



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

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

**Формирование адекватной самооценки у младших школьников с
интеллектуальным недоразвитием**

**Выпускная квалификационная работа по направлению
44.04.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность программы магистратуры
«Психолого-педагогическое консультирование»
Форма обучения очная**

Проверка на объём заимствований:
73,08% авторского текста
Работа рекомендована к защите
рекомендована/не рекомендована
« 31 » 05 2022 г.
зав. кафедрой ТиПП
Кондратьева Ольга Александровна

Выполнила:
студентка группы ОФ-210/270-2-1
Токарева Юлия Александровна
Научный руководитель:
к.пед.наук, доцент кафедры ТиПП
Капитанец Елена Германовна

Челябинск
2022 год

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМ НЕДОРАЗВИТИЕМ, КАК ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА.....	9
1.1 Понятие самооценки в психолого-педагогической литературе.....	9
1.2 Особенности формирования самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием	17
1.3 Психолого-педагогическая модель формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием ...	25
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМ НЕДОРАЗВИТИЕМ	34
2.1 Этапы, методы и методики	34
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего исследования.....	40
ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМ НЕДОРАЗВИТИЕМ.....	48
3.1 Программа формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием	48
3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования..	56
3.3 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику и психолого-педагогические рекомендации субъектам образовательных отношений по формированию адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием	64

ЗАКЛЮЧЕНИЕ	80
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	84
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Методики диагностики самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием	94
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты исследования самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием	101
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Программа формирования адекватной самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием	104
ПРИЛОЖЕНИЕ 4 Результаты опытно-экспериментального исследования формирования самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием	117
ПРИЛОЖЕНИЕ 5 Технологическая карта внедрения результатов исследования формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием	122

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. В отношении лиц с легким интеллектуальным недоразвитием является актуальным изучение формирования самооценки, которая отражается в поведении, деятельности, проявлении эмоций. С гуманизацией общества встала проблема формирования личности. Уровни личности: биологический, психологический и социальный, к которому мы обратимся. Из всех компонентов личности обращаем внимание на самооценку, которая не дается при рождении, а формируется при межличностном общении и деятельности у ребенка в детстве.

Способность выполнять самостоятельную оценку и контролировать поведение, возможность оценивать результат деятельности, выстраивать программы действий, адекватных собственным возможностям и исходить из среды социальной ситуации. Это все процессы, без которых нет возможности постигнуть процесс развития социальной сущности человека, который происходит под воздействием среды и осваивает опыт, ценности окружающих людей. Без этих процессов и не возможно человеку само развиваться.

Об этом писали: Б.Г. Ананьев, А.Н. Леонтьев, С.С. Рубинштейн. В связи с возможностями младших школьников, которые позволяют достаточно приспособляться к новым задачам от общества, в условиях актуального, адекватного психолого-педагогического сопровождения для успешного обучения каждого обучающегося.

В работах отечественных исследователей по психологии С.Я. Рубинштейн, В.Г. Петровой, И.В. Беляковой, И.М. Бгажноковой, О.Е. Шаповаловой, И.А. Коробейникова, Ю.И. Матасова, стоит заметить, довольно широко объясняются особенности высших психических функций в контексте психологии детей с нарушением интеллекта, однако развитие личности затрагивается косвенно. С.Я. Рубинштейн писала о неадекватно завышенной самооценке, отсутствие желания к получению

более высокой оценки. И.А. Конева отмечала, что в самопознании недостаток активности и недостаток обратной связи, к определенным событиям имеется отнесения своей личности у младших школьников с интеллектуальной недостаточностью.

Анализ теоретических источников, практических занятий показывает, что специалисты уделяют недостаточно профессионального внимания данному компоненту личности. Недостаточно разработанной, является проблема, создания инструментария для формирования самооценки с интеллектуальным недоразвитием.

Более глубокое изучение этого вопроса позволит глубже узнать механизмы формирования личности, способствовать развитию и расширению методических подходов в профилактике дезадаптивных форм поведения.

Цель: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность реализации психолого-педагогической программы формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

Объект: самооценка у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

Предмет: формирование адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием

Гипотеза - формирование адекватной самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием будет возможно, если разработать модель и реализовать программу формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием

Задачи исследования:

1. Изучить понятие самооценки в психолого-педагогической литературе.

2. Изучить особенности формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

3. Теоретически обосновать модель формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

4. Охарактеризовать этапы, методы и методики.

5. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.

6. Разработать и реализовать программу формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

7. Проанализировать результаты формирующего эксперимента.

8. Составить рекомендации педагогам и родителям по формированию адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

9. Составить технологическую карту внедрения результатов опытно-экспериментального исследования.

Методы и методики исследования:

1. Теоретические методы - анализ и обобщение психолого-педагогической литературы, целеполагание, моделирование.

2. Эмпирические методы - констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование по методикам: методика «Шкала самоуважения» М. Розенберга, методика уровня самооценки и отношения к себе «Паровозик» С.В. Велиева, методика изучения общей самооценки «Лесенка» В.Г.Щур.

3. Метод математической статистики - Т-критерий Вилкоксона

Научная новизна нашего исследования состоит:

1. Проектирование модели формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

2. Разработка и реализация программы формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

Теоретическая значимость исследования состоит в следующем:

- сделаны теоретические обобщения и выводы, которые расширяют общепсихологические и психолого-педагогические представления о

адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием;

- разработана модель формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием;

- создана и апробирована комплексная программа формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

Практическая значимость исследовательской работы заключается в том, что разработана и апробирована программа формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

Проведенное исследование будет способствовать формированию адекватной самооценки, повышению самооценки у участников группы, освоению навыков снятия мышечных зажимов, методов релаксации, что в свою очередь может привести к развитию других составляющих личности.

Разработанная программа формирования психологической безопасности личности может быть использована специалистами психологических служб школ при построении развивающей и формирующей работы с младшими школьниками с интеллектуальным недоразвитием; разработаны практические рекомендации по формированию адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием

База исследования: «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (нарушение интеллекта) № 119 г. Челябинска». Принимали участие, учащиеся начальных классов, девочки и мальчики, в количестве 20 человек. Из которых 9 мальчиков (45%) и 11 девочек (55%). Средний возраст испытуемых составил 9-11 лет.

Апробация результатов исследования выполнена в форме публикации научной статьи: Токарева Ю.А. Исследование адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием /

Ю.А. Токарева // Педагогика в теории и на практике: актуальные вопросы и современные аспекты : сборник статей XII Международной научно-практической конференции. — Пенза: МЦНС «Наука и Просвещение», 2022. — С. 131–133.

- Ежегодной 58-й научно-практической конференции по итогам научной и инновационной деятельности научно-педагогических работников и обучающихся ЮУрГГПУ (Челябинск, 2022 г.);

- Ежегодной студенческой научно-практической конференции (Челябинск, 2022 г.).

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМ НЕДОРАЗВИТИЕМ, КАК ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

1.1 Понятие самооценки в психолого-педагогической литературе

Самооценка формируется в детстве и позволяет ребенку относиться к самому себе с уважением. Помогает открыто, честно, доверительно относиться к чужим людям, тем самым строить отношения с посторонними людьми [7, с.53]. От уровня самооценки зависят такие факторы: восприятие себя, отношения к другим, самоуважение, удовлетворенность своими действиями.

По мнению Э. Эриксона, в возрасте от двух до четырёх лет идет вторая стадия Я-концепции. В это время ребенок уже понимает, что он сам выполняет много действий и уже знает и пытается показать, свой выбор [Цит. по: 27, с.58].

На этой стадии ребенок максимально пытается стать независимым и появляется в речи и действиях его «я сам». Взрослый оберегает ребенка и делает все за него, в то время, как ребенок уже может делать некоторые вещи сам и к этому стремиться ребенок, если взрослый предлагает помощь, ребенок отказывается от нее при желании стать более самостоятельным [18, с.20]. Сохраняя в безопасности своего ребенка, взрослый ограждает от лишних хлопот ребенка и с точки зрения порядка в доме у родителя лучше получается самостоятельно. В случае спора между ребенком и взрослым, кто будет выполнять то или иное действие, может сформироваться неуверенность в своих силах и неуверенность в правильности действий. В зависимости от границ дозволенного у ребенка формируется самооценка.

О периоде взросления личности писал Р. Бернс, от окружающих

людей ребенку в этом возрасте очень нужно вдохновение и дружеская атмосфера.

Сформировавшаяся самостоятельность должна, как следует стимулироваться. Споры из-за запретов родителей должны решаться дружно, чтобы избежать неуверенности в своих силах ребенка и его стеснительного поведения. Самостоятельный контроль действий ребенка должен развивать позитивную самооценку и никак не должен приводить к негативным его последствиям. У ребенка. Р. Бернс доказал, что в момент взросления от пяти к семи годам происходит глобальный скачек в развитии самооценки [4, с.117].

Половая идентичность имеет прямое влияние на формирование самооценки ребенка. Как указывает советский и российский психолог И.С. Кон, первый этап, через самоисследование ребенок изучает Я, это является половая принадлежность в постижение своего Я. К 1, 5 годам в норме ребенок относит себя к одному или другому полу, так формируется первая половая идентичность.

К двум годам называет свой пол, но в силу возраста еще не может объяснить свой ответ, соотносит одинаковые признаки визуально, но рассказать еще не может. Биологические признаки не выделяет как основу отнесения к мальчикам или девочкам себя и других.

Подтверждение факта развития половой идентичности детей младшего школьного возраста мы нашли в работах Д.Н. Исаевым. Позитивно влияет на самооценку отношения между родителями ребенка, При их влиянии и грамотном отношении родителя одного пола с ребенком, по отношению ко второму родителю, противоположного пола [11, с.37]. По мере взросления ребенка, будет развиваться его половая идентификация, в процессе взаимосвязи биологического и социального факторов.

В два года ребенок начинает себя выделять в окружающем себя мире, узнавать в зеркале, чувствует телесные границы своего тела. В этот

период ребенок так же показывает свои границы, где его вещи и игрушки, а где вещи взрослого.

Когнитивная деятельность усиливается под действием любопытства, вследствие которой у ребенка в четыре года появляются первые образы, кем он хочет стать, когда вырастит [15, с.57].

В составе Я-концепции один из компонентов является оценочная составляющая, по-другому самооценка, второй компонент образ-Я. Основа самооценки «Я-образ» закладывается на пятом году жизни ребенка, как утверждает Л.С. Выготский [6, с.362]. В это время начинается анализ себя «Я-хорошая» или «Я-плохая», обращает внимание на ожидания взрослых от него, авторитетных взрослых, родителей, бабушек, дедушек, воспитателей, приходит понимание, какими они хотят видеть тебя. «Я-образ» это социальная установка, содержит три части:

1. Познавательная - самостоятельное знание о себе (когнитивная составляющая).

2. Эмоционально-оценочная - эмоциональные переживания, самооценка отношения к себе. Взгляд к данным образам имеет зависимость от уровня принятия одних или других самохарактеристика.

3. Поведенческая - вызванные образом Я и самооценкой качества контроля образа действий.

Функции выполняемые самооценкой:

1. Регуляторная, на ее базе идет решение задач личностного выбора.

2. Защитная, сохраняет баланс между стабильностью и независимостью личности.

Самооценку можно разделить на два вида: личностную (то, как человек в целом оценивает себя и свое место среди окружающих) и конкретно-ситуативную самооценку (как человек оценивает себя и свои действия в конкретной ситуации, относительно конкретных личных или рабочих задач) [2, с.124]. Перемены в образе Я, изменяет самооценку и поведение ребенка.

В пять лет ребенок может оценить себя в определенной области, например «Я хорошо выговариваю звуки» или «Я не умею плавать». Доктор Дарио Чвенчек занимался исследованием в области самооценки маленьких детей, до его исследования не было тестирований в данной области, он пришел к тому, что дети в пять лет, не могут ответить на заданный им вопрос: «Ты хороший человек?», «Ты думаешь ты плохой?», что способствовало разработки инструментария, измерения уже сложившейся оценки о себе, исходя из представлений других. «Результат исследования подчеркивает важность первых пяти лет, как основы всей последующей жизни» [Цит. по: 23, с.118].

При развитии самооценки ребенка образ тела имеет свое место в иерархии, его восприятие и отношения к нему [19, с.205]. В раннем возрасте ребенок для себя принимает решение, что для него красиво, а что нет, и это касается его внешности. В детстве у ребенка складывается представление о его теле, что для него приемлемо и не приемлемы некоторые признаки его внешности, которые в свою очередь имеют силу в развитии его самооценки.

О его физических характеристиках, учащийся младшего школьного возраста в силах заметить оценку окружающих, в результате имеющегося личного опыта. Отношение к своим качествам личности, к себе взаимосвязана с интенсивными эмоциональными оценками человека самого себя. Эмоциональная оценка может быть разная по интенсивности, так как образ Я имеет свои специфические особенности. Они могут вызывать сильные эмоции принятия или менее сильные эмоции осуждения и наоборот [21, с.35]. Тело человека может стать одним из пунктов самооценки и самовосприятия, так же сюда могут попасть способности этого тела.

В этом возрасте дети любят себя беспредела, с этим связано желание изучать себя постоянно. Изучают себя через сравнение с другими сверстниками и находят отличия во внешности, росте, цвете волос,

понимают где девочка, где мальчик. Сравнивают себя с родителями, находят схожие черты во внешности и копируют форму поведения, которую прежде для себя не выделяли. Именно поэтому Я-образ ребенка носит отпечатки воспитания родителей, они объясняют что правильно, что нет, дают пример поведения и учат оценивать поступки. После чего социальные правила и нормы поведения становятся частью ребенка или его ценностями [15, с.58].

В детском саду закладываются азы «Я-образа», когда воспитатель рассказывает родителям, как ребенок ведет себя, хорошо или плохо спит, кушает, отсюда берет свое начало дальнейшее само оценивание человека [13, с.17]. Референтные люди закладывают ценностные ориентации, что влияет на контроль образа действия, субъективное восприятие влияет на данную личность внешними факторами. Сравнивается «Я-реальное» и «Я-идеальное», о которых впервые говорил К. Роджерс.

В младшем школьном возрасте происходят социальные и психические изменения, вследствие которых появляется навык обратной связи или другими словами рефлексия. По средствам представления и различных взглядов младшего школьника происходит становление своего мнения, которое способно менять отношение к окружающим людям и восприятие себя. Я-концепция ребёнка включает в себя реальный образ Я (Я-реальное) и перспективный образ Я (Я-идеальное). Я-реальное достаточно реалистично, оно констатирует имеющиеся черты личности. Я-идеальное -модель, к которой осознанно или неосознанно стремится личность и в которую будет преобразовано Я-реальное [23, с.257].

К образу Я и в мировоззрение младшего школьника добавляется новый, важный и нужный образ: «Я ученик этого учителя». Если у учителя и его ученика сложились благоприятные и дружеские отношения, то образ Я развивается быстрее и занимает место в структуре потребностей человека.

Влияет на самооценку ученика, по словам Э. Эриксона, отношения с одноклассниками и одноклассниками. У ученика развивается адекватный

уровень самооценки при представлении своей личности другим учащимся [Цит. по: 23, с.118].

Школьный возраст, Я-образ подчиняется успехам и промахам в учебе, отношениям окружающем к нему, родителей, учителей, одноклассников. Если ребенок успевает в школе, в его образ Я закладывается трудолюбие, но это так же может сформироваться и в других областях, например, спорте или музыке, других занятиях вне школы. Что положительно скажется на Я-образ и создаст желание делать дела до конца. Человек, достигающий успехов в своих начинаниях, носит положительные качества себя, что указывает на самоуважение.

По Адлеру, если в семье на инициативу ребенка уделяется внимание, он будет активен. Если в ней преобладает соперничество и недоверие, ребенок будет вести себя деструктивно. Из чего получается конструктивная или деструктивная система [Цит. по: 18, с.18].

Самооценка отражает степень, в которой человек развивает самооценку и позитивное отношение к своей личности. Следовательно, отрицательная самооценка предполагает самоотречение, неприятие всего, что входит в сферу человеческого Я. Это уменьшает претензии человека, ограничивая его жизненные перспективы.

Школа играет важную роль в формировании самооценки. Пребывание ребенка в школе и отношение, с которым он там сталкивается, оказывают большое влияние на баланс его психики. Ребенок, не обладающий особой осведомленностью, может особенно страдать в школе, даже если его порывы поощряются родителями. Если он будет воспринимать материал медленнее, чем его одноклассники, он не сможет конкурировать с ними [20].

Это приводит к постоянному отставанию в классе развивает у ребенка чувство неполноценности. Но ребенок, чья склонность к мастерству уменьшилась из-за насмешек родителей, может возродиться благодаря совету чуткого и опытного учителя в школе. Подводя итог,

развитие многих способностей и способностей ученика в какой-то мере зависит не только от родителей, но и от отношения других авторитетных взрослых.

Усвоение определенных норм и ценностей в процессе обучения и воспитания учащихся начинает определенным образом трактоваться, как реальные результаты учебной деятельности, так и себя как личности, влияющие на оценочные суждения других (учителей, сверстников). С возрастом он все более четко различает свои реальные достижения и то, чего он может достичь при определенных чертах личности [7].

Таким образом, во время учебы формируется отношение к оценке своих способностей - одна из составляющих самооценки.

Школьная успеваемость играет важную роль в качестве самоуважения себя в младшем школьном возрасте. Так это, только в том случае, если в семье, где растет ребенок, придается значение образованию. Представление о себе, образ Я строится из самопознания и эмоционально-ценностном отношении к себе, при этом они могут быть независимыми друг от друга. Это является условием для раскрытия уровней саморегуляции или сохраняя внутреннюю стабильность и способность контролировать свои мысли, поведение, эмоции [28].

Комплексный подход по формированию адекватной самооценки, положительного представления о Я- идеальном, Я-реальном нужен для воспитания конструктивной личности. Которая на базе чувства собственной само ценности помогает в взаимоотношениями с окружающим миром [28].

Объединяя все выше перечисленные периоды, можно выделить несколько факторов, помогающие становлению адекватной самооценки:

- * Систематизированные и интерпретированные данные о действиях ребенка окружающими его людьми.
- * Моральные требования общества.
- * Результат социализации и воспитания.

* Самоанализ (анализ личных сильных и слабых сторон).

Знание внутреннего мира подростка имеет значительный вес в формировании и становлении самооценки. Постепенно подросток раскрывается на этом уровне и начинает анализировать, какая деятельность для него важнее, какие отношения у него с окружающими людьми, и суммирует свои чувства по этому поводу, выстраиваются личные качества. Среди компонентов личности выделяется аффективный, отвечающий за чувства и эмоциональные реакции на то, что происходит вокруг вас. В подростковом возрасте присутствует саморегуляция, контролирует самовоспитание [17, с. 103].

Через творчество, анализ прошлых событий и действий, принятие социального статуса, преодоление ограничений в настоящем, приходит понимание способа действий, как подросток может предвидеть свое будущее с помощью самосознания [17, с.124].

Способность структурировать будущую деятельность, организовать время, способность к быстрому усвоению определенных знаний и навыков, эти навыки уникальны для каждого человека, описывала К.А. Абульханова – Славская в своих работах [Цит по: 30, с. 106].

Предпосылкой формирования социальной зрелости, самопознания является циклический характер развития человека в онтогенезе. Функции регуляторов поведения варьируются в зависимости от конечной цели, что означает, что мы можем помочь изменить свое поведение в зависимости от конечной цели.

Адекватная самооценка - это соответствие между собственным мнением о себе и реальной оценкой вашего поведения, ваших действий, а также ваших личных качеств и действий [15, с. 57]. Адекватная самооценка помогает человеку адекватно рассчитать свои силы для достижения своих целей, независимо от их масштабов и важности, не привязываясь к требованиям других.

К обществу, которое окружает, человек с адекватной самооценкой

прислушивается, при этом анализирует их слова, через свои представления и регулирует свои действия, оценивая сколько вреда или пользы может дать определенное действие. Когда человек говорит, что он умело пускает пыль в глаза, это может быть, как адекватной оценкой своих профессиональных качеств и умений, а может и быть, преувеличение своих достоинств.

Неадекватная самооценка, считается заниженная или завышенная. Определить уровень самооценки можно с помощью психологического инструментария. Люди с завышенной самооценкой проявляют демонстративный тип поведения. Люди с заниженной самооценкой показывают стеснительный тип поведения и неуверенность в себе [7].

Таким образом, рассмотрев особенности развития самооценки в онтогенезе, делаем вывод, что она развивается в обществе, в значимом обществе ребенка. Авторитетом являются родители и их взаимоотношения, на них, как на взрослый пример для ребенка необходимо обращать внимание, много ребенок копирует от них.

Стоит отметить, что в раннем возрасте у ребенка самого формируется самооценка и воздействует на анализ получающего опыта. Цели, задачи, которые ставит перед собой ребенок так же влияют на уровень его самооценки. Сюда относим прогнозы на будущее, то что мы ждем от ребенка, достижения и его собственные самооценки.

Самооценка является компонентом Я-концепции, развивается, как структурное образование, отвечает за процесс само оценивания.

1.2 Особенности формирования самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием

Умственная отсталость - это стойкое, необратимое нарушение преимущественно познавательной деятельности, а также эмоционально-волевой и поведенческой сфер, обусловленное органическим поражением

коры головного мозга, имеющим диффузный характер [20].

Разбиравшись в теме развития детей с нарушением интеллекта, нужно выделить идею русского психолога и врача Г.Я. Трошина, о которой писал и Л.С. Выготский, о единстве основных закономерностей развития нормального и аномального ребенка. Эта идея проводит связь между нормальным и аномальным развитием, что и объединяет их. Специфические особенности личности ребенка с нарушением интеллекта кроются и следствие недоразвития психических процессов, и нарушений нервной деятельности.

Ученые в сфере психологии А.Д. Виноградова, Н.Л. Коломинский, Ж.И. Намазбаева ссылаются на сниженный уровень активности во всех видах деятельности, примитивные интересы, мотивов и потребностей, узком представлении об окружающем мире [Цит. по:29, с.61].

Младший школьный возраст - сензитивный период для возникновения внутренних новообразований ребёнка, интенсивного развития когнитивного компонента и качественной трансформации самооценки, поэтому деструктивное влияние современного мира может привести к психологическому дискомфорту, к возникновению и нарастанию негативных психических состояний [9, с.26]. Результатом является неадекватное отношение к себе и другим, нездоровое физическое и психическое состояние, неспособность и нежелание развиваться как полноценная личность.

Побуждающим к действиям личность компонентом считается, в указанном возрасте, самооценка. В соответствии с требованиями ФГОС НОО в школе формируют личные универсальные учебные действия у каждого младшего школьника, в частности через самоопределение [12]. Адекватная самооценка личности включает в себя компонент самоопределения, который в свою очередь формируют и в младшей школе. Сформировать адекватную и позитивную самооценку и самопринятие эффективней в специально созданных условиях для постижения

нравственных качеств, знаний, умений, характера, отношения окружающих людей, физическое развитие и главное умение замечать изменения в описанных выше компонентах.

