «Лесенка» можно увидеть в приложении 4 (таблица 1) и на рисунке 6.

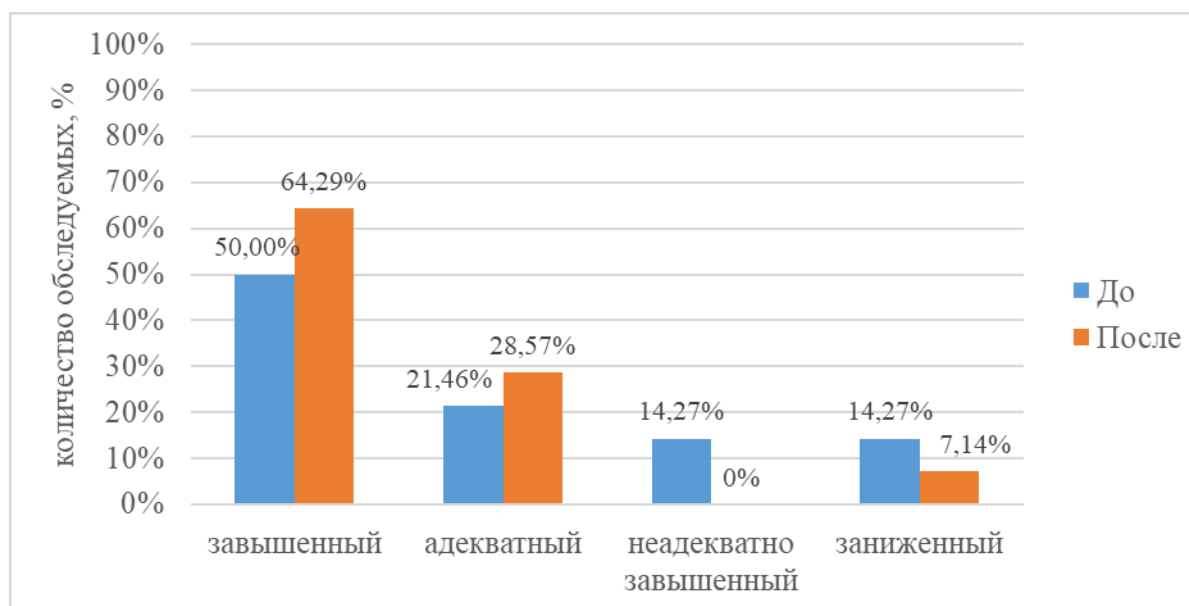


Рисунок 6 – Распределение результатов диагностики уровня самооценки у младших школьников с ЗПР по методике «Лесенка» В. Г. Щур до и после формирующего эксперимента

Проанализировав результаты исследования, можно сделать вывод, что детей с неадекватно завышенной самооценкой выявлено не было, однако уровень детей, имеющих высокую самооценку, вырос и составляет теперь 9 человек (64,29%), так как сюда перешли младшие школьники, имевшие ранее неадекватно завышенную самооценку. Они до сих пор ставят себя на первую ступень, однако тщательно продумывают свой выбор, называя при

этом некоторые свои недостатки. Адекватной самооценкой теперь обладают 4 человека (28,57%). Эти младшие школьники хорошо знают свои достоинства и недостатки. Заниженной самооценкой обладает 1 человек (7,14%), ему присущи конфликты и напряженное отношение с другими членами группы.

Результаты повторной диагностики по методике Дембо-Рубинштейна представлены в приложении 4 (таблица 2) и на рисунке 7.

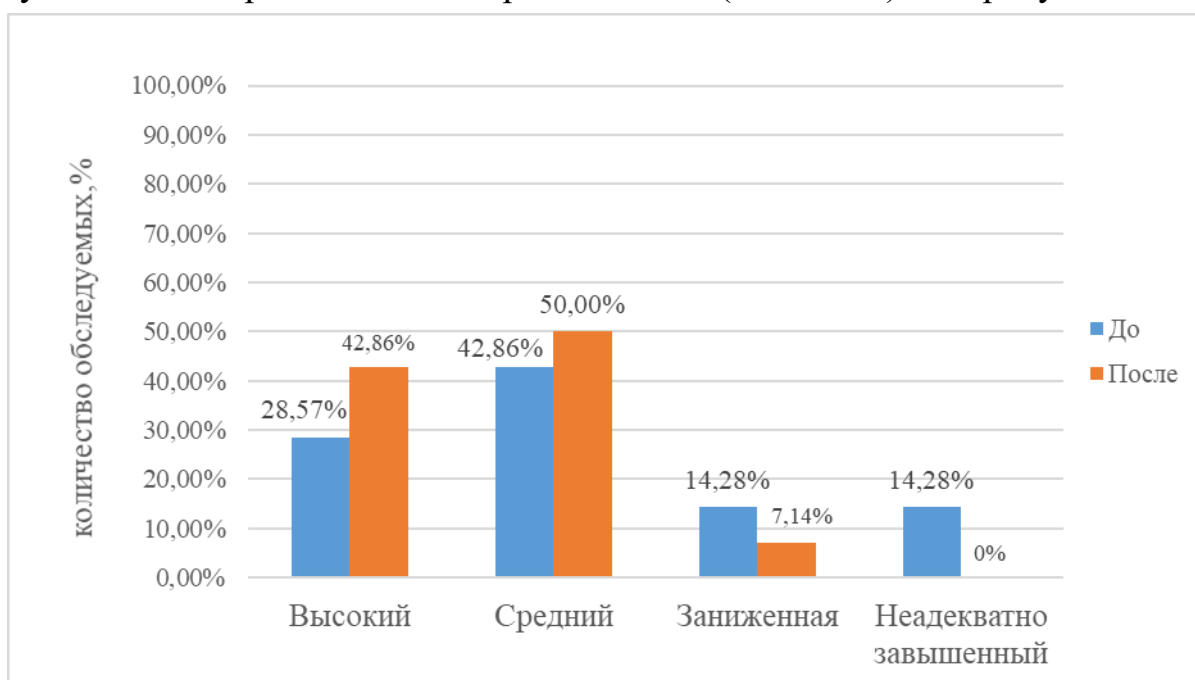


Рисунок 7 – Распределение результатов диагностики уровня самооценки у младших школьников с ЗПР по методике Дембо-Рубинштейна до и после формирующего эксперимента

После рассмотрения результатов исследования можно сделать вывод о том, что теперь тенденцией к завышенной самооценке обладают 4 ребенка (28,57%) вместо 9 (64,27%). В работе он быстрее и увереннее остальных детей справлялись с выполнением задания, а отметка уровня развитости качества, при котором они будут счастливы и уровня, на котором это качество развито сейчас, у них находились на небольшом расстоянии. Реалистическим уровнем самооценки обладают 8 детей (57,16%) вместо 3 (21,46%), выявленных предыдущим тестированием. Эти младшие школьники понимают, что над достижением цели необходимо работать над

собой. Таким образом, можно сделать вывод, что 5 человек перешли в уроне своей самооценки от «тенденции к завышенной» к «реалистической». Количество детей с заниженной самооценкой не изменилось. В отличие от предыдущей диагностики младшие школьники не делали исправление на бланках, а выполнение данного задания не вызывало особых затруднений.

Результаты повторной диагностики по методике «Нарисуй себя» представлены в приложении 4 (таблица 3) и на рисунке 8.

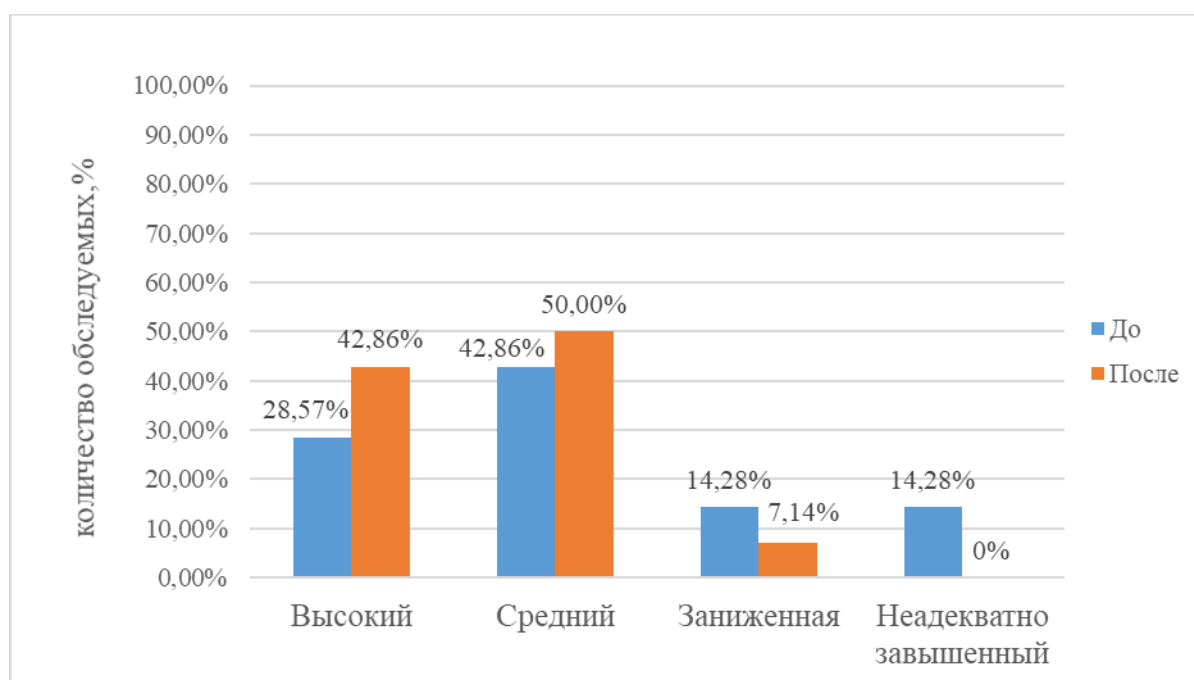


Рисунок 8 – Распределение результатов диагностики уровня самооценки у младших школьников с ЗПР по методике «Нарисуй себя» А.М. Прихожан,

### З. Василяускайте до и после формирующего эксперимента

Проведя анализ результатов, можно заметить, что детей с неадекватно завышенной самооценкой выявлено не было, в уровень детей с высокой самооценкой составляет 6 человек (42,86%), они тщательно прорисовывали свои портреты, используя при этом только «хорошие» цвета, однако их автопортреты были значительно больше портретов, нарисованных другими детьми.

У 7 человек (50,00%) наблюдается адекватная самооценка, так как их автопортреты точно такого же размера, как они используют «хорошие» цвета и их портрет соответствуют портрету «хорошего мальчика», что



указывает на желание быть хорошим, положительным, 1 ребенок (7,14%) имеет низкую самооценку: размеры его автопортрета меньше, чем портреты предыдущих детей, при рисовании были использованы цвета «плохого мальчика», что указывает на негативное отношение ребенка к себе, проявление конфликта с собой, неуверенность.

Для подтверждения того, что изменения, полученные в ходе исследования, не случайны и носят системный характер, нами был применен критерий Вилкоксона (T). Необходимость сопоставления показателей одной и той же выборки измеренных в двух различных условиях обусловили выбор именно этого критерия. Для подсчета этого критерия нет необходимости упорядочивать ряды значений по нарастанию признака. Первый шаг в подсчете T-критерия – вычитание каждого индивидуального значения «до» из значения «после», что видно приложение 4, таблица 8. Так как в матрице имеются связанные ранги (одинаковый ранговый номер) 1-го ряда, произведем их перереформирование. Перереформирование рангов производится без изменения важности ранга, то есть между ранговыми номерами должны сохраниться соответствующие соотношения (больше, меньше или равно). Также не рекомендуется ставить ранг выше 1 и ниже значения равного количеству параметров (в данном случае  $n = 14$ ). Перереформирование рангов производится в приложении 4, таблиц 10.

Из составленной таблицы (приложение 4, таблица 5) мы видим, что нулевых сдвигов: 2. Отрицательный сдвиг: 8.

Из полученной таблицы мы видим, что типичный сдвиг – отрицательный, следовательно, в данном случае  $n=12$ .

Были предположения, что после эксперимента показатели уменьшатся. Лишь в 8 случаях из 14 этот показатель действительно уменьшился. Исходя из этих данных, мы можем сформулировать лишь гипотезу, предполагающую несущественность сдвига этого показателя в сторону увеличения.

$H_0$ : интенсивность сдвигов в сторону повышения уровня самооценки младших школьников с ЗПР не превышает интенсивности сдвигов в сторону ее уменьшения.

$H_1$ : интенсивность сдвигов в сторону повышения уровня самооценки младших школьников с ЗПР превышает интенсивность сдвигов в сторону ее уменьшения.

Сумма по столбцу рангов равна  $\Sigma=78$

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:  $\Sigma r = N*(N+1) / 2$ , где  $N$  – количество испытуемых.

$$\Sigma r = 12*(12+1) / 2 = 78$$

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

Проверим те сдвиги, которые являются нетипичными, в нашем случае – отрицательными. Сумма рангов этих нетипичных сдвигов составляет эмпирическое значение критерия  $T$ :

$$T = \Sigma R_t = 4,5 + 3 + 10 + 12 + 6 + 4,5 + 11 + 8,5 = 59,5$$

Находим критические значения для  $T$ -критерия Вилкоксона для  $n=12$ :

$$T_{кр} = 9 (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр} = 17 (p \leq 0.05)$$

Результат  $T_{эмп} = 59,5$

Критическое значение  $T$  при  $n=12$

Построим ось значимости признака – рисунок 9

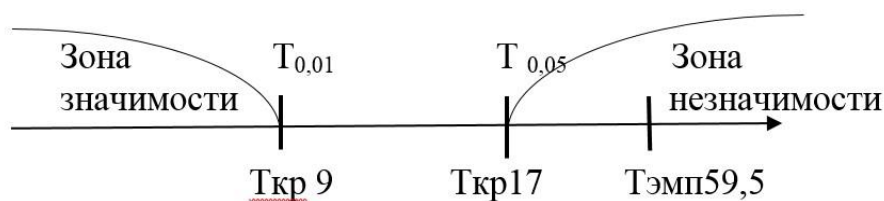


Рисунок 9 – Ось значимости для  $T$ -критерия Вилкоксона

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

В нашем случае эмпирическое значение  $T$  попадает в зону незначимости:  $T_{\text{эмп}} > T_{\text{кр}} (0,05)$ . Таким образом, мы принимаем гипотезу  $H_0$ .

