



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

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

**Формирование адекватной самооценки младших школьников в
условиях образовательного учреждения**

Выпускная квалификационная работа по направлению

44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность программы бакалавриата

«Психологическое консультирование»

Форма обучения очная

Проверка на объем заимствований:
88,48 % авторского текста
Работа рекомендована к защите
рекомендована/не рекомендована
«24» 15 2025 г.
зав. кафедрой ТиПП
О.А. Кондратьева Кондратьева О.А.

Выполнила:
Студентка группы ОФ-422-227-4-1
Сикиржицкая Анастасия Алексеевна
Научный руководитель:
к.п.н., доцент, доцент кафедры ТиПП
Капитанец Елена Германовна

Челябинск
2025

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ	7
1.1 Понятие самооценки в научных исследованиях.....	7
1.2 Особенности самооценки младших школьников	15
1.3 Теоретическое обоснование модели формирования адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения	28
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ	36
2.1 Этапы, методы и методики исследования	36
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента	42
ГЛАВА 3. ОПЫТНО–ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ	50
3.1 Психолого-педагогическая программа формирования адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения	50
3.2 Анализ результатов формирующего эксперимента	57
3.3 Психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям по формированию адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения	62
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	71
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	74

ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Методики исследования самооценки у младших школьников	85
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты исследования самооценки младших школьников	90
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Программа формирования адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения.....	92
ПРИЛОЖЕНИЕ 4 Результаты опытно-экспериментального исследования самооценки младших школьников.....	101

ВВЕДЕНИЕ

Центральным вопросом развития личности в психологии является возникновение, развитие и формирование самооценки. Самооценка является одним из ключевых компонентов самопознания, восприятия человеком самого себя, своих физических, умственных сил и способностей, мотивов и целей деятельности, отношения к миру, людям и самому себе.

Актуальность вопроса самооценки заключается в том, что дети младшего возраста имеют особое место в педагогической и возрастной психологии, так как в этом возрасте начинают формироваться основные психические функции, самоконтроль, рефлексия, а так же осуществляется основа учебной деятельности.

Младший школьный возраст считается этапом интенсивного формирования самооценки, так как дети находятся в новой социально-значимой деятельности. К концу начальной школы самооценка ребёнка становится более самостоятельной и менее зависимой от мнения окружающих.

Адекватная самооценка способствует вовлечению в деятельность, развитию социальных навыков, лидерству, мотивации и достижению целей [24].

В период младшего школьного возраста, когда дети начинают активно осваивать социальные роли, взаимодействовать с окружающим миром, самооценка играет ключевую роль в их эмоциональном и когнитивном развитии. Она формируется под воздействием различных факторов, включая семейное окружение, отношения со сверстниками и педагогическое влияние.

Особенностью младших школьников является, то, что происходит осознание позиции школьника посредством обучения, получением и применением новых знаний, обязанностей. В учебной деятельности

самооценка помогает правильно оценить свои учебные результаты, способности, достоинства, возможности.

Самооценка младших школьников является предметом длительного изучения психологов. Отечественные и зарубежные психологи исследовали данный вопрос, чтобы определить: как формируется самооценка, в каком возрасте, на каком психологическом уровне. Вопросами самооценки занимались Б.Г. Ананьев, Л.И. Божович, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн и многие другие отечественные психологи.

Первыми психологами, которые начали изучать проблему самооценки, были зарубежные ученые, их волновали темы: как формируется самооценка, какие факторы и какие компоненты входят в её структуру. Этими учеными были: А. Адлер, А. Бандура, Р. Бернс, И. Бранден, У. Джемс, Ф. Зимбардо, С. Куперсмит, К. Левин, К. Роджерс, М. Розенберг, З. Фрейд, К. Хорни [18, с. 190].

Самооценка, является частью «Я - концепции», и входит в структуру личности в виде оценочного компонента. Самооценка представляет собой сложное психологическое образование и не может быть отделена от всех других проявлений психической жизни человека.

Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод о том, что исследование самооценки является важным процессом в современной психологии, так как адекватная самооценка влияет на эффективность деятельности человека и дальнейшее развитие его личности.