Все нарушения высшей нервной деятельности и недоразвитие психических процессов ограничивают усвоение социальных норм вовремя, влияют на отношения с окружающими людьми. При психическом недоразвитии эмоциональный фон вторично нарушается, в то время как когнитивная сфера часто остается относительно нетронутой [21, с. 114]. В младшем школьном возрасте нравственные чувства еще очень слабы или полностью отсутствуют, а именно дружба, любовь, совесть, патриотизм. При наличии данных чувств, их проявления почти незаметны для окружающих [21, с. 162]. Внешность всегда на первом месте, мозг анализирует внешние черты человека, которого вы видели, а затем вы решаете, стоит ли вам с ними знакомиться. Для младших школьников важно понимать, как к ним относятся другие, кто добр к ним, а кто нет, по мере того, как общение накапливается, накапливается опыт. Мы можем назвать это свойство уровнем своей ценности. Классическими чертами ребенка с нарушением интеллекта считают эмоциональную нестабильность, а именно быстрые перемены настроения. Мало сформированность мотивов к действиям, неустойчивый интерес к учебной деятельности [25, с. 825]. Большое количество ученых высказывают мнение, независимость и низкий уровень инициативы считается подлинным обликом личности. Имеются и другие характеристики: младшие школьники с большим желанием подражают одноклассникам, присутствуют проблемы при смене занятий, особенно при освоение нового, психика сохраняет состояние покоя или прямолинейного равномерного движения. Вот почему у младших школьников, неустойчивость в действиях с большой инерцией пересекается с негативностью, а так же высокое значение внушаемости.

«О единстве закономерностей нормального и аномального развития»

писали такие ученые: Г.Я. Трошина, Л.С. Выготского, В.И. Лубовской [Цит. по:6, с.70]. Нормально развивающийся и ребенок с интеллектуальным недоразвитием проживают одинаковые стадии развития, получают новообразования психологические в разных возрастных этапах, именно так описано в специальной психологии. Из-за отклоняющегося поведения и тяжелом усвоение общественных норм, у детей с интеллектуальным недоразвитием есть особенности в самосознании.

Образ жизни, временной отрезок, стиль воспитания- малая часть того, что откладывает свой отпечаток на формирование личности ребенка, считают отечественные дефектологи [9, с. 27].

Общественные нормы и правила, понятия морали и нравственные принципы тяжело усваиваются детьми с интеллектуальными нарушениями в связи с недоразвитием высших психических функций. Имеются трудности в применении в привычной ситуации правил морали, которые они усваивают от родителей и учителей им трудно действовать по правилам, которые узнали. Ведь эти правила, что такое хорошо, что такое плохо носят поверхностный характер [26, с. 154].

В первую очередь обращаем внимание на структуру психического дефекта в младшем школьном возрасте, это недоразвитие абстрактного мышления. Неспособность выделять существенные признаки предметов и явлений, мышление проявляется конкретно-ситуативными суждениями, слабость или невозможность обобщения. Если младший школьник с интеллектуальным недоразвитием эмоционально относиться к предмету, то способен к обобщению, если предмет эмоций не вызывает, обобщение затрудняется [48]. Рассматривая пример, можно более подробно разобраться в этом. В группу игрушки, ребенок может включить вместе с машинками и куклами любимые штаны, только потому, что, это его любимая вещь. Сложности прослеживаются и с арифметикой, операции с числами даются сложно младшим школьникам с интеллектуальным

недоразвитием.

Младший школьник с интеллектуальным недоразвитием может успешно постигать простые, элементарные вещи, но тяжело даются: абстракция и обобщение, нравственные ценности. Рассматривая единый процесс развития, где каждый этап идет последовательно за другим, каждый последующий способ реагирования зависит от ранее достигнутого, говорят о необходимости различать первичный дефект и вторичные осложнения развития [25, с.824]. Необходимо учитывать все особенности психики школьника с интеллектуальным недоразвитием для формирования самооценки.

В момент взросления ребенка с интеллектуальными недоразвитиями, его самооценка подвергается различным воздействиям из вне. Когда родители принимают диагноз ребенка, к нему появляется особое отношение в семье, его больше жалеют, ни наказывают, ярче радуются маленьким и незначительными успехам, что способствует к развитию завышенной самооценки. Такие условия воспитания создают проблемы ребенку в социуме. Его самооценка стремительно меняется при посещении школы.

При посещении школы ребенок сталкивается с другой оценкой его действий, которая несет негативный или более низкий уровень в сравнение с семьей, данная оценка провоцирует аффективные переживания, обиды, драки, такое поведение Л.И. Божович связывает с потерей уверенности в себе [5, с. 327].

Характер социального поведения учащегося зависит от структуры и содержания самооценки, которые влияют на его желание взаимодействовать с обществом [7]. Когда возникают проблемы во взаимодействии с обществом, самооценка не может быть полностью сформирована. Лица с умственным недоразвитием в силу своего развития оказываются в депривации, когда нарушается не только процесс общения в обществе, но и процесс обработки полученной обратной связи, что, в свою

очередь, влияет на формирование самосознания в результате и самооценки.

Л.С.Выготский, говорил о псевдокомпенсаторной самооценке, которая возникает в следствии низкой оценки со стороны окружающих, ребенок с интеллектуальным недоразвитием оценивает себя выше, чем есть на самом деле, об этом же говорил и А.В. Занков в учебном пособии [Цит. по: 6, с.23]. Но отмечается, что при переходе из младших классов в среднее звено самооценка становится приближенной к адекватной.

В дошкольном возрасте сложно говорить о самооценке детей с интеллектуальными нарушениями, так как при исследовании дети отвечают, не думая и неоднозначно, меняют свой ответ в зависимости от обстановки, людей рядом находящихся и своего настроения, это компонент личности еще не стабилен. И.А. Конева замечает, что у школьников с интеллектуальной недостаточностью не прослеживается субъективной активности в плане самопознания. Наблюдается недоразвитие обратной связи, к конкретной ситуации его отношения к ней закрепляется [Цит. по: 3, с. 112].

В младшем школьном возрасте, самооценка начинает формироваться. Стоит обратить внимание, на то что, ученик еще не оценивает свои возможности, не сформировано понятие, по которому ребенок будет в силах это сделать. Больше влияние имеет оценка референтных взрослых, учителей, родителей.

Самооценка будет неадекватно завышенной при любых положительных откликах, вербальных или невербальных, не зависимо от действия, будет оно глобальным или банальной мелочью, от взрослых. При положительных реакциях от учителя, под влиянием успешного обучения, ученик приобретает чувство собственного достоинства, уверенность в себе и своих силах, в будущем самооценка будет адекватной. Данный факт доказала и описала Т.А. Власова в своем экспериментальном исследовании [Цит. по: 13, с.17].

Неадекватно завышенная самооценка, отсутствие стремления повысить свою самооценку, так С.Я. Рубинштейн описывал особенности умственно отсталых испытуемых.

В работах отечественных исследователей С. Я. Рубинштейна, В. Г. Петрова, И. В. Г. Белякова, И. М. Бажноковой, О. Е. Шаповаловой, И. А. Коробейникова, Ю. И. Матасова, о психологии умственно отсталых детей, которые достаточно полно открывают особенности высших психических функций, выделены вопросы, затрагивающие Я-концепцию [цитата по: 1, стр. 190]. Люди с умственной отсталостью чаще всего имеют прямую, недостаточно завышенную самооценку, отсутствие желания улучшать результаты.

Если на ученика постоянно срываются, порицают его действия, невербальными жестами показывают негативное отношение, игнорируют, у него будет формироваться неадекватно заниженный уровень самооценки без понимания, что он может быть непричастен к настроению взрослых [24, с.110]. Приводит к нарушению адаптации в новых коллективах, нарушает сферу эмоционально-волевою и ведет к нарушениям в мотивационной сфере.

Эмоциональный фон настроения и взаимоотношения с окружающими напрямую соприкасаются с самооценкой, что влияет на развитие личности в целом.

Взгляд на будущее неадекватен, из-за не умения правильно оценивать свои возможности, высокое стремление добиться признания, при вопросе: «Кем ты станешь, когда вырастишь?», часто отвечают: «Президентом, депутатом, летчиком». Необходимо вовремя формировать адекватную самооценку и реальный взгляд на будущее ученика, что бы в будущем его самооценка оставалась стабильной и он мог адекватно себя оценивать.

В отношении лиц с легким интеллектуальным недоразвитием является актуальным изучение формирования адекватной самооценки,

которая отражается в поведении, в активности, в проявлении эмоций. Возможность самооценки и контроля поведения, способность оценивать результаты деятельности, создание программ действий, соответствующих их собственным возможностям и учитывающих контекст социальной ситуации, - это процессы, без которых невозможны социализация и саморазвитие личности. В связи с возможностями младших школьников, которые позволяют достаточно адаптироваться в социуме при условии своевременного, адекватного психолого-педагогического сопровождения.

Учителю необходимо правильно выстроить индивидуальную работу со школьниками, особенно с учениками начальной школы, ведь именно в этом возрасте появляются зачатки взрослеющей личности [22, с. 218]. В психолого-педагогической области не спадает интерес к феномену Я-концепции. При изучении нашей темы нужно рассмотреть особенности компонента Я-концепции, процесса самосознания личности на протяжении всего времени развития. Стоит отметить взаимодействие ребенка с окружающими его людьми.

Комплексных исследований Я-концепции, а именно эмоционального компонента весьма мало, что говорит о мало изученности данной темы и поэтому актуальной [28]. Для изучения самооценки у младших школьников были выбраны методики что бы определить особенности самооценки у обучающихся как общего отношения к себе, так и представлений обучающихся о том, как их оценивают другие люди. Общепринятыми данными считается преобладание в младшем школьном возрасте завышенной самооценки как нормы для этого периода [28].

Опираясь на вышесказанное, можно сделать такие выводы по формированию самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием:

- появляется способность отделяться от событий и явлений, которые их окружают;
- низкий уровень критичности - это выражение незащитности и

зависимости, а также гипертрофированный эгоцентризм, склонность к социальной зависимости;

- умственная отсталость характеризуется не только интеллектуальной неадекватностью, но и задержкой в социальном общении;

- систематическое переживание ошибок приводит к формированию патологических черт личности - к отказу от какой-либо активности, пассивности, замкнутости или раболепничать, негативизму и озлобленности;

- низкая уверенность в себе влияет на неспособность критически оценить свои действия, навыки, склонности и результаты своей работы.

Таким образом, самооценка младших школьников с интеллектуальным недоразвитием обладают своими особенностями, они наблюдаются в неточном, неполном восприятии младшими школьниками самих себя, отношения к окружающим людям, самоуважения, критичности. Оценить себя со стороны, посмотреть на себя «чужими глазами» не получается в связи с трудностями переключения. Этот возраст чувствителен к восприятию и оценке младшими учениками своих личных качеств. Вот почему в этот возрастной период необходимо внимательно следить за адекватным формированием самооценки младших школьников.

1.3 Психолого-педагогическая модель формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием

Модель формирования адекватной самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием основывается на результатах теоретического исследования, описанных выше. Модель создается с помощью блок-схем или знакового образа системы, в результате чего видно преимущественно существенные компоненты и связи, которые в дальнейшем являются образцом. Модель-образ некоторой системы.

Моделирование - это процесс представления объекта исследования с соответствующей (аналогичной) моделью и проведения экспериментов с моделью для получения информации об объекте исследования. При моделировании модель действует как инструмент, так и объект исследования, который находится с точки зрения сходства с моделируемым объектом [18, с. 227].

Для прогнозирования и анализа педагогической ситуации в моделировании используется содержательная часть, которая показывает наличие теоретического обоснования. Модель представляет собой наглядно-практический метод, благодаря которому можно схематично и в полном виде представить то, как будет строиться весь процесс формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием [84]. Главным преимуществом разработки такой модели является способность отразить действительность и учесть последовательность действий.

В основе модели лежит процесс формирования адекватной самооценки у младших школьников в котором мы использовали следующие положения:

- положительное влияние несет создание специальных условий для развития личных качеств и психических свойств каждого обучающегося;
- протекает успешнее при активной педагогической работе, в которой педагог-психолог помогает учащимся в их деятельности, преследуя цель, формирования адекватной самооценки;
- рутинный процесс, с постепенными маленькими достижениями в формировании адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

В связи с этим, формировании адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием носит постоянный характер, организованное, продолжительное мероприятие, которое включает в себя: отношения, знания, операции, действия, желание.

Существует две основные формы научного знания, а также структурные компоненты и уровни научного знания: эмпирический (основанный на наблюдениях и экспериментальных данных) и теоретический (о всестороннем познании объективной реальности в ее соответствующих связях и отношениях) [44, с. 37]. Оба вида взаимосвязаны в целостной структуре научного познания. Эмпирическое ставит новые задачи перед теоретическим, а последнее ориентирует и направляет эмпирическое. Эмпирическое в своем развитии восходит от фазы спонтанного наблюдения к фазе открытия новых экспериментальных данных [18, с. 217].

Процесс моделирования формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием начинается с целеполагания. Представим «дерево целей» процесса формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

Идея метода «дерева целей» впервые была предложена американским ученым Ч. Черчменом. Термин «дерево» подразумевает использование иерархической структуры, полученной путем разделений общей цели на подцели, далее на более детальные составляющие, подцели нижележащих уровней [35, с.46]. В настоящее время метод дерева целей является центральным, главным методом системного анализа.

Данный метод играет важное значение при исследовании процессов формирования, так как деятельность формирования сводится к достижению сформированных целей. Необходимость использования данного метода обусловлена тем фактом, что «дерево целей» помогает получить устойчивую структуру целей, которая будет в некоторой степени стабильна на каком-то промежутке времени при происходящих изменениях. «Дерево целей» строится при помощи осуществления 2 операции:

-декомпозиции - это операция выделения компонентов;

-структуризации- это операция выделения связей между компонентами.

Генеральная цель - теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность реализации психолого-педагогической программы формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

Выявить уровневую характеристику формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

1. Изучить теоретические аспекты проблемы формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

1.1 Проанализировать феномен формирования адекватной самооценки в современной психолого-педагогической литературе.

1.2 Выявить особенности самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

1.3 Разработать модель формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

2. Организовать и провести исследование уровня самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

2.1 Определить этапы, методы и методики исследования.

2.1.1 Охарактеризовать сформированность адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием по методике С.В. Велиева.

2.1.2 Охарактеризовать сформированность адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием по методике самоуважения М.Г. Розенберга.

2.1.3 Охарактеризовать сформированность адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием по методике В.Г. Щур «Лесенка».

2.2 Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты

исследования.

3. Организовать опытно-экспериментальное исследование по формированию адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

3.1 Разработать психолого-педагогическую программу формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

3.2 Проанализировать результаты формирующего эксперимента.

3.3 Разработать технологическую карту внедрения результатов исследования формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием. Составить психологические рекомендации родителям и педагогам по формированию адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

При построение «дерева целей» необходимо руководствоваться следующими правилами:

- Каждая сформулированная цель должна иметь средства и ресурсы для ее обеспечения.
- Декомпозиция каждой цели на подцели осуществляется по одному выбранному классификационному признаку.
- Развитие отдельных ветвей дерева может заканчиваться на разных уровнях системы.
- Вершины вышележащего уровня системы представляют собой цели для вершин нижележащих уровней.
- Развитие «дерева целей» продолжается до тех пор, пока лицо, решающее проблему, не будет иметь в распоряжении все средства для достижения вышестоящей цели [64, с. 55].

Целеполагание помогло определить элементный состав модели формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

Модель содержит четыре блока: теоретический, диагностический, формирующий, аналитический.

Теоретический блок представлен анализом изученной психолого-педагогической современной литературы по проблеме формирования самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием, а также выявлением оптимального количества этапов, определением методов и методик, необходимых для решения задач изучения формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

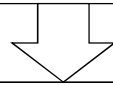
«Дерево целей» для формирования адекватной самооценки у младших школьников показано на рисунке 1.



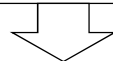
Рисунок 1 – «Дерево целей» исследования формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием

Диагностический блок представлен тремя методиками, которые позволят оценить уровень сформированности компонентов самооценки у

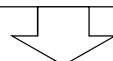
Генеральная цель: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность реализации психолого-педагогической программы формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием



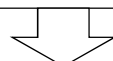
Теоретический блок
Изучение самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.
Методы: анализ, синтез и обобщение психолого-педагогической литературы, целеполагание и моделирование



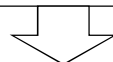
Диагностический блок
Диагностическое исследование формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.
Методы: констатирующий эксперимент, тестирование.
Методики: методика «Шкала самоуважения» М. Розенберга, методика уровня самооценки и отношения к себе «Паровозик» С.В. Валиева, методика изучения общей самооценки «Лесенка» В.Г.Щур



Коррекционный блок
Разработка и реализация программы психолого-педагогической формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.
Методы: формирующий эксперимент, упражнения и игры по теме занятия, психогимнастика, групповые беседы, рефлексия занятий



Аналитический блок
Оценка эффективности программы психолого-педагогической формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.
Методы: тестирование, Т-критерий Вилкоксона.
Методики: методика «Шкала самоуважения» М. Розенберга, методика уровня самооценки и отношения к себе «Паровозик» С.В. Валиева, методика изучения общей самооценки «Лесенка» В.Г.Щур



Результат: оптимальный уровень адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием



Рисунок 2 – Модель формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием

младших школьников:

- методика С.В. Велиева «Паровозик»;
- методика самоуважения М. Розенберга;
- методика В.Г. Щур «Лесенка».

Целесообразность ее заключается также в расширении использования методов работы: психотехнических упражнений, направленных на эмоционально-физическое сближение учащегося со сверстниками, психогимнастические методы, упражнения и игры.

В аналитический блок входит анализ результативности формирующих занятий (сравнение результатов на начало и конец эксперимента); выявление динамики в количественном и качественном отношении при помощи трех методик (Методика С.В. Велиева «Паровозик», методика самоуважения М. Розенберга, методика В.Г. Щур «Лесенка»).

Таким образом, в интерпретации и взаимозависимости в виде динамической системы, построенной по закономерному принципу представлена модель формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием. Модель включает блоки: теоретический, диагностический, формирующий, аналитический. Представленная модель представляет собой наглядный и практический метод, который позволяет схематично или в полной форме представить, как строится весь ход коррекционной работы. В разработке такой модели есть большое преимущество, заключающееся в способности отражать реальность и учитывать последовательность действий.

Выводы по 1 главе:

Рассматривая особенности развития самооценки в онтогенезе, следует отметить, что в целом она формируется под влиянием жизненного опыта человека, в частности, детско-родительских отношений. Но достаточно рано она сама принимает активное участие и влияет на

интерпретацию этого опыта, цели, которые ставит перед собой человек, соответствующую систему ожиданий, прогнозы на относительно будущее, его оценку достижений и, следовательно, на его собственное становление.

Самооценка младших школьников с интеллектуальным недоразвитием обладают своими особенностями, они наблюдаются в неточном, неполном восприятии младшими школьниками самих себя, отношения к окружающим людям, самоуважения, критичности. Оценить себя со стороны, посмотреть на себя «чужими глазами» не получается в связи с трудностями переключения.

Этот возраст чувствителен к восприятию и оценке младшими учениками своих личных качеств. Вот почему в этот возрастной период необходимо внимательно следить за адекватным формированием самооценки у младших школьников. Основная задача взрослых при работе с детьми младшего школьного возраста заключается в создании оптимальных условий для раскрытия и реализации их потенциала.

В интерпретации и взаимозависимости в виде активно движущейся системы, построенной по принципу иерархии представлена модель формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием. Модель включает блоки: теоретический, диагностический, формирующий, аналитический. Представленная модель представляет собой наглядный и практический метод, который позволяет схематично или в полной форме представить, как строится весь ход коррекционной работы. В разработке такой модели есть большое преимущество, заключающееся в способности отражать реальность и учитывать последовательность действий.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМ НЕДОРАЗВИТИЕМ

2.1 Этапы, методы и методики

Целью данной работы является теоретическое обоснование, исследование самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

Экспериментальная работа осуществлялась на базе школы города Челябинск. Работа проводилась с учащимися младшего школьного возраста с интеллектуальным недоразвитием. Длилась на протяжении полугода и включала в себя три этапа: Поисково-подготовительный (сентябрь 2021 года), первичная диагностика (октябрь 2021 года), включение в работу и апробация методик (ноябрь 2021 год – январь 2022 год). В ходе работы, нами было проведено исследование на уровень самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием, в результате чего, сделаны выводы по теме работы.

Исследование самооценки, самоуважения, выраженной в отношении к себе, младшего школьника с интеллектуальным недоразвитием проходило в три этапа:

1. Поисково-подготовительный. Изучение психолого-педагогической литературы по теме исследования, формулирование гипотезы, постановка цели и задач исследования, анализ основных понятий исследования, подбор диагностических методик. На данном этапе выполнено изучение и анализ литературы по теме самооценки, самоуважения младших школьников с интеллектуальным недоразвитием. Были подобраны методики, учитывающие возрастные характеристики и тематику исследования.

2. Опытно-экспериментальный. Проведение комплекса методик, обработка полученных результатов. Была проведена психологическая

диагностика испытуемых по трем методикам. Затем полученные результаты обработаны, выражены в виде диаграмм и сведены в общие таблицы. Далее была проведена программа формирования адекватной самооценки.

3. Контрольно-обобщающий: На этом этапе были проведены диагностические с испытуемыми. Осуществлялась интерпретация диагностических данных и осуществлялось описание выводов, проверка гипотезы.

В соответствии с логикой научного поиска был проведен выбор методов исследования. Они представляют собой комплекс теоретических и эмпирических методов, сочетание которых позволяет с максимальной уверенностью исследовать сложные и многофункциональные объекты. Использование ряда методов позволило всесторонне изучить существующую проблему, все ее аспекты и параметры.

1. Теоретические методы: анализ и обобщение психолого-педагогической литературы.

2. Эмпирические методы: констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование по методикам: методика шкала М. Розенберга-тест на самоуважения, методика уровня самооценки и отношения к себе «Паровозик» (С.В.Велиева), методика изучения общей самооценки «Лесенка» (В.Г.Щур).

3. Метод математической статистики: Т-критерий Вилкоксона.

Характеристика используемых методов и методик исследования.

Работа с литературой включает в себя составление библиографического списка источников, отобранных для работы в связи с изучаемой проблемой, составление краткого изложения основного содержания одной или нескольких работ в соответствии с общей методологией, выделение основных идей и общих работ [3, с. 187].

Синтез - это метод исследования, в котором ранее идентифицированные части (стороны, характеристики, свойства или

отношения) предмета объединяются в единое целое. С точки зрения теории познания синтез является необходимым этапом в проявлении познавательной активности сознания. Наряду с анализом метод синтеза позволяет получить представление о взаимосвязях между компонентами предмета исследования.

Обобщение - это метод исследования, который приводит к устанавливающимся общим свойствам и признакам объектов. Любое обобщение должно иметь основу, то есть свойство или набор свойств, которые позволяют группировать явления и обозначать эту группу понятием [3, с. 187].

Целеполагание-это процесс выбора одной или нескольких целей с установлением допустимых параметров отклонения для управления процессом реализации идеи [3, с. 187]. Под ним часто понимают практическое осмысление человеком своей деятельности с точки зрения формирования (постановки) целей и их реализации (достижения) наиболее экономичными (экономически эффективными) средствами, как эффективное управление временным ресурсом, обусловленным деятельностью человека.

Анализ-логический прием, разделение предмета на составляющие его элементы, исследование их отдельно как представляющие собой вместе нечто целое [3, с. 187]. Анализ проводится для выявления свойств предмета, разделения его на классы и подклассы, на противоположные стороны. Целью анализа является понимание элементов как частей сложного целого. Анализ позволяет свести к структуре элементов сложный объект, выделить группы существенного и несущественного, проинтерпретировать сложное в простое.