Как видно из предоставленных расчетов, динамика изменений носит эмпирический характер, однако она статистически не значима. Считаем, что ряд факторов повлиял на получение таких результатов. Во-первых, требуется большое количество знания для проведения психологопедагогической коррекции. Из-за ограниченного количества времени (всего 8 занятий) полученные результаты являются неустойчивыми и относительно поверхностными. Во-вторых, требуется наличие большого опыта у специалиста, проводящего коррекционную работу с детьми со сложной структурой дефекта. В-третьих, для изменения уровня самооценки, как сложного личностного образования, должно пройти достаточное количество времени.

Исходя из сделанных выводов ранее, важно продолжать целенаправленную работу по коррекции самооценки у детей младшего школьного возраста с ЗПР.

### 3.3 Практические рекомендации педагогам и родителям по развитию самооценки младших школьников с ЗПР

Именно семье отводится большая роль в воспитании детей с ЗПР большая роль отводится родителям. Негативное отношение к ребенку может сформировать у него неуспешные модели социальнопсихологических отношений в социуме, в то время как положительно отношение может послужить залогом формирования цельной личности. Появление в семье ребенка даже с подобным нарушением,

имеющим благоприятный прогноз в большинстве случаев, является стрессом для всей семьи.

Семья – главный институт социализации ребенка (а в дальнейшем и подростка), в котором ребенок приобретает первый социальный опыт взаимодействия с людьми, а также получает умения и навыки поведения и общения с окружающими [32, с. 140].

Можно смело сказать, что изначально семья является самой важной составляющей в жизни каждого человека. Родители и родственники являются первоначальным кругом общения, в котором существует ребенок после своего появления на свет. Многие психологи считают, что структура личности формируется в первые пять лет жизни, поэтому можно смело заявить, что именно от семьи зависит будущая самооценка ребенка. Во многом из-за этой главной задачи родителей в этот период становится обращение особого внимания на ребенка, чтобы не упустить возможностей для формирования адекватной самооценки. Именно от обращения с ребенком в семье – от его любви или нелюбви, от принятия или не принятия его таким, какой он есть, от заботы или жестокости – от этого и будет формироваться либо правильная адекватная самооценка, либо завышенная или заниженная.

На развитие самооценки влияет и заинтересованность родителей в жизни ребенка. Так, можно выделить три области отношений, которые влияют на ее формирование как необходимые источники связи между родителем и ребенком:

- 1) знание родителями друзей ребенка;
- 2) заинтересованность родителя в учебе ребенка;
- 3) общая беседа за столом.

Взаимоотношения могут служить показателем заинтересованности в благополучии и развитии ребенка.

Для разработки рекомендаций мы пользовались такими трудами как «Методические рекомендации» Л.Г. Петерсон и «По дороге к азбуке» Т.Р. Кисловой.

Таким образом, родителям для коррекции самооценки младших школьников с ЗПР рекомендуется:

1. Ребенку очень важно чувствовать поддержку со стороны семьи, поэтому необходимо давать понять ребенку, что он любим, что родители принимают его таким, какой он есть.

2. Необходимо научить ребенка воспринимать критику. Здесь важен пример родителей, которые сами умеют слушать критику со стороны других, показывая тем самым пример ребенку.

3. Беседовать с детьми и анализировать их поступки, чтобы научить адекватно оценивать свои качества. Именно в этом возрасте (особенно в первом классе) самооценка является завышенной, это связано с тем, что младшие школьники еще не могут самостоятельно критично оценивать себя, поэтому беседы с родителями могут помочь развить это качество.

4. Анализ деятельности ребенка должен строиться с опорой на его положительные качества. Необходимо подчеркивать, что именно благодаря им он достигает хороших результатов в том или ином деле. Также необходимо говорить и о тех качествах, которые не дают ребенку достичь желаемого результата (например, неряшливость или невнимательность), указывая на эти недостатки, необходимо делать замечание тактично, но требовательно.

5. Для формирования адекватной самооценки младшим школьникам необходимы своевременные поощрения и совместная деятельность с родителями. Так, например, возможность оценить свою положительную работу дают совместное чтение сказок и последующее

обсуждение прочитанного, возможность задавать вопросы, делать собственный выбор, совместные игры, посещение различных мероприятий.

После изолированного развития внутри семьи ребенок открывает для себя общество, то есть социум. Представление человека о самом себе во многом зависит от его оценки окружающими, особенно если это оценка коллектива или малой группы: положительное мнение повышает самооценку, в то время как отрицательное ее понижает. Именно так изменяется жизнь ребенка, пришедшего в детский сад и школу. Однако даже в среде сверстников, чья оценка очень важна ребенку, в начальной школе и детском саду наибольший авторитет все еще имеют воспитатели и учителя, которые заменяют ребенку родителей вне дома. Их работа также сильно влияет на самооценку ребенка, поэтому педагогам также необходимо придерживаться некоторых правил в работе с детьми с ЗПР.

Педагогам для коррекции самооценки младших школьников с ЗПР рекомендуется:

1. Индивидуальный подход в образовании.
2. В случае затруднения в выполнении задания ребенку должна быть предоставлена возможность обратиться к педагогу за помощью.
3. Не рекомендуется требовать от ребенка исправление неверного ответа сразу же. Лучше вернуться к вопросу позднее или задать исправление ошибок на дом.
4. Научить ребенка навыкам самоконтроля, объяснить, как управлять своими эмоциями.
5. Обязательно направить ребенка для коррекционной работы к психологу или, при работе в коррекционном классе, пригласить психолога проводить занятие два раза в неделю.

6. Необходимо соблюдать преемственность семейного воспитания: обучить ребенка воспринимать конструктивную критику, анализировать собственные поступки.

7. Необходимо расположение изучаемого материала от простого к сложному, что позволит достичь лучше усвоить материал и добиться ситуации успеха. Задания должны быть небольшие по объему, чтобы их выполнение не занимало много времени; большие упражнения лучше разделить на два-три действия. Упражнения необходимо давать по мере их выполнения.

8. Обязательно использование на уроке наглядных материалов: рисунков, опорных схем, конспектов, таблиц, карт, что позволит активизировать познавательную и речевую деятельность.

9. Использование разнообразных форм работы на уроке, частая смена деятельности, (около 7 форм работы), чтобы избежать переутомления на занятиях.

10. Использование элементов игры на уроках и творческих заданий повысит мотивацию учеников.

11. Не стоит создавать ситуацию внезапного вопроса, так как неудача в ответе может снизить мотивацию к ответу в следующий раз. Необходимо давать время для раздумья.

12. С осторожностью нужно использовать любые ситуации сравнения ребенка с другими одноклассниками, ситуации приравнивания к эталону и, как следствие, соревновательные моменты.

13. Минимизация отвлекающих факторов позволить ребенку заниматься более продуктивно: в зоне поля зрения не должно быть ничего лишнего.

14. Необходимо постоянно поддерживать уверенность ребенка в своих силах, создавать ситуации успеха, которые послужат самораскрытию сил.

Данные рекомендации, по нашему мнению, будут способствовать формированию адекватной самооценки у младших школьников с ЗПР.

#### Выводы по третьей главе

Эта глава была посвящена составлению программы коррекции, анализу её продуктивности и составлению рекомендаций по коррекции самооценки младших школьников с ЗПР родителям и педагогам.

После раскрытия понятия «коррекция» нами была описана программа психолого-педагогической коррекции самооценки младших школьников с ЗПР, содержащая также пояснительную записку, цели и задачи. Программа имеет четкую структуру, к каждому занятию приведены цели и перечислены упражнения, способствующие коррекции.

После проведения повторной диагностики такими же методиками на той же выборке, мы рассмотрели разницу между результатами «до» и «после». Обобщив данные по всем методикам, мы получили следующие данные: у 50% детей (7 человек) наблюдается завышенная самооценка, у 7,14% детей (1 человек) – заниженная, а у 42,86 % детей (6 человек) – адекватная. Результаты исследования показали, что у детей младшего школьного возраста с ЗПР самооценка приблизилась к адекватной, повысился уровень когнитивного компонента, т.е. представлений о своих положительных качествах. Все изменения в уровнях самооценки носят эмпирический характер и не подтвердились математико-статистическим методом. В нашем эксперименте мы принимаем гипотезу  $H_0$ .



По результатам исследования разработаны рекомендации для родителей и педагогов по коррекции самооценки младших школьников с ЗПР, которые позволят скорректировать их самооценку.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Анализ психолого-педагогической литературы, посвященной проблеме исследования, что проблема формирования самооценки у детей младшего школьного возраста с ЗПР является актуальной на сегодняшний день.

Обобщив существующие подходы к исследованию самооценки, мы будем под ней понимать внутреннее самостоятельное оценивание в морально-нравственном ключе поступков, убеждений и мотивов человека, одно из проявлений его самосознания, своеобразная совесть личности.

Изучив научную литературу, мы убедились, что младшие школьники с ЗПР в сравнении со своими нормально развивающимися сверстниками обладают неадекватной и неустойчивой самооценкой, которая чаще всего мешает обучению, воспитанию, развитию и – шире – формированию полноценного члена общества, целостной личности.

Для того чтобы более наглядно представить логику исследования и осуществлять его на более высоком методологическом уровне, мы применили системный подход к процессу целеполагания и использовали метод «дерево целей». На его основе была разработана модель коррекционной работы, которая должна включать такие методики работы с детьми, как игротерапия, арттерапия и психогимнастика, сказкотерапия.

Работа по коррекции самооценки младших школьников с задержкой психического развития должна строиться поэтапно, на основе определенных принципов, в форме групповых занятий, посредством различных методов. Данные положения отражены в разработанной модели психолого-педагогической коррекции самооценки младших школьников с задержкой

психического развития, состоящей из целевого, диагностического, коррекционного, аналитического и результативного блоков. Также в разработанной модели психолого-педагогической коррекции, состоящей из целевого, диагностического, коррекционного, аналитического и результативного блоков, отражено то, что работа с младшими школьниками должна строиться поэтапно, в форме групповых занятий, посредством различных методов, на основе определенных принципов. Также в разработанной модели психолого-педагогической коррекции, состоящей из целевого, диагностического, коррекционного, аналитического и результативного блоков, отражено то, что работа с младшими школьниками должна строиться поэтапно, в форме групповых занятий, посредством различных методов, на основе определенных принципов.

Опытно-экспериментальное исследование по изучению и коррекции самооценки младших школьников с ЗПР проводилось на базе МАОУ ССОШ №2 Оренбургской области, поселок Светлый. В исследовании принимали участие 14 детей в возрасте 8 лет. Исследование проводилось в три этапа: констатирующий, формирующий и контрольный. В качестве методик исследования самооценки младших школьников с ЗПР использовались: «Лесенка» (В. Щур), методика исследования самооценки (Дембо-Рубинштейн), «Нарисуй себя» (А.М. Прихожан, З. Василюскайте). При обобщении результатов по всем методикам мы получили следующие данные: у 50% детей (7 человек) высокая самооценка, у 14,27% детей (2 человека) неадекватно завышенная, у 21,46% (3 человека) заниженная самооценка, у 14,27% (2 человека) адекватная самооценка.

Результаты исследования показали, что у младших школьников с ЗПР могут наблюдаться все виды самооценки, однако преобладающей является завышенная, что говорит о невозможности детей оценивать свои качества и способности из-за недостаточной сформированности когнитивного компонента самооценки. Все это говорит о необходимости проведения

работы по коррекции самооценки у детей младшего школьного возраста с ЗПР.

Для коррекции самооценки была разработана и реализована психолого-педагогическая программа. В процессе разработки программы мы опирались на работы, в которых представлены различные подходы к коррекции самооценки детей. Основные формы работы с младшими школьниками с ЗПР: групповые занятия, включающие такие методы и методики работы, как игра, беседа, изотерапия, психогимнастика, сказкотерапия. Программа рассчитана на 8 занятий, продолжительность которых составляет 40 минут.

На контрольном этапе опытно-экспериментальной работы проведена повторная диагностика уровня самооценки детей младшего школьного возраста с ЗПР. Обобщив данные по всем методикам, мы получили следующие данные: у 50% детей (7 человек) наблюдается завышенная самооценка, у 7,14% детей (1 человек) – заниженная, а у 42,86 % детей (6 человек) – адекватная.

Результаты исследования показали, что у детей младшего школьного возраста с ЗПР самооценка приблизилась к адекватной, повысился уровень когнитивного компонента, т.е. представлений о своих положительных качествах. Все это доказывает эффективность проведенной работы в рамках заявленного эксперимента. Однако, несмотря на положительную динамику в уровнях развития самооценки младших школьников с ЗПР, положительные результаты не нашли подтверждения математикостатистическим методом.

Таким образом, гипотеза исследования доказана эмпирически, цель и задачи полностью реализованы. Можно предположить, что в дальнейшем необходимо увеличить количество занятий по коррекции самооценки у младших школьников с ЗПР, внести изменения в содержание разработанной

программы, скорректировать применяемые методы и формы работы с детьми.

В связи с этим перспективой исследования может быть создание психолого-педагогических условий коррекции самооценки у младших школьников с ЗПР.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абульханова, К. А. Психология и сознание личности [Текст] / К. А. Абульханова. – Москва : МПСИ, 2012. – 78 с.
2. Барышникова, Е. В. Исследование учебной мотивации младших школьников [Текст] / Е. В. Барышникова, О. В. Папенова // «Культура и образование : от теории к практике». – 2016. – № 1. – С. 10-14.
3. Белобрыкина, О. А. Влияние социального окружения на развитие самооценки старших школьников [Текст] / О.А. Белобрыкина // Вопросы психологии. – 2013. – № 4. – С. 31-38.
4. Блинова, Л. Н. Диагностика и коррекция в образовании детей с задержкой психического развития: учеб. пособие. [Текст] / Л. Н. Блинова. – Москва : Изд-во НЦ ЭНАС, 2012. – 136 с.
5. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте [Текст] / Л. И. Божович. – Москва : Просвещение, 2015. – 464 с.
6. Божович, Л. И. Проблемы формирования личности [Текст] / Л. И. Божович. – Москва : МПСИ; Воронеж: НПО МОДЭК, 2011. – 352 с.
7. Болотова, А. К. Динамичность самосознания и изменение его компонентов во времени [Текст] / А. К. Болотова // Перспективные направления психологической науки. Сборник научных статей – Москва : Издательский дом Высшей школы экономики, 2012. – № 2. – С. 46-63.
8. Бордовская, Н. В. Психология и педагогика [Текст] / Н. В. Бордовская, С. И. Розум. – Санкт-Петербург : Питер, 2014. – 620 с.