Цель исследования – теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность программы формирования адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения.

Объект исследования – самооценка младших школьников.

Предмет исследования – формирования адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения.

Гипотеза исследования – формирование адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения будет более эффективным, если разработать и реализовать программу, включающую методы: беседу, ролевые игры, арт-терапию.

Цель исследования предполагает постановку и решение следующих задач:

1. Изучить понятие самооценки в научных исследованиях.
2. Определить особенности самооценки младших школьников.
3. Теоретически обосновать модель формирования адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения
4. Определить этапы, методы и методики исследования.
5. Дать характеристику выборки и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.
6. Разработать и реализовать программу формирования адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения.
7. Проанализировать результаты опытно–экспериментального исследования формирования адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения.
8. Составить рекомендации родителям и педагогам по формированию адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения.

Для достижения поставленных задач были использованы методы:

1. Теоретические – теоретический анализ, синтез и обобщение данных научной, учебной и методической литературы, моделирование, целеполагание.
2. Эмпирические – констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование, психодиагностические методики: «Лесенка» В.

Г. Щур, С.Г. Якобсон, «Какой Я?» О.С. Богданова, «Кружки» Демб्रो-Рубинштейн.

3. Математико–статистические: критерий знаковых рангов Т-критерий Вилкоксона.

База исследования: МБОУ «СОШ №86 г. Челябинска». В исследовании участвовали 18 младших школьников в возрасте 9-10 лет.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

1.1 Понятие самооценки в научных исследованиях

Самооценка – представление и оценка человека о самом себе: своих возможностей, способностей, качеств, эти представления играют большую роль в формировании образа собственного «Я» [8, с. 800].

Мотивом самооценки является самосовершенствования, здоровое чувство самолюбия и стремление к успеху.

Одним из первых учёных, которые начали изучать феномен самооценки является У. Джеймс. Согласно У. Джеймсу самооценка бывает двух видов: самодовольство и недовольство собой. Самодовольство включает такие чувства, как гордость, высокомерие, заносчивость, тщеславие и другое. Недовольство собой – скромность, униженность, неуверенность, сознание собственного позора и отчаяние. В исследованиях У. Джеймса самооценка определяется как, «отношение успехов и притязаний», то есть является субъективным сравнением реальных достижений человека с ожидаемыми результатами.

По мнению З. Фрейда, в психоаналитической теории – «Самооценка складывается под давлением конфликта между внутренними побуждениями и внешними запретами, в силу такого постоянного конфликта, адекватная самооценка невозможна» [Цит. по: 65, с. 149].

В гуманистической теории А. Маслоу, Р. Мей, Г. Олпорта, К. Роджерса, ученые считали что, образ индивида о самом себе может быть искажённым и не полным. Для формирования адекватной самооценки необходимо изменить социальную позицию личности, характер деятельности, а так же структуру межличностных отношений [32, с. 158].

В России изучение психологи началось с семидесятых годов двадцатого века, наши советские психологи и ученые придерживались гуманистического направления психологии запада.

Поскольку самооценка являлась центральной проблемой психологии личности то, она изучалась в разных трудах наших отечественных психологов, таких как: Б.Г. Ананьева, Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьева и многих других.

По мнению Б.Г. Ананьева «Самооценка – важнейшее личностное образование, которое принимает участие в регуляции человека его поведения и деятельности, это центральный компонент, формирующийся при активном участии самой личности [Цит. по: 32, с. 148].

По мнению Л.И. Божович, самооценка – оценивание успешности своих действий и проявлений через призму своей идентичности [Цит. по: 6, с. 67].

В отечественной психологии самооценка изучалась в контексте формирования и развития самосознания. Исследования были сформированы вокруг двух групп вопросов. Первая группа ученых, таких как А.Н. Леонтьев, С.С. Рубинштейн и многие другие, считали, что нужно исследовать вопрос о становлении самосознания в контексте общей проблемы развития личности. Вторая группа ученых была сосредоточена на более узких вопросах, связанных с особенностями самооценок, их взаимностью с оценками окружающих, здесь мы можем выделить работы А.И. Липкиной и Е.И. Саванько.