Констатирующий эксперимент-метод научного познания, исследование явлений в контролируемых условиях. Позволяет производить проверку гипотез о причинно-следственных связях, а не только о наличии каких-либо корреляций между переменными [3, с. 187].

Исследователь создает условия для проверки гипотез, контролирует процесс исследования и способен условиями эксперимента вызывать соответствующие психические явления и необходимые проявления поведения, он может определять их зависимость от внешних факторов и делать соответствующие выводы.

Констатирующий эксперимент предполагает изучение зависимостей и тенденций, выявление исходных данных о состояниях и их причин.

Опросник-один из видов психологических тестов. Опросники используются для диагностики характеристик личности испытуемого, результатом опроса является количественное выражение его качеств в виде суммы баллов за ответы. С помощью личностных опросников исследователь изучает и оценивает личностные качества, психофизиологические особенности, мотивационную, ценностную, волевою и другие сферы личности респондента. Эффективность использования опросника определяется соблюдением требований к его надежности и валидности, процедуре проведения, обработки и интерпретации полученных результатов.

Тест-стандартизированная процедура исследования психофизиологических и личностных характеристик, знаний, навыков или умений человека. Это процедура измерения индивидуальных психических отличий. Результатом теста является количественное значение уровня исследуемого психического явления, для интерпретации оно соотносится с выработанными нормативными показателями этого теста [24, с.97].

Методики исследования:

1. Методика шкала М. Розенберг – тест на самоуважение.

Цель: диагностика уровня самоуважения личности.

Самоуважение - это субъективная оценка человеком самого себя как внутренне положительного или до какой-то степени отрицательного. Это также включает в себя уверенность в своей ценности; позитивный принцип в отношении права жить и быть счастливым; комфорт с соответствующим

подтверждением своих мыслей, желаний и потребностей; ощущение того, что радость является неотъемлемым правом.

Опросник был создан и использовался как одномерная, хотя более поздний факторный анализ выявил два независимых фактора: самоуничижение и самооценку: чем выше один, тем ниже другой.

Самоуничижение может быть следствием депрессии, тревоги и психосоматических симптомов; самоуважение является причиной и следствием активности в общении, лидерства, чувства межличностной безопасности. Оба фактора напрямую зависят от отношения к тестируемому его родителей в детстве. Опросник Розенберга состоит из 10 суждений, для каждого из которых предлагаются четыре градации ответов, закодированных в баллах по предложенной схеме.

Методика проводится фронтально – с целым классом или группой учащихся. После раздачи бланков школьникам предлагается прочесть инструкцию: « Определите, насколько вы согласны или не согласны с приведенными ниже утверждениями. Поставьте напротив соответствующую цифру: 4- полностью согласен, 3-согласен, 2-не согласен, 1-абсолютно не согласен». Полный текст методики представлен в Приложение 1.

2. Методика изучения уровня самооценки и отношения к себе «Паровозик» (С.В.Велиева).

Цель: определение степени позитивного (ППС) и негативного (НПС) психического состояния.

Самооценка - система знаний человека о себе, оценка этих характеристик, качеств и чувств, достоинств и недостатков, способность к их выражению.

Проективная методика включающая в себя стимульный материал: белый паровозик и 8 разноцветных вагонов (красный, желтый, зеленый, синий, фиолетовый, коричневый, серый и черный), изготовленных из цветной бумаги.

Читается инструкция: «Перед учеником в беспорядочном порядке раскладываются вагончики. Ученика просят первым прикрепить к паровозу вагончик самого красивого цвета. Затем самый красивый из оставшихся и так далее". Полный текст методики представлен в Приложении 1.

3. Методика «Лесенка» Щур.

Цель: определить уровень развития самооценки учащихся начальной школы. Методика предназначена для определения системы представлений ребенка о том, как он оценивает себя, как его оценивают другие люди и как эти представления соотносятся друг с другом.

Методика «Лесенка» имеет два варианта использования: групповой и индивидуальный. Групповой вариант позволяет быстро определить самооценку. При индивидуальном изучении самооценки можно выявить причину, сформировавшую ту или иную самооценку, чтобы в дальнейшем, при необходимости, начать работу по коррекции трудностей, возникающих у детей. Полный текст методологии представлен в Приложении 1.

Метод математической статистики - это операция со значениями признака, полученными от испытуемых в ходе психологического исследования. Сегодня методы математической обработки постоянно используются в педагогических и психологических исследованиях.

Для исследования был выбран T-критерий Вилкоксона. Критерий используется для сравнения показателей, измеренных в двух разных условиях в одной и той же выборке субъектов. Это позволяет определить не только направление изменений, но и их серьезность. По критерию мы можем определить, является ли сдвиг показателей в одном направлении более интенсивным, чем в другом [45, с. 192]. Этот критерий применим, если свойства измеряются, по крайней мере, в масштабе порядка и сдвиги между вторым и первым измерениями также могут быть упорядочены. Для этого они должны варьироваться в довольно широком диапазоне.

Суть метода заключается в том, что мы сравниваем выраженность сдвигов в ту или иную сторону с абсолютной величиной. Для этого мы сначала упорядочиваем все значения абсолютного смещения, а затем ранги суммируем. Если сдвиги в положительном и отрицательном направлениях происходят случайно, суммы рангов их абсолютных значений примерно одинаковы. Если интенсивность сдвига перевешивает в одном направлении, сумма рангов абсолютных сдвигов в противоположном направлении намного ниже, чем при случайных изменениях.

Первоначально мы исходим из предположения о том, что типичным сдвигом будет сдвиг в более часто встречающемся направлении, а нетипичным, или редким, сдвигом - сдвиг в более редко встречающемся направлении.

Гипотезы Т-критерия Вилкоксона:

H₀: Интенсивность сдвигов в типичном направлении не превосходит интенсивности сдвигов в нетипичном направлении.

H₁: Интенсивность сдвигов в типичном направлении превышает интенсивность сдвигов в нетипичном направлении [45, с. 194].

Таким образом, исследование формирования самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием включает в себя три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий. С помощью данных методик: методика шкала М. Розенберга- тест на самоуважения, методика уровня самооценки и отношения к себе «Паровозик» (С.В. Велиева), методика изучения общей самооценки «Лесенка» (В.Г.Щур), можно исследовать особенности самооценку и самоуважение.

2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего исследования

Эмпирическое исследование проводилось на базе «Специальной (коррекционной) общеобразовательной школы для обучающихся с

ограниченными возможностями здоровья (нарушение интеллекта) №119 г.Челябинска».

Принимали участие, учащиеся начальных классов, девочки и мальчики, в количестве 20 человек. Из которых 9 мальчиков (45%) и 11 девочек (55%). Средний возраст испытуемых составил 9-11 лет.

Со слов классного руководителя учащиеся вполне знают и принимают друг друга. Классы недостаточно сплочены и цельны, поэтому в решении проблем очень редко приходят к одному мнению. Большинство учащихся проживают в неполных семьях.

Некоторые учащиеся являются единственными детьми, другие растут в многодетной семье. У большей части классов родители имеют средне-профессиональное образование, у меньшей-высшее образование.

У основного количества семей отношения внутри семьи доброжелательные, в некоторых семьях авторитарный стиль воспитания.

Есть семьи, в которых родители не занимаются воспитанием детей и мало заботятся о жизни своих детей. Большинство из них положительно относятся к учебе. Отношение учеников к классному руководителю класса положительное. Дети уважают его, внимательно слушают и стараются молчать во время занятий. Учителю легко удается организовать занятия для всех школьных и внеклассных занятий. Между классным руководителем и детьми почти нет конфликтов. Во время эксперимента некоторые учащиеся проявили возбуждение и покраснели. Они внимательно слушали, но иногда кто-нибудь из учеников отвлекался, оглядывался и разговаривал друг с другом. В основном дети следовали инструкциям к методикам правильно, без ошибок.

Исследуя самооценку младших школьников с интеллектуальным недоразвитием по методике - шкала М. Розенберга, были получены следующие результаты. Результаты исследования представлены на рисунке 3 и в ПРИЛОЖЕНИИ 2, таблица 2.1».

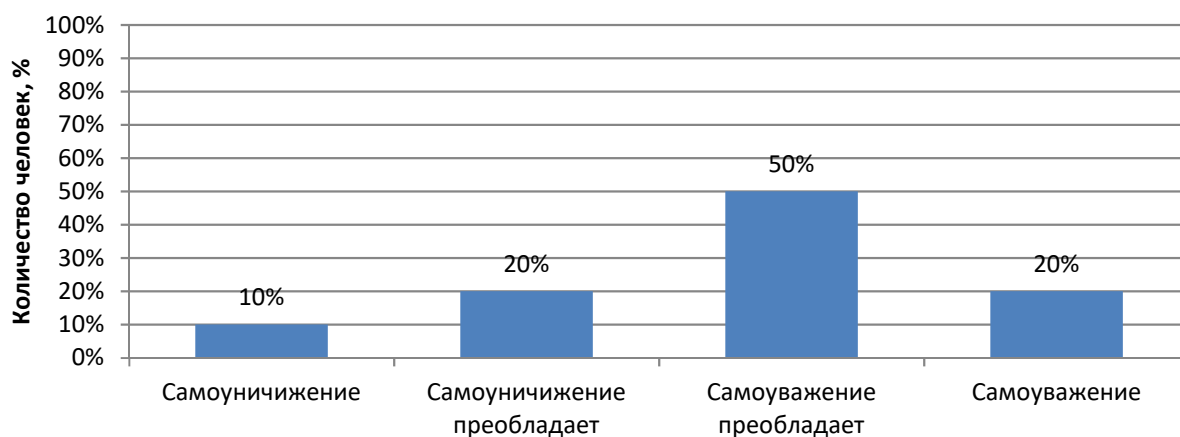


Рисунок 3 – Результаты диагностики самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием по методике «Шкала самоуважения» М.Розенберга

Анализ результатов исследования уровня самоуважения по методике М. Розенберга, показанных на Рисунок 1, показал, что в классе 10% (2 человека) людей с самым низким уровнем самоуважения (самоуничижением). У 4 человек (20%) самоуничижение преобладает над самоуважением, низкий уровень самоуважения связан с неправильной расстановкой приоритетов, в этом случае человек не осознает свои истинные потребности, не ищет дополнительных возможностей для самореализации.

У половины младших школьников с интеллектуальным недоразвитием, 10 человек (50%) преобладает самоуважение, такие люди могут адекватно оценивать свои сильные и слабые стороны, соглашаться с тем, что они неправы, сохранять уважение в случае неудач, но иногда склонны заниматься длительным «самобичеванием», что не смогли предпринять что-то или предугадать.

Наивысший уровень самоуважения наблюдается у 4 человек (20%), они уважают себя как человека, профессионала и делают все, чтобы и дальше уважать себя: развиваться, духовно и интеллектуально совершенствоваться, интеллектуально и в сфере взаимоотношений, умеют учиться на ошибках и в сложных ситуациях. Это норма, к которой нужно стремиться.

Таким образом, в классе преобладает завышенный уровень самооценки (20%), самоуважение преобладает над самоуничижением (50%), средний и низкий уровни самоотношения (20%) а также его крайние уровни (10%). Самооценку младших школьников с интеллектуальным недоразвитием можно характеризовать как неустойчивое и подвижное образование психики, она может меняться под влиянием окружающих факторов. Это значит, что младшие школьники с интеллектуальным недоразвитием, которые сейчас находятся в норме, могут перейти в группу риска, обладающую неадекватной самооценкой. Полученные результаты указывают на необходимость проведения комплексной работы, направленной на формирование адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием, что позволит им соотносить свои личностные характеристики и поведение в соответствии с реальными, а не идеальными условиями окружающей действительности.

По методике диагностики самооценки - «Паровозик» С.В. Валиевой получили результаты исследования, которые представлены на рисунке 4 и в ПРИЛОЖЕНИИ 2, таблица 2.2». Анализ результатов по методике С.В. Валиевой «Паровозик» позволяет отметить наличие позитивного психического состояния у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием 40 % (8 человек), низкой степени – у 25% (5 человек), средней степени – у 30 % (6 человек), высокой степени – у 5 % (1 человек). Эти данные свидетельствуют о наличии негативных проявлениях эмоциональных состояний у детей школьного возраста с эмоционально-волевыми нарушениями и попадании их в группу риска. В процессе наблюдения за детьми был отмечен пониженный фон настроения, вспышки агрессии, истеричное поведение, апатия, плаксивость.

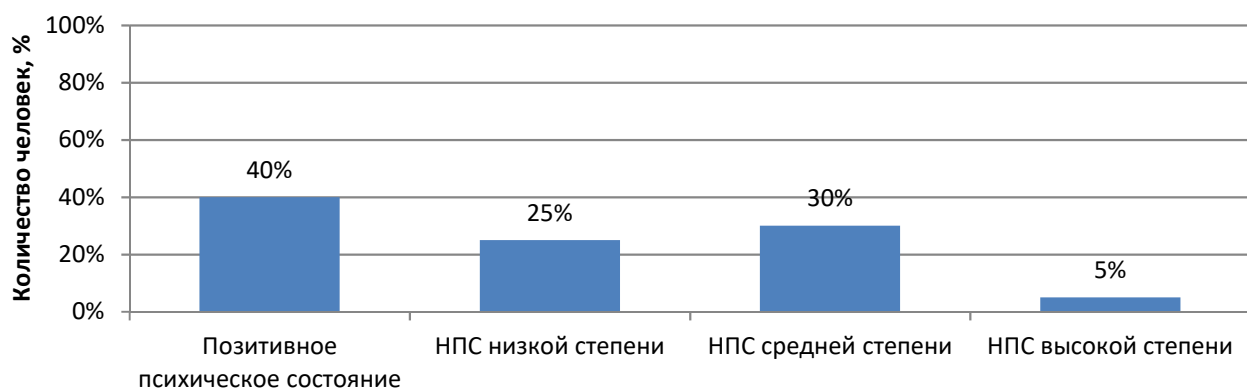


Рисунок 4 – Результаты диагностики самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием по методике «Паровозик» С.В. Велиевой

Изучение по методике – «Лесенка» В. Г. Щур самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием, были получены результаты исследования, которые представлены на рисунке 5 и в ПРИЛОЖЕНИИ 2, таблица 2.3».

Анализ полученных данных по методике В. Г. Щур «Лесенка» показал следующие результаты: 50% (10 школьников) – имеют высокий уровень самооценки. Неадекватно завышенная самооценка характеризует нереалистичный уровень притязаний, завышенная самооценка чревата чрезмерными претензиями на внимание к своей персоне и опрометчивыми решениями, возможно самодовольство собой. Показатели среднего уровня самооценки по методике самооценки личности «Лесенка» у 30% (6 учеников). Средний уровень самооценки характеризуется тем, что идеальный образ представляется достижимым, он побуждает к самовоспитанию, стремлением развить в себе желательные качества. 20% (4 учеников) имеют низкий уровень самооценки.

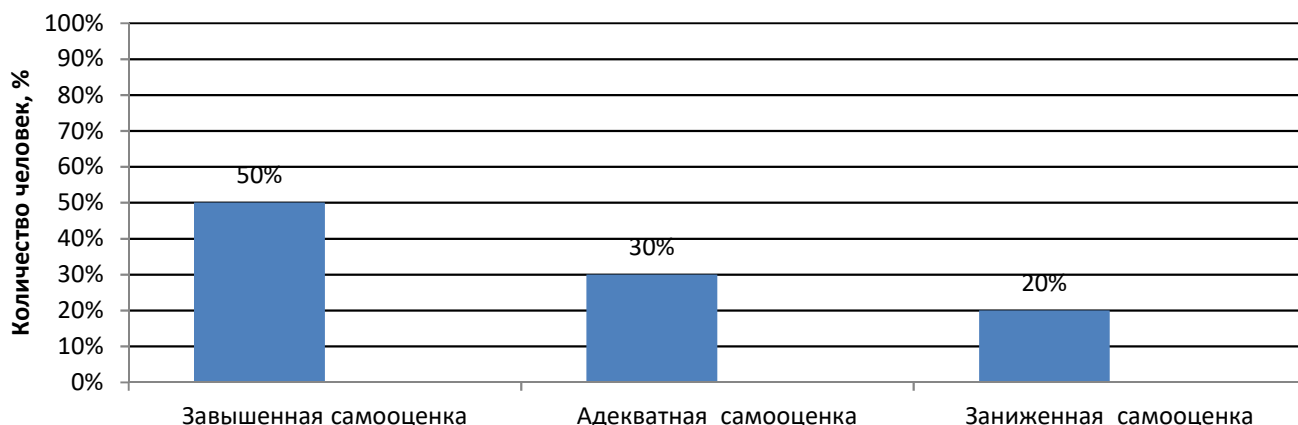


Рисунок 5 – Результаты диагностики самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием по методике «Лесенка» В.Г.Щур

Таким образом, выявили по всем методикам что у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием преобладает неадекватный уровень самооценки. Преобладает тенденция к завышенному уровню самооценки.

Выводы по 2 главе

Самоуважение - это субъективная оценка человеком самого себя как внутренне положительного или до какой-то степени отрицательного. Это также включает в себя уверенность в своей ценности; позитивный принцип в отношении права жить и быть счастливым; комфорт с соответствующим подтверждением своих мыслей, желаний и потребностей; ощущение того, что радость является неотъемлемым правом.

Самооценка – система знаний человека о себе, оценка этих характеристик, качеств и чувств, достоинств и недостатков, способность к их выражению.

Данная работа является теоретическим обоснованием исследования самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием. Исследование самооценки, самоуважения, выраженной в отношении к

себе.

Выборка диагностировалась с помощью следующих методик:

1. Методика шкала М. Розенберг – тест на самоуважение.

Цель: диагностика уровня самоуважения личности.

2. Методика изучения уровня самооценки и отношения к себе «Паровозик» С.В. Велиева.

Цель: определение степени позитивного (ППС) и негативного (НПС) психического состояния.

3. Методика «Лесенка» Щур.

Цель: выявить уровень развития самооценки у младших школьников.

Методика предназначена для выявления системы представлений ребёнка о том, как он оценивает себя сам, как, по его мнению, его оценивают другие люди и как соотносятся эти представления между собой.

В результате исследования были получены следующие результаты. Анализ результатов исследования уровня самоуважения по методике М. Розенберга, в классе преобладает завышенный уровень самооценки (20%), самоуважение преобладает над самоуничижением (50%), средний и низкий уровни самоотношения (20%) а также его крайние уровни (10%). Самооценку младших школьников с интеллектуальным недоразвитием можно характеризовать как неустойчивое и подвижное образование психики, она может меняться под влиянием окружающих факторов. Это значит, что младшие школьники с интеллектуальным недоразвитием, которые сейчас находятся в норме, могут перейти в группу риска, обладающую неадекватной самооценкой.

Анализ результатов по методике С.В. Велюевой «Паровозик». позитивного психического состояния у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием 40 % (8 человек), низкой степени – у 25% (5 человек), средней степени – у 30 % (6 человек), высокой степени – у 5 % (1 человек).

Анализ результатов по методике В. Г. Щур «Лесенка», : 50% (10

школьников) – имеют высокий уровень самооценки. Показатели среднего уровня самооценки по методике самооценки личности «Лесенка» у 30% (6 учеников). Средний уровень самооценки характеризуется тем, что идеальный образ представляется достижимым, он побуждает к самовоспитанию, стремлением развить в себе желательные качества. 20% (4 учеников) имеют низкий уровень самооценки.

Выявили по всем методикам что у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием преобладает неадекватный уровень самооценки. Преобладает тенденция к завышенному уровню самооценки.

ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМ НЕДОРАЗВИТИЕМ

3.1 Программа формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием

Во время обучения в начальной школе к социальной роли, ребенка своих родителей добавляется новая роль, ученик. Учебная деятельность стала ведущей и ее важность окружающие взрослые постоянно актуализируют, в это время младший школьник убеждается в том, что он и его обучение в школе важны для референтных взрослых.

Личность младшего ученика насыщена общением с одноклассниками и другими сверстниками. Представление о себе значительно развивается, когда вы получаете информацию от одноклассников и рассказываете другим о себе во время общения.

Таким образом, внешняя непривлекательность ученика приобретает общее значение для его оценки его личности в целом.

Самооценка - одна из составляющих концепции «Я» человека, она связана с отношением к себе или его индивидуальным особенностям.

Отрицательная самооценка предполагает самоотрицание, неприятие всего, что входит в сферу человеческого Я; это уменьшает притязания человека, ограничивая его жизненные перспективы.

Существует три уровня самооценки:

1-й уровень - высокий. Интерес младшего ученика направлен на знание его собственных характеристик.

2-й уровень - средний. Интерес младшего ученика направлен на мнение других.

3-й уровень - низкий. Характеризуется неадекватностью самооценки младшего школьника. Выделения эмоциональных предпочтений объясняет своими желаниями.

Самооценка человека зависит от его отношений с другими людьми, его требований к себе, его отношения к успехам и неудачам, в результате чего самооценка влияет на эффективность человеческой деятельности и ее дальнейшее развитие.

Исходной точкой отчета о самооценке является социальное взаимодействие: отношения с другими людьми в процессе деятельности и общения. Изучая качества другого человека, человек получает необходимую информацию, которая позволит ему выработать собственную оценку. Позже уже существующая оценка себя будет сравнена с тем, что она видит в других людях.

На основе актуальности выбранной проблемы мы подготовили психолого-педагогическую программу формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

Настоящая программа составлена в соответствии со следующими документами:

- Технология развития универсальных учебных действий в рамках ФГОС [52].

- План воспитательной работы МБОУ "С(К)ОШ № 119 г. Челябинска.

С учетом специальных индивидуальных программ развития обучающихся.

Цель: формирование адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

Задачи формирующей программы:

1. Актуализировать проблему самооценки.
2. Формировать навыки уверенного поведения.
3. Способствовать повышению самооценки у участников группы.
4. Освоить навыки снятия мышечных зажимов освоить метод релаксации.

Форма и объем занятий: программа включает в себя 10 занятий по 30

минут (1 урок), занятия проходят три раза в неделю.

Структура занятий. Количество участников группы: 20 человек.

Данная программа предназначена для работы с младшими школьниками с интеллектуальными нарушениями у которых прослеживается неадекватный уровень самооценки (заниженная или завышенная самооценка).

Для данной группы характерно:

Внешние проявления такие, как: скованность движений, робость, стеснительность, бравада, раскрепощенность движений, применение жаргона, плаксивость, чрезмерное проявление эмоций. Неадекватное оценивание своих действий и оценки окружающих людей, вспыльчивость.

Физические проявления: учащенное дыхание, повышение давления, учащенный пульс.

Поведенческие проявления: нервные движения частями тела, перебирание волос, перебирание разных предмет руками, кусание шариковой ручки, невербальное проявление агрессивного поведение в адрес одноклассников.

Именно поэтому необходимо проводить коррекционные занятия, а в группе риска или по-другому в группе младших школьников у которых просматривается неадекватный уровень самооценки должна быть полноценная психолого-педагогическая программа коррекции.

Актуальность нашей программы доказывает то, что в настоящий момент увеличился процент младших школьников с неадекватным уровнем самооценки.

Методы и приемы, используемые в проведение данной программы:

- занятия включающие упражнения и игры по теме занятия;
- психогимнастика на снятие зажимов и балансирование общего состояния участников группы;
- групповые беседы, рефлексия занятий.

Занятия по формированию адекватной самооценки у младших

школьников проводятся в групповом формате.