9. Бороздина, Л. В. Сущность самооценки и ее соотношение с Яконцепцией [Текст] / Л. В. Бороздина // Психология – Москва : Вестник Московского университета, 2015. – № 1. – С. 54-65.
10. Бороздина, Л. В. Увеличение индекса тревожности при расхождении уровня самооценки и притязаний [Текст] / Л. В. Бороздина, Е. А. Залученова // Вопросы психологии. – 2012. – № 1. – С. 10.
11. Бороздина, Л. В. Что такое самооценка? [Текст] / Л. В. Бороздина // Психологический журнал. – 2013. – № 1. – С. 5-15.
12. Бурамбаева, Д. А. Формирование адекватной самооценки младших подростков как фактор психологической безопасности личности [Текст] / Д. А. Бурамбаева // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – № 1. – С. 136-140.
13. Бурлачук, Л. Ф. Словарь-справочник по психологии [Текст] / Л. Ф. Бурлачук, С. М. Морозов. – Санкт-Петербург : Питер, 2012. – 528 с.
14. Быков, А. В. Становление волевой регуляции в онтогенезе: учеб. пособие [Текст] / А. В. Быков, Т. Н. Шульга. – Москва : Изд-во УРАО, 2013. – 168 с.
15. Власова, Т. А. Дети с отклонениями в развитии [Текст] / Т. А. Власова, М. С. Певзнер. – Москва : Просвещение, 2012. – 175 с.
16. Власова, Т. А. Дети с задержкой психического развития [Текст] / Т. А. Власова, В. И. Лубовский, Н. А. Цыпина. – Москва : Педагогика, 2014. – 280 с.
17. Волков, Б. С. Методология и методы психологического исследования [Текст] / Б. С. Волков, Н. В. Волкова. – Москва : «Проспект», 2016. – 282 с.
18. Выготский, Л. С. Вопросы детской психологии [Текст] / Л. С. Выготский. – Москва : Союз, 2016. – 321 с.

19. Выготский, Л. С. Вопросы воспитания слепых, глухонемых, и умственно отсталых детей: Сборник статей и материалов [Текст] / под. ред. Л. С. Выготского. – Москва : 1924. – 157 с.
20. Гайфулин, А. В. Различные теоретические подходы в определении понятия самооценки [Текст] / А. В. Гайфулин // Вестник Томского государственного педагогического университета. – Томск : ТГПУ, 2013. – № 1. – С. 73-76.
21. Галкина, Т. В. Самооценка как процесс решения задач. Системный подход [Текст] / Т. В. Галкина. – Москва : Изд-во «Институт психологии РАН», 2011. – 399 с.
22. Головин, С. Ю. Словарь практического психолога [Текст] / сост. С. Ю. Головин. – Минск : Харвест, 2013. – 800 с.
23. Гонина, О. О. Практикум по общей и экспериментальной психологии [Текст] / О. О. Гонина. – Москва : Издательство «Флинта», 2014. – 452 с.
24. Грибанова, Г. В. Психологическая характеристика личности подростка с задержкой психического развития [Текст] / Г. В. Грибанова // Дефектология: Научно-методический журнал Академии педагогических наук СССР. – 2012. – № 6. – С. 13-21.
25. Долгова, В. И. Влияние стиля детско-родительских отношений на адаптацию первоклассников к школе [Текст] / В. И. Долгова, Ю. А. Рокицкая, Л. В. Копыл // Современные проблемы науки и образования. – Пенза : Издательский Дом «Академия Естествознания». – 2016. – № 4. – С. 9.
26. Долгова, В. И. Готовность родителей к воспитанию детей в замещающей семье [Текст] / В. И. Долгова, Ю. А. Меркулова, Н. А. Меркулова. – Москва : Издательство Перо, 2015. – 180 с.

27. Долгова, В. И. Инновационные психолого-педагогические технологии в начальной школе: монография [Текст] / В. И. Долгова. – Москва : Перо, 2015. – 200 с.
28. Долгова, В. И. Исследование уровня тревожности у младших школьников с задержкой психического развития [Текст] / В. И. Долгова, Е. В. Барышникова, С. С. Оленникова // Концепт. – Киров : АНО ДПО «МЦИТО», 2016. – Т. 44. – С. 110-114.
29. Долгова, В. И. Особенности внимания младших школьников с задержкой психического развития [Текст] / В. И. Долгова, Е. В. Барышникова, К. А. Соломатова // Концепт. – Киров : АНО ДПО «МЦИТО», 2016. – Т. 44. – С. 122-128.
30. Дудковская, О. А. Особенности самооценки детей с легкой степенью умственной отсталости младшего школьного возраста [Текст] / О. А. Дудковская, Н. Н. Шельшакова. – Москва : Речь, 2014. – 324 с.
31. Зинько, Е. В. Особенности устойчивой и неустойчивой самооценки подростков [Текст] / Е. В. Зинько // Вестник московского университета. – Москва : МГУ, 2012. – № 3. – С. 14-35.
32. Ильин, Е. П. Психология индивидуальных различий [Текст] / Е. П. Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2011. – 190 с.
33. Карвасарский, Б. Д. Клиническая психология [Текст] / Б. Д. Карвасарский. – Санкт-Петербург : Издательский дом «Питер», 2011. – 142 с.
34. Карпенко, Л. А. Краткий психологический словарь [Текст] / Л. А. Карпенко, А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2012. – 512 с.
35. Качалов, В. Психологический словарь [Текст] / под общ. ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Генезис, 2015. – 494 с.

36. Кисова, В. В. Исследование взаимосвязи уровня развития саморегуляции и сотрудничества в учебно-познавательной деятельности у старших дошкольников с задержкой психического развития [Текст] / В. В. Кисова // Коррекционная педагогика: теория и практика. – Москва.: Образование, 2014. – № 4 (62). – С. 39-48.

37. Кон, И. С. Открытие «Я» [Текст] / И. С. Кон. – Москва : Политиздат, 2012. – 217 с.

38. Кон, И. С. Психология ранней юности [Текст] / И. С. Кон. – Москва : Просвещение, 2012. – 256 с.

39. Коротенко, И. В. Особенности личностной дезадаптации у первоклассников с задержкой психического развития [Текст] / И. В. Коротенко. – Нижний Новгород, 2014. – 200 с.

40. Кривова, В. А. Взаимосвязь атрибуции успехов и неудач учащихся с самооценкой и мотивацией [Текст] / В. А. Кривова // Вестник Московского городского педагогического университета. Серия : Педагогика и психология. – Москва : МПГУ, 2012. – № 1. – С. 118-125.

41. Кулаков, С. А. Основы психосоматики [Текст] / С. А. Кулаков. – Санкт-Петербург : Речь. – 288 с.

42. Лаврух, Н. А. Особенности формирования и коррекции самооценки младших школьников с ограниченными возможностями здоровья [Текст] / Н. А. Лаврух // Современная педагогика. – Москва : Международный научно-инновационный центр, 2012. – № 1. – С. 12.

43. Лебединский, В. В. Нарушения психического развития в детском возрасте [Текст] / В. В. Лебединский. – Москва : Академия, 2014. – 145 с.



44. Липкина, А. И. Критичность и самооценка в учебной деятельности [Текст] / А. И. Липкина, Л. А. Рыбак. – Москва : Просвещение, 2012. – 142 с.
45. Липкина, А. И. Самооценка личности школьника [Текст] / А. И. Липкина. – Москва : Просвещение, 2016. – 278 с.
46. Маврина, А. В. Развитие познавательной активности у младших школьников с задержкой психического развития [Текст] / А. В. Маврина, Т. М. Бстрова // Актуальные проблемы и перспективы развития современной психологии. – Саранск : МГПИ им. М. Е. Евсевьева, 2012. – № 1. – С. 18-21.
47. Молчанова, О. Н. Самооценка: Теоретические проблемы и эмпирические исследования: учебное пособие [Текст] / О. Н. Молчанова. – Москва : Флинта: Наука, 2015. – 392 с.
48. Немов, Р. С. Психология: В 3 кн. Кн.3. Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики [Текст] / Р. С. Немов. – Москва : Владос, 2014. – 640 с.
49. Никулина, И. Н. Развитие самооценки школьников с нарушениями зрения: учебно-методическое пособие [Текст] / И. Н. Никулина. – Санкт-Петербург : КАРО, 2012. – 192 с.
50. Парфенова, А. Н. Коррекционно-развивающая программа «Развитие социальной уверенности» [Электронный ресурс] // Социальная сеть работников образования nsportal.ru : [сайт]. [2017]. URL:  
<https://videouroki.net/razrabotki/proghramma-psikhologhopiedaghoghichieskoi-korriektsii-samoootsienki-mladshikh-sh.html> (дата обращения: 17.02.2020).

51. Петровский, А. В. Теоретическая психология [Текст] / А. В. Петровский. – Москва : Новая школа, 2013. – 485 с.
52. Пирожкова, Н. В. Взаимосвязь самооценки младших школьников с их социометрическим статусом [Текст] / Н. В. Пирожкова // Концепт. – Киров: Межрегиональный центр инновационных технологий в образовании, 2015. – № 1. – С. 221-225.
53. Полякова, М. В. Концепты теории воспитания [Текст] : практ. – ориентир. моногр. / М. В. Полякова. – Екатеринбург : Изд-во ГОУВПО «РГППУ», 2012. – 172 с.
54. Попова, Е. В. Исследование гендерных особенностей свойств внимания у младших школьников с задержкой психического развития [Текст] / Е. В. Попова, А. Ю. Астахова // Концепт. – Киров : Межрегиональный центр инновационных технологий в образовании, 2016. – С. 175-182.
55. Постовалов, С. Н. Математическая статистика. Конспект лекций [Текст] / С. Н. Постопалов. – Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2014. – 140 с.
56. Райс, Ф. Психология подросткового и юношеского возраста [Текст] / Ф. Райс. – Санкт-Петербург : Изд-во «Питер», 2015. – 178 с.
57. Реан, А. А. Психология человека от рождения до смерти [Текст] / А. А. Реан. – Санкт-Петербург : ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2012. – 656 с.
58. Регуш, Л. А. Педагогическая психология. Учебное пособие. [Текст] / Л. А. Регуш, А. В. Орлова. – Санкт-Петербург : «Питер», 2016. – 416 с.

59. Рогов, Е. И. Настольная книга практического психолога [Текст] / Е. И. Рогов. – Москва : ВЛАДОС, 2014. – 480 с.
60. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии [Текст] / С. Л. Рубинштейн. – Санкт-Петербург : Питер, 2013. – 713 с.
61. Сарджвеладзе, Н. И. Личность и ее взаимодействие с социальной средой [Текст] / Н. И. Сарджвеладзе. – Тбилиси : Мецниереба, 2012. – 288 с.
62. Сатир, В. Как строить себя и свою семью [Текст] / В. Сатир. – Москва : Педагогика-Пресс, 2013. – 254 с.
63. Семенихина, Н. И. Исследование взаимосвязи стиля родительского воспитания, его восприятия подростком и уровня его самооценки [Электронный ресурс] // Перспективы науки и образования : [сайт]. [2015]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanievzaimosvyazi-stilya-roditelskogo-vospitaniya-ego-voSPIriatiya-podrostkom-iurovny-a-ego-samoostenki/viewer> (дата обращения: 30.02.2020)
64. Смирнова, С. И. Особенности самооценки у детей и подростков с отклонениями развития в исследованиях по специальной психологии [Текст] / С. И. Смирнова // Вестник Вятского государственного университета. – Вятка : ВГУ, 2012. – С. 131-135.
65. Соколова, Е. В. Психология детей с задержкой психического развития [Текст] / Е. В. Соколова. – Москва : ТЦ Сфера, 2016. – 320 с.
66. Столин, В. В. Самосознание личности [Текст] / В. В. Столин. – Москва : Изд-во Моск, 2012. – 284 с.

67. Триггер, С. Д. Психологические особенности социализации детей с задержкой психического развития [Текст] / С. Д. Триггер. – СанктПетербург : Питер, 2012. – 192 с.
68. Фетиски, Н. П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп [Текст] / Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, Г. М. Майнулов. – Москва : Изд-во Института Психотерапии, 2012. – 370 с.
69. Фопель, К. Энергия Паузы. Психологические игры и упражнения / К. Фопель. – Москва : Генезис, 2011. – 240 с.
70. Хухлаева, О. В. Маленькие игры в большое счастье [Текст] / О. В. Хухлаева, И. М. Первушина. – Москва : Апрель – Пресс, 2015. – 210 с.
71. Шипицина, Л. М. Развитие навыков общения у детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью [Текст] / Л. М. Шипицина. – Санкт-Петербург : Издат-во «Союз», 2015. – 184 с.
72. Шипицына, Л. М. Азбука общения: Развитие личности ребенка, навыков общения со взрослыми и сверстниками [Текст] / Л. М. Шипицына. – Москва : ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2015. – 384 с.
73. Щербакова, А. М. Воспитание ребенка с нарушениями развития [Текст] / А. М. Щербакова. – Москва : Изд-во НЦ ЭНАС, 2012. – 40 с.
74. Яковлева, М. В. Психолого-педагогическая коррекция самооценки младших школьников [Электронный ресурс] // Научнометодический

электронный журнал «Концепт» : [сайт]. [2015]. URL: <http://e-koncept.ru/2015/95074.htm>.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

### Методики диагностики самооценки у младших школьников с ЗПР

Методика 1. Методика «Лесенка» (авторы Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн, адаптация В.Г. Щур)

Материалы: нарисованная лесенка с семью ступенями.

Процедура диагностики: ребенку показывают нарисованную лесенку с семью ступенями и объясняют задание:

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

2. После ответа ребенка, его спрашивают: «Ты такой на самом деле или хотел бы быть таким? Пометь, какой ты на самом деле и каким хотел бы быть».

3. «Покажи, на какую ступеньку тебя бы поставила мама?».

Используется стандартный набор характеристик: «хороший – плохой», «добрый – злой», «умный – глупый», «сильный – слабый», «смелый – трусливый», «самый старательный – самый небрежный». Количество характеристик можно сократить.

В процессе обследования учитывалось, как ребенок выполняет задание: испытывает колебания, раздумывает, аргументирует свой выбор.

Если ребенок не дает никаких объяснений, ему следует задать уточняющие вопросы: «Почему ты себя сюда поставил? Ты всегда такой?» и т.д.

Интерпретация результатов:

1. Неадекватно завышенная самооценка: ребенок поставил себя на первую ступень. Считает, что мама оценивает его также; аргументируя свой выбор, ссылается на мнение взрослого: «Я хороший. Хороший и больше никакой, это мама так сказала».

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

3. Адекватная самооценка: ребенок поставил себя на вторую или третью ступень. Объясняет свои действия, ссылаясь на реальные ситуации и достижения, считает, что оценка взрослого такая же либо несколько ниже.