Самосознание – это понимание человеком сути собственной личности, осознание своего места в обществе и целой картины мира. Это видение и анализ своих эмоций, чувств и мотивов поведения [14].

Отечественная психология рассматривала самооценку, как компонент самосознания. Самооценка, являясь важнейшим компонентом самосознания личности, необходима для гармоничных отношений человека с самим собой, а так же с окружающим миром.

Процесс самосознания проходит одновременно через две стороны: он (личность) познающий и познаваемый. Важной стороной самосознания и высокого уровня развития является самооценка.

Самосознание последовательно проходит стадии развития по мере того, как ребенок становится личностью, сознательно выделяющей себя из окружающего мира. В общей структуре личности самосознание – это сложное интегративное свойство ее психической деятельности.

Самооценка является основным компонентом самосознания – особой формы сознания, характеризующейся направленностью на собственное «Я» личности [28].

Самооценка в современном мире строится на самоуважении и самопринятии.

Самооценка начинает развиваться в раннем детстве, когда ребенок начинает осознавать свое существование и свои действия. Она продолжает развиваться и меняться на протяжении всей жизни человека под влиянием опыта, общения с окружающими и личных достижений [38].

В онтогенезе самооценка проходит через несколько этапов развития. В раннем детстве дети еще не имеют четкого представления о себе и своих возможностях, но начинают формировать первые представления о себе и своих ролях в мире. В этом возрасте родители и другие близкие взрослые играют важную роль в формировании самооценки ребенка, поддерживая его достижения и поощряя его усилия.

Ранний детский возраст (1-3 года). В этом возрасте ребенок начинает формировать свою самооценку на основе взаимодействия с окружающим миром и людьми. Он учится осознавать свое тело, свои эмоции и потребности [56].

Дошкольный возраст (3-7 лет). В этом возрасте ребенок начинает понимать свое место в обществе и свои отношения с другими людьми. Формируется представление о себе, о своих способностях, а также получает первые оценки от окружающих [56].

Младший школьный возраст (6-7 до 9-11 лет). В этом возрасте у ребенка продолжает развиваться самооценка, основываясь на своих успехах и неудачах в учебе и других сферах жизни. Ребёнок начинает сравнивать себя с другими детьми и понимает, что он может быть лучше или хуже других [8, с. 10].

Подростковый возраст (12-18 лет). В этом возрасте ребенок продолжает развивать свою самооценку, начинает формировать свою личность и свое мировоззрение, а также понимает свои ценности и убеждения [56].

Младший школьный возраст представляется главным в становлении самооценки. В этом возрасте дети начинают более осознанно оценивать свои возможности и сравнивать себя с другими. Они начинают понимать, что успехи и неудачи могут быть связаны с их личными усилиями и способностями. В этом возрасте важно, чтобы родители и учителя поддерживали и поощряли детей, чтобы они чувствовали себя увереннее и могли развивать свои способности.

Самосознание и самооценка проявляются и формируются в деятельности, под непосредственным действием факторов, в первую очередь – общения ребенка с окружающими [7]. Развитие самооценки связано с самонаблюдением и самоконтролем ребёнка. Игры, общение, занятие обращают внимание ребёнка на самого себя, определяют его в ситуацию, когда он должен – оценить свои умения что-то делать, проявлять те или иные особенности личности, придерживаться и подчиняться определенным правилам и требованиям.

К факторам, влияющим на самооценку можно отнести: родители и значимые взрослые, взлеты и падения, признание и поощрение, самопознание и позитивный образ жизни.

Отношение родителей и близких людей их поддержка значительно влияют на самооценку ребенка. Если родители показывают, свою любовь,

поддерживают и поощряют ребенка, то это способствует укреплению его самооценки.

Успехи и неудачи в школьных делах, в спорте и других областях деятельности могут оказывать сильное влияние на самооценку ребенка. Если ребенок часто сталкивается с неудачами, то это может привести к снижению его самооценки.