Цель групповой работы заключается в формировании адекватной самооценки при помощи межличностной коммуникации детей младшего школьного возраста. В групповой работе важна конфиденциальность, стабильное посещение занятий, состав группы до завершения программы должен оставаться безымённым.

Группе присуще динамика, выделяют 5 элементов:

1.Зарождение группы. Первая встреча, на которой участники знакомятся и ищут свое место, выделяют цели.

2.Знакомство. Беседы и обсуждения в ходе которого участники ищут себе похожих в увлечениях или по другим критериям. Устанавливаются нормы группы.

3.Начало. Проявление иерархии, жаргона, что указывает на сплоченность группы.

4.Конкурентность. Прослеживается выбор лидера, группа структурируется.

5.Сплоченность. Развитие коллективных отношений.

Программа содержит правила поведения каждого члена группы, их несколько:

- каждый член группы будет услышан;
- все что происходит в группе остается в группе;
- твои поступки должны быть добры;
- приходить вовремя;
- все ошибаются, главное уметь принимать и исправлять;
- если хочется сказать, что-то плохое, лучше промолчать;
- дарить друг другу хорошее настроение и добрые слова.

Представляемая программа психолого-педагогического формирования адекватной самооценки у младших школьников предназначена для работы с младшими школьниками с интеллектуальным недоразвитием у которых заниженная и завышенная самооценка.

Занятие 1

1. Вводная часть.

Цель занятия - создание благоприятной обстановки для дальнейшей продуктивной, совместной работы.

Задачи - создать доброжелательную атмосферу. Ознакомить участников с важностью позитивного общения с одноклассниками и ровесниками. В формате игры познакомиться с участниками программы.

Игра - «Имя, отчество, фамилия».

Цель игры - создание положительного эмоционального фона, сплочение группы.

Упражнение-разминка «Ветер дует на того, кто...».

Цель упражнения - создать доброжелательную обстановку в группе.

Упражнение - «Ласковое имя».

Цель упражнения - сокращение коммуникативной дистанции.

Занятие 2

Цель занятия - создание благоприятной обстановки для личностного самораскрытия, способствовать развитию положительных эмоций.

Упражнение - «Черная рука – белая рука».

Цель упражнения - развитие коммуникативных навыков.

Беседа ««О пользе и вреде эмоций»».

Цель беседы - раскрытие чувств участников группы.

Упражнение - «Поссорились – помирились».

Цель упражнения - развитие эмоциональной включенности в процесс взаимодействия.

Рефлексия, каждый участник группы высказывает свое мнение о занятии, делиться, какое упражнение больше понравилось и почему.

Ритуал прощания.

Занятие 3

Цель занятия - закрепление благоприятной обстановки для личностного самораскрытия, способствовать развитию положительных

эмоций.

Упражнение - «Моё отношение к себе и другим».

Цель упражнения - раскрытие скрытых способностей личности, развитие способности понимать свои эмоции.

Упражнение - «Эмоциональная тропинка».

Цель упражнения - развитие умений выражать и проецировать свои эмоции.

Упражнение - «Дракон кусает свой хвост».

Цель упражнения - проработка тревожных состояний и страхов.

Рефлексия, каждый участник группы высказывает свое мнение о занятии, делиться, какое упражнение больше понравилось и почему.

Ритуал прощания.

Занятие 4

Теоретическая часть. Цель занятия: актуализировать знание о эмоциях человека, что влияет на настроение, какие бывают вербальные и невербальные реакции человека на разные ситуации.

Практическая часть. Цель: формирование у детей положительных эмоциональных реакций в отношении себя, своей внешности, формирование желания нравиться себе и другим людям, способствовать раскрепощению участника группы с помощью упражнений, игровой деятельности.

Цель - формирование представлений своих эмоций и других, саморегуляции.

Упражнение - «Это я теперь», «Я в будущем».

Цель упражнения - формирование представлений себя, саморегуляции.

Рефлексия, каждый участник группы высказывает свое мнение о занятии, делиться, какое упражнение больше понравилось и почему.

Ритуал прощания.

Занятие 5

Цель занятия - развитие представлений своих эмоций и других, саморегуляции.

Упражнение - «Чунга-Чанга».

Цель упражнения - развитие способности ориентации в эмоциональном состоянии другого человека.

Упражнение - «Путешествие в страну чувств».

Цель упражнения - осознание собственных чувств и чувств других.

Упражнение - «Зайчик испугался – зайчик рассмеялся».

Цель упражнения - осознание эмоций и чувств других людей.

Упражнение - «Передай улыбку другому».

Цель упражнения – ауторелаксация.

Рефлексия, каждый участник группы высказывает свое мнение о занятии, делиться, какое упражнение больше понравилось и почему.

Ритуал прощания.

Занятие 6

Цель занятия - формирование адекватной самооценки с помощью упражнений, отработка адекватного отношения к себе и другим.

Упражнение - «Я очень хороший!».

Цель упражнения - закрепление позитивного отношения к себе.

Игра - «Падишах».

Цель игры - формирование позитивного отношения друг к другу.

Упражнение - «Рисунок чувств», Упражнение «Мусорное ведро».

Цель упражнения - найти и сравнить свои положительные и отрицательные черты.

Рефлексия, каждый участник группы высказывает свое мнение о занятии, делиться, какое упражнение больше понравилось и почему.

Ритуал прощания.

Занятие 7

Цель занятия - развитие адекватной самооценки. Способствовать

снижению эмоционального напряжения, закрепление уверенности в себе.

Упражнение - «Дружеские отношения».

Цель упражнения - развитие способности понимать чувства других и свои.

Упражнение - «Я подарок для друзей, так как я ...».

Цель упражнения - закрепление способности понимать свое состояние и друзей.

Рисунок - «Я с друзьями».

Цель - отображение мыслей, мироощущений, чувств.

Рефлексия, каждый участник группы высказывает свое мнение о занятии, делиться, какое упражнение больше понравилось и почему.

Ритуал прощания.

Занятие 8

Цель занятия - специальные и естественные методы саморегуляции. Сформировать и зафиксировать различные способы саморегуляции.

Упражнение - «Самоприказ».

Цель упражнения - научиться вести себя достойно. Закрепить снижение нежелательных высказываний.

Упражнение - «Движение».

Цель упражнения - научиться управлять своим телом и закрепить навык.

Упражнение - «Дыхание».

Цель упражнения - научить концентрироваться, расслабляться.

Рефлексия, каждый участник группы высказывает свое мнение о занятии, делиться, какое упражнение больше понравилось и почему.

Ритуал прощания.

Занятие 9

Цель занятия - закрепление результата работы группы.

Упражнение - «Планета чувств».

Цель упражнения - обучение управлению эмоциональным

состоянием, обучение способам эмоциональной разрядки.

Рисунок «Лимон».

Цель - контроль актуального эмоционального состояния.

Рефлексия, каждый участник группы высказывает свое мнение о занятии, делиться, какое упражнение больше понравилось и почему.

Ритуал прощания.

Занятие 10

Цель занятия - закрепление позитивного состояния, соотношение целей и результатов работы, дать участникам обратную связь.

Упражнение - «Снежки из бумаги», «Подари улыбку».

Цель упражнения - стимулировать выброс негативных и увеличить количество положительных эмоций.

Заключительная беседа

Цель - подведение итогов.

Таким образом, программа формирования адекватной самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием была составлена на основе работ таких авторов: Р.Ф. Лоскутова, И.В. Крылова, В.А. Васильева, Н.В. Борзенко. Организация и содержание процесса формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием направлена на такие компоненты: когнитивный (убеждение, представление, мнение), эмоциональный (эмоции, чувства, переживание), поведенческий (поведение, ожидания, стремления, замыслы, планы). В процессе формирующего воздействия происходит изменение уровня самооценки и эмоций младшего школьника.

3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования

После проведения опытно-экспериментальной работы, реализации психолого-педагогической программы формирования самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием для проверки

эффективности работы была проведена повторная диагностика по следующим методикам:

1. Методика шкала М. Розенберг – тест на самоуважение.
2. Методика изучения уровня самооценки и отношения к себе «Паровозик» С.В.Велиева.
3. Методика «Лесенка» Щур.

Анализ результатов исследования уровня самоуважения по методике М. Розенберга, показал, что в классе у большей половины младших школьников с интеллектуальным недоразвитием, 11 человек (55%) преобладает самоуважение, в случае неудач умеют сохранять уважение. Возможно, у этих школьников могут возникать проблемы с тревожностью, недооценкой своих выполненных действий, из-за ответственности за свои действия. Но они умеют адекватно выделять свои сильные и слабые стороны.

Наивысший уровень самоуважения наблюдается у 7 людей (35%), что идеальный образ можно достичь и они стараются для этого постоянно, стремлением развить в себе желательные качества. Уважают себя, свои достижения. Умеют учиться на чужих и своих ошибках.

1 человека (5%) с самым низким уровнем самоуважения (самоуничижение). У 1 человека (5%) самоуничижение преобладает над самоуважением, низкий уровень самоуважения связан с неправильной расстановкой приоритетов, учащийся не желает ничего менять и желания к развитию тоже нет. Возможно, первичное отклонение не в самооценки.

Результаты повторного проведения методики М. Розенберга исследования уровня самоуважения. Сравнительный анализ результатов исследования на констатирующем и контрольном этапах эксперимента представлены на рисунке 6 и в ПРИЛОЖЕНИИ 4, таблица 4.1

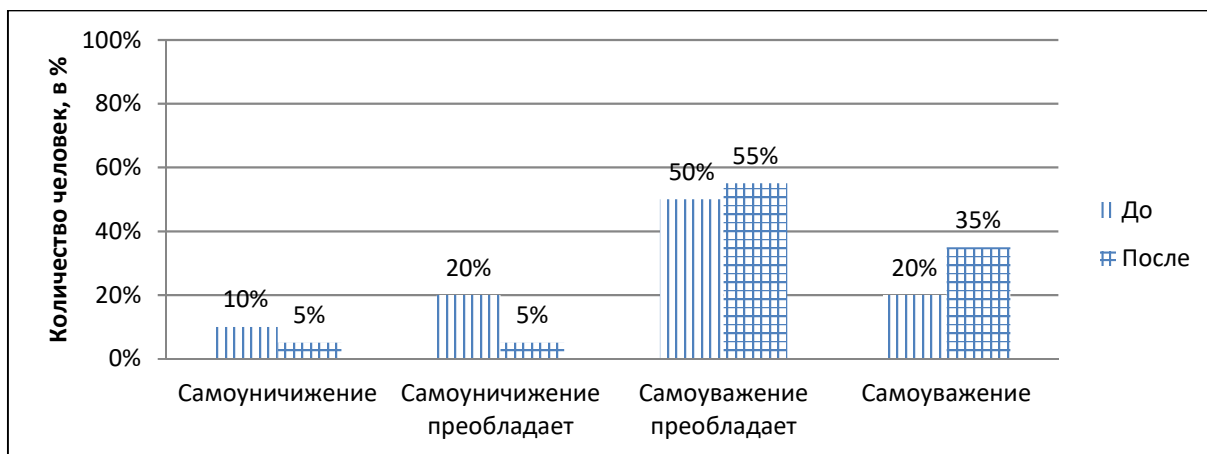


Рисунок 6 – Распределение показателей исследования самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием по методике самоуважения шкалы Розенберга до и после реализации программы

В результате исследования самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием по методике диагностики самооценки «Паровозик» С.В. Валиевой получили такие результаты исследования (Приложение 4): 15 человек (75%) показали степень -позитивного психического состояния у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием. Учащиеся стремятся достичь своих желаний, спокойно справляются с маленькими конфликтами, продуктивно обучаются. Доброжелательны к окружающим людям и готовы ко многому.

Высокой степени – 1 человек (1%)- завышенное психическое состояние у младших школьников, данное состояние может быть обусловлено недавно прошедшим праздником или каким-либо ярким моментом в жизни учащегося.

Низкой степени – 2 человека (10%), средней степени – 2 человека (10%) . Полученные результаты свидетельствуют о наличии негативных проявлений эмоциональных состояний, а именно плаксивости, плохого настроения, проявление агрессивного поведения у детей школьного возраста с интеллектуальным недоразвитием.

Сравнительный анализ результатов исследования на контрольном этапе эксперимента представлены на рис. 7 и в ПРИЛОЖЕНИИ 4, таблица 4.2

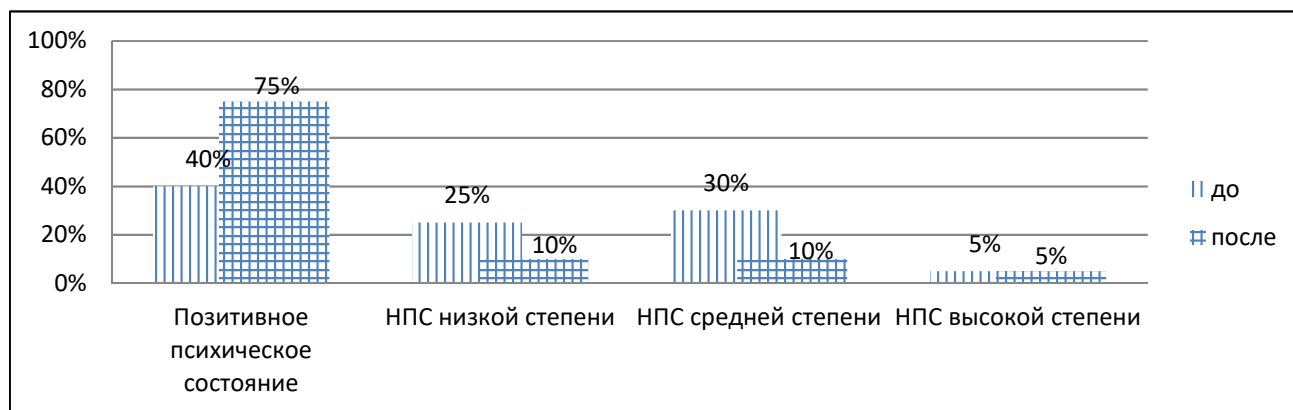


Рисунок 7 – Распределение показателей исследования самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием по методике «Паровозик» С.В. Велиевой до и после реализации программы

Анализ полученных данных по методике В. Г. Щур «Лесенка» показал, неадекватно завышенная самооценка характеризует нереалистичный уровень притязаний, завышенная самооценка чревата чрезмерными претензиями на внимание к своей персоне и опрометчивыми решениями, возможно самодовольство собой. 7 человек (35%) – имеют высокий уровень самооценки. Средний уровень самооценки характеризуется тем, что идеальный образ представляется достижимым, он побуждает к самовоспитанию, стремлением развить в себе желательные качества. Показатели среднего уровня самооценки по методике самооценки личности «Лесенка» у 9 людей (45%). 4 человека (20%) имеют низкий уровень самооценки.

Сравнительный анализ результатов исследования уровня самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием до и после проведения психолого-педагогической программы по методике В. Г. Щур «Лесенка» показал, что уровень самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием изменился. Показатели самооценки высокого, среднего, низкого уровней имеют тенденцию изменения в

сторону адекватности самооценки, которая характеризует оптимальное представление ребенка о своих возможностях, что является важным фактором личностного развития. Отмечаем, что на контрольном этапе исследования учащиеся младшего школьного возраста стали более реалистично оценивать себя.

Сравнительный анализ результатов исследования на контрольном этапе эксперимента представлены на рис.8 и в ПРИЛОЖЕНИИ 4, таблица 4.3

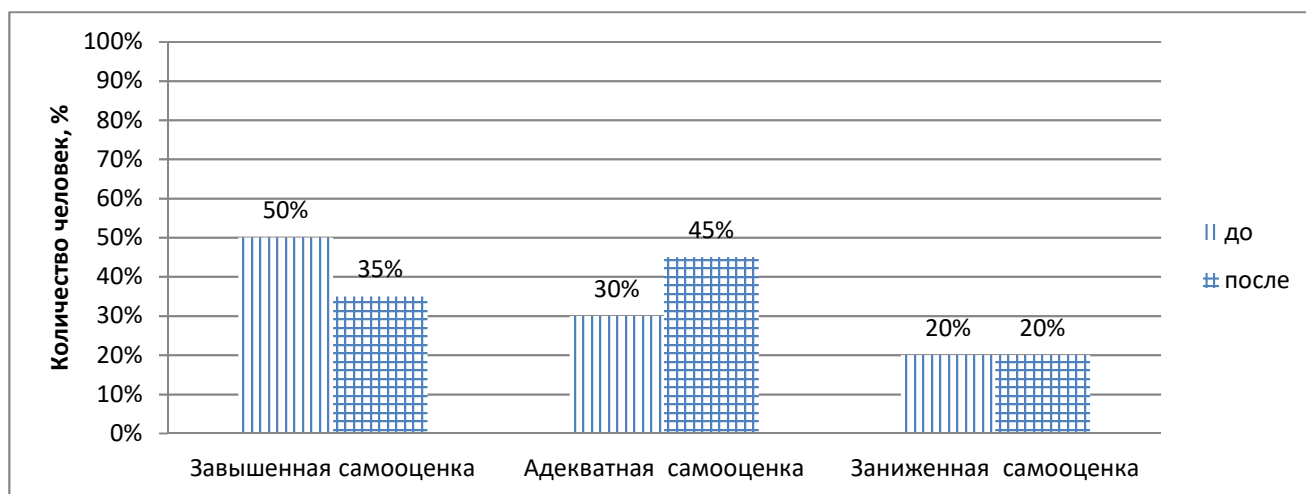


Рисунок 8 – Распределение показателей исследования самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием по методике «Лесенка» В.Г.Щур до и после реализации программы

Для определения эффективности программы формирования самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием был выполнен расчет Т-критерия Вилкоксона показателей по методике М. Розенберга исследования уровня самоуважения.

Сформулируем рабочие гипотезы.

H0 – интенсивность сдвигов показателя сформированности самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием в направлении увеличения не превосходит интенсивность сдвигов в направлении её уменьшения.

H1 – интенсивность сдвигов показателя сформированности самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием в направлении увеличения превосходит интенсивность сдвигов в

направлении её уменьшения.

$$T_{\text{эмп}} = 1+2,5+2,5+4+5+7+7+7=36$$

где R_i - ранговые значения сдвигов с более редким знаком.

Сумма по столбцу рангов равна $\Sigma=36$

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+8)8}{2} = 36$$

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

По таблице Приложения находим критические значения для T -критерия Вилкоксона для $n=8$:

$$T_{\text{кр}} = \begin{cases} 1(p \leq 0.01) \\ 5(p \leq 0.05) \end{cases}$$

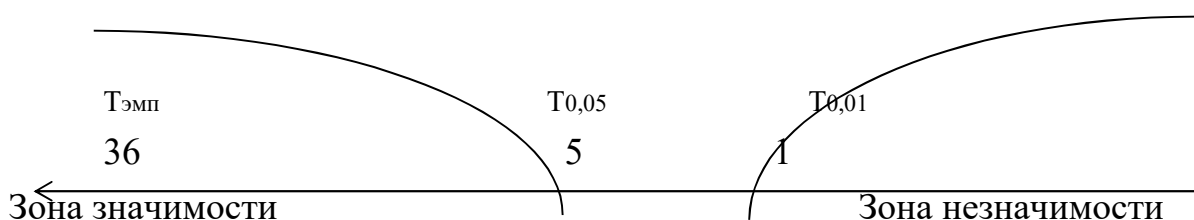


Рисунок 9 – «Ось значимости» по методике шкала М. Розенберга

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы «редких», в данном случае положительных, направлений не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю. В данном же случае эмпирическое значение T попадает в зону значимости: $T_{\text{эмп}} < T_{\text{кр}}(0,01)$.

Гипотеза H_1 принимается. Показатели после эксперимента превышают значения показателей до опыта.

Эмпирическое значение критерия находится в зоне значимости,

поэтому принимается альтернативная гипотеза: интенсивность сдвигов показателя, формирования самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием в направлении увеличения превосходит интенсивность сдвигов в направлении её уменьшения.

Следовательно, в группе до формирующего эксперимента учащиеся имели неадекватный уровень самооценки, что выражалось в негативных отзывах о себе, убеждениях, что всем не нравятся и к ним окружающие относятся плохо. Был и другой вариант, когда учащиеся считали, что только они все знают, что только его мнение правильно.

Для определения эффективности программы формирования самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием был выполнен расчет Т-критерия Вилкоксона показателей по методике С.В.Велиева изучения уровня самооценки и отношения к себе «Паровозик».

Сформулируем рабочие гипотезы.

H₀ – интенсивность сдвигов показателя сформированности самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием в направлении увеличения не превосходит интенсивность сдвигов в направлении её уменьшения.

H₁ – интенсивность сдвигов показателя сформированности самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием в направлении увеличения превосходит интенсивность сдвигов в направлении её уменьшения.

$$T_{эмп} = 2+2+2+5+5+5+7=28$$

где R_r - ранговые значения сдвигов с более редким знаком.

Сумма по столбцу рангов равна $\sum=28$

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+7)7}{2} = 28$$

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

Сумма рангов «редких» направлений составляет эмпирическое значение критерия T:

$$T = \sum R_t = 28$$

По таблице Приложения находим критические значения для T-критерия Вилкоксона для n=7:

$$T_{кр} = \begin{cases} 0 (p \leq 0.01) \\ 3 (p \leq 0.05) \end{cases}$$

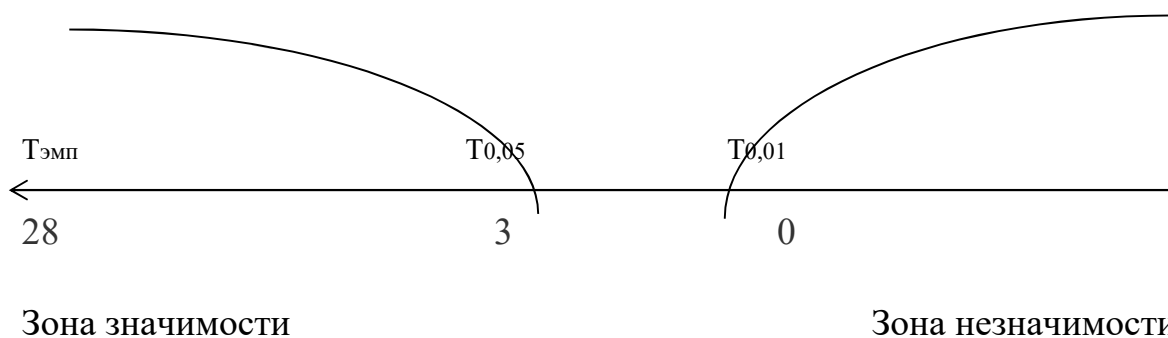


Рисунок 10 – «Ось значимости» по методике «Паровозик» С.В. Велиева

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы «редких», в данном случае отрицательных, направлений не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю. В данном же случае эмпирическое значение T попадает в зону значимости: $T_{эмп} < T_{кр}(0,01)$.

Гипотеза H_0 принимается. Показатели после эксперимента не превышают значения показателей до опыта.

Проведя тщательную обработку и анализ данных, можно сделать вывод о том, после проведения формирующего эксперимента уровень самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием выявленный по результатам исследования, был скорректирован. На основе

этого можно сделать вывод о том, что гипотеза исследования подтвердилась: уровень самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием изменяется, если провести программу формирования адекватной самооценки.

Таким образом, расчет Т - критерия Вилкоксона позволяет утверждать, что формирование адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием, возможно, изменится, при реализации опытно- экспериментальной работы, включающей: обоснование и апробацию модели формирования адекватной самооценки у младших школьников, внедрение программы формирования адекватной самооценки младших школьников, гипотеза исследования верна.