4. Заниженная самооценка: ребенок поставил себя на четвертую или пятую ступень. Здесь важно то, как ребенок объясняет постановку себя на данную ступень:

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

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

- младшие школьники с заниженной самооценкой из-за высокой тревожности и неуверенности в себе часто отказываются выполнять задание, на все вопросы отвечают:

«Не знаю».

5. Неадекватно заниженная самооценка: ребенок поставил себя на шестую, последнюю ступень. Ребенок находится в ситуации дезадаптации, наблюдаются личностные и эмоциональные проблемы.

#### Методика 2. Методика диагностика самооценки Дембо-Рубинштейн

Обследуемым предлагается на вертикальных линиях отметить определенными знаками уровень развития у них этих качеств (показатель самооценки) и уровень притязаний, т.е. уровень развития этих же качеств, который бы удовлетворял их.

Обработке подлежат ответы на 6 линиях (шкалах). Шкала «здоровье» рассматривается как тренировочная и не учитывается или, в случае необходимости, анализируется отдельно. Размеры каждой шкалы равны 100 мм, в соответствии с этим ответы испытуемых получают количественную характеристику, для удобства выражаемую в баллах (например, 54 м. = 54 балла). Обработка включает следующие этапы:

1. По каждой из шести шкал определяются:

□ Уровень притязаний в отношении данного качества – по расстоянию в м. от нижней точки шкалы («0») до знака «х».

□ Высота самооценки – от «0» до знака «-».

□ Величина расхождения между уровнем притязаний и самооценки – разность между величинами, характеризующими уровень притязаний и самооценку, или расстояние от знака «х» до «-»; в тех случаях, когда уровень притязаний ниже самооценки, результат выражается отрицательным числом. Записывается значение каждого из трех показателей.

2. Определяется средняя мера каждого из показателей у школьника. Ее характеризует медиана каждого из показателей по всем 6 шкалам.

Определяется степень дифференцированности уровня притязаний и самооценки. Их получают, соединяя на бланке испытуемого все значки «х». Получаемые профили наглядно демонстрируют различия в оценке школьником различных сторон своей личности.

Оценка и интерпретация отдельных параметров.

Для оценки средние данные испытуемого и его результаты по каждой шкале сравниваются со стандартными значениями, приведенными далее. Отметим, что различий между учащимися разных параллелей, а также между юношами и девушками по этой методике не обнаружено.

1. Уровень притязаний.

Норму, реалистический уровень притязаний характеризует результат от 60 до 89 баллов («средние» и «высокие» притязания). При этом оптимальным является сравнительно высокий уровень – от 75 до 89 баллов, свидетельствующий об оптимистическом представлении о своих возможностях, что является важным фактором личностного развития.

Очень высокий уровень притязаний – от 90 до 100 баллов – свидетельствует о нереалистическом, некритичном отношении школьника к собственным возможностям. Особого внимания в этом плане заслуживают такие случаи, когда уровень притязаний отмечается выше максимально возможного значения, крайней верхней точки шкалы (100 бал.) Нереалистический уровень притязаний часто свидетельствует о том, что школьник не умеет правильно ставить перед собой цели. Для старшего школьного возраста – это неблагоприятный показатель, поскольку, как известно, основное психологическое

содержание данного периода составляет самоопределение, предъявляющее к такому умению достаточно высокие требования. Наличие нереалистического уровня притязаний может, таким образом, свидетельствовать о личностной незрелости.

Результат менее 60 баллов – низкие «притязания» – свидетельствует о заниженном уровне притязаний. Если такой результат характеризует средний показатель уровня притязаний испытуемого, то он является индикатором неблагоприятного развития личности. Естественно, что чем ниже уровень притязаний, тем более данный показатель свидетельствует о неблагополучии.

Если очень высокий или очень низкий уровень притязаний отмечен по какойлибо одной шкале, то это может характеризовать повышенную значимость (или декларируемое пренебрежение) того или иного качества для школьника.

Следует отметить, что по количеству баллов оцениваются только те случаи, когда уровень притязаний оказывается выше уровня самооценки. О других вариантах будет сказано далее.

## 2. Высота самооценки.

Количество баллов от 45 до 74 – «средняя» и «высокая» самооценка – свидетельствует о реалистичной (адекватной) самооценке. При этом так же, как и при оценке уровня притязаний, оптимальным для личностного развития следует признать результат, находящийся в верхней части этого интервала – от 60 до 74 баллов («высокая» самооценка).

Количество баллов от 75 до 100 (и выше предлагаемого максимума) свидетельствует о завышенной самооценке (переоценке себя) и указывает на определенные отклонения в формировании личности. Такая завышенная самооценка может свидетельствовать о личностной незрелости, неумении правильно оценить результаты своей деятельности, сравнивать себя с другими. Кроме того, завышенная самооценка может указывать на существенные искажения в формировании личности – «закрытость» для опыта, нечувствительность к своим ошибкам, неудачам, замечаниям и оценкам окружающих.

Количество баллов ниже 45 указывает на заниженную самооценку (недооценку себя) и свидетельствует о крайнем неблагополучии в развитии личности. Школьников с такой самооценкой очень мало, и все они составляют с точки зрения личностного развития «группу риска», заслуживают пристального внимания со стороны школьного психолога. Как показывают исследования, за низкой самооценкой могут скрываться два



совершенно разных психологических явления: подлинная неуверенность в себе, то есть отношение к себе как ни к чему не способному, неумелому, никому не нужному, и «защитная», когда декларирование (в том числе и самому себе) собственного неумения, отсутствия способностей, того, что «все равно ничего не выйдет», позволяет не прилагать никаких усилий или подменить деятельность отношением к ней.

### 3. Расхождение между уровнем притязаний и уровнем самооценки.

За норму здесь принимается расхождение от 8 до 22 баллов, свидетельствующее, что школьник ставит перед собой такие цели, которых он действительно стремится достичь. Притязания в значительной части случаев основываются на оценке им своих возможностей и служат стимулом личностного развития.

Расхождения от 1 до 7 баллов и особенно случаи полного совпадения уровня притязаний и уровня самооценки указывают на то, что притязания не служат стимулом личностного развития, становления той или иной стороны личности. Конкретная оценка этого расхождения различна в зависимости от того, в какой части шкалы находятся эти показатели. Так, в верхней части шкалы (76-100 б.) они свидетельствуют о завышенной самооценке; в средней части (46-75 б.) – отношение школьника к себе не носит конструктивного характера; в нижней части (0-45 б.) – они могут являться показателем предельно заниженного представления о себе (в том случае если школьник заполняет таким образом все или большинство шкал методики), свидетельствовать о том, что он как бы «смирился» со своей «никчемностью», даже не надеется исправить положение. Если таким образом заполняются 1 или 2 шкалы, это указывает на незначимость для учащегося той или иной стороны личности.

Расхождение в 23 балла и более характеризует резкий разрыв между самооценкой и притязаниями. Такое соотношение указывает на конфликт между тем, к чему школьник стремится, и тем, что он считает для себя возможным. Особенно неблагоприятны случаи, когда самооценка находится в нижней части шкалы, а притязания – в средней или высокой. При таком сильном расхождении уровень притязаний не только не стимулирует, но, напротив, тормозит личностное развитие.

Характеристика описанных выше параметров может быть применена при анализе как результатов по отдельным шкалам, так и средних данных по методике в целом.

Методика 3. Методика «Нарисуй себя» (А. М. Прихожан, З. Василяускайте).

Для выполнения задания ребенку даются шесть цветных карандашей – синий, красный, желтый, зеленый, черный, коричневый. Бланк методики представляет собой сложенный пополам (книжечкой) стандартный лист нелинованной белой бумаги. Первая страница книжечки остается чистой. Здесь после проведения работы записываются необходимые сведения о ребенке. На второй, третьей и четвертой страницах книжечки, располагаемой перед ребенком вертикально, наверху большими буквами написано название каждого рисунка, который предстоит выполнить ребенку, соответственно: «Плохой мальчик/девочка (в зависимости от пола ребенка), «Хороший мальчик/девочка», «Я».

Процедура исследования: Методика может проводиться как фронтально, так и индивидуально. Инструкция к выполнению задания дается перед каждым рисунком, поэтому при фронтальном проведении дети переходят к выполнению следующего рисунка только после того, как все закончили предшествующий.

Инструкция: «Сейчас вы будете рисовать. Сначала нарисуете плохого мальчика или плохую девочку. Будете рисовать тремя карандашами. Выберите эти карандаши и покажите их мне, а оставшиеся три уберите. (Необходимо убедиться, что все дети это сделали). Найдите страницу, вверху которой написано «Плохой мальчик/девочка». Все нашли? (Проверить, все ли дети нашли нужную страницу.) Начинаем рисовать».

После того, как все младшие школьники закончили рисовать, дается следующая инструкция: «А теперь отложите те карандаши, которыми вы рисовали, и возьмите три оставшихся. Покажите мне их. (Необходимо убедиться, что все младшие школьники правильно поняли и выполнили эту инструкцию). Этими карандашами вы нарисуете хорошего мальчика или хорошую девочку. Найдите страницу, на которой сверху написано «Хороший мальчик/девочка». Все нашли? (Проверить.) Начинаем рисовать».

Инструкция, даваемая перед третьим рисунком: «На оставшемся листке (на нем сверху написано «Я») каждый из вас нарисует себя.

Себя вы можете рисовать всеми шестью карандашами. Возьмите все карандаши в руку и покажите мне. (Проверить.) А вот сейчас внимание! Пусть ваш рисунок будет с секретом. Если кто-нибудь захочет нарисовать себя похожим на хорошего мальчика или хорошую девочку, то пусть в рисунке будет больше тех цветов, которыми вы рисовали хорошего мальчика или девочку. А если захочется нарисовать себя, похожим на плохого, то тогда в нем будет больше тех цветов, которыми рисовали плохого мальчика или девочку. Но постарайтесь в этом рисунке использовать все карандаши. (После этого

следует кратко повторить инструкцию и ответить на вопросы детей). Итак, найдите страницу, вверху которой написано «Я» (проверить) и начинайте работать.

Необходимо специально следить за тем, как младшие школьники выполняют каждую инструкцию, отвечать на все вопросы до того, как они начали рисовать.

Младшие школьники работают самостоятельно. Взрослый вмешивается только в том случае, если нарушается инструкция. Ценную дополнительную информацию дают наблюдения за поведением детей во время выполнения заданий, фиксация слишком быстрого или слишком медленного выполнения. При фронтальном проведении на выполнение всей методики уходит около урока.

Индивидуальное проведение обычно требует меньше времени (в среднем около 3 мин.). В целом такой вариант работы предпочтительней, поскольку позволяет фиксировать порядок рисования, в том числе последовательность использования цветов, спонтанные высказывания ребенка, его мимику, жесты, время, затрачиваемое им на каждый из рисунков. Кроме того, экспериментатор может побеседовать с ребенком сразу после того, как он закончил выполнение задания.

После завершения всей работы с ребенком проводится беседа, которая содержит вопросы о том, рисовать какой рисунок понравилось больше всего, а какой – меньше всего и почему? Какой рисунок, по мнению ребенка, получился лучше всего, а какой хуже? Почему на одном рисунке мальчик (девочка) плохой, а на другом – хороший?

Что можно рассказать о каждом из них? Кто – хороший или плохой мальчик/девочка – ему больше всего нравится? Кого бы он выбрал себе в друзья? Почему? (Особое внимание следует обратить на случаи, когда испытуемый предпочитает плохого ребенка). Каким ребенок хотел нарисовать себя? Что он может рассказать о себе? Что ему больше всего в себе нравится? А что он хотел бы в себе изменить? Что он лучше всего умеет? А что не умеет? Чему хотел бы научиться? Как он думает, сможет ли он этому научиться? Что для этого требуется? и т.д. Здесь приведен лишь примерный перечень вопросов, который экспериментатор может дополнять и изменять в зависимости от конкретного случая.

Подобную беседу целесообразно проводить и в тех случаях, когда методика предъявлялась фронтально, но так как это происходит с определенной отсрочкой, необходимо перед беседой показать ребенку его работу и зафиксировать те случаи, когда он высказывает желание что-либо изменить в рисунках, и его рассказ об этих изменениях. Причем важно именно собственное желание ребенка. Психолог не должен

спрашивать его, хочет ли он что-то изменить в своем рисунке, или каким-либо другим путем наводить его на эту мысль. Если ребенок захочет нарисовать другие рисунки (один или все три), следует предоставить ему эту возможность.

Обработка результатов: Диагностическое использование рисуночных проб, особенно когда они включают (как в данном случае) человеческую фигуру, предполагает три основных уровня анализа.

Первый уровень – проявление в рисунке показателей органического поражения ЦНС (наклон фигуры больше 95 или меньше 85 градусов, двойные и/или прерывистые линии, «трясущиеся» линии (дрожание), неприсоединенные линии. Если подобные признаки обнаруживаются, то к интерпретации рисунков на последующих этапах анализа следует подходить с особой осторожностью.

Второй уровень предполагает анализ с точки зрения соответствия возрастным нормам. В случае резкого отличия рисунка от общевозрастной нормы следует выяснить, связан ли пропуск, например, отдельных деталей человеческого лица или фигуры с отставанием в развитии (что позволяет получить ценные диагностические данные об общем развитии ребенка) или это связано с определенными проблемами, страхами, конфликтами. Например, отсутствие кистей рук может свидетельствовать как о недостаточном развитии, так и о низком уровне контактности, нарушениях в общении. Если речь идет об отставании в развитии, то переход на третий уровень интерпретации – собственно проективный – следует проводить с особой осторожностью. Ряд авторов полагает, что при получении на первом и втором уровне показателей, свидетельствующих об органических поражениях ЦНС или о значительном отставании в развитии, вообще не следует переходить на третий уровень. Однако практика работы авторов методики показывает, что и такие младшие школьники осуществляют в рисунках проекцию собственных чувств, установок, мотивов. Поэтому и здесь может быть применен анализ третьего уровня, однако делать это следует предельно осторожно, учитывая только наиболее ярко выраженные признаки и обращая особое внимание на то, не связано ли появление того или иного показателя, например, с общим недоразвитием.

Общая схема интерпретации результатов методики

При интерпретации данных используются как проективные критерии, так и показатели, базирующиеся на методе прямого шкалирования.