Самопознание и саморазвитие помогают ребенку лучше понять свои сильные и слабые стороны, а также развить свои навыки и способности.

Позитивный образ жизни, спорт, хобби и увлечения, могут помочь ребенку повысить свою самооценку.

Таким образом, самооценка – это сложное личностное образование, психологическая система, в которой человек выступает как объект познания самого себя.

Основные показатели самооценки:

- 1) самонаблюдение,
- 2) самоанализ,
- 3) самоотчет,
- 4) сравнение [66].

На основе этих показателей личность может адекватно и объективно оценивать свои возможности, достижения в тех или иных сферах жизни, а так же свое место в обществе.

Самооценку рассматривают с различных точек зрения:

1. По видам:

- частичная – оценка отдельных деталей черт характера, внешности, особенностей развития;
- общая – одобрение или неодобрение самого себя;
- актуальная – то, что достигнуто личностью;
- потенциальная – то, на что способна личность.

2. По уровню:

- высокая – завышенная;

- средняя – приближенная к нормальному;
- низкая – заниженная.

3. По восприятию:

- адекватная – соответствует реальным достижениям и потенциальным возможностям;
- неадекватная – искажает реальное отношение личности к себе [66].

Завышенная самооценка – это переоценивание человеком собственного потенциала. Такая самооценка может выявить как положительное, так и отрицательное воздействие. Положительное влияние выражается в уверенности самого человека. Негативные влияния включают повышенный эгоизм, пренебрежение мнением окружающих, переоценку собственных сил. Человек с завышенной самооценкой более высокомерный, агрессивный, что приводит к разрыву межличностных отношений. Настоящая реальность искажается, возникает эмоционально негативное отношение ко всему окружающему.

При оптимальной самооценке человек адекватно рассматривает свои достижения и неудачи, рассудительно относится к критике со стороны окружающих, а так же самого себя, умеет рационально соотнести способности и возможности, ставит перед собой задачи, которые по силам ему. Человек уважает окружающих и самого себя, умеет адекватно оценивать самого себя.

Заниженная самооценка – это неуверенность в себе, в своих силах и поступках, самокритика, совокупность внутренних комплексов, мешающих объективно оценивать и признавать свои достоинства. Человек с заниженной самооценкой оказывается в роли «жертвы» при вступлении с кем-либо в контакт.

Самооценка формируется в течение всей жизни, она выполняет важные функции, выступает регулятором поведения человека во взаимодействии с окружающим миром.

Функции самооценки:

1. Защитная – блокирует нежелательные последствия негативного влияния, обеспечивает стабильность самооценки человека.
2. Регуляторная – контроль собственного поведения через выбор решения.
3. Эмоциональная – определяет ощущение удовлетворённости человека самим собой.
4. Сигнальная – отражает реальное «Я»-отношение человека [69].

Самооценка составляет основу уровня притязаний – задач, осуществление которых отражает возможности, а так же способности человека. Присутствуя в каждом акте поведения, является основным компонентом управления поведением человека.

Американский психолог Ф. Хоппе определял уровень притязаний как «совокупность сдвигающихся с каждым достижением то неопределенных, то более точных ожиданий, целей и притязаний к будущим собственным достижениям» субъекта.

Уровень притязаний – это уровень ожиданий и целей, которые человек ставит перед собой в различных сферах жизни, таких как работа, учеба, личные отношения и т.д. Он может быть высоким или низким в зависимости от личности и жизненного опыта человека. Высокий уровень притязаний может помочь достигнуть больших успехов, но может также привести к перфекционизму и чувству неудовлетворенности. Низкий уровень притязаний может привести к безнадежности и отсутствию мотивации в жизни.

Уровень притязания и характер самооценки человека определяются в жизненных событиях, общественной, повседневной деятельности [69].

Л.В. Бороздина принимает самооценку за базис уровня притязаний. В своих трудах Л.В. Бороздина рассматривает уровень притязаний, как действия личности, которые определяют его самооценку.