По итогам формирующей работы следует закрепить или улучшить достигнутые результаты. Выполнение этой задачи возлагается на формулирование психологопедагогических рекомендаций, выполняя которые после завершения программы, участники эксперимента продолжают работать самостоятельно.

3.3 Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику и психолого-педагогические рекомендации субъектам образовательных отношений по формированию адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием

Для наиболее эффективной реализации программы формирования адекватной самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием разработана технологическая карта внедрения программы в практику.

1-й этап. «Целеполагание внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием»

1.1. Цель: Изучить необходимые документы по предмету внедрения.

Содержание: изучение необходимой литературы, закона «Об

Образовании». Методы: сообщения, обсуждения. Формы: психологическая служба, научный руководитель.

1.2. Поставить цели внедрения. Содержание: обоснование целей и задач внедрения. Методы: обсуждения. Формы: психологическая служба.

1.3. Разработать этапы внедрения. Содержание: изучение и анализ содержания каждого этапа внедрения, его задач, принципов, условий, критериев и показателей эффективности. Методы: анализ личных дел школьников, заключения пмпк, программы внедрения. Формы: педагогический совет, психологическая служба.

1.4. Разработать программно-целевой комплекс внедрения. Содержание: анализ необходимости внедрить программу, анализ работы школы по теме предмета внедрения. Методы: анализ состояния программы внедрения. Формы: педагогический совет, психологическая служба.

2-й этап «Формирование положительной психологической установки на внедрение»

2.1. Выработать состояние готовности к освоению предмета внедрения. Содержание: формирование готовности внедрить тему, психологический подбор и расстановка субъектов внедрения. Методы: обоснование практической значимости внедрения, беседа (развития общения, взаимопонимания, самооценки). Формы: индивидуальные беседы, психотерапевтический практикум.

2.2. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения. Содержание: пропаганда уже имеющегося положительного опыта внедрения программы формирования адекватной самооценки в других школах. Методы: научно-исследовательская работа, сотрудничество с другими психологами. Формы: изучение опыта, психотерапевтический практикум.

2.3. Сформировать веру в свои силы по внедрению. Содержание: психологический подбор и расстановка субъектов внедрения, исследование психологического портрета субъектов внедрения. Методы: постановка

проблемы, обсуждение, беседа (развития общения, взаимопонимания, самооценки).

Формы: педагогический совет, психотерапевтический практикум.

3-й этап «Изучение предмета внедрения».

3.1. Изучить нормативные документы по теме. Содержание: изучение и анализ материалов Конституции, документов о школе, инструктивно-методических указаний, закона «Об Образовании». Методы: фронтальный метод. Формы: семинары, собрания.

3.2. Изучить сущность предмета внедрения. Содержание: изучение предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм, методов. Методы: фронтально и в ходе самообразования. Формы: семинары, тренинги.

3.3. Изучить методику внедрения темы. Содержание: освоение системного подхода в работе над темой. Методы: фронтально и в ходе самообразования. Формы: семинары, тренинги.

4-й этап «Опережающее освоение предмета внедрения».

4.1. Создать инициативную группу для опережающего внедрения темы. Содержание: определение состава инициативной группы, организационная работа, исследование психологического портрета субъектов. Методы: наблюдение, анализ. Формы: внеурочные мероприятия, консультации.

4.2. Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе. Содержание: изучение теории предмета внедрения, теории систем и

системного подхода, методики внедрения. Методы: самообразование, научно-исследовательская работа, обсуждение. Формы: семинары, консультации.

4.3. Обеспечить инициативной группе условия для успешного освоения методики внедрения темы. Содержание: анализ создания условий для опережающего внедрения. Методы: обсуждения, экспертная оценка,

самоаттестация. Формы: производственное собрание.

4.4. Проверить методику внедрения. Содержание: Работа инициативной группы по новой методике. Методы: анализ изменений, корректировка методике. Формы: посещение уроков, внеурочных форм работы.

5-й этап «Фронтальное освоение предмета внедрения».

5.1. Мобилизовать педагогический коллектив на внедрение по проблеме исследования. Содержание: проанализировать работу инициативной группы. Методы: Беседа (развития общения, взаимопонимания, самооценки), сообщение результатов внедрения программы. Формы: педагогический совет, психологическая служба.

5.2. Развить знания и умения, сформированные на предыдущем этапе. Содержание: повторный анализ литературных источников, обновление знаний, изучение и совершенствование теории внедрения. Методы: обмен опытом, самообразование. Формы: консультации, семинары.

5.3. Обеспечить условия для фронтального внедрения. Содержание: анализ создания условий для фронтального внедрения. Методы: изучение состояния дел, обсуждения. Формы: педагогический совет, психологическая служба.

5.4. Освоить всем коллективом предмет внедрения. Содержание: фронтальное усвоение предмета внедрения. Методы: наставничество, обмен опытом, анализ, корректировка технологии. Формы: психологическая служба, консультации, практические занятия.

6-й этап «Совершенствование работы над темой».

6.1. Совершенствовать знания и умения, сформированные на прошлом этапе. Содержание: совершенствование знаний. Методы: наставничество, обмен опытом, анализ. Формы: конференция.

6.2. Обеспечить условия совершенствования методики работы по предмету внедрения. Содержание: анализ полученных результатов по

внедрению программы. Методы: обработка результатов, доклад. Формы: психологическая служба, педагогический совет.

6.3. Совершенствовать методику освоения темы. Содержание: формирование единого методического обеспечения освоения темы. Методы: обработка результатов, доклад, обсуждение, тренинг. Формы: психологическая служба, педагогический совет.

7-й этап «Распространение передового опыта освоения предмета внедрения»

7.1. Изучить и обобщить опыты внедрения по проблеме исследования. Содержание: анализ полученных результатов по внедрению программы, изучение и обобщение внутришкольного опыта по внедрению программы. Методы: посещение, наблюдение, изучение, анализ. Формы: уроки, стенды, буклеты.

7.2. Обобщить опыт работы по теме. Содержание: обмен опытом с другими школами, обучение учителей. Методы: наставничество, консультации. Формы: семинары, собрания.

7.3. Осуществить пропаганду передового опыта внедрения. Содержание: пропаганда опыта внедрения в работе. Методы: выступления. Формы: семинар, конференция.

7.4. Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившихся на предыдущих этапах. Содержание: обсуждение динамики, работа над темой. Методы: наблюдения, анализ. Формы: семинар.

Опираясь на полученные в ходе исследования теоретические положения и эмпирические данные, нами были составлены психолого-педагогические рекомендации для родителей по формированию адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

Ребенок это отражение его родителей и эмоции он копирует от мамы и папы, ведь все идет из семьи и он хорошо считывает их настроение, нотки злости, тревоги, обиды и остальные эмоции. Он очень трепетно

относятся к оценке своих поступков родителями.

Родители должны помнить о таких существенных аспектах развития в младшем школьном возрасте, как:

- ярко выраженная потребность ребенка быть «значимым» в глазах сверстников, утвердиться среди них;
- частое возникновение отклонений самооценки и уровня притязаний в сторону чрезмерного занижения или завышения;
- склонность к немотивированному риску, к неадекватному реагированию (вплоть до попыток суицида) по, казалось бы, незначительным поводам, неумение предвидеть последствия своих поступков;
- повышенная вероятность обострения или возникновения патологических реакций, психических заболеваний [58].

В младшем школьном возрасте ребенку важна поддержка семьи, которая возвращает уверенность в нем. Когда ваш ребенок первый раз идет в первый класс, почему вы идете с ним? Потому что вы показываете безопасный путь и правильный выбор в его жизни, сами знакомитесь с родителями новоиспеченных одноклассников, показывая пример своему ребенку. Возвращая домой с первой линейки вы обсуждаете новых знакомых, кто вашему школьнику понравился, с кем еще не успел познакомиться и тут взрослый может похвалить за смелость и открытость ребенка, забыв о всех страхах, он хорошо держался для своего первого дня в школе.

Уже в первом классе видно, какая самооценка формируется у младшего школьника и пока еще ее можно скорректировать и сформировать адекватную самооценку ребенку, что в дальнейшем упростит жизнь вашему ребенку [39].

Когда ребенок плохо учится, толстеет, часто терпит оскорбления от одноклассников, чтобы хоть немного поддержать его, родители начинают его хвалить, иногда даже незаслуженно, но это не помогает в разрешении

ситуации. В это время ребенок действительно думает, что он лучший, и его самооценка значительно повышается. Бывает по-другому, постоянные упреки со стороны родителей, сравнение со сверстниками формируют у ребенка мнение, что ему хуже всего. Чтобы избежать этого, нужно говорить правду, но не в резкой форме, что: «Ну да, ты пухленькая. Не волнуйся так сильно! Ты подрастешь, вытянешься, и весь лишний вес исчезнет. Если этого не произойдет, мы будем вместе заниматься спортом».

Если вы оцениваете, что ребенок не хочет ходить в школу, это означает, что у него есть проблемы и их необходимо решать [39]. Возможно ему сложно дается сама учебная деятельность и он сильно переутомляется. Можно устроить один выходной в который вы пообщаетесь с ребенком и уточнит, что его тревожит, ребенок отдохнет от постоянного урока и перемен к которым он еще не успел привыкнуть.

Если вы будите хвалить ребенка беспричинно и приходить в восторг от обычных вещей. Пример, самостоятельно заправил свою кровать, то будет развиваться неуверенность в себе, а похвала потеряет свою ценность, в дальнейшем будет неадекватный уровень самооценки. Доверие ребенка основано на его безоговорочном принятии в семье. Достижения детей не следует рассматривать как основную ценность. Если ребенок терпит неудачу в какой-либо деятельности, не забудьте сказать, что вы уверены в его способностях и цените его как личность.

Если наоборот недооценивать достижения своего ребенка, то будет формироваться низкая самооценка.

В процессе коррекционного обучения происходит формирование адекватной самооценки и уровня притязаний у большинства учащихся с интеллектуальным недоразвитием и ведущая роль в этом принадлежит учителю [37].

Для формирования адекватного уровня самооценки младшего

школьника с интеллектуальным недоразвитием обращаем внимание на такие ситуации:

1. Пример и никакого сравнения. Вспомните себя в детстве, когда вас сравнивали с соседским ребенком, какие чувства у вас возникали? Стоит ли сравнивать двух разных людей, отталкиваясь только от одинакового их возраста? Сравнение может быть только с его собственными успехами и неудачами. Если вы заметили успехи чужого ребенка стоит его похвалить и помочь своему ребенку добиться успеха в этом деле, а сравнение их в данном случае сыграет злую шутку. У ребенка заметно снизится самооценка и зародиться обида на более успешного сверстника [24].

Если сильно хочется показать пример, лучше вспомнить себя в его возрасте и сказать, почему у вас это получалось делать хорошо. «Посмотри, в этот раз ты меньше старался, поэтому у тебя получилось не так хорошо, как в прошлый раз. Я уверена, в другой раз ты будешь стараться сделать лучше»). Помните, что ребёнок - это самая большая ценность, любите и принимайте его таким, какой он есть [39].

2. Помним, что школьнику предстоит еще многому научиться и он очень старается. Требовать можно только то, что ребенку по его силам. В каждом возрасте развиваются способности, умения. А время освоения чего-то нового у каждого свое, поэтому мы индивидуальны. Если возлагать большие надежды, не оценивая способности ребенка, школьник начинает сам себя ругать и он совсем не понимает, что взрослые от него требуют больше, чем он может делать. В таком случае, уровень самооценки падает.

3. Хорошо и плохо. Школьник принес «5», хвалим «Ты отлично рассказал стих, который мы вместе учили! Ты молодец!». Никакой пользы не принесет похвала ребенка в целом, например «Ты самый умный и хороший». Школьник не поймет, что вы оценили его работу, но безусловно ему будет приятно это слышать от вас.

Если школьник принес «2». Нужно узнать причину, почему он не смог на уроке рассказать стих, который вы выучили вместе. Привести пример из своей жизни и объяснить последствия. Но не в коем случае не говорить «Дворником тебе быть»-1. Обесценивание работы дворника. 2.Снижение уровня самооценки. 3.Никакого положительного результата, после подобных выражений. Главное в конце беседы рассказать, как нужно поступить правильно и предложить свою помощь [41].

4. Беседа. Общение ребенка и взрослого полезно. Отталкиваясь от мировоззрения взрослого у ребенка будут рождаться свои мысли, идеи и выводы. От этого корректируется его самооценка и оценка окружающих людей. Называйте ребенка по имени, не скупитесь на проявление любви и нежности. Важен телесный контакт, обнимайте, ребенка, гладьте его по голове. Проявляйте нежность к ребенку, в ситуации успеха и когда что-то не вышло. Будьте последовательны в воспитании ребенка. Низкая самооценка и неуверенность в себе у ребенка- результат противоречивых поступков и требований к ребенку со стороны близких ему взрослых.

5. Поддержка. Если школьник боится выступать перед классом со своим ответом, не уверен в себе, своих силах. Стоит начать адекватно выделять его достоинства, говорить о том, что все знать невозможно, а нужно поделиться тем, что знаешь ты, чтоб и остальные узнали и ты так сделаешь доброе дело. Доверяйте ребенку. Оставляйте за ним право на собственный поступок, на награду или расплату за него. Человек, живущий среди тех. кто ему доверяет, - спокоен, уверен, умеет оценить себя по достоинству. Недоверие же порождает неуверенность и тревогу [26, с.103].

6. А ваш ребенок король? Когда ребенок возвышает себя надо остальными стоит обратить на это внимание и сказать, что если он продолжить так себя вести у него не будет друзей, ведь так вести себя некрасиво. Можно поговорить о том, что у кого получается лучше и

заметить, что не все всё выполняют идеально, но у одних получается лучше первое, а у других- второе. Кто- то хорош в своих способностях, кто-то в иных. Каждый в чем- то преуспевает. Маша- лучше вяжет, а Коля- лучше забивает гвозди и поэтому они могут друг другу помочь. Нужно показать школьнику, что все разные и непохожи друг на друга именно умениями отличаются. Делить людей на плохих и хороших, по их умениям, дурной тон.

Школьник может с первого раза запомнить и понять не все, поэтому рекомендуем время от времени вспоминать об этом разговоре и приводить пример из своей жизни или жизни известных людей. Тревожного ребенка нестрашно перехвалить-он все равно относится к похвалам с некоторым недоверием [43].

7. Книги. В каждом доме должна быть полка с детскими книгами и энциклопедиями. В книгах раскрывается много вопросов, и разбираются жизненные ситуации в сказках. Вопросы, которые возникают у младших школьников и родители не всегда знают, как доступно дать ответ на них и тут вам помогут они. Почему ребенок так себя ведет, с родителями, учителями, одноклассниками, секреты учебы и воспитания. Их составляют специалисты в своей области дают адекватную оценку многим проявлениям и действиям вашего школьника. Удобно и то, что если, что то забылось или младший школьник сам захочет, он может взять книгу и сам прочитать, чтобы убедиться.

8. Поощрение. Инициатива наказуема? Если она с добрым настроем, за нее нужно хвалить. Ваш школьник задержался в школе, потому что помогал учителю убираться в классе? Доброе дело? Нужно хвалить. «Ты молодец, потому что...»

9. Спорт. Уровень физического развития влияет на уровень самооценки. Активный ребенок больше проявляет инициативы, везде желает почувствовать и умеет выстраивать положительные взаимоотношения со сверстниками [16, с.90].

10. Родителям по силам создавать благоприятную атмосферу в доме. Любите своих детей, такими, какие они есть! Без особой нужды не ограничивайте круг общения ваших детей! Чем больше сфер общения у ребенка, тем больше шансов, что хотя бы в одной из них он найдет поддержку.

11. Доверяя нашим детям, мы должны доверять и их выбору. С кем они дружат и чем увлекаются-их личное дело. важно, чтобы ребенок сохранил искренние и глубокие контакты с кем – то из взрослых, но этот контакт, не для контроля, а для своевременной помощи, не для вмешательства в дела ребенка, а для эмоциональной поддержки [50].

Опираясь на полученные в ходе исследования теоретические положения и эмпирические данные, нами были составлены психолого-педагогические рекомендации для учителей по формированию адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

1. Индивидуальный подход к каждому ребенку. В педагогическом процессе учитель идет не от учебного предмета к ребенку, а от ребенка к учебному предмету, от тех возможностей, которыми располагает ребенок,, его потенциальных возможностей, которые учитель развивает, совершенствует, обогащает. Помним важные составляющие:- отказ от ориентировки на среднего ученика; - поиск лучших качеств в личности; - применение психолого-педагогической диагностики в изучении ребенка: выявление интересов, способностей, направленности личности, качеств характера, особенностей мыслительных процессов [52, с. 40].

2. Похвала. Использовать похвалу в работе с младшими школьниками, имеющими заниженную самооценку необходимо именно так вы будите подбадривать ученика, что способствует доверительному отношению и повышению его самооценки.

3. Сравнение. При проведение праздничных мероприятий, нужно отмечать достижения учеников, его положительные качества и

отталкиваясь от этого выбирать каждому ученику его роль на мероприятии. Не стоит сравнивать учащихся, если в этом нет необходимости, это может привести к снижению уровня самооценки того ученика, чьи качества окажутся хуже.

4. Оценка. Ученик может сам, после выполнения работы, как домашней, так и классной оценить ее. И только после этого, сдать работу на проверку учителю, так появится возможность обсудить несоответствие оценки. Учитель может объяснить ученикам, по каким критериям оценивает работы, ученик может осветить сильные стороны его работы [29, с. 58].

5. Ситуация успеха. В день проведения контрольных работ учитель может позитивно настроить класс « У вас обязательно получится», «Мы уже делали подобные задания и все с ними справлялись». Позитивная атмосфера и хороший итоговый результат, вот что может помочь в повышении самооценки.

6. Педагог, родитель. Учитель может похвалить родителей за ответственное отношение в выполнении домашних работ, это способствует проявлению эмоциональной поддержки по отношению к детям. Успех в учебе сегодня- успех в дальнейшей жизни. Проводить просветительскую профилактическую работу по формированию общей психологической культуры, предупреждение нарушений в становлении личности с помощью лекций, бесед для родителей [29, с. 46].

7. Школа, маленький дом. Помочь учащемуся в достижении адекватного уровня самооценки учитель может и на перемене, и в столовой. В поездках, в музей или экспрессию, формирование самооценки происходит в разных видах деятельности и урок не единственное место для этого [22].

8. Тревога. Учитель может научить справляться с тревогой учеников самостоятельно по средствам не сложных упражнений и провести работу с родителями, что бы родители тоже научились и

помогали своим детям. Самовнушение пришло в педагогику из психологии и оно, действительно, помогает укрепить веру в себя, почувствовать себя более уверенным, сильным, способным. Элементы самовнушения можно включать в физминутки, с такого приема можно начать весь урок или его завершить.

9. Поступок. Давать ученикам самостоятельность и распределять обязанности, в последующем дети смогут гордиться ответственным выполнением порученной работы.

10. Шанс. Чаще давать шанс ученику заметить свои сильные стороны, в ответе у доски или в игре, проектной деятельности, беседе. Ученик будет проявлять больше интереса к выполняемым заданиям, если сам выберет, чем он хочет сейчас заниматься, куда поехать на экскурсию и что новое ему сейчас интересно. Содержание задания должно быть одинаковым, ученики же могут выбрать объем, сложность выполнения, выбрать индивидуальное задание или работу в парах, мини-группе, самостоятельную подготовку или с помощью учителя. Во-первых, у детей формируется навык не теряться в ситуации выбора, во-вторых, это приучает к осознанному выбору, к адекватной оценке своих сил и способностей.

Таким образом, в психолого-педагогических рекомендациях педагогам, родителям в формировании адекватной самооценки у младшего школьника с интеллектуальным недоразвитием важно помнить, что оценка своих возможностей формирует адекватное отношение к себе. Это позволяет развивающейся личности намечать пути своего развития, формировать способность рассчитывать на свои силы. Человек, обладающий такой способностью, всегда психически уравновешен и успешней развивается в своей среде. Личность с неадекватной оценкой в коллективе чувствует себя неуютно, постоянно ощущает дискомфорт. Она зачастую создает конфликтные ситуации.

Технологическая карта внедрения результатов исследования

формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием

Выводы по 3 главе

На основе актуальности выбранной проблемы мы подготовили психолого-педагогическую программу формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

Анализ результатов исследования уровня самоуважения по методике М. Розенберга, показал, что в классе у большей половины младших школьников с интеллектуальным недоразвитием, 11 человек (55%) преобладает самоуважение, в случае неудач умеют сохранять уважение. Возможно, у этих школьников могут возникать проблемы с тревожностью, недооценкой своих выполненных действий, из-за ответственности за свои действия.

В результате исследования самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием по методике диагностики самооценки «Паровозик» С.В. Валиевой получили такие результаты исследования (Приложение 4): 15 человек (75%) показали степень -позитивного психического состояния у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

Сравнительный анализ результатов исследования уровня самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием до и после проведения психолого-педагогической программы по методике В. Г. Щур «Лесенка» показал, что уровень самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием изменился. Показатели самооценки высокого, среднего, низкого уровней имеют тенденцию изменения в сторону адекватности самооценки, которая характеризует оптимальное представление ребенка о своих возможностях, что является важным фактором личностного развития. Отмечаем, что на контрольном этапе исследования учащиеся младшего школьного возраста стали более

реалистично оценивать себя.

Для определения эффективности программы формирования самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием был выполнен расчет Т-критерия Вилкоксона показателей по методике М. Розенберга исследования уровня самоуважения.

Следовательно, в группе до формирующего эксперимента учащиеся имели неадекватный уровень самооценки, что выражалось в негативных отзывах о себе, убеждениях, что всем не нравятся и к ним окружающие относятся плохо. Был и другой вариант, когда учащиеся считали, что только они все знают, что только его мнение правильно. Показатели после эксперимента превышают значения показателей до опыта.

Для определения эффективности программы формирования самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием был выполнен расчет Т-критерия Вилкоксона показателей по методике С.В.Велиева изучения уровня самооценки и отношения к себе «Паровозик».

По итогам формирующей работы по указанной методике выше, сдвиги не прослеживаются, следует, что показатели после эксперимента не превышают значения показателей до опыта. Это возможно связано с применением стандартизированных методик при работе с учащимися с интеллектуальным недоразвитием.

Проведя тщательную обработку и анализ данных, можно сделать вывод о том, после проведения формирующего эксперимента уровень самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием выявленный по результатам исследования, был скорректирован. На основе этого можно сделать вывод о том, что гипотеза исследования подтвердилась: уровень самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием изменяется, если провести программу формирования адекватной самооценки.

Таким образом, расчет Т - критерия Вилкоксона позволяет

утверждать, что формирование адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием, возможно, изменится, при реализации опытно- экспериментальной работы, включающей: обоснование и апробацию модели формирования адекватной самооценки у младших школьников, внедрение программы формирования адекватной самооценки младших школьников, гипотеза исследования верна.

Таким образом, в психолого-педагогических рекомендациях педагогам, родителям в формировании адекватной самооценки у младшего школьника с интеллектуальным недоразвитием важно помнить, что оценка своих возможностей формирует адекватное отношение к себе. Это позволяет развивающейся личности намечать пути своего развития, формировать способность рассчитывать на свои силы.