1. Анализ «автопортрета» (рисунок «Я»): наличие всех основных деталей, полнота изображения, количество дополнительных деталей, тщательность их прорисовки, степень украшенности «автопортрета»; статичность рисунка или

представленность фигурки в движении, включение себя в какой-либо сюжет — игру, танец, прогулку и т.п. Известно, что наличие дополнительных деталей — подробная прорисовка, «разукрашивание» — свидетельствуют о позитивном отношении к рисуемому персонажу. Напротив, неполнота рисунка, отсутствие необходимых деталей указывают на отрицательное или конфликтное отношение, о чем говорилось выше. Изображение в движении, включение в сюжет — на активное, творческое отношение к действительности.

2. Анализ других проективных показателей по «автопортрету», в том числе по размеру рисунка, его расположению на листе (так называемая проективная семантика пространства), по соотношению отдельных частей рисунка и т.п. Известно, например, что размещение рисунка внизу страницы может свидетельствовать о депрессивности ребенка, наличии у него комплекса неполноценности. Наиболее неблагоприятным является «автопортрет», нарисованный в профиль и расположенный в нижнем углу страницы, особенно в левом.

3. Сопоставление «автопортрета» ребенка с рисунками «хорошего» и «плохого» сверстника по следующим параметрам: а) цвета, использованные в «автопортрете», их соответствие цветам «хорошего» и «плохого» ребенка, каких цветов больше; б) размер «автопортрета» по сравнению с размерами двух других рисунков; в) повторение в «автопортрете» деталей из рисунков «хорошего» и «плохого» ребенка: одежда, головной убор, игрушка, цветок, рогатка, пистолет и т.п. г) наличие в «автопортрете» новых деталей и их характер; д) общее впечатление о схожести «автопортрета» на рисунок «хорошего» или «плохого» сверстника.

4. Анализ поправок, перечеркиваний, перерисовывания (без существенного улучшения качества рисунка); их выраженность свидетельствует о конфликтности, тревожности ребенка.

Анализ процесса рисования, технических особенностей рисунка, а при индивидуальном проведении — характера спонтанных высказываний, порядка изображения отдельных деталей и времени, затрачиваемого на тот или иной рисунок. Особо рассматриваются случаи и мотивировки отказа от выполнения того или иного рисунка ни задания в целом. Авторы методики приводят пример, когда мальчик 8 лет с ярко выраженным дискомфортом успеха отказался рисовать «хорошего» сверстника, мотивируя это тем, что «хорошее он рисовать не умеет, ничего хорошего у него никогда

не получается». Окончательный вывод об особенностях эмоциональноценностного отношения ребенка к себе целесообразно давать только на основании сопоставления качественных характеристик рисунка и данных беседы. При этом важно иметь в виду, что речь идет не о верификации критериев оценки рисунка по данным беседы, а именно об учете обеих групп данных в окончательном заключении психолога.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты констатирующего эксперимента

Таблица 1 – Результаты исследования самооценки у младших школьников с ЗПР по методике «Лесенка» В.Г. Щур

Имя ребенка	Измерение уровня самооценки	Итоговый уровень самооценки
Анастасия В.	первая ступень	завышенный
Кирилл М.	третья ступень	адекватный
Мария Г.	первая ступень (ссылается в этом на мнение взрослого)	неадекватно завышенный
Валерия Ш.	первая ступень	завышенный
Юлия Н.	четвертая ступень	заниженный
Сергей Н.	третья ступень	адекватный
Максим К.	четвертая ступень	заниженный
София У.	первая ступень	завышенный
Никита В.	первая ступень	завышенный
Степан С.	первая ступень	завышенный
Верника Е.	первая ступень (ссылается в этом на мнение взрослого)	неадекватно завышенный
Дарья Х.	первая ступень	завышенный
Ольга В.	вторая ступень	адекватный
Ева И.	первая ступень	завышенный

Итого:

50% – завышенный;

21,46% – адекватный;

14,27% – неадекватно завышенный; 14,27%

– заниженный.

Таблица 2 – Результаты исследования самооценки у младших школьников с ЗПР по методике Дембо-Рубинштейна

Имя ребенка	2	3	4	5	6	7	Средний балл	Итоговая самооценка
Анастасия В.	52	54	75	59	64	58	60,3	тенденция к завышенной
Кирилл М.	42	30	42	51	46	55	46	реалистический
Мария Г.	57	60	70	76	81	79	70,3	тенденция к завышенной
Валерия Ш.	69	68	64	51	67	65	61,9	тенденция к завышенной
Юлия Н.	28	27	32	18	24	20	24,8	заниженный

*Продолжение таблицы 2*

Сергей Н.	48	55	50	60	30	56	49,8	реалистический
Максим. К.	19	23	19	31	26	27	24,2	заниженный
София У.	68	63	59	58	5864	49	61,2	тенденция к завышенной
Никита В.	59	55	58	70	49	71	60,2	тенденция к завышенной
Степан С.	50	67	72	73	81	79	70,3	тенденция к завышенной
Верника Е.	68	66	84	60	50	42	61,3	тенденция к завышенной
Дарья Х.	81	51	66	55	23	86	60,3	тенденция к завышенной
Ольга В.	44	34	41	53	46	54	45,3	реалистический
Ева И.	67	66	72	58	67	65	61,2	тенденция к завышенной

Итого:

65,27% – тенденция к завышенной;

21,46% – реалистический;

14,27% – заниженный.

Таблица 3 – Результаты исследования самооценки у младших школьников с ЗПР по методике «Нарисуй себя» А.М. Прихожан, З. Василюскайте

Имя ребенка	Итоговый уровень самооценки
Анастасия В.	высокий
Кирилл М.	средний
Мария Г.	неадекватно завышенный
Валерия Ш.	высокий
Юлия Н.	заниженный
Сергей Н.	средний
Максим. К.	заниженный

София У.	средний
Никита В.	высокий
Степан С.	средний
Верника Е.	неадекватно завышенный
Дарья Х.	высокий
Ольга В.	средний
Ева И.	средний

Итого:

28,57% – высокий;

42,86% – средний;

14,28% – заниженный;

14,28% – неадекватно завышенный.

Таблица 4 – Сводные результаты по методикам

Имя ребенка	Уровень самооценки по методике «Лесенка»	Уровень самооценки по методике Дембо-Рубинштейна	Уровень самооценки по методике «Нарисуй себя»	Итоговый уровень самооценки
Анастасия В.	высокий	тенденция к завышенной	высокий	высокий
Кирилл М.	средний	реалистический	средний	средний
Мария Г.	неадекватно завышенный	тенденция к завышенной	неадекватно завышенный	неадекватно завышенный
Валерия Ш.	высокий	тенденция к завышенной	высокий	высокий
Юлия Н.	заниженный	заниженный	заниженный	заниженный
Сергей Н.	средний	реалистический	средний	средний
Максим. К.	заниженный	заниженный	заниженный	заниженный
София У.	Высокий	тенденция к завышенной	средний	высокий
Никита В.	высокий	тенденция к завышенной	высокий	высокий
Степан С.	высокий	тенденция к завышенной	средний	высокий
Верника Е.	неадекватно завышенный	тенденция к завышенной	неадекватно завышенный	неадекватно завышенный
Дарья Х.	высокий	тенденция к завышенной	высокий	высокий
Ольга В.	средний	реалистический	средний	средний
Ева И.	высокий	тенденция к завышенной	средний	высокий



Итого:

50% – высокий;

21,44% – средний;

14,28% – неадекватно завышенный; 14,28%

– заниженный.

### **ПРИЛОЖЕНИЕ 3** Программа психолого-педагогической коррекции самооценки младших школьников с ЗПР

Цель программы: психолого-педагогическая коррекция самооценки младших школьников с задержкой психического развития, где рефлексия и анализ станут основными рычагами изменения поведения.

Задачи программы:

1. Формирование осознанного восприятия своего «я», своих достоинств и недостатков.
2. Развитие умения адекватно выражать свои эмоции, стремление к пониманию чужих эмоций.
3. Развитие произвольной регуляции поведения.
4. Формирование интереса к саморазвитию.
5. Повышение уровня групповой сплоченности.
6. Воспитание позитивного отношения к людям.
7. Обучение приемам самопомощи.

Форма программы: программа предназначена для группы 14 человек младшего школьного возраста (пол неважен). Занятие включает такие методы и методики работы, как игра, беседа, изотерапия, психогимнастика, сказкотерапия.

Программа рассчитана на 8 занятий, продолжительность которых составляет 40 минут.

Структура занятия I.

Вводная часть:

1. Приветствие (3-4 минуты);

2. Разминка (5 минут).

II. Основная часть: ряд упражнений, подчиненных цели занятия (20 минут).

III. Завершение:

4. Релаксация (3-4 минуты);
5. Рефлексия (4-5 минут);
2. Ритуал прощания (3-4 минуты).

Занятие 1. «Как мне услышать себя?»

Цель: знакомство с группой, расширение знаний участников о себе.

Ход занятия:

I. Вводная часть:

1. Слово ведущего.

Цель: знакомство, рассказ о целях занятий, настрой на работу в группе.

2. Посвящение в правила группы.

Цель: фиксация правил группы.

1. Не существуют правильных или неправильных ответов. Правильный ответ – тот, который на самом деле выражает твое мнение.

2. Искренность в общении. Во время работы в группе мы говорим только то, что чувствуем по поводу происходящего, т.е. только правду. Если нет желания говорить искренне и откровенно, то мы молчим. Лучше промолчать, чем говорить не то, что ты думаешь.

3. Нельзя вне занятий обсуждать то, что мы узнали друг о друге на занятиях, и то, как разные ребята ведут себя на них. Все, что происходит на занятиях, должно остаться нашей общей тайной.

4. Уважение говорящего. Когда кто-либо из участников высказывается, нельзя перебивать его, обращаясь к кому-либо из участников нужно смотреть на него.

5. Активное участие в происходящем, это норма поведения, в соответствии с которой в любые минуты мы реально включение в работу группу. Мы активно смотрим, чувствуем, слушаем себя, партнера и группу в целом. мы не замыкаемся в себе что-то неприятное. Мы не думаем только о себе, получив много положительных эмоций. Мы все время в группе, внимательны к другим.

6. Постоянный состав группы. Никто не должен опаздывать на занятие.

Ритуал принятия правил. Ведущий «торжественно обещает» следовать этим правилам и предлагает участникам сделать тоже самое.

Предлагается принять ритуал приветствия и ритуал прощания

3. Приветствие.

Цель: создание положительного настроения, сплочение группы, формирование чувства близости детей друг с другом.

Участникам предлагается образовать круг и разделиться на три равные части: «европейцев», «японцев» и «африканцев». Потом каждый из участников идет по кругу и здоровается со всеми «своим способом»: «европейцы» пожимают руку, «японцы» кланяются, «африканцы» трутся носами.

#### 4. Разминка «Смена ритмов».

Цель: снять мышечное напряжение, помочь участникам включиться в общий ритм занятия.

Педагог начинает хлопать в ладоши и громко, в такт хлопкам, считать: раз, два, три, четыре... Младшие школьники присоединяются и тоже все вместе, хлопая в ладоши, хором считают: раз, два, три, четыре... Постепенно педагог, а вслед за ним и младшие школьники хлопают все реже, считают все тише и медленнее.

### II. Основная часть:

#### 1. Упражнение «Слушай себя».

Цель: развитие навыка обращения внимания на свои чувства, эмоции, на себя в целом.

Педагог: «Давайте сядем по удобнее, расслабимся и закроем глаза. Послушаем, что происходит внутри себя и вокруг. Внимательно прислушайтесь к своим ощущениям. Что вы сейчас чувствуете, что хотите?»

#### 2. Упражнение «Ладочки».

Цель: нахождение своих лучших качеств.

Каждый ребенок обводит на листе бумаги контур ладони. В центре пишет свое имя, в каждом пальце то, что нравится в себе самом. Затем лист передают соседу справа, он в течение 30 секунд пишет на листе (снаружи ладони), то, что нравится в человеке, хозяине ладони. Так через весь круг. Хозяину лист возвращается в перевернутом виде.

#### 3. Упражнение «Рисуем себя».

Цель: рефлексия.

Детям предлагается нарисовать себя. Обсуждение: спросить, что ребенку нравится и не нравится в себе?

### III. Завершение:

#### 1. Релаксация. Упражнение «Зарядись солнышком».

Цель: развитие желания делиться своим настроением и эмоциями с другими членами группы, поддержание позитивного настроения.

Младшие школьники встали в круг, расслабились, глаза закрыли. Потом медленно подняли обе руки вверх. Представили, что достали ими солнышко. Бережно «перенесли» солнечные лучики в свое сердце (руки прижать к груди). В сердце появилась «звездочка». Сказали: «Любовь!» – звездочка увеличилась, «Добро!» – стала еще больше, «Радость!» – еще больше, «Здоровье!» – стала, как солнышко большое. Оно несет тепло всем, кто рядом с нами.

– Поделитесь друг с другом солнышком. (Открыли глаза, развели руки в стороны).

## 2. Рефлексия. Упражнение «Сказочные дома»

Цель: обучение понимать свои чувства, делиться или, выразить их.

Предварительно готовится для каждого ребенка персонально лист бумаги формата А4 с изображением домиков. Количество окошек в домике должно соответствовать количеству занятий. Ребенок будет клеить «личико». Занятие понравилось – улыбающееся личико, не понравилось – грустное. Данная рефлексия рассчитана на весь курс коррекционных занятий.

## 3. Ритуал прощания. Упражнение «Аплодисменты».

Цель: развитие самоуважения.

Педагог: «Мы хорошо поработали сегодня, и мне хочется предложить вам игру, в ходе которой вы подарите друг другу аплодисменты в знак благодарности». Педагог начинает хлопать в ладоши, глядя на одного из участников группы и медленно приближаясь к нему. Затем этот участник выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т.д. Последнему участнику аплодируют уже вся группа.

## Занятие 2. «Другие и я»

Цель: создание доверительной атмосферы принятия каждого, положительного эмоционального настроения.

Ход занятия:

### I. Вводная часть:

#### 1. Приветствие.

Цель: создание положительного настроения, сплочение группы, формирование чувства близости детей друг с другом.

## 2. Разминка «Ревущий мотор»

Цель: снять мышечное напряжение, помочь участникам включиться в общий ритм занятия.

Педагог: «Вы видели настоящие автомобильные гонки? Сейчас мы организуем нечто вроде автогонок по кругу. Представьте себе рев гоночного автомобиля – «Рррмм!» Один из вас начинает, произнося «Рррмм!» и быстро поворачивает голову налево или направо. Его сосед, в чью сторону он повернулся, тут же «вступает в гонку» и быстро произносит свое «Рррмм!», повернувшись к следующему соседу. Таким образом, «рев мотора» быстро передается по кругу, пока не сделает полный оборот.

Кто хотел бы начать?»

### II. Основная часть:

#### 1. Упражнение «Как расселить людей в доме?»

Цель: обучение детей видеть положительное в себе и в окружающих.

Каждому ребенку дается лист с нарисованным пятиэтажным домом. Нужно расселить в этом доме разных людей: родителей, братьев, сестер, бабушек, дедушек, друзей, одноклассников, учителей и себя. Расселением людей в этих домах ведает Волшебник. Он заселяет дома по следующему правилу: на самых верхних этажах живут самые добрые, самые умные, самые щедрые. Нижние этажи Волшебник предоставляет тем, у кого доброты, ума и щедрости меньше всех, то есть злым, глупым и жадным. Младшие школьники записывают в окнах имена жителей.

#### 2. Упражнение «Превращения».

Цель: развитие умения ставить себя на место другого.

Группа садится в круг. Психолог: Сейчас каждому из вас будет представлена возможность вжиться в другого человека, чтобы постараться лучше его почувствовать и понять. Вы получите листы бумаги с указанием имени того человека, в которого вы должны будете превратиться. Через пару минут каждый из вас будет уже кем-то другим. И вы должны будете изобразить этого человека, а группа должна угадать кто это. Другие участники могут задавать вопросы, а вы должны ответить так, как бы ответил изображаемый человек.

#### 3. Упражнение «Поймай мяч».

Цель: рефлексия.

Участники стоят в кругу и по очереди бросают друг другу небольшой мячик, называя при этом какое-либо достоинство того человека, кому этот мяч бросается. Важно

чтобы в процессе игры каждому участнику удалось услышать о себе что-то хорошее и поймать мяч.

### III. Завершение:

#### 1. Релаксация. Упражнение «У костра».

Цель: развитие желания делиться своим настроением и эмоциями с другими членами группы, поддержание позитивного настроения.

Педагог: «А теперь сядьте по удобнее, закройте глаза, постарайтесь расслабиться. Представьте, что вы сидите в нашем кругу на полянке, у костра. Мы вместе смотрим на языки пламени, слушаем, как хрустят дрова, смотрим, друг на друга, улыбаемся, говорим о приятном. Мы держимся за руки, играем, поем песни. А теперь каждый из нас мысленно произнесет про себя: мне хорошо в кругу своих друзей, у меня хорошие отношения с ними, я умею общаться с ребятами, потому что я общительный человек и им со мною интересно, так же, как и мне с ними. Я рад, что мы вместе, я чувствую себя комфортно и уверенно. А теперь потянитесь вверх, разведите руки в стороны и откройте глаза».

#### 2. Рефлексия. Упражнение «Сказочные дома»

Цель: обучение понимать свои чувства, делиться или, выразить их.

#### 3. Ритуал прощания. Упражнение «Аплодисменты».

Цель: развитие самоуважения.

### Занятие 3. «Чем же я отличаюсь от других?»

Цель: осознание уникальности личности каждого человека, его ценности.

Ход занятия:

#### I. Вводная часть:

##### 1. Приветствие.

Цель: создание положительного настроения, сплочение группы, формирование чувства близости детей друг с другом.

##### 2. Разминка «Корабль и ветер»

Цель: помочь детям включиться в общую работу.

Педагог: «Представьте себе, что наш парусник плывет по волнам, но вдруг он остановился. Давайте поможем ему и пригласим на помощь ветер. Вдохните в себя воздух, сильно втяните щеки... А теперь шумно выдохните через рот воздух, и пусть

вырвавшийся на волю ветер подгоняет кораблик. Давайте попробуем еще раз. Я хочу услышать, как шумит ветер!» Упражнение можно повторить 3 раза.

II. Основная часть:

1. Игра «Ласковое имя».

Цель: помочь участникам осмыслить важность каждого члена группы.

Младшие школьники стоят в кругу. Ведущий предлагает вспомнить, как его ласково называют дома. Затем предлагает бросать друг другу мяч и тот, к кому мяч попадает, называет свое ласковое имя. После того, как все назовут свои имена, мяч бросается в обратном направлении. При этом нужно вспомнить и назвать ласковое имя того, кому бросаешь мяч.

2. Игра «Свет мой, зеркальце, скажи...».

Цель: научиться правильно оценивать других, выделять в них индивидуальные качества, высказывать свое мнение о других детях, а также верно оценивать самого себя.

Участникам игры предлагается вспомнить сказку А.С. Пушкина «О мертвой царевне и семи богатырях». Поупражняться в мимических движениях: поднять брови, опустить, нахмурить брови. Сдвинуть, надуть губы, опустить уголки губ, улыбнуться.

Представить мимический образ партнеру (каждый свой).

Педагог: «В сказке есть слова, которые произносит царица, сидя перед зеркальцем: «Свет мой, зеркальце, скажи, да всю правду доложи...». Мы сегодня попросим «зеркальце» рассказать, какие мы. Роль «зеркальца» выполнит кто-нибудь из вас. Посмотрите друг на друга, подумайте и решите, кто из вас будет «зеркальцем», а кто будет его спрашивать (участники разбиваются на пары). «Зеркальце» внимательно посмотрит на партнера и вспомнит все о нем, подумает, как и что о нем можно рассказать. По порядковым номерам и сигналу ведущего пара занимает почетное место. Один спрашивает: «Свет мой, зеркальце! Скажи, да всю правду Расскажи обо мне...». А зеркальце в ответ: «Ты прекрасна (прекрасен) спору нет. И красива (красив) ты и умна (умен), и щедрa (щедр), и добра (добр)» и т.п.

3. Упражнение «Похожие и разные».

Цель: демонстрация индивидуальных особенностей каждого.

Доска делится на 2 части, мелом или маркером записываются результаты.

Педагог: «Сейчас мы проведем небольшую игру, которая позволит нам понять наши сходства и различия. Для этого делимся на 2 команды, и по 1 представителю выходим к доске. В течение одной минуты находим сходства и различия между двумя

участниками. Одна команда находит сходства, другая различия. За каждый верный ответ я буду ставить плюсы. Затем мы посмотрим, чего больше в людях, сходства или различия».

Игра повторяется с другими участниками.

III. Завершение:

1. Релаксация. Упражнение «Бабочка».

Цель: развитие желания делиться своим настроением и эмоциями с другими членами группы, поддержание позитивного настроения.

Педагог: «Ребята, а сейчас представьте, что вы находитесь на поляне в прекрасный летний день. Прямо перед собой вы видите великолепную бабочку, порхающую с цветка на цветок. Проследите за движением ее крыльев. Движения ее крыльев легки и грациозны. Теперь пусть каждый вообразит, что он – бабочка, что у него красивые и большие крылья. Почувствуйте, как ваши крылья медленно и плавно движутся вверх и вниз. Наслаждайтесь ощущением медленного и плавного парения в воздухе. А теперь взгляните на пеструю поляну, над которой вы летите. Посмотрите, сколько на ней ярких цветов. Найдите глазами самый красивый цветок и постепенно начинайте приближаться к нему. Теперь вы чувствуете аромат своего цветка. Медленно и плавно вы садитесь на мягкую ароматную серединку цветка. Вдохните еще раз его аромат. Откройте глаза. Сохраните наполнившее вас ощущение покоя и хорошего настроения на весь день».

2. Рефлексия. Упражнение «Сказочные дома»

Цель: обучение понимать свои чувства, делиться или, выражать их.

3. Ритуал прощания. Упражнение «Аплодисменты».

Цель: развитие самоуважения.

Занятие 4. «Во мне и свет, и тень»

Цель: формирование представления о том, что в человеке одновременно сосуществуют и положительные, и отрицательные качества, обучение детей определять достоинства и недостатки как других людей, так и свои собственные, обучение пониманию причин поступков.

Ход занятия:

I. Вводная часть:

1. Приветствие.



Цель: создание положительного настроения, сплочение группы, формирование чувства близости детей друг с другом.

## 2. Разминка. Игра «Гусеница»

Цель: способствовать сплочению коллектива.

Педагог: «Ребята, сейчас мы с вами будем одной большой гусеницей и начнем все вместе передвигаться по этой комнате. Постройтесь цепочкой, руки положите на плечи впереди стоящего. Между его спиной и своим животом зажмите воздушный шар. Дотрагиваться руками до шара строго воспрещается!»

Первый участник в цепочке держит свой шар на вытянутых руках. Таким образом, в единой цепи вы должны пройти по классу между рядами.

## II. Основная часть:

### 1. Игра «Темные и светлые мешочки».

Цель: закрепление знаний об отрицательных и положительных чертах.

На доске нарисованы два больших мешка, педагог достает заранее заготовленные таблички, на которых написаны качества людей, и предлагает ученикам коллективно рассортировать эти качества на «темные» и «светлые». Выбирается помощник, который с помощью магнитов будет прикреплять таблицы к доске («складывать в мешки»). При этом под темными качествами будут пониматься те, которые мешают жить мирно и счастливо как самому человеку, так и его окружению.

Соответственно, под «светлыми» те, которые помогают.

### 2. Игра «Мои плюсы и минусы»

Цель: развитие самоанализа и рефлексии, воспитание умения объективно оценивать свои достижения, промахи и успехи.

Педагог: «Каждый человек (взрослый или ребенок) знает о своих приятных (хороших) и неприятных (плохих) качествах. Сейчас каждый из вас должен написать на листке бумаги, что он знает о себе (написать свои хорошие и плохие качества характера)».

Обсуждение. Педагог: «Ребята, легко или трудно было найти в себе хорошее и плохое? А что сделать было легче? Ребята, подумайте и скажите, какое качество в наибольшей степени мешает нам быть хорошими и замечательными, без всяких недостатков».

### 3. Постановка этюдов, отображающих положительные и отрицательные качества человека.

Цель: формирование у детей моральных представлений, коррекция поведения и нежелательных черт характера.

Этюды на отображение положительных черт характера.

«Посещение больного».

Мальчик заболел. К нему пришел друг. Он с сочувствием смотрит на больного, потом дает ему попить, заботливо поправляет одеяло.

«Любящий сын».

Мальчик потихоньку входит в комнату с подарком, спрятанным за спиной. Он идет на носочках и улыбается. Мама не знает, что мальчик в комнате и сейчас сделает ей подарок.

«Внимательная девочка».

По улице шла женщина с покупками. У нее упал сверток. Девочка, увидев это, подбежала, подняла сверток и подала женщине. Женщина поблагодарила девочку.

Этюды на отображение отрицательных черт характера.

«Наглецы».

Три мальчика сидели на скамейке под окнами. Громко включили музыку на телефоне. Из подъезда вышла женщина и попросила мальчиков перейти на другое место: «Вы слушаете музыку как раз под нашими окнами, а у меня только-только заснула больная дочка!». «А нам-то что!» – сказали сквозь зубы мальчики и включили еще громче. Во время этюда звучит музыка.

«Эгоистка».

В автобус заходили девочка и старушка. Было свободно одно место у окна. Девочка, опередив старушку быстро заняла это место. Мужчина сделал замечание девочке: «Уступи место пожилому человеку». Девочка ответила: «Я первая села, я устала, пусть другие уступают».

«Застенчивый мальчик». Однажды в школу приехал писатель, ветеран Великой Отечественной войны, и стал рассказывать о подвигах разведчиков. Он обратил внимание на одного мальчика, который слушал его особенно внимательно. Когда писатель кончил свой рассказ, ребята поблагодарили его и разошлись, а этот мальчик остался. Мальчик стоял и пристально смотрел на писателя, не решаясь, казалось, с ним заговорить. Писатель подошел к нему:

– Ты хочешь о чем-нибудь спросить? Мальчик опустил голову.

– Что же ты... Спрашивай...

Он потушился еще больше. Потом неожиданно повернулся и медленно пошел прочь.

Младшие школьники вместе с ведущим делают предположения, что хотел, но не решился сказать писателю мальчик.

Затем ведущий берет на себя роль писателя, а младшие школьники по очереди изображают застенчивого мальчика. Ведущий сообщает, что писатель — это Альберт Вениаминович Цессарский. Во время Великой Отечественной войны он был врачом в партизанском отряде.

### III. Завершение:

#### 1. Релаксация. Упражнение «На берегу моря».

Цель: развитие желания делиться своим настроением и эмоциями с другими членами группы, поддержание позитивного настроения.

Включаются звуки шума моря. Педагог: «Представьте, что вы на берегу моря. Вы сидите на песке. Наберите в руки воображаемый песок. Сильно, сжав пальцы в кулак, удерживайте песок в руках. Посыпайте колени песком, постепенно раскрывая пальцы. Стряхивайте песок с рук, расслабляя кисти и пальцы. Уроните руки бессильно вдоль тела (лень двигать тяжелым руками!)». Повторить 2-3 раза. 2. Рефлексия. Упражнение «Сказочные дома»

Цель: обучение понимать свои чувства, делиться или, выражать их.

#### 3. Ритуал прощания. Упражнение «Аплодисменты».

Цель: развитие самоуважения.

### Занятие 5. «Посмотрите на меня!»

Цель: удовлетворение детей в признании, формирование самосознания.

Ход занятия:

#### I. Вводная часть:

##### 1. Приветствие.

Цель: создание положительного настроения, сплочение группы, формирование чувства близости детей друг с другом.

##### 2. Разминка. Игра «Доброе животное»

Цель: способствовать сплочению коллектива, научить детей оказывать поддержку, помочь в понимании чувств других членов коллектива.

Педагог (говорит тихим, таинственным голосом): «Встаньте, пожалуйста, в круг и возьмитесь за руки. Мы – одно большое доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит! А теперь подышим вместе! На вдох – делаем шаг вперед, на выдох – шаг назад. А теперь на вдох делаем 2 шага вперед, на выдох делаем 2 шага назад. Вдох – 2 шага вперед. Выдох – 2 шага назад. Так животное не только дышит, но также четко и ровно бьется его большое доброе сердце. Стук – шаг вперед, стук – шаг назад и т. д. Давайте возьмем себе дыхание и стук сердца этого животного».

## II. Основная часть:

### 1. Упражнение «Гадкий утенок».

Цель: коррекция самооценки, формирование моральных представлений.