Разработана технологическая карта внедрения результатов исследования формирования адекватной самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием, структурирована и емко изложена. Она складывается из 7 стадий: целеполагания, формирования положительной конструкции в введение, исследования объекта введения, передового изучения объекта введения, фронтального изучения объекта, улучшения работы над проблемой также разделение навыка введения программы, распространение передового опыта освоения предмета внедрения.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В настоящем исследовании изучалось формирование адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием. Отечественные ученые описывали особенности высших психических функций у детей с интеллектуальным недоразвитием, однако самооценка данной категории мало изучена. Углубляясь в изучение материала, мы пришли к выводу, что специалисты уделяют недостаточно профессионального внимания, недостаточно разработанной, является проблема, создания инструментария для формирования самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

Младший школьный возраст - сензитивный период для возникновения внутренних новообразований ребёнка, интенсивного развития когнитивного компонента и качественной трансформации самооценки.

Мы выделили особенности формирования самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием: снижена способность отделяться от событий и явлений, которые их окружают; низкий уровень критичности, выраженный в незащитности и зависимости, а также гипертрофированный эгоцентризм, склонность к социальной зависимости; задержка в социальном общении; систематическое переживание ошибок приводит к формированию патологических черт личности - к отказу от какой-либо активности, пассивности, замкнутости, негативизму и озлобленности; низкая уверенность в себе влияет на неспособность критически оценить свои действия, навыки, склонности и результаты своей работы.

Исследование самооценки, самоуважения, выраженной в отношении к себе, младшего школьника с интеллектуальным недоразвитием проходило в три этапа: Поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный, контрольно-обобщающий. В ходе исследования мы

использовали следующие методы и методики:

1. Теоретические методы: анализ и обобщение психолого-педагогической литературы, моделирование.

2. Эмпирические методы: констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование по методикам:

- методика шкала М. Розенберга - тест на самоуважения;
- методика «Паровозик» (С.В.Велиева);
- методика «Лесенка» (В.Г.Щур).

3. Количественный метод обработки эмпирических данных: Т-критерий Вилкоксона.

Согласно результатам констатирующего эксперимента:

- по результатам диагностики шкала М. Розенберга - тест на самоуважения: преобладает завышенный уровень самооценки (20%), самоуважение преобладает над самоуничижением (50%), средний и низкий уровни самоотношения (20%) а также его крайние уровни (10%);

- по результатам диагностики уровня самооценки и отношения к себе «Паровозик» (С.В.Велиева): позитивного психического состояния 40 % (8 человек), низкой степени – у 25% (5 человек), средней степени – у 30 % (6 человек), высокой степени – у 5 % (1 человек);

- по результатам диагностики «Лесенка» (В.Г.Щур): 50% (10 школьников) -высокий уровень, у 30% (6 учеников)- средний уровень, . 20% (4 учеников) -низкий уровень.

На основе актуальности выбранной проблемы мы подготовили психолого-педагогическую программу формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

Для того, чтобы проверить действенность программы формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием мы провели повторную диагностику самооценки по тем же методикам. Оценивался сдвиг между результатами «До» и «После» реализации программы.

По результатам повторной диагностики шкала М. Розенберга - тест на самоуважения: 11 человек (55%) преобладает самоуважение; Наивысший уровень самоуважения наблюдается у 7 людей (35%), 1 человека(5%) с самым низким уровнем самоуважения; Самоуважение увеличилось на 15%, преобладающее самоуничижение уменьшилось на 15%.

По результатам повторной диагностики уровня самооценки и отношения к себе «Паровозик» (С.В.Велиева): 15 человек (75%) - позитивного психического состояния, 1 человек (1%)- завышенное психическое состояние, 2 человека (10%) - средней степени , 2 человека (10%) низкой степени. Позитивного психического состояние увеличилось на 35%, низкие показатели в двух уровнях, в 20% низкой и 15% средней степени уменьшились.

По результатам повторной диагностики «Лесенка» (В.Г.Щур): 7 человек (35%) – высокий уровень, 9 человек (45%)- средний уровень, 4 человека (20%) - низкий уровень. Уменьшился показатель завышенной самооценки на 15%, увеличился показатель адекватной самооценки на 15%.

В результате проведения повторной диагностики формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием мы видим, что после проведения программы формирования уровень стал адекватнее, чем был до проведения программы.

Для проверки гипотезы исследования нами был использован метод математической обработки данных Т-критерий Вилкоксона для результатов двух методик. Шкала М. Розенберга - тест на самоуважения и «Паровозик» (С.В.Велиева).

Результат проведения критерия для методики Шкала М. Розенберга - тест на самоуважения показал, что $T_{эмп}=36$, попадает в зону значимости на уровне $p \leq 0.05$.

Результат проведения критерия для методики «Паровозик»

(С.В.Велиева) показал, что $T_{\text{эмп}}=28$, попадает в зону значимости на уровне $p \leq 0.05$.

На основании данных результатов мы делаем вывод, что гипотеза исследования подтвердилась.

В результате проведения формирующего эксперимента мы увидели, что произошли качественные изменения показателей самооценки, самоуважения и общего самоотношения младших школьников с интеллектуальным недоразвитием. Так у испытуемых с неадекватной самооценкой, произошли изменения в показателях в сторону адекватности. Эти младшие школьники с интеллектуальным недоразвитием стали объективнее себя оценивать, они изучают свои сильные и слабые стороны, постепенно учатся общаться с окружающими, их уважение к себе повысилось. Из сформированных качеств можно выделить адекватное само оценивание, уверенность в себе, контактность с окружающими.

Гипотеза нашего исследования о том, что формирование адекватной самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием будет возможно, если разработать модель и реализовать программу формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием, подтвердилась.

Рекомендации родителям и педагогам, которые мы сформулировали, будут способствовать эффективному взаимодействию с ребенком с неадекватной самооценкой и будут служить основой для ее нормализации. Следование этим рекомендациям поможет нормализовать внутригрупповую ситуацию класса, поведение младшего школьника с интеллектуальным недоразвитием, детско-родительские отношения.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Агафонова, Е. В. Особенности самооценки младших школьников [Текст] / Е. В. Агафонова, В. В. Белева, В. В. Нечепуренко // Сборник статей международной научно-практической конференции. – 2017. – С. 189-191.
2. Азлецкая, Е. Н. Реалистичная самооценка как фактор нормализации тревожности детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития. Инклюзивное образование: тенденции, проблемы, перспективы [Текст]: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции с международным участием / Елена Азлецкая. – Москва : центр Владос, 2019. – 133 с.
3. Акатов, Л. И. Социальная реабилитация детей с ограниченными возможностями здоровья: Психологические основы [Текст] : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Леонид Акатов. – Москва : Гуманит, 2015. – 368 с.
4. Акрушенко, А. В. Психология развития и возрастная психология [Текст] : учебное пособие / А. В. Акрушенко, О. А. Ларина, Т. В. Катарьян. – 2-е изд. – Саратов : Научная книга, 2019. – 127 с.
5. Аксенова, Л. И. Социальная педагогика в специальном образовании [Текст] : учебное пособие для академического бакалавриата / Лидия Аксенова. – Москва : Юрайт, 2018. – 216 с.
6. Батюта, М. Б. Особенности влияния стиля семейного воспитания на уровень самооценки младших школьников [Текст] / М. Б. Батюта, Е. В. Сидорина // Современные научные исследования и инновации. – Москва : 2017. №4. С. 797-800.
7. Баштовенко, А. В. Особенности развития самооценки в младшем школьном возрасте [Текст] / Анна Баштовенко // Сборник статей Международной научно-практической конференции. – 2017. – С. 53-56.

8. Белошистая, А. В. Развитие логического мышления младших школьников [Текст]: учебное пособие / А. В. Белошистая, В. В. Левитас. – 2-е изд. – Москва : Юрайт, 2019. – 129 с.
9. Бернс, Р. Самосознание и защитные механизмы личности [Текст] / Роберт Бернс. – Самара. Изд. Дом «Бахрах», 2003. – 656 с.
10. Блохина, Т. С. Соотношение понятий «Я-концепция» и «Образ Я» [Электронный ресурс] / Татьяна Блохина. – Электрон. текстовые данные. – Акмеология, 2017. – С. 23-28. – Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=29841406> – Загл. с экрана.
11. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте [Текст] : учебник для вузов / Леонид Божович. – Москва : Просвещение, 2016. – 400 с.
12. Выготский, Л. С. Психология развития человека [Текст] / Лев Выготский. – Москва : Смысл ; Эксмо, 2016. – 1135 с.
13. Гасымова, Н. А. Особенности формирования самооценки младших школьников [Текст] / Наталья Гасымова // Сборник статей XVII Международной научно-практической конференции. – 2018. – С. 125-127.
14. Гончарова, А. В. Самооценка и уровень притязаний [Электронный ресурс] / Антонина Гончарова // Транзит–ИКС. – 2020. –С. 162–163. – Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=43093601>. Загл. с экрана.
15. Дерябина, В. В. Психологическая безопасность образовательновоспитательной среды [Текст] / В. В. Дерябина // Вестник Московского государственного областного университета. – 2017. – № 2. – С. 88-96.
16. Джигоева, Г. Х. К проблеме формирования самооценки младшего школьника [Текст] / Г. Х. Джигоева // Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2018. – № 2 (23). – С. 89-92

17. Долгова, В. И. Инновационные психолого–педагогические технологии в начальной школе [Текст] : монография / В. И. Долгова, Н. И. Аркаева, Е. Г. Капитанец. – Москва : Издательство Перо, 2015. – 200 с.
18. Елисеева, Е. Н. Диагностический материал и методические рекомендации для проведения психолого педагогического обследования детей с выраженным нарушением интеллекта, ТМНР при разработке специальной индивидуальной программы развития [Текст] / Е. Н. Елисеева, Е. А. Рудакова, О. В. Истомина; под общ.ред. А.М. Царёва. – Пермь : ФРЦ, 2018. – 884 с.
19. Зайцева, Н. В. Формирование коммуникативных умений у младших школьников средствами учебного диалога [Текст] : учебник / Нина Зайцева. – Санкт-Петербург : Педагогика, 2020. – № 3. – С. 23-29.
20. Захарова, А. В. Генезис самооценки [Текст] : автореферат доктора психологических наук / Аида Захарова. – Москва: Просвещение, 2015. – 44 с.
21. Исаев, Д. Н. Проблемы гендерной идентичности в клинической психологии. Рождение и жизнь: Материалы международной конференции по клинической психологии детства [Текст] / Д. Н. Исаев; под общей редакцией проф. В. А. Аверина, проф. А. Н. Корнева. – СПб.: Изд. СПбПМА, 2010. – С. 36-43.
22. Калашникова, С. Б. Технология развития универсальных учебных действий в рамках ФГОС при реализации подведения под понятие [Электронный ресурс] / С. Б. Калашникова, М. П. Сухлоев // Современные проблемы науки и образования. – 2019. – № 4. – Режим доступа: <http://www.science–education.ru/ru/article/view?id=29>.– Загл. с экрана.
23. Карзакова, О. В. Связь информационных и коммуникационных технологий и учебной деятельности младших школьников [Текст] / Ольга Владимировна Карзакова // Начальная школа. – 2018. – № 9. – С. 1-24.

24. Карпушкина, Н. В. Особенности образа Я подростков с задержкой психического развития [Текст] / Н.В. Карпушкина, К.Н. Бардушкина // Социально-педагогическая поддержка лиц с ограниченными возможностями здоровья. – Симферополь, 2019. – С. 217-220.
25. Ковалева, Л. К. Использование ИКТ в образовательном процессе в начальной школе [Текст] / Л. К. Ковалева // Вестник современной науки. – 2017. – Т. 2. – С. 61-64.
26. Кон, И. С. Открытие «Я» [Текст] : учебное пособие / Игорь Кон – Москва : Политиздат, 2018. – 367 с.
27. Конюхова, Т. В. Профессиональная Я–концепция в формировании установок личности [Электронный ресурс] / Конюхова, Татьяна Васильевна. – 2018. – С.57-58. – Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42914887>. – Загл. с экрана.
28. Кочурова, Е. Э. Влияние уровня сформированности регулятивных УУД на развитие личности младшего школьника [Текст] / Е. Э. Кочурова // Грани познания. – 2017. – С. 21-24.
29. Кронникова, М. С. Информационно-коммуникационные технологии (икт) как эффективное средство формирования универсальных учебных действий младших школьников [Текст] / Мария Кронникова // Теория и методика обучения и воспитания. – 2018. – С. 62-74.
30. Крукович, Е. В. Состояние здоровья детей и определяющие его факторы [Текст] : монография / Е. В. Крукович, Л. В. Транковская. – Владивосток : Медицина ДВ, 2018. – 216 с.
31. Кулагина, И. Ю. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека [Текст] : учебное пособие для студентов ВУЗ / Ирина Кулагина. – Москва : ТЦ Сфера, 2015. – 483 с.
32. Лаврова, Т. А. Новые информационные технологии как фактор развития обучаемости младших школьников в образовательном процессе современной начальной школы [Текст] / Татьяна Лаврова // Педагогические технологии. – 2018. – № 8. – С. 17-20.

33. Липка, М. Я-концепция как феномен и проблемная тема современной психологии актуальные научные исследования в современном мире [Электронный ресурс] / Михаил Липка. – Москва, 2017. – С.119-122. – Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=32321651> – Загл. с экрана.
34. Литвак, Б. М. 7 шагов к стабильной самооценке [Текст] / Борис Литвак. – Москва : АСТ, 2018. – 94 с.
35. Микерова, Г. Г. Развитие уровня активного словарного запаса младших школьников [Текст] / Г. Г. Микерова, А. А. Павленко // Символ науки. – 2017. – Т. 1. – № 1. – С. 203-207.
36. Нежкина, М. Р. Развитие творческого мышления младших школьников средствами игровой деятельности [Текст] / М. Р. Нежкина; под ред. проф. В.А. Мазилова // Психология способностей и одаренности. – Ярославль, 2019. – С. 450-453.
37. Никитина, О. А. Коррекционно–развивающие мероприятия, направленные на развитие я–концепции у младших школьников с задержкой психического развития [Электронный ресурс] / Ольга Никитина. – 2018. – С. 118-125. – Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41097637>. – Загл. с экрана.
38. Панарина, Е. И. Особенности самооценки младших подростков с ЗПР [Электронный ресурс] / Е. И. Панарина, Е. Г. Капитанец // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2017. – Т. 39. – С. 2386–2390. – Режим доступа: <http://e-koncept.ru/2017/970804.htm> – Загл. с экрана.
39. Прохорова, О. Г. Основы психологии семьи и семейного консультирования [Текст] : учеб. пособие / Оксана Прохорова. – Москва : ТЦ Сфера, 2015. – 541 с.
40. Пустякова, М. Е., Исследование уровня развития коммуникативных универсальных действий младших школьников [Текст] : учебник для вузов / М. Е. Пустякова, В. В. Константинова. – Москва : Йошкар–Ола, 2016. – С. 218-220.

41. Реан, А. А. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика [Текст]: учебное пособие / А. А. Реан, А. Р. Кудашев, А. А. Баранов. – СПб : Прайм-Еврознак, 2016. – 479 с.
42. Речицкая, Е. Г. Коррекционно–педагогическая работа по формированию учебной деятельности младших школьников с нарушением слуха [Текст] : учебно–методическое пособие / Екатерина Речицкая. – Москва : ВЛАДОС, 2017. – 399 с.
43. Сарбаа, Л. Н. Тьюторское сопровождение учебного процесса — индивидуализация [Электронный ресурс] / Людмила Николаевна Сарбаа // Молодой ученый. – 2016. — № 4 (108). – С. 824-825. – Режим доступа: <https://moluch.ru/archive/108/26131>. – Загл. с экрана.
44. Семаго, Н. Я Типология отклоняющегося развития. Недостаточное развитие [Текст]: книга для вузов / Н. Я. Семаго, О. Ю. Чиркова. – Москва : Генезис, 2019. – 288 с.
45. Сидоренко, Е. В. Методы математической обработки в психологии [Текст] : практическое руководство для исследователей / Елена Сидоренко. – Санкт-Петербург : Изд-во ООО «Речь», 2002. – 350 с.
46. Сидоренко, Д. П. Возрастные особенности Я–концепции подростков [Текст] /Денис Сидоренко // Акмеология. – 2015. – №2 (54). – С.257-261.
47. Синчугов, В. А. Взаимосвязь саморегуляции и комбинаторных способностей школьников младших классов [Текст] / В. А. Синчугов; отв. ред. В.С. Чернявская, И.И. Черемискина // Психология способностей: от самораскрытия к профессиональной реализации: материалы Всероссийской научной конференции. – Владивосток, ВГУЭС – 2018. – С. 36-48.
48. Смирнова, Е. С. Особенности самооценки младшего школьника как компонент Я–концепции [Электронный ресурс] / Екатерина Смирнова. – 2017. – Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=29967907>. – Загл. с экрана.

49. Сурьянинова, Т. И. Особенности совместной деятельности младших школьников [Текст] / Т. И. Сурьянинова, Н. В. Смирнов // Вопросы психологии. – 2017. – № 2. – С. 58-66.
50. Турсуналиева, Н. Дж. Образ «Я» как предмет исследования в российской психологии [Электронный ресурс] / Таттыбу Турсуналиева. – 2019. – Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42637993> – Загл. с экрана.
51. Урунова, Б. С. Важность развития коммуникативной компетентности учащихся в начальных классах [Текст] / Бодислава Урунова. – Москва : Норма, 2017. – 300 с.
52. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) [Текст] / Министерство образования и науки Российской Федерации. – 2-е изд. – Москва : Просвещение, 2018. – 76 с.
53. Формирование универсальных учебных действий у младших школьников с особыми образовательными потребностями: коррекционно-развивающие задания, упражнения [Текст] / авт.-сост. Т. В. Калабух, Е. В. Клейменова и др. – Волгоград : Учитель, 2015. – 100 с.
54. Чернышева, Н. С. Характер младшего школьника [Текст]: учеб. пособие / Наталия Чернышева. – Москва : Флинта, Наука, 2009. – 306 с.
55. Шайденкова, Т. Н. Особенности формирования Я-концепции у младших школьников [Электронный ресурс] / Т. Н. Шайденкова, Н. А. Пешкова. – Акмеология. – 2017. – № 3 (63). – С. 52-56. – Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=29841412>. – Загл. с экрана.
56. Шаповалова, В. С. Профессиональное самоопределение школьников [Текст] : теория, история, практика / Владислава Шаповалова. – Берлин : Директ-Медиа, 2018. – 393 с.
57. Шаров, А. С. Рефлексивная «Я-концепция»: развитие и становление человека [Электронный ресурс] / А. С. Шаров // Омский

государственный педагогический университет. – 2018. – С. 64-76. – Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=35063206> – Загл. с экрана.

58. Шишкина, К. И. Социальная психология в образовании [Текст]: учебно-методическое пособие (переработанное и дополненное) / К. И. Шишкина, М. В. Жукова, Е. В. Фролова. – Челябинск : Изд-во «Цицеро», 2017. – 239 с.

59. Эльконин, Д. Б. Психология обучения младшего школьника [Текст] / Дмитрий Эльконин. – Москва : Знание, 2016. – 260 с.

60. Budrina, E. G. Gender Characteristics of Intelligence and Academic Achievement of Younger Schoolchildren [Electronic resource] / E. G. Budrina // Creative Commons. – 2017. – P. 1-8. – Access mode: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2017.02.201> – Title from the screen

61. Brown, J. The synergistic effect of poor motor coordination, gender and age on self-concept in children [Electronic resource] / J. Brown // A longitudinal analysis Research in Developmental Disabilities. – 2020. – Access mode: <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2020.103576> – Title from the screen

62. Christner, N. Emotion understanding and the moral self-concept as motivators of prosocial behavior in middle childhood [Electronic resource] / N. Christner // Cognitive Development. – 2020. – Access mode: <https://doi.org/10.1016/j.cogdev.2020.100893> – Title from the screen

63. Denervaud, S. Emotion recognition development: Preliminary evidence for an effect of school pedagogical practices [Electronic resource] / S. Denervaud // Learning and Instruction. – 2020. – Access mode: <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2020.101353> – Title from the screen

64. Dolgova, V. I. Interpersonal problems of younger adolescents [Text] / V.I. Dolgova, N.V. Kryzhanovskaya, Yu. A. Rokitskaya // Espacios. – 2018. – Т. 39. – № 5. – P. 1-28.

65. Dolgova V. I. The study of motivational readiness of teachers to implement inclusive education of children with disabilities [Text] / V. I.

Dolgova, N. G. Kutepova, E. G. Kapitanets, N. V. Kryzhanovskaya, E. V. Melnik // *Espacios*. – 2017. – T. 38. – № 40. – P. 1-9.

66. Dolgova, V. I. Relationship between teachers' readiness for innovative activities and their creative potential and professional characteristics [Text] / V. I. Dolgova, N. G. Kutepova, N. V. Kryzhanovskaya, Z. M. Bolshakova, N. N. Tulkibaeva // *Espacios*. – 2018. – 39(5). – P. 20-31.

67. Dolgova, V. I. Personal factors of teachers motivational readiness for innovation [Text] / V. I. Dolgova, N. G. Kutepova, M. V. Potapova, E. G. Kapitanets, O. A. Kondratieva // *Man in India*. – 2017. – T. 97. – № 22. – P. 121–127.

68. Dórea, J. G. Exposure to environmental neurotoxic substances and neurodevelopment in children from Latin America and the Caribbean [Electronic resource] / J. G. Dórea // *Environmental Research*. – 2020. – Access mode: <https://doi.org/10.1016/j.envres.2020.110199> – Title from the screen

69. Dynia, J. M. Early childhood Special education teachers' self-efficacy in relation to individual children [Electronic resource] / J. M. Dynia // *Links to children's literacy learning Early Childhood Research Quarterly*. – 2020. – Access mode: <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2020.09.002> – Title from the screen

70. Holopainen, L. The Relationship between Students' Self-esteem, Schoolwork Difficulties and Subjective School Well-being in Finnish Upper-secondary Education [Electronic resource] / L. Holopainen // *International Journal of Educational Research*. – 2020. – Access mode: <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2020.101688> – Title from the screen

71. Jebril, T. The architectural strategies of classrooms for intellectually disabled students in primary schools regarding space and environment [Electronic resource] / T. Jebril // *Ain Shams Engineering*. – 2020. – Access mode: <https://doi.org/10.1016/j.asej.2020.09.005> – Title from the screen

72. Jiwen, Li. Positive representation of relational self-esteem versus personal self-esteem in Chinese with interdependent self-construal [Electronic

resource] / Li. Jiwen // *Neuropsychologia*. – 2019. – Access mode: <https://doi.org/10.1016/j.neuropsychologia.2019.107195> – Title from the screen

73. Jungmann, S. M. Medically unexplained symptoms in children and adolescents: Illness-related self-concept and parental symptom evaluations [Electronic resource] / S. M. Jungmann // *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*. – 2020. – Access mode: <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2020.101565> – Title from the screen

74. Raccanello, D. Salience of primary and secondary school students' achievement emotions and perceived antecedents [Electronic resource] / D. Raccanello // *Learning and Individual Differences*. – 2018. – Access mode: <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2018.05.015> – Title from the screen

75. Rubin, D. C. Self-Concept Focus: A Tendency to Perceive Autobiographical Events as Central to Identity [Electronic resource] / D. C. Rubin // *Journal of Applied Research in Memory and Cognition*. – 2020. – Access mode: <https://doi.org/10.1016/j.jarmac.2020.06.001> – Title from the screen

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методики диагностики самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием

1. Шкала самоуважения М. Розенберга.