Давайте вспомним сказку Г.Х.Андерсена «Гадкий утенок». Каким показан утенок в сказке? Что он испытывал на птичьем дворе, какие чувства? Какие чувства к гадкому утенку испытывали вы? Как к утенку относились взрослые утки, куры и даже его утка-мать? Почему? (Все гнали бедного утенка, щипали его, клевали) Знаете ли вы, как назвать то, что демонстрировали утенку птицы с птичьего двора? (Высокомерие и презрение). Высокомерие – это враждебное, пренебрежительное, недобрительное отношение к другому. Утенка щипали, клевали, толкали, говорили: «Глаза бы на тебя не смотрели». Почему они так делали и говорили? Какое чувство они испытывали к утенку? Да, птицы считали его безобразным, гадким, говорили, что он урод, потому что утенок был... (непохож на остальных). И такое отношение называли «презрительным». Трудно ли было утенку жить на птичьем дворе, или ему было все равно, как к нему относились? Если бы вы оказались на птичьем дворе, как бы вы помогли утенку? Это грустная сказка? Чем она закончилась? Какие чувства испытал «гадкий утенок», когда прекрасные птицы-лебеди приняли его в свою стаю? (Радость, восторг, ликование). Ребята, а в жизни вы встречались с людьми, которые проявляют такие качества, как «высокомерие», «презрение»? А сами вы когда-нибудь выражали такие чувства по отношению к окружающим? (рассказы детей, обсуждение).

### 2. Упражнение «Я умею...»

Цель: укрепление уверенности в себе, осознанное выражение своих мыслей и желаний.

Дети должны назвать умение, которое они могут делать лучше других. Спросить у ребят, давно ли они этому научились и трудно ли им было учиться.

### 3. Упражнение «Цыганка».

Цель: обращение внимания на положительных сторонах «Я» участников группы.

Ведущий надевает платок и превращается в цыганку, которая предлагает ребятам погадать. Ребята по очереди обращаются к ней со словами: «Цыганка, цыганка, погадай мне, расскажи, какой я». Ведущий держит за спиной стопку карточек с написанными на них «светлыми» качествами людей, вытаскивает одну карточку и предъявляет ее ребенку со словами: «Правильно я нагадала?» Ребенок может начать сомневаться, отказываться от качества. Ведущему важно с одной стороны, поддержать размышления ребенка о том, какой он на самом деле, с другой – убедить в том, что это качество у него присутствует. Можно привлечь к обсуждению ребят.

### III. Завершение:

#### 1. Релаксация. Упражнение «На лесной поляне».

Цель: развитие желания делиться своим настроением и эмоциями с другими членами группы, поддержание позитивного настроения.

Дети садятся поудобнее, закрывают глаза, слушают аудиозапись пения птиц. Педагог: «Представьте, что вы летом присели отдохнуть на лесной полянке. Вокруг вас деревья, трава, цветы. Солнышко светит, но вам не жарко. Легкий ветерок ласково дует вам на лицо. Вам хорошо под тенью деревьев. У вас легко на душе и радостно от пения птиц. Вы чувствуете себя частью природы, частью этого большого и прекрасного мира».

#### 2. Рефлексия. Упражнение «Сказочные дома»

Цель: обучение понимать свои чувства, делиться или, выразить их.

#### 3. Ритуал прощания. Упражнение «Аплодисменты».

Цель: развитие самоуважения.

#### Занятие 6. «Как подружить “хочу” и “могу”?»

Цель: развитие способности оценивать свои желания и возможности, формирование адекватной самооценки.

Ход занятия:

#### I. Вводная часть:

##### 1. Приветствие.

Цель: создание положительного настроения, сплочение группы, формирование чувства близости детей друг с другом.

##### 2. Разминка. Игра «Тропинка».

Цель: развитие организованности и дисциплинированности детей.

Дети берутся за руки, образуя круг. По сигналу ведущего начинают движение по кругу в правую сторону до тех пор, пока ведущий не произнесет слово-задание.

Задания чередуются.

Слова-задания: «Тропинка»: все дети встают друг за другом и кладут руки на плечи впереди стоящего; «Копна»: дети направляются к центру круга, вытянув руки вперед; «Кочки»: дети приседают, положив руки на голову.

II. Основная часть:

1. Чтение сказки В.П. Катаева «Цветик-семицветик».

Цель: устремление детей к их заветным желаниям.

2. Игра «Цветик-семицветик».

Цель: подтолкнуть участников к анализу собственных желаний.

Для этой игры понадобится цветик-семицветик, у которого лепестки отрываются (вынимаются), а также красные и желтые фишки.

Каждый ребенок, сорвав лепесток, может задумать одно заветное желание. По очереди дети с лепестками кружатся вместе с остальными и повторяют слова:

Лети, лети, лепесток,  
Через запад на восток,  
Через север, через юг,  
Возвращайся, сделав круг.  
Лишь коснешься ты земли,  
Быть по-моему вели!

Затем нужно произнести желание. Если загаданное желание связано с удовлетворением личных потребностей ребенка, он получает желтую фишку, если оно имеет общественное значение – красную. Один лепесток срывают два ребенка. Держась за руки, они «совершают полет», обдумывая друг с другом общее желание. В конце игры дети обсуждают, какие желания им понравились и почему.

Собрав в конце игры все фишки, педагог определяет уровень нравственного развития группы. Но не стоит говорить об этом детям, т. к. в дальнейшем они могут скрывать свои заветные желания, подстраиваясь под оценки взрослых.

3. Упражнение «Все равно ты молодец, потому что...».

Цель: формирование адекватной самооценки.

Участники делятся на пары. Один партнер рассказывает другому о трудной ситуации в жизни, чем-нибудь неприятном, либо говорит о каком-либо своем недостатке и пр. Его собеседник внимательно выслушивает и произносит фразу: «Все равно ты молодец, потому что...». Потом дети меняются ролями. Необходимо дать участникам возможность испытать на себе такой способ реагирования, при котором самоуважение партнера не снижается и в затруднительном для него положении.

### III. Завершение:

#### 1. Релаксация. Упражнение «Цветок».

Цель: развитие желания делиться своим настроением и эмоциями с другими членами группы, поддержание позитивного настроения.

Педагог: «Сядьте удобнее, закройте глаза, расслабьтесь. Представьте, что мы все лепестки прекрасного, цветущего цветка. Мы вместе, солнышко согревает нас, его тепло достается каждому поровну, мы тянемся к нему и становимся еще ближе друг к другу. Каждый из нас красив по-своему, а вместе мы составляем цветок. А теперь каждый из нас проговорит про себя: мне хорошо, кругом мои друзья, мне приятно видеть их, говорить с ними, мы вместе, дружны и приветливы. Сейчас раскиньте руки в стороны, подтянитесь и откройте глаза».

#### 2. Рефлексия. Упражнение «Сказочные дома»

Цель: обучение понимать свои чувства, делиться или, выражать их.

#### 3. Ритуал прощания. Упражнение «Аплодисменты».

Цель: развитие самоуважения.

### Занятие 7. «Как добиться успеха?»

Цель: развитие чувства уверенности в себе и собственных силах, актуализация потенциала каждого участника группы.

Ход занятия:

#### I. Вводная часть:

##### 1. Приветствие.

Цель: создание положительного настроения, сплочение группы, формирование чувства близости детей друг с другом.

##### 2. Разминка. Упражнение «Путаница».

Цель: научить справляться детей с препятствиями.

Выбирается один водящий. Остальные дети запутываются, не расцепляя рук.

Водящий должен распутать клубок.

II. Основная часть:

1. Чтение русской народной сказки «Маленькая рыбка».

Цель: развитие уверенности в себе, в своих собственных силах.

На дне чудесного синего моря живет маленькая симпатичная рыбка. И вы легко можете представить себе эту маленькую, веселую, хорошую рыбку. Целыми днями рыбка играла и резвилась со своими друзьями. Она плавала среди разноцветных водорослей. Играла с воздушными пузырьками и гонялась за проворными морскими коньками. Родители очень любили свою маленькую рыбку. Так проходил день за днем. Друзья рыбки за это время немного подрастали, а рыбка почему-то нет. Ни рыбка, ни родители не знали в чем дело, и как случилось так. А ей очень хотелось хоть немного подрасти, стать большой и сильной.

Однажды, играя, рыбка заплывла в густые водоросли, заблудилась и встретила там страшного осьминога. Как только осьминог увидел рыбку, он сразу захотел ее поймать, такая она была красивая и привлекательная. Но рыбка умела быстро плавать. Она легко скользила среди зарослей, а большой и неуклюжий осьминог запутался в них. Ему так и не удалось догнать рыбку. Когда рыбка вернулась к родителям и рассказала, что с ней приключилось, то они ответили: «Какая ты у нас стала уже большая, ты даже справились со страшным осьминогом!» Когда рыбка легла спать в этот вечер, ей приятно было думать о том, что, несмотря на то, что она маленького размера, но действительно уже стала большой и быстрой. Теперь она точно знала, что растет и может справиться сама с любыми неприятностями.

С этого момента рыбка на самом деле стала немного подрастать, и уже скоро все заметили, какая она необыкновенная и неповторимая. Прошло время, наша милая рыбка выросла. Сейчас на дне чудесного синего моря плавает большая красивая рыбка. И вы легко можете представить себе это синее плещущее море, разноцветные водоросли, почувствовать нежное прикосновение волн, и красивую необыкновенную рыбку.

Вопросы для обсуждения: Что помогло рыбке справиться с осьминогом? Что почувствовала рыбка после этого происшествия?

2. Упражнение «Я – сильный, Я – слабый».

Цель: способствование развитию «позитивных мыслей»

Ведущий подходит по очереди к каждому ребенку и просит его вытянуть вперед руку. Затем он старается опустить руку ребенка вниз, нажимая на нее сверху. Ребенок



должен удерживать руку, говоря при этом вслух: «Я сильный!» На втором этапе выполняются те же самые действия, но уже со словами «Я слабый».

Нужно попросить детей о том, чтобы они произносили слова с соответствующей их смыслу интонацией. Затем обсудить, в каком случае им было легче удерживать руку и почему.

Необходимо постараться подвести детей к выводу о том, что поддерживающие слова помогают нам справляться с трудностями и побеждать.

### 3. Упражнение «Препятствие».

Цель: развитие умения преодолевать трудности.

Участников просят образовать «живое препятствие»: встав в плотную группу, принять такие позы, чтобы затруднить проход через нее. Но при этом препятствие должно быть принципиально преодолимым, а не представлять собой сплошную непроницаемую «живую стену», которую можно преодолеть только таранным ударом. Доброволец с завязанными глазами преодолевает это «живое препятствие». Ему не следует применять физическую силу (расталкивать, растаскивать других участников и т.п.), а нужно найти возможности протиснуться между ними без таких действий. Перед прохождением каждого следующего добровольца форма «живого препятствия» меняется.

Вопросы для обсуждения: Какие варианты действий использовали участники для преодоления «живых препятствий» и что оказалось более результативным? Что было сложного в выполнении задания?

### 4. Упражнение «Как мы боремся с трудностями»

Цель: проработка способов борьбы с личными трудностями каждого.

Предварительная беседа. Педагог: «Каждый день ставит перед нами новые задачи, с которыми необходимо научиться справляться. Не стоит бояться ошибок и неудач. Трудности, с которыми мы справляемся, делают нас сильнее, умнее, увереннее в себе. Если что-то не получается, не расстраивайтесь, нельзя опускать руки; не обвиняйте окружающих. Наши ошибки помогают нам понять, что было сделано не так, и в следующий раз поступить по-другому, так, чтобы добиться цели. Если трудно и непонятно, попросите о помощи». Включается спокойная музыка. Педагог: «Сядьте поудобнее. Представьте белый экран. Нарисуйте на нем свое желание. Это то, о чем вы мечтаете. А теперь рисуйте то, что вы делаете, чтобы достигнуть цели. Рисуйте до тех пор, пока не почувствуете, что вам удалось то, к чему стремились. Мысленно

порадуйтесь: «Я сделал это!» Откройте глаза и скажите уверенно вслух «Я смогу сделать то, что мне надо сделать!» III. Завершение:

1. Рефлексия. Упражнение «Сказочные дома».

Цель: обучение понимать свои чувства, делиться или, выразить их.

2. Ритуал прощания. Упражнение «Аплодисменты».

Цель: развитие самоуважения.

Занятие 8. «Сказочное превращение».

Цель: подведение итогов проделанной работы, закрепление полученных навыков.

Ход занятия:

I. Вводная часть:

1. Приветствие.

Цель: создание положительного настроения, сплочение группы, формирование чувства близости детей друг с другом.

2. Разминка. Упражнение «Счет».

Цель: сплочение участников группы, мышечное и эмоциональное расслабление.

Ведущий называет числа. Сразу после того, как число будет названо, должно встать столько человек, какое число прозвучало. В выполнении упражнения необходимо добиться синхронности, участники не должны совещаться.

II. Основная часть:

1. Чтение притчи о воробье с завышенной самооценкой.

Цель: коррекция завышенной самооценки.

Жил был воробей. Серенький, ничем не примечательный... ну, разве что хохолок у него был на серой же макушке. Летал он, чирикал с такими же, как и он воробушками. А потом надоела ему компания, он подумал: "Зачем мне эта серая толпа, я лучше заведу знакомство с кем-нибудь из высшего света".

– Эй, серый, полетели с нами зернышки клевать! – звали его друзья воробьи.

– Не чета вы мне, я теперь с вами общаться не буду, вы для меня слишком серые, – отвечал им бывший товарищ.

– Мы такие же серые, как и ты, – говорили ему собратья, но он не слушал.

Увидел он однажды на пороге дома, под кровлей которого свил гнездо, красивую рыжую кошку. «О, – подумал воробей, – какая важная, какая гордая. Надо познакомиться». Подлетел он к кошке поближе, а она каааак цапнет его когтистой лапой!

– Помогите! – кричит воробей своим бывшим друзьям. – Спасите, съедят же!

– Мы для тебя слишком серые, – ответили ему воробьи и улетели.

Кошка съела воробья вместе с хохолком.

Вопросы для обсуждения: Какие качества мешали воробью общению с другими воробьями?

2. Упражнение «Комплименты».

Цель: развитие умения находить в других положительные черты.

Дети встают в круг, все берутся за руки. Глядя в глаза соседа, участник говорит: «Мне нравится в тебе». Принимающий кивает головой и отвечает: «Спасибо, мне очень приятно! Упражнение продолжается по кругу. Далее обсуждаются чувства, которые испытали дети при выполнении данного задания.

3. Упражнение «Чемодан в дорогу».

Цель: Создание мотивации для дальнейшей работы над собой.

Группа садится по кругу.

Мы завершаем нашу работу. Сейчас каждый из вас по очереди будет ставить перед собой этот стул (ведущий ставит стул в центр круга). Все участники группы в том порядке, в котором вам будет удобно, будут подходить к вам, садиться на стул и называть одно качество, которое, на их взгляд помогает вам, и одно, которое мешает. При этом надо помнить, сто называть следует те качества, которые проявились в ходе работы группы и поддаются коррекции. После того, как все выскажут свое мнение, следующий участник берет стул и ставит напротив себя. Упражнение повторяется и т.д.