Инструкция к тесту. Определите, насколько вы согласны или не согласны с приведенными ниже утверждениями по используя для этого следующую шкалу: а) – полностью согласен; б) – согласен; в) – не согласен; г) – абсолютно не согласен.

Тестовый материал:

1. Я чувствую, что я достойный человек, по крайней мере, не менее чем другие.
2. Я всегда склонен чувствовать себя неудачником.
3. Мне кажется, у меня есть ряд хороших качеств.
4. Я способен кое-что делать не хуже, чем большинство.
5. Мне кажется, что мне особенно нечем гордиться.
6. Я к себе хорошо отношусь.
7. В целом я удовлетворен собой.
8. Мне бы хотелось больше уважать себя.
9. Иногда я ясно чувствую свою бесполезность.
10. Иногда я думаю, что я во всем нехорош.

Ключ и обработка результатов теста. За каждый ответ испытуемого начисляются баллы в соответствии с ключом.

Прямые вопросы: 1,3,4,6.

Обратные вопросы: 2,5,7,8,9,10 - баллы в них начисляются наоборот: 4=1, 3=2, 2=3, 1=4.

Уровень самоуважения равен сумме баллов, полученной испытуемым.

Интерпретация.

Самоуничижение 10 – 18 баллов - не хватает самоуважения, его очень

мало. Испытуемый склонен во всем плохом винить себя, видите только свои недостатки и акцентируете внимание только на своих слабых сторонах, замкнутый круг самоуничижения, который не позволяет ставить цели и достигать успеха. В каждом событии происходит поиск подтверждения своей ничтожности.

Самоуничижение преобладает 18 – 22 баллов- колебание между самоуважением и самоуничижением, успехи поднимают до небывалых вершин и самоуважение зашкаливает, неудачи подпитывают низкую самооценку и сбрасывают все результаты, мнение о себе колеблется то в одну, то в другую сторону.

Самоуважение преобладает 23 – 34 балла-возможно адекватно оценивать свои достоинства и недостатки, может согласиться с тем, что бывает неправ, сохраняет уважение к себе при неудачах, но склонен иногда заниматься затянутым «самобичеванием», что не заметил, «соломку не подстелили», что не позволяет смириться с тем, что изменить невозможно и быстро среагировать и откорректировать там, где есть возможность.

Самоуважение 35 - 40 баллов – уважение к себе как к личности, профессионала и делает все для того, чтобы продолжать уважать себя и дальше: развивается, совершенствуется в профессии, духовном и интеллектуальном плане, в сфере отношений, умеет извлекать уроки из ошибок и трудных ситуаций. Это норма, к которой стоит стремиться.

2.«Паровозик», С.В. Велиева.

Инструкция: "Рассмотри все вагончики. Давай построим необычный поезд. Первым поставь вагончик, который тебе кажется самым красивым. Теперь выбери из оставшихся самый красивый, и т.д." Необходимо, чтобы ребенок удерживал все вагончики в поле зрения.

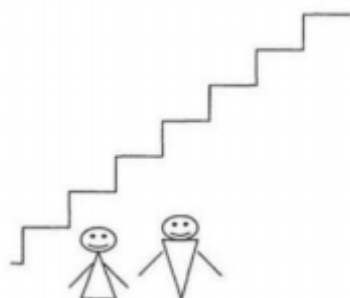
Обработка данных: 1 балл присваивается, если ребенок поставил вагончик фиолетового цвета на вторую позицию; черный, серый, коричневый - на третью; красный, желтый, зеленый - на шестую. 2 балла

присваивается, если ребенок поставил вагончик фиолетового цвета на первую позицию; черный, серый, коричневый - на вторую; красный, желтый, зеленый - на седьмую, синий - на восьмую. 3 балла присваивается, если черный, серый или коричневый вагончик поставлен на первую позицию; синий - на седьмую; красный, желтый, зеленый-на восьмую позицию.

Если в результате суммирования полученных данных, баллов оказывается менее трех, то психическое состояние оценивается как позитивное, при 4-6 баллах - как негативное психическое состояние низкой степени (НПС нс); при 7 - 9 баллах - как НПС средней степени; больше 9 баллов - НПС высокой степени.

Оценка результатов: 4 балла - позитивное психическое состояние; 3 балла - негативное психическое состояние низкой степени; 2 балла - негативное психическое состояние средней степени; 1 балл - негативное психическое состояние высокой степени;

3.Методика «Лесенка» В. Г. Щур (методика изучения представлений ребенка об отношениях к нему других людей).



Методика предназначена для выявления системы представлений ребёнка о том, как он оценивает себя сам, как, по его мнению, его оценивают другие люди и как соотносятся эти представления между собой. «Лесенка» имеет два варианта использования: групповой и индивидуальный. Групповой вариант позволяет оперативно выявить уровень самооценки. При индивидуальном изучении самооценки есть возможность выявить причину, которая сформировала (формирует) ту или

иную самооценку, чтобы в дальнейшем в случае необходимости начать работу по коррекции трудностей, возникающих у детей.

Инструкция: «Вот лесенка. Если на ней расположить всех ребят, то здесь (показать первую ступеньку, не называя ее номер) будут стоять самые хорошие ребята, тут (показать вторую и третью) – хорошие, здесь (показать четвертую) – ни хорошие, ни плохие ребята, тут (показать пятую и шестую ступеньки) – плохие, а здесь (показать седьмую ступеньку) – самые плохие. На какую ступеньку ты поставишь себя? Объясни почему». В случае затруднений с ответом повторите инструкцию еще раз.

Обработка результатов и интерпретация. При анализе полученных данных исходите, из следующего:

Ступенька 1 – завышенная самооценка.

Она чаще всего характерна для первоклассников и является для них возрастной нормой. В беседе дети объясняют свой выбор так: «Я поставлю себя на первую ступеньку, потому что она высокая», «Я самый лучший», «Я себя очень люблю», «Тут стоят самые хорошие ребята, и я тоже хочу быть с ними». Нередко бывает так, что ребенок не может объяснить свой выбор, молчит, улыбается или напряженно думает. Это связано со слабо развитой рефлексией (способностью анализировать свою деятельность и соотносить мнения, переживания и действия с мнениями и оценками окружающих).

Именно поэтому в первом классе не используется балльная (отметочная) оценка. Ведь первоклассник (да и нередко ребята второго класса) в подавляющем своем большинстве принимает отметку учителя как отношение к себе: «Я хорошая, потому что у меня пятерка («звездочка», «бабочка», «солнышко», «красный кирпичик»)); «Я плохая, потому что у меня тройка («дождик», «синий кирпичик», «черточка», «см.»).

Ступеньки 2, 3 – адекватная самооценка

У ребенка сформировано положительное отношение к себе, он умеет оценивать себя и свою деятельность: «Я хороший, потому что я помогаю маме», «Я хороший, потому что учусь на одни пятерки, книжки люблю

читать», «Я друзьям помогаю, хорошо с ними играю», – и т.д. Это нормальный вариант развития самооценки.

Ступенька 4 – заниженная самооценка

Дети, ставящие себя на четвертую ступеньку, имеют несколько заниженную самооценку. Как правило, это связано с определенной психологической проблемой ученика. В беседе ребенок может о ней рассказать. Например: «Я и ни хороший и ни плохой, потому что я бываю добрым (когда помогаю папе), бываю злым (когда на братика своего кричу)». Здесь налицо проблемы во взаимоотношениях в семье. «Я ни хорошая и ни плохая, потому что пишу плохо буквы, а мама и учительница меня ругают за это». В данном случае разрушены ситуация успеха и положительное отношение школьницы, по меньшей мере к урокам письма; нарушены межличностные отношения со значимыми взрослыми».

Ступеньки 5, 6 – низкая самооценка

Младших школьников с низкой самооценкой в классе около 8–10%. Иногда у ребенка ситуативно занижается самооценка. На момент опроса что-то могло произойти: ссора с товарищем, плохая отметка, неудачно наклеенный домик на уроке труда и т.д. И в беседе ученик расскажет об этом. Например: «Я плохой, потому что подрался с Сережей на перемене», «Я плохая, потому что написала диктант на три», – и т.д. В таких случаях, как правило, через день-другой Вы получите от ребенка другой ответ (с положительной самооценкой).

Гораздо серьезнее являются стойкие мотивированные ответы ребят, где красной линией проходит мысль: «Я плохой!» Опасность этой ситуации в том, что низкая самооценка может остаться у ребенка на всю его жизнь, вследствие чего он не только не раскроет своих возможностей, способностей, задатков, но и превратит свою жизнь в череду проблем и неурядиц, следуя своей логике: «Я плохой, значит, я не достоин ничего хорошего».

Учителю очень важно знать причину низкой самооценки школьника – без

этого нельзя помочь ребенку. Приведем примеры ответов ребят, из которых сразу становится понятно, в каком направлении оказывать им помощь: «Я поставлю себя на нижнюю ступеньку (рисует кружок на пятой ступеньке), потому что мама говорит, что я невнимательный и делаю много ошибок в тетрадях». Здесь необходима работа с родителями школьника: беседы, в которых следует объяснить индивидуальные особенности ребенка. Например, если это первоклассник, то необходимо рассказать, напомнить лишней раз родителям о том, что ребенок в этом возрасте еще не обладает ни устойчивым вниманием, ни произвольностью поведения, что у каждого ученика свой темп усвоения знаний, формирования учебных навыков. Полезно регулярно напоминать родителям о недопустимости чрезмерных требований к неуспевающему школьнику. Крайне важна демонстрация родителями положительных качеств, каждого успеха их ребенка.

«Я сюда себя поставлю, на нижнюю, шестую ступеньку, потому что у меня двойки в дневнике, а учительница меня ставит в угол». Первое, что необходимо сделать, – это выявить причину неуспешности школьника (его учебы, плохого поведения) и вместе со школьным педагогом-психологом, родителями начать работу по созданию успешной учебной ситуации. Существенную роль может сыграть положительная словесная оценка процесса деятельности и отношения ученика к выполнению учебной работы.

Все педагоги понимают, что отрицательные отметки не способствуют улучшению учебы, а лишь формируют негативное отношение ребенка к школе. Искать положительное в деятельности ученика, указывать даже на незначительные успехи, хвалить за самостоятельность, старание, внимательность – основные способы повышения самооценки школьников. «Я дерусь с ребятами, они меня не принимают в игру» (ставит себя на шестую ступеньку)». Проблема несформированности межличностных отношений – одна из острейших в современном начальном образовании. Неумение детей общаться, сотрудничать друг с другом –

основные причины конфликтов в детской среде.

Ступенька 7 – резко заниженная самооценка

Ребенок, который выбирает самую нижнюю ступеньку, находится в ситуации школьной дезадаптации, личностного и эмоционального неблагополучия. Чтобы отнести себя к «самым плохим ребятам», нужен комплекс негативных, постоянно влияющих на школьника факторов. К несчастью, школа нередко становится одним из таких факторов.

Отсутствие своевременной квалифицированной помощи в преодолении причин трудностей в обучении и общении ребенка, несформированность положительных межличностных отношений с учителями, одноклассниками – наиболее частые причины резко заниженной самооценки. Чтобы скорректировать ее, необходима совместная деятельность учителя, школьного педагога-психолога, социального педагога (в случае неблагоприятной обстановки в семье).

Суть педагогической поддержки педагога и его психологической помощи школьникам с низкими показателями уровня самооценки состоит во внимательном, эмоционально-положительном, одобряющем, оптимистически настроенном отношении к ним.

Доверительное общение, постоянный контакт с семьей, вера в ученика, знание причин и своевременное применение способов преодоления трудностей ребенка способны медленно, но поступательно формировать адекватную самооценку младшего школьника.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Результаты исследования самооценки младших школьников с
интеллектуальным недоразвитием

Таблица 2.1 – Результаты диагностики самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием по методике «Шкала самоуважения» М. Розенберга

Испытуемый	Балл	Шкала
1. З.А.	23	Самоуваж.преоблад
2. И.Д.	21	Самоуничиж.преоблад
3. Р.А.	23	Самоуваж.преоблад
4. Х.И.	23	Самоуваж.преоблад
5. С.Ю.	34	Самоуваж.преоблад
6. И.А.	13	Самоуничижение
7. У.С.	24	Самоуваж.преоблад
8. К.С.	35	Самоуважение
9. Л.К.	35	Самоуважение
10. М.В.	21	Самоуничиж.преоблад
11. Х.А.	35	Самоуважение
12. Р.К.	37	Самоуважение
13. С.А.	30	Самоуваж.преоблад
14. А.С.	28	Самоуваж.преоблад
15. К.В.	17	Самоуничижение
16. М.И.	32	Самоуваж.преоблад
17. Ц.Г.	23	Самоуваж.преоблад
18. С.Ю.	20	Самоуничиж.преоблад
19. В.Е.	23	Самоуваж.преоблад
20. К.Н.	18	Самоуничиж.преоблад

Таблица 2.2 – Результаты диагностики самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием по методике «Паровозик» С.В. Велиевой

Испытуемый	Балл	Шкала
1. З.А.	1	ППС
2. И.Д.	1	ППС
3. Р.А	4	Низ.степень
4. Х.И.	3	ППС
5. С.Ю.	8	Сред. степень
6. И.А	7	Сред. степень
7. У.С.	4	Низ.степень
8. К.С.	7	Сред. степень
9. Л.К.	2	ППС
10. М.В.	8	Сред. степень
11. Х.А.	4	Низ.степень
12. Р.К.	1	ППС
13. С.А.	2	ППС
14. А.С.	5	Низ.степень
15. К.В.	9	Сред. степень
16. М.И.	1	ППС
17. Ц.Г.	3	ППС
18. С.Ю.	5	Низ.степень
19. В.Е.	9	Высок. степень
20. К.Н.	7	Сред. степень

ППС-позитивного психического состояния у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

Низ.степень- негативное психическое состояние низкой степени.

Сред. степень- негативное психическое состояние средней степени.

Высок. степень- негативное психическое состояние высокой степени.

Таблица 2.3 – Результаты диагностики самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием по методике «Лесенка» В. Г. Щур

Испытуемый	Степень	Шкала
1. З.А.	2	ср
2. И.Д.	2	ср
3. Р.А	1	з
4. Х.И.	1	з
5. С.Ю.	6	н
6. И.А	3	ср
7. У.С.	1	з
8. К.С.	5	н
9. Л.К.	3	ср
10. М.В.	1	з
11. Х.А.	1	з
12. Р.К.	1	з
13. С.А.	2	ср
14. А.С.	6	н
15. К.В.	1	з
16. М.И.	1	з
17. Ц.Г.	1	з
18. С.Ю.	3	ср
19. В.Е.	1	з
20. К.Н.	6	н

З- завышенный уровень самооценки

Ср-средний (адекватный) уровень самооценки

Н- низкий уровень самооценки

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Программа формирования адекватной самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием

Основное содержание программы психолого-педагогической формирования адекватной самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием

Занятие 1 (30 минут)

Вводная часть. (2 минуты)

Здравствуйте, ребята. Меня зовут, Юлия Александровна. Вы не представляете. Сегодня мне позвонила мама-лисичка и рассказала вот что. Её лисенок Гошка в этом году должен пойти в школу. Он такой пугливый и стеснительный, всего боится, постоянно прячется, и мама-лисичка боится, что ему будет очень сложно в школе, будет трудно привыкнуть к новому месту, к первому учителю и одноклассникам. Я ей сказала, что я сегодня пойду знакомиться с новыми ребятами, которые бы могли помочь Гошке справиться с этой проблемой и рассказали ему, как вас зовут и что вы любите. Эти ребята - Вы! Я думаю, вы согласитесь, и мы вместе поможем Гошке справиться с его страхами. (Ответы учащихся) Замечательно! Я знала, что вы не откажите в помощи!

Конечно же, мама-лисичка очень волнуется за своего сыночка! Как вы думаете, почему? Правильно! Она любит своего сына так же, как и вас любят ваши мамы!

Знакомство (5 минуты)

Ритуал приветствия в котором, каждый участник по очереди называет свое имя и передает мяч. Затем в кругу - ритуал приветствия группы. Учащиеся встают в круг хлопком передают друг-другу добрые пожелания на день.

Учитель - Вот мы и познакомились. Сегодня я предлагаю вам поиграть со мной, а после каждой игры вы объясните, о чем игра и чему вы научились.

Договорились? Тогда начинаем.

Игра «Имя, отчество, фамилия»(4 минуты)

Учитель:

Поздоровались прекрасно,

Солнце светит в небе ясно.

Познакомиться пора,

А поможет нам игра.

Ребята, как только я скажу: «Имя!» — вы громко называете свое имя. Если скажу: «Отчество!» — также громко и весело сообщаете мне свое отчество. Как скажу: «Фамилия!» — то уж, будьте любезны, назовите свою фамилию. Справитесь?.. Тогда начинаем знакомиться.

Имя!.. Отчество!.. Фамилия!..

Фамилия!.. Имя!.. Отчество!..

Отчество!.. Фамилия!.. Имя!..

Молодцы! Вот так быстро, весело и шумно мы все повторили имена друг друга.

Упражнение-разминка «Ветер дует на того, кто...» (5 минут)

Учитель встаёт в центр круга и говорит: ветер дует на того, у кого косички, (кто любит мороженое, кто не любит математику и т.д). Участники, которые считают, что это про них подбегают в центр круга, к учителю, другие остаются на месте. Затем ветер дует в другую сторону (ведущий просит детей занять свои места). Когда все сели на стулья ведущий называет следующую характеристику. Вариант игры: «поменяйтесь местами те, кто...»

Упражнение «Ласковое имя» (5 минуты)

Каждый ребенок называет ласковым именем соседа, сидящего справа, который в ответ должен поблагодарить говорящего, сказав «Спасибо».

Подведение итогов. (2 минуты)

Учитель благодарит активных участников и проводит заключительный диалог с участниками:

- Какие ласковые слова вам запомнились?
- Нужно ли здороваться по утрам и прощаться по вечерам?
- Что вам запомнилось больше с занятия?

Занятие 2 (30 минут)

Ритуал приветствия (2 минуты)

Учащиеся встают в круг хлопком здороваются и передают друг другу добрые пожелания на день.

Упражнение «Черная рука – белая рука» (5 минут)

школьники должны представить и изобразить «черную руку» – руку, готовую к агрессии, с напряженными пальцами, а затем по сигналу ведущего превратить ее в «белую руку» – расслабленную, готовую приласкать.

Беседа ««О пользе и вреде эмоций»» (15 минут)

Разделиться на две группы. Каждая группа получает карточку, на которой записана эмоция. Вам необходимо записать, что хорошего и что плохого связано с заданной эмоцией. Первая группа рассматривает пользу и вред эмоции “Удивление”. Вторая группа рассматривает пользу и вред “Страх”. Время работы 2- 3 мин.

Обсуждение. Зачитать выводы каждой группы. Вывод: Приведенные высказывания свидетельствуют о том, что подобный анализ дался вам легко, так как имеется и субъективный опыт переживаний, и способы выражения этого чувства и последствия выражения чувства. Если мы рассмотрим другие эмоции, то также убедимся, что каждая эмоция нам зачем – то нужна (она нам что-то говорит).

Например: «Настоящие мужчины не плачут» (запрет на горе); «Страх признак слабости» (запрет на страх); «Злиться на близких недопустимо» (запрет на злость); «У меня никогда не получится быть успешным и радостным» (запрет на радость).

Только сейчас мы выяснили, что каждое чувство нам зачем – то нужно. Что бывает, если человек сдерживает свои чувства?

Упражнение «Поссорились – помирились» (5 минут)

Из группы выбирается два участника, им предлагают представить, что их правые руки – это человечки, которые выполняют на столе по команде ведущего различные действия: знакомятся, идут вместе гулять, ссорятся, дерутся, обижаются друг на друга, мирятся, идут вдвоем играть. Затем руки превращаются в двух кошек и выполняют те же действия, но с прибавлением «кошачьих» звуков.

Ритуал прощания и рефлексия (5 минут)

каждый участник группы высказывает свое мнение о занятии, делиться, какое упражнение больше понравилось и почему. Учитель благодарит активных участников.

Занятие 3 (30 минут)

Ритуал приветствия (2 минуты)

Учащиеся встают в круг хлопком здороваются и передают друг-другу добрые пожелания на день.

Упражнение «Моё отношение к себе и другим» (10 минут)

Участники работают в парах. Они получают карточки с указанием ситуации, которую нужно разыграть. Каждая группа высказывает мнение по разыгрываемой ситуации и выдвигает версию правильного поведения.

Ситуация 1. В классе новенький. как будут общаться ученики в классе? (ответы).

Ситуация 2. При оплате счетов за квартиру стоит очередь. Вы попросили последнего в очереди предупредить тех, кто подойдет позже, о том, что вы отошли. Когда вы пришли и заняли своё место, люди начали возмущаться Ваши действия? (ответы) Ситуация 3. Ваш лучший друг ведет себя неправильно. Вы это знаете. Ваши действия? (ответы)

Упражнение «Эмоциональная тропинка» (8 минут)

В начале упражнения задается эмоционально-образная ситуация: «Мы заблудились в сказочном лесу, в котором живут добрые и злые сказки. Мы будем выходить из этого леса по узкой извилистой тропинке

друг за другом, двигаясь очень тихо, чтобы не разбудить злые сказки. А помогать нам будет звучащая музыка. Тот, кто идет впереди, – ведущий.

Ведущий будет подбирать характер шагов и делать движения руками, показывающие, что он слышит музыку-помощницу, а те, кто идут за ним, будут копировать его движения. Когда ведущий устанет, он уйдет назад и передаст роль ведущего следующему за ним». В задачу упражнения входит: движение в спокойном, умеренном темпе и импровизация несложных движений, соответствующих мягким, плавным, закругленным линиям-интонациям мелодии; соблюдение тишины и внимательное вслушивание в музыку, которая также звучит негромко; движение «по извилистой тропинке», то есть свободное определение в пространстве себя и идущего следом.

Упражнение «Дракон кусает свой хвост» (5 минут)

Звучит веселая музыка. Ученики встают друг за другом и крепко держатся друг за друга (за плечи). Первый – «голова дракона», последний – «хвост дракона». «Голова дракона» пытается поймать «хвост», а тот уворачивается от нее. Следите, чтобы не отпускали друг друга и роли «головы дракона» и «хвост» выполняли все желающие

Ритуал прощания и рефлексия (5 минут)

Каждый участник группы высказывает свое мнение о занятии, делиться, какое упражнение больше понравилось и почему. Учитель благодарит активных участников.

Занятие 4 (30 минуты)

Ритуал приветствия (2 минуты)

Учащиеся встают в круг хлопком здороваются и передают друг-другу добрые пожелания на день.

Теоретическая часть. (17 минуты)

-Тема нашего сегодняшнего урока очень обширная, но при этом весьма интересная. Ребята, может кто-то из вас даст определение

своими словами. (это то, что мы чувствуем, испытываем в определенное время)

- Совершенно верно.

- Ребята, чувства и эмоции – это два понятия, которые тесно связаны друг с другом, но они имеют различия.

- Давайте попытаемся найти их. Подумайте и скажите, можно ли в несколько секунд испытать гнев? Смущение? Стыд?

- Какой сделаем вывод? (эмоции возникают мгновенно)

- А теперь обратим свое внимание на чувства. Я задам тот же вопрос: вы увидели человека, он вам очень нравится, но можете ли вы сразу полюбить его? Нет.

- А что для этого необходимо? (время)

Вывод: вот мы путем умозаключений пришли к определению этих понятий.

Эмоции – мгновенная реакция организма на какие-либо события или предмет.

Чувства – особое состояние человека, которое выражает его длительное отношение к каким-либо объектам. (давайте запишем понятия)

Упражнение «Это я теперь», «Я в будущем» (6 минут)

«Я хочу поговорить о ваших успехах. Жизнь так разнообразна, что в ней всегда найдётся сфера, в которой вы успешны. Вспомните, пожалуйста какое-либо достижение, которое произошло за последнее время, при этом не имеет значение, большое оно или маленькое, главное, чтобы это было важно для вас. Подумайте об этом 1-2 минуты. – Сейчас вам необходимо сообщить о своих достижениях как можно большему количеству людей. Постарайтесь показать, насколько вас это порадовало. Человек, которому вы скажите об успехе, отвечает: «Я рад за тебя!». Вопросы: легко ли было говорить о своих успехах; узнали ли вы что-то новое о ком-нибудь; легко ли было радоваться вместе с другими; как чувствовали себя, когда

говорили о своих достижениях. «Я в будущем»-проводится так же, только предлагается пофантазировать. Чем потом будут гордиться участники в своей жизни.

Ритуал прощания и рефлексия (5 минут)

Каждый участник группы высказывает свое мнение о занятии, делиться, какое упражнение больше понравилось и почему. Учитель благодарит активных участников.

Занятие 5 (30 минут)

Ритуал приветствия (2 минуты)

Учащиеся встают в круг хлопком здороваются и передают друг-другу добрые пожелания на день.

Упражнение «Чунга-Чанга» (6 минут)

Учитель рассказывает историю: путешественник (психолог) пристал на своем корабле к Волшебному острову, где все всегда радостны и беззаботны. Едва он сошел на берег, как его окружили жители чудесного острова - маленькие чернокожие дети. С веселой улыбкой они стали пританцовывать под музыку В.Шаинского «Чунга-Чанга» вокруг путешественника и петь: Чудо - остров, чудо - остров, Жить на нем легко и просто, Жить на нем легко и просто, Чунга - Чанга! Путешественник решил навсегда остаться на этом острове. Проигрывание истории.

Упражнение «Путешествие в страну чувств» (13 минут)

Вводная беседа, релаксация «Полет над морем», рассказывание и драматизация сказки «Путешествие в страну чувств», релаксационное упражнение «Полет над морем».

Упражнение «Зайчик испугался – зайчик рассмеялся» (4 минут)

По сигналу ведущего участники игры быстро меняют изображаемое эмоциональное состояние (чередование напряжения и расслабления).

Упражнение «Передай улыбку другому» (4 минут)

Участники стоят в кругу и по очереди улыбаются друг другу; подмигивают; щелкают пальцами; хлопают в ладоши. Все эти движения

передаются по кругу.

Ритуал прощания и рефлексия (5 минут)

Каждый участник группы высказывает свое мнение о занятии, делиться, какое упражнение больше понравилось и почему. Учитель благодарит активных участников.

Занятие 6 (30 минут)

Ритуал приветствия (2 минуты)

Учащиеся встают в круг хлопком здороваются и передают друг-другу добрые пожелания на день.

Упражнение «Я очень хороший!» (5 минут)

Предлагают повторить слово вслед за ведущим сначала шепотом, затем громко и, наконец, очень громко. Таким образом, ведущий и дети прошептывают, проговаривают, прокрикивают слово «Я», затем слово «очень», и наконец, «хороший». Упражнение повторяется несколько раз.

Игра «Падишах» (8 минуты)

Водящий играет роль падишаха. Он сидит на центральном месте, другие участники составляют очередь на прием к падишаху, каждый приносит воображаемые предметы или концертные номера. Падишах либо одобряет подарок (без слов, жестами) и приглашает участника быть около него, либо отвергает подарок, и участник снова занимает очередь и готовит другой подарок. Участники могут объединяться в пары или небольшие группы.

Упражнение: «Рисунок чувств», Упражнение «Мусорное ведро» (10 минут)

Ведущий ставит на середину небольшое ведерко и предлагает порассуждать, зачем человеку нужно мусорное ведро и почему необходимо постоянно освобождать его от мусора. Потом предлагается представить себе жизнь без мусорного ведра, когда мусор постепенно наполняет комнаты, становится тяжело дышать, невозможно передвигаться, люди начинают болеть. Но ведь так же и с чувствами. У

каждого из нас скапливаются чувства, часто ставшие ненужными и бесполезными. И некоторые любят копить свои чувства, например, копить обиды и страхи. Далее предлагается выбросить старые ненужные обиды, гнев, страх в мусорное ведро. Для этого на листочках записывают чувства, от которых они хотят избавиться, например: «Я обижаюсь на ...», «Я боюсь...», затем сворачиваю листочки комочками, выбрасывают в мусорное ведро, а дежурный выносит это ведро в мусорный ящик.

Ритуал прощания и рефлексия (5 минут)

Каждый участник группы высказывает свое мнение о занятии, делиться, какое упражнение больше понравилось и почему. Учитель благодарит активных участников.

Занятие 7(30 минут)

Ритуал приветствия (2 минуты)

Учащиеся встают в круг хлопком здороваются и передают другу другу добрые пожелания на день.

Упражнение «Дружеские отношения» (8 минуты)

Участникам предлагается обсудить тему дружбы. Что для них значит «друг»? Каким он себя считает другом? Какого друга хотел бы иметь? Слово передается каждому по очереди, в конце беседы подводят итог, кто же он? «Идеальный друг».

Упражнение «Я подарок для друзей, так как я ...» (7 минуты)

- «запишите на бумаге предложение: Я подарок для друзей, так как я... И затем перечислите не менее 5 причин, почему ты хороший друг». Эти объяснения необходимы, в первую очередь, самому человеку.

Рисунок «Я с друзьями» (10 минуты)

«Сегодня нарисуем тех людей, которых вы называете друзьями»- обсуждение. «Скажи мне, кто твой друг, и я скажу, кто ты»- разбор поговорки.

Ритуал прощания и рефлексия (5 минут)

Каждый участник группы высказывает свое мнение о занятии, делиться,

какое упражнение больше понравилось и почему. Учитель благодарит активных участников.

Занятие 8(30 минут)

Ритуал приветствия (2 минуты)

Учащиеся встают в круг хлопком здороваются и передают друг-другу добрые пожелания на день.

Упражнение «Самоприказ» (5 минут)

«Применяется самоприказ, когда убеждены в том, что надо вести себя определенным образом, но испытываете трудности с соответствующей организацией своего поведения. Говорите себе: «Разговаривать спокойно!», «Молчать!», «Не поддаваться на провокацию!» — это помогает сдерживать эмоции, вести себя достойно, соблюдать требования этики и правила работы в классе. Последовательность работы с самоприказами следующая: Сформулируйте самоприказ. Мысленно повторите его несколько раз. Повторите самоприказ вслух».

Упражнение «Движение» (9 минут)

- «Сядьте удобно, закройте глаза. Дышите глубоко и медленно. Пройдитесь внутренним взором по всему вашему телу, начиная от макушки до кончиков пальцев ног (либо в обратной последовательности) и найдите места наибольшего напряжения (часто это бывают рот, губы, челюсти, шея, затылок, плечи, живот). Постарайтесь еще сильнее напрячь места зажимов (до дрожания мышц), делайте это на вдохе. Прочувствуйте это напряжение. Резко сбросьте напряжение — делайте это на выдохе. Повторяем так несколько раз».

Упражнение «Дыхание» (9 минут)

- «Сидя постарайтесь по возможности расслабить мышцы тела и сосредоточьте внимание на дыхании. 1. На счет 1-2-3-4 делайте медленный глубокий вдох (при этом живот выпячивается вперед, а грудная клетка неподвижна). 2. На следующие четыре счета задержите дыхание. 3. Затем

сделайте плавный выдох на счет 1-2-3-4-5-6. 4. Снова задержите дыхание перед следующим вдохом на счет 1-2-3-4. Уже через 3-5 минут такого дыхания вы заметите, что ваше состояние стало заметно спокойней и уравновешенней».

Ритуал прощания и рефлексия (5 минут)

Каждый участник группы высказывает свое мнение о занятии, делиться, какое упражнение больше понравилось и почему. Учитель благодарит активных участников.

Занятие 9(30 минут)

Ритуал приветствия (2 минуты)

Учащиеся встают в круг хлопком здороваются и передают друг-другу добрые пожелания на день.

Упражнение «Планета чувств» (14 минут)

Материалы: Лист ватмана с изображением 4 «материков» (любой формы). Цветные стики и маркер для ведущего.

Объяснения: «Когда мы хотим сказать о различных своих переживаниях мы говорим: «Я чувствую». И редко задумываемся что этим словом выражаем совершенно разные процессы. Которые в нас происходят. На самом деле мы переживаем – ощущения, эмоции, чувства.»

Ощущения – это то что чувствуем телом- например –горячо, холодно, колется, щекотно.

Эмоции – это то что мы переживаем душой. Радость, страх, гнев. Они приходят и уходят.

Чувства – это переживания души. Они более сильные, например, любовь, когда мы любим мы переживаем много чувств и эмоций – радость, грусть, тревогу, страх.

Когда мы чувствуем враждебность, то часто одновременно переживаем и презрение, и гнев, и, даже, страх или отвращение. Чувства

часто переплетаются с нашими мыслями. Какие еще эмоции, чувства, и ощущения вы знаете? У участников карточки, которые нужно распределить по группам.

Рисунок «Лимон» (9 минут)

Сядьте удобно: руки свободно положите на колени ладонями вверх, плечи и голова опущены, глаза закрыты. Мысленно представьте себе, что у вас в правой руке лежит лимон. Начинайте медленно его сжимать до тех пор, пока не почувствуете, что «выжали» весь сок. Расслабьтесь. Запомните левой руке. Повторите упражнение. Вновь расслабьтесь и запомните свои ощущения. Затем выполните упражнение одновременно двумя руками. Расслабьтесь. Насладитесь состоянием покоя.

Ритуал прощания и рефлексия (5 минут)

Каждый участник группы высказывает свое мнение о занятии, делиться, какое упражнение больше понравилось и почему. Учитель благодарит активных участников.

Занятие 10 (30 минут)

Ритуал приветствия (2 минуты)

Учащиеся встают в круг хлопком здороваются и передают друг-другу добрые пожелания на день.

Упражнение «Снежки из бумаги» (10 минут)

– Возьмите каждый по большому листу газеты, как следует скомкайте его и сделайте из него хороший, достаточно плотный мячик. Теперь разделитесь, пожалуйста, на две команды. Теперь пусть каждая выстроится в линию так, чтобы расстояние между командами составляло примерно четыре метра. По моей команде вы начнете бросать мячи на сторону противника. Игроки каждой команды стремятся как можно быстрее забросить мячи, оказавшиеся на их стороне, на сторону противника. Услышав команду "Стоп!", надо будет прекратить бросаться мячами. Выигрывает та команда, на чьей стороне оказалось меньше мячей. И не перебегайте, пожалуйста, за разделительную линию.

«Подари улыбку» (3 минуты)

Участники становятся в круг, берутся за руки. Каждый по очереди дарит улыбку своим соседям слева и справа, важно при этом смотреть друг другу в глаза. «Что чувствовали, какое сейчас настроение?»

Ритуал прощания и рефлексия (15 минут)

Заключительная беседа . Каждый участник группы высказывает свое мнение о занятии, делиться, какое упражнение больше понравилось и почему. Учитель благодарит активных участников.

Таким образом, программа формирования адекватной самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием была составлена на основе работ таких авторов: Р.Ф. Лоскутова, И.В. Крылова, В.А. Васильева, Н.В. Борзенко. Организация и содержание процесса формирования адекватной самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием направлена на такие компоненты: когнитивный (убеждение, представление, мнение), эмоциональный (эмоции, чувства, переживание), поведенческий (поведение, ожидания, стремления, замыслы, планы). В процессе формирующего воздействия происходит изменение уровня самооценки и эмоций младшего школьника.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Результаты опытно-экспериментального исследования формирования самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием

Таблица 4.1 – Результаты диагностики самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием на контрольном этапе исследования по методике «Шкала самоуважения» М. Розенберга , после формирующего воздействия

Испытуемый	Балл	Шкала
1. З.А.	23	Самоуваж.преоблад
2. И.Д.	25	Самоуваж.преоблад
3. Р.А	35	Самоуважение
4. Х.И.	23	Самоуваж.преоблад
5. С.Ю.	34	Самоуваж.преоблад
6. И.А	21	Самоуничиж.преоблад
7. У.С.	36	Самоуважение
8. К.С.	35	Самоуважение
9. Л.К.	35	Самоуважение
10. М.В.	24	Самоуваж.преоблад
11. Х.А.	35	Самоуважение
12. Р.К.	37	Самоуважение
13. С.А.	30	Самоуваж.преоблад
14. А.С.	28	Самоуваж.преоблад
15. К.В.	17	Самоуничижение
16. М.И.	32	Самоуваж.преоблад
17. Ц.Г.	23	Самоуваж.преоблад
18. С.Ю.	24	Самоуваж.преоблад
19. В.Е.	35	Самоуважение
20. К.Н.	25	Самоуваж.преоблад

Таблица 4.2 – Результаты диагностики самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием на контрольном этапе исследования по методике «Паровозик» С.В. Велиевой, после формирующего воздействия

Испытуемый	Балл	Шкала
1. З.А.	1	ППС
2. И.Д.	1	ППС
3. Р.А	4	Низ.степень
4. Х.И.	3	ППС
5. С.Ю.	2	ППС
6. И.А	3	ППС
7. У.С.	4	Низ.степень
8. К.С.	3	ППС
9. Л.К.	2	ППС
10. М.В.	8	Сред. степень
11. Х.А.	1	ППС
12. Р.К.	1	ППС
13. С.А.	2	ППС
14. А.С.	2	ППС
15. К.В.	9	Сред. степень
16. М.И.	1	ППС
17. Ц.Г.	3	ППС
18. С.Ю.	2	ППС
19. В.Е.	9	Высок. степень
20. К.Н.	3	ППС

ППС-позитивного психического состояния у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием.

Низ.степень- негативное психическое состояние низкой степени.

Сред. степень- негативное психическое состояние средней степени.

Высок. степень- негативное психическое состояние высокой степени.

Таблица 4.3 – Результаты диагностики самооценки младших школьников с интеллектуальным недоразвитием на контрольном этапе исследования по методике «Лесенка» В. Г. Щур, после формирующего воздействия

Испытуемый	Степень	Шкала
1. З.А.	2	ср
2. И.Д.	2	ср
3. Р.А	1	з
4. Х.И.	3	ср
5. С.Ю.	6	н
6. И.А	3	ср
7. У.С.	1	з
8. К.С.	5	н
9. Л.К.	3	ср
10. М.В.	1	з
11. Х.А.	1	з
12. Р.К.	2	ср
13. С.А.	2	ср
14. А.С.	6	н
15. К.В.	1	з
16. М.И.	2	ср
17. Ц.Г.	1	з
18. С.Ю.	3	ср
19. В.Е.	1	з
20. К.Н.	6	н

З-завышенный уровень самооценки

Ср-средний (адекватный) уровень самооценки

Н- низкий уровень самооценки

Таблица 4.4 – Математическая обработка результатов опытно-экспериментального исследования. Сравнение уровней самооценки по методике М. Розенберга исследования уровня самоуважения.с помощью Т – критерия Вилкоксона

№ п/п	Уровень самооценки до формирующего воздействия	Уровень самооценки после формирующего воздействия	Сдвиг	Абсолютно значение	R
1	23	23	0	0	-
4	23	23	0	0	-
5	34	34	0	0	-
8	35	35	0	0	-
9	35	35	0	0	-
11	35	35	0	0	-
12	37	37	0	0	-
13	30	30	0	0	-
14	28	28	0	0	-
15	17	17	0	0	-
16	32	32	0	0	-
17	23	23	0	0	-
10	21	24	3	3	13
2	21	25	4	4	14.5
18	20	24	4	4	14,5
20	18	25	7	7	16
6	13	21	8	8	17
3	23	35	12	12	19
7	24	36	12	12	19
19	23	35	12	12	19
Сумма					132

Таблица 4.5 – Математическая обработка результатов опытно-экспериментального исследования. Сравнение уровней самооценки по методике С.В.Велиева изучения уровня самооценки и отношения к себе «Паровозик» с помощью T – критерия Вилкоксона

№ п/п	Уровень самооценки до формирующего воздействия	Уровень самооценки после формирующего воздействия	Сдвиг	Абсолютно значение	R
1	1	1	0	0	-
2	1	1	0	0	-
3	4	4	0	0	-
4	3	3	0	0	-
7	4	4	0	0	-
9	2	2	0	0	-
10	8	8	0	0	-
15	9	9	0	0	-
16	1	1	0	0	-
17	3	3	0	0	-
19	9	9	0	0	-
12	1	1	0	0	-
13	2	2	0	0	-
11	4	1	-3	3	2
14	5	2	-3	3	2
18	5	2	3	3	2
6	7	3	-4	4	5
8	7	3	-4	4	5
20	7	3	-4	4	5
5	8	2	-6	6	7
Сумма					28

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Технологическая карта внедрения результатов исследования формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием

1-й этап. «Целеполагание внедрения программы формирования адекватной самооценки у младших школьников с интеллектуальным недоразвитием»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
1.1. Изучить необходимые документы по предмету внедрения	Изучить необходимую литературу, закон «об образовании»	Сообщения, обсуждения	Психологическая служба, научный руководитель	1	сентябрь	Директор, психолог
1.2. Поставить цели внедрения	Обосновать цели и задачи внедрения	Обсуждения	Психологическая служба	1	сентябрь	психолог
1.3. Разработать этапы внедрения	Изучить и проанализировать содержание каждого этапа внедрения, его задачи, условия, принципы и критерии	Анализ личных дел школьников, заключения пмпк, программы внедрения	Педагогический совет. Психологическая служба	1	сентябрь	Директор, психолог
1.4. Разработать программно-целевой комплекс внедрения	Анализ необходимости внедрить программу, анализ работы школы по теме предмета внедрения	Состояние программы внедрения	Педагогический совет, психологическая служба	1	сентябрь	Директор, психолог
2-й этап. «Формирование положительной психологической установки на внедрение»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
2.1.	Формирование	Обоснов	Индивид	1	октябрь	Директор,

Выработать состояние готовности к освоению предмета внедрения	е готовности внедрить тему	ание практической значимости внедрения. Беседа (развития общения, взаимопонимания, самооценки)	уальные беседы, психотерапевтический практикум			психолог
2.2. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения	Пропаганда уже имеющегося положительного опыта внедрения программы формирования адекватной самооценки в других школах	Научно-исследовательская работа, сотрудничество с другими психологами	Изучение опыта, психотерапевтический практикум	3-4	Сентябрь-октябрь	психолог
2.3. Сформировать веру в свои силы по внедрению	Психологический подбор и расстановка субъектов внедрения, исследование психологического портрета субъектов внедрения	Постановка проблемы, обсуждение, Беседа (развития общения, взаимопонимания, самооценки)	Педагогический совет, психотерапевтический практикум	1	октябрь	Психолог, научный руководитель
3-й этап «Изучение предмета внедрения»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
3.1. Изучить нормативные документы по теме	Изучение и анализ материалов Конституции,	фронтально	Семинары, собрания	1	ноябрь	Директор, психолог

	документов о школе, инструктивно - методических указаний, закона «об образовании»					
3.2. Изучить сущность предмета внедрения	Изучение предмета внедрения; его содержания, задач, принципов, форм, методов	Фронтально и в ходе самообразования	Семинары, тренинги (развития психических процессов)	1	декабрь	психолог
3.3. Изучить методику внедрения темы	Освоение системного подхода в работе над темой	Фронтально и в ходе самообразования	Семинары, тренинги (самооценка, развитие)	1	январь	директор
4-й этап «Опережающее освоение предмета внедрения»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
4.1. Создать инициативную группу для опережающего внедрения темы	Определение состава инициативной группы, организационная работа. Исследование психологического портрета субъектов внедрения	Наблюдение, анализ, беседа.	Уроки, внеурочные мероприятия, консультации	4-5	Февраль, март	Директор, психолог
4.2. Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе	Изучение теории предмета внедрения, теории систем и системного подхода, методики внедрения	Самообразование, научно-исследовательская работа, обсуждение	Семинары, консультации	1	апрель	директор
4.3. Обеспечить инициативн	Анализ создания условий для	Обсуждения, экспер	Производственное собрание	1	май	психолог

ой группе условия для успешного освоения методики внедрения темы	опережающег о внедрения	тная оценка, самоат тестац ия				
4.4. Проверить методику внедрения	Работа инициативной группы по новой методике	Анализ изменений, корректировка методики	Посещение уроков, внеурочных форм работы	6	1-е полугодие	Директор, психолог
5-й этап «Фронтальное освоение предмета внедрения»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
5.1. Мобилизовать пед. коллектив для внедрения программы	Проанализировать работу инициативной группы	Тренинг (развития, самооценка), сообщение результатов внедрения программы	Педагогический совет, психологическая служба	1	январь	Директор, психолог, научный руководитель
5.2. Развить знания и умения, сформированные на предыдущем этапе	Повторный анализ литературных источников, обновление знаний, изучение и совершенствование теории внедрения	Обмен опытом, самообразование	Консультации, семинары	1	Январь, февраль	Директор, психолог
5.3. Обеспечить условия для фронтального внедрения	Анализ создания условий для фронтального внедрения	Изучение состояния дел, обсуждение	Педагогический совет, психологическая служба	1	март	Научный руководитель
5.4. Освоить	Фронтальное	Обмен	психолог	1	Апрель,	психолог

всем коллективам предмет внедрения	освоение предмета внедрения	опытом, корректировка программы	психологическая служба, консультации		май	
6-й «Совершенствование работы над темой»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
6.1. Совершенствовать знания и умения, сформированные на предыдущих этапах	Совершенствование знаний и умений по системному подходу	Анализ источников, обмен опытом	конференции	1	сентябрь	Директор, психолог
6.2. Обеспечить условия совершенствования методики работы по предмету внедрения	Анализ полученных результатов по внедрению программы	Обработка результатов, доклад	Психологическая служба, педагогический совет	1	октябрь	Директор, психолог, научный руководитель
6.3. Совершенствовать методику освоения темы	Формирование единого методического обеспечения освоения темы	Обработка результатов, доклад, обсуждение, тренинги (самооценка, развитие, внедрения)	Психологическая служба, педагогический совет	3	Каждое полугодие	Директор, психолог, научный руководитель
7-й этап «Распространение передового опыта освоения предмета внедрения»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
7.1. Изучить и обобщить опыт	Анализ полученных результатов	Анализ, посещение	Уроки, стенды, буклеты	5	Октябрь, декабрь	Директор, психолог, научный

внедрения программы	по внедрению программы, изучение и обобщение внутришкольного опыта по внедрению программы	ние занятия, наблюдение, изучение документов				руководитель
7.2. Обобщить опыт работы по теме	Обмен опытом с другими школами, обучение учителей	Наставничество, консультации	Семинары, собрания	5	Январь, февраль, март	Директор, психолог
7.3. Осуществить пропаганду передового опыта внедрения	Пропаганда опыта внедрения в городе	Выступления, творческие отчеты	Семинары, конференции	1	Сентябрь, октябрь	Директор, психолог
7.4. Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившиеся на предыдущих этапах	Обсуждение динамики работы над темой	Наблюдение, анализ, тренинги	семинары	2	Январь, февраль	Директор, психолог