III. Завершение:

1. Упражнение «Я в будущем»

Цель: формирование позитивных жизненных стремлений и целей.

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

2. Рефлексия. Упражнение «Сказочные дома»

Цель: обучение понимать свои чувства, делиться или, выражать их.

3. Ритуал прощания. Упражнение «Аплодисменты».

Цель: развитие самоуважения.

#### Программа коррекции самооценки младших школьников с ЗПР

Актуальность: для успешного функционирования в обществе детям с ЗПР необходима коррекция самооценки, без которой они не смогут здраво оценивать свои достоинства, недостатки и возможности, понимать чувства других людей.

Цели: психолого-педагогическая коррекция самооценки младших школьников с ЗПР, где рефлексия и анализ станут основными рычагами изменения поведения.

Задачи:

1. Формирование осознанного восприятия своего «я», своих достоинств и недостатков;
2. Развитие умения адекватно выражать свои эмоции, стремление к пониманию чужих эмоций;
3. Развитие произвольной регуляции поведения;
4. Формирование интереса к саморазвитию;
5. Повышение уровня групповой сплоченности; 6. Воспитание позитивного отношения к людям;
7. Обучение приемам самопомощи.

Практическая направленность: данная программа предназначена для работы с детьми 8-9 лет. Категория учащихся: учащиеся с ЗПР. Условия формирования группы: группа формируется из учеников коррекционного класса, уже знакомых между собой. Численность группы: 14 человек. Перечень методик и техник: тренинг, игра, беседа, наблюдение, тестирование. Частота и количество занятий: программа рассчитана на 8 занятий продолжительностью 40 минут каждое, которые проводятся два раза в неделю.

Основные методы и приемы: использование дозированной педагогической помощи (обучающей, стимулирующей, организующей, направляющей); пошаговость предъявления материала, учет индивидуально-психологических и возрастных особенностей, эмоционально окрашенная подача материала.

Программа опирается на следующие принципы: системность; комплексность; деятельностный подход; онтогенетический; общедидактические принципы (наглядности, доступности, индивидуального подхода, сознательности).

Таблица 1 – Тематическое планирование программы коррекции самооценки младших школьников с ЗПР

Тема	Цели	Формы работы, упражнения
«Как мне услышать себя?»	знакомство с группой, расширение знаний участников о себе	<p>I. Вводная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Слово ведущего</li> <li>2. Посвящение в правила группы</li> <li>3. Приветствие</li> <li>4. Разминка «Смена ритмов»</li> </ol> <p>II. Основная часть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнение «Слушай себя»</li> <li>2. Упражнение «Ладочки»</li> <li>3. Упражнение «Рисуем себя»</li> </ol> <p>III. Завершение:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Релаксация. Упражнение «Зарядись солнышком»</li> <li>2. Рефлексия. Упражнение «Сказочные дома»</li> <li>3. Ритуал прощания. Упражнение</li> </ol>

Продолжение таблицы 1

«Другие и я»	создание доверительной атмосферы принятия каждого, положительного эмоционального настроя	<p>I. Вводная часть:</p> <p>1. Приветствие</p> <p>2. Разминка «Ревущий мотор»</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>1. Упражнение «Как расселить людей в доме?»</p> <p>2. Упражнение «Превращения»</p> <p>3. Упражнение «Поймай мяч»</p> <p>III. Завершение:</p> <p>1. Релаксация. Упражнение «У костра»</p> <p>2. Рефлексия. Упражнение «Сказочные дома»</p> <p>3. Ритуал прощания. Упражнение «Аплодисменты»</p>
«Чем же я отличаюсь от других?»	осознание уникальности личности каждого человека, его ценности	<p>I. Вводная часть:</p> <p>1. Приветствие</p> <p>2. Разминка «Корабль и ветер»</p> <p>II. Основная часть:</p> <p>1. Игра «Ласковое имя»</p> <p>2. Игра «Свет мой, зеркальце, скажи...»</p> <p>3. Упражнение «Похожие и разные»</p> <p>III. Завершение:</p> <p>1. Релаксация. Упражнение «Бабочка»</p> <p>2. Рефлексия. Упражнение «Сказочные дома»</p> <p>3. Ритуал прощания. Упражнение «Аплодисменты»</p>

Продолжение таблицы 1

«Во мне и свет, и тень»	<p>формирование представления о том, что в человеке одновременно сосуществуют и положительные, и отрицательные качества, обучение детей определять достоинства и недостатки как других людей, так и свои собственные</p>	<p>I. Вводная часть:                      1. Приветствие                      2. Разминка. Игра «Гусеница» II.                      Основная часть:                      1. Игра «Темные и светлые мешочки»                      2. Игра «Мои плюсы и минусы»                      3. Постановка этюдов, отображающих положительные и отрицательные качества человека.                      III. Завершение:                      1. Релаксация. Упражнение «На берегу моря»                      2. Рефлексия. Упражнение «Сказочные дома»                      3. Ритуал прощания.                      Упражнение «Аплодисменты»</p>
-------------------------	--	---

«Посмотрите на меня!»	<p>удовлетворение детей в признании, формирование самосознания</p>	<p>I. Вводная часть:                      1. Приветствие                      2. Разминка. Игра «Доброе животное» II.                      Основная часть:                      1. Упражнение «Гадкий утенок».                      2. Упражнение «Я умею...»                      3. Упражнение «Цыганка»                      III. Завершение                      1. Релаксация. Упражнение «На лесной поляне»                      2. Рефлексия. Упражнение «Сказочные дома»                      3. Ритуал прощания. Упражнение «Аплодисменты»</p>
-----------------------	--	---

Продолжение таблицы 1

<p>«Как подружить “хочу” и “могу”?»</p>	<p>развитие способности оценивать свои желания и возможности, формирование адекватной самооценки</p>	<p>I. Вводная часть:  1. Приветствие  2. Разминка. Игра «Тропинка».  II. Основная часть  1. Чтение сказки В.П. Катаева «Цветиксемицветик».  2. Игра «Цветик-семицветик»  3. Упражнение «Все равно ты молодец, потому что...»  III. Завершение:  1. Релаксация. Упражнение «Цветок»  2. Рефлексия. Упражнение «Сказочные дома»  3. Ритуал прощания. Упражнение «Аплодисменты»</p>
<p>«Как добиться успеха?»</p>	<p>развитие чувства уверенности в себе и собственных силах, актуализация потенциала каждого участника группы</p>	<p>I. Вводная часть:  1. Приветствие  2. Разминка. Упражнение «Путаница»  II. Основная часть:  1. Чтение русской народной сказки «Маленькая рыбка».  2. Упражнение «Я – сильный, Я – слабый».  3. Упражнение «Препятствие»  4. Упражнение «Как мы боремся с трудностями»  III. Завершение:  1. Рефлексия. Упражнение «Сказочные дома»  2. Ритуал прощания. Упражнение «Аплодисменты»</p>
<p>«Сказочное превращение»</p>	<p>подведение итогов проделанной работы, закрепление полученных навыков</p>	<p>I. Вводная часть:  1. Приветствие  2. Разминка. Упражнение «Счет».  II. Основная часть:  1. Чтение притчи о воробье с завышенной самооценкой  2. Упражнение «Комплименты».  3. Упражнение «Чемодан в дорогу».  III. Завершение:  1. Упражнение «Я в будущем»  2. Рефлексия. Упражнение «Сказочные дома»  3. Ритуал прощания. Упражнение</p>



*Продолжение таблицы 1*

		«Аплодисменты»
--	--	----------------

Литература: М.Н. Пономаревой «Психолого-педагогическая коррекция самооценки младших школьников с ЗПР», в то время как вся коррекционноразвивающая работа была построена на основе работ следующих авторов: А.Н. Парфенова «Развитие социальной уверенности»; О. Хухлаева, О. Хухлаев, И. Первушина «Маленькие игры в большое счастье»; К. Фопель «Энергия Паузы. Психологические игры и упражнения».

## ПРИЛОЖЕНИЕ 4 Результаты формирующего эксперимента

Таблица 1 – Результаты исследования самооценки у младших школьников с ЗПР по методике «Лесенка» В.Г. Щур

Имя ребенка	Измерение уровня самооценки	Итоговый уровень самооценки
Анастасия В.	первая ступень	завышенный
Кирилл М.	третья ступень	адекватный
Мария Г.	первая ступень	завышенный
Валерия Ш.	первая ступень	завышенный
Юлия Н.	третья ступень	адекватный
Сергей Н.	третья ступень	адекватный
Максим. К.	четвертая ступень	заниженный
София У.	первая ступень	завышенный
Никита В.	первая ступень	завышенный
Степан С.	первая ступень	завышенный
Верника Е.	первая ступень	завышенный
Дарья Х.	первая ступень	завышенный
Ольга В.	вторая ступень	адекватный
Ева И.	первая ступень	завышенный

Итого:

64% – завышенный;

28,57% – адекватный;

7,14% – заниженный.

Таблица 2 – Результаты исследования самооценки у младших школьников с ЗПР по методике Дембо-Рубинштейна

Имя ребенка	2	3	4	5	6	7	Средний балл	Итоговая самооценка
Анастасия В.	60	54	70	56	63	56	59,8	реалистический
Кирилл М.	46	31	43	54	47	56	46,2	реалистический
Мария Г.	54	62	71	78	79	76	70	тенденция к завышенной
Валерия Ш.	62	62	60	50	60	62	59,3	реалистический
Юлия Н.	28	27	32	18	24	20	24,8	заниженный
Сергей Н.	52	58	51	61	32	58	52	реалистический
Максим. К.	19	23	19	31	26	27	24, 2	заниженный
София У.	64	60	56	55	60	47	57	реалистический

Никита В.	57	53	62	75	47	68	60,3	тенденция к завышенной
Степан С.	52	65	70	71	83	76	69,5	тенденция к завышенной

*Продолжение таблицы 2*

Верника Е.	65	63	80	63	49	45	60,8	тенденция к завышенной
Дарья Х.	70	51	66	50	25	80	57	реалистический
Ольга В.	44	36	43	54	48	55	46,7	реалистический
Ева И.	63	59	59	57	60	56	59	реалистический

Итого:

28,57% – тенденция к завышенной;

57,16% – реалистический;

14,27% – заниженный.

Таблица 3 – Результаты исследования самооценки у младших школьников с ЗПР по методике «Нарисуй себя» А.М. Прихожан, З. Василяускайте

Имя ребенка	Итоговый уровень самооценки
Анастасия В.	высокий
Кирилл М.	средний
Мария Г.	высокий
Валерия Ш.	высокий
Юлия Н.	средний
Сергей Н.	средний
Максим. К.	заниженный
София У.	средний
Никита В.	высокий
Степан С.	средний
Верника Е.	высокий
Дарья Х.	высокий
Ольга В.	средний
Ева И.	средний

Итого:

42,86% – высокий;

50% – средний;

7,14% – заниженный.

Таблица 4 – Сводные результаты по методикам

Имя ребенка	Уровень самооценки по методике «Лесенка»	Уровень самооценки по методике Дембо-Рубинштейна	Уровень самооценки по методике «Нарисуй себя»	Итоговый уровень самооценки
Анастасия В.	высокий	реалистический	высокий	высокий
Кирилл М.	средний	реалистический	средний	средний
Мария Г.	высокий	тенденция к завышенной	высокий	высокий

*Продолжение таблицы 4*

Валерия Ш.	Высокий	реалистический	высокий	высокий
Юлия Н.	средний	заниженный	средний	средний
Сергей Н.	средний	реалистический	средний	средний
Максим. К.	заниженный	заниженный	заниженная	заниженный
София У.	высокий	реалистический	средний	средний
Никита В.	высокий	тенденция к завышенной	высокий	высокий
Степан С.	высокий	тенденция к завышенной	средний	высокий
Верника Е.	высокий	тенденция к завышенной	высокий	высокий
Дарья Х.	высокий	реалистический	высокий	высокий
Ольга В.	средний	реалистический	средний	средний
Ева И.	высокий	реалистический	средний	средний

Итого:

50% – высокий; 42,86%

– средний;

7,14% – заниженный.

Таблица 5 – Данные для расчета критерия Т-Вилкоксона по методике

№	Ф.И.	Индивидуальные значения констатирующего	Индивидуальные значения формирующего эксперимента	Разность (t допосле)	Абсолютное значение сдвига	Ранговый
---	------	---	---	----------------------	----------------------------	----------

		эксперимента				номер разно сти
--	--	--------------	--	--	--	-----------------------

Дембо-Рубинштейна

№	Ф.И.	Индивидуальные значения констатирующего эксперимента	Индивидуальные значения формирующего эксперимента	Разность (t допосле)	Абсолютное значение сдвига
1	Анастасия В.	60,3	59,8	-0,5	0,5
2	Кирилл М.	46	46,2	0,2	0,2
3	Мария Г.	70,3	70	-0,3	0,3
4	Валерия Ш.	61,9	59,3	-2,6	2,6
5	Юлия Н.	24,8	24,8	0	0
6	Сергей Н.	49,8	52	2,2	2,2
7	Максим. К.	24, 2	24, 2	0	0
8	София У.	61,2	57	-4,2	4,2
9	Никита В.	60,2	60,3	0,1	0,1
10	Степан С.	70,3	69,5	-0,8	0,8
11	Верника Е.	61,3	60,8	-0,5	0,5
12	Дарья Х.	60,3	57	-3,3	3,3
13	Ольга В.	45,3	46,7	1,4	1,4
14	Ева И.	61,2	59	-2,2	2,2

Таблица 6 – Расчет значимости Т-критерия Вилкоксона по методике Дембо-Рубинштейна

1	Анастасия В.	60,3	59,8	-0,5	0,5	4,5
---	--------------	------	------	------	-----	-----

*Продолжение таблицы 6*

2	Кирилл М.	46	46,2	0,2	0,2	2
3	Мария Г.	70,3	70	-0,3	0,3	3
4	Валерия Ш.	61,9	59,3	-2,6	2,6	10
5	Юлия Н.	24,8	24,8	0	0	-
6	Сергей Н.	49,8	52	2,2	2,2	8,5
7	Максим. К.	24, 2	24, 2	0	0	-
8	София У.	61,2	57	-4,2	4,2	12
9	Никита В.	60,2	60,3	0,1	0,1	1
10	Степан С.	70,3	69,5	-0,8	0,8	6
11	Верника Е.	61,3	60,8	-0,5	0,5	4,5
12	Дарья Х.	60,3	57	-3,3	3,3	11
13	Ольга В.	45,3	46,7	1,4	1,4	7
14	Ева И.	61,2	59	-2,2	2,2	8,5
Сумма						78