Самооценка исследуется в связи с изучением уровня притязаний, который рассматривается как «потребность в определенной самооценке, принимаемой и одобряемой человеком» [18].

К функциям притязания мы можем отнести:

1. Мотивационная, она отвечает за стимуляцию активности, которая направлена на достижение целей.
2. Регулятивная служит адаптацией, она отвечает за поведение и усиления желаемых результатов.
3. Защитная функция помогает сохранить психологическое равновесие через побуждение адекватных ожиданий.

Важно находить баланс между уровнем притязаний и самооценкой, чтобы достигать успехов и оставаться довольным своими достижениями.

Самооценка тесно связана с понятием притязание, поскольку оно представляет собой стремление человека к решению такой цели, которая по его личному мнению соответствует его способностям и возможностям. Притязание формируется под влиянием успехов или неудач, оно является одним из важных компонентов самооценки.

Важно находить баланс между уровнем притязаний и самооценкой, чтобы достигать успехов и оставаться довольным своими достижениями.

Таким образом, самооценка – это наличие у человека критической позиции по отношению к тому, чем он обладает, можно считать, что это оценка с точки зрения определенной своей системы ценностей. В зависимости от факторов, условий развития самооценка может быть: завышенной, адекватной и заниженной.

Адекватная самооценка – это умение человека разумно оценить себя, свои поступки, объективное представление о значении своих личных действий среди других, о своих чувствах и особенностях, достоинств и недостатков.

Самооценка личности, является компонентом самосознания и включает в себя оценку нравственных качеств, поступков, способностей.

Самооценивание человека представляет центральное образование личности, демонстрирует социальную адаптацию, выступает регулятором поведения.

Повышение самооценки зависит от многих факторов, среди которых особое значение позитивные межличностные отношения, которые могут помочь улучшить самооценку, так как поддержка и признание со стороны других людей могут укреплять уверенность в себе.

Самооценка представляет важным компонентом психологического благополучия человека. Она начинает развиваться и формироваться в раннем детском возрасте, и является процессом, который требует постоянного внимания.

1.2 Особенности самооценки младших школьников

Младший школьный возраст (6-7 до 9-11 лет). В этом возрасте у ребенка продолжает развиваться самооценка, основываясь на своих успехах и неудачах в учебе и других сферах жизни. Ребёнок начинает сравнивать себя с другими детьми и понимает, что он может быть лучше или хуже других [7, с. 102].

В младшем школьном возрасте дети продолжают расти. Происходит интенсивное развитие организма ребенка, это все происходит достаточно спокойно, умеренно и гармонично.

Младшие школьники проходят период активного развития личности. Они начинают формировать свою самооценку, которая может быть очень восприимчива к окружающей среде, к отношению взрослых и сверстников. В этом возрасте дети чувствительны к критике и отрицательным оценкам, что может негативно сказываться на их состоянии и самооценке. Они часто меняют свои предпочтения и интересы, что может вызывать неуверенность в своих способностях и навыках.

Младшие школьники проходят кризис 7 лет. Этот кризис Л.И. Божович называет «периодом рождения социального Я ребенка». В этот период ребёнок начинает осознавать свое место в мире общественных отношений, новой социальной позиции – позиция школьника; происходит переоценка ценностей, теперь игра приобретает теперь меньшую ценность, большую – учебная деятельность [7]. Позиция ученика становится приоритетной, здесь то и могут возникнуть его трудности с адаптацией и поведением. Идет переосмысление того, как он себя привык себя вести, и тем, что от него теперь ожидают в новом социальном мире.

Ребенок начинает осознавать, что он физически отдельный человек, который может самостоятельно принимать решения, пусть не самые серьезные.

Идет осознание себя как личности, ребенок начинает понимать свои качества, возможности, идет сравнения себя с другими детьми, на этом этапе формируется самосознание.

Меняется стиль восприятия информации, теперь для ребенка важны новые требования к получению информации, требуется усидчивость, ответственность.

Кризис семи лет также отличается капризность, упрямством детей, это связано с тем, что ребенок хочет проявить самостоятельность, показать, что он самостоятельно может принимать решения.

К причинам капризов можно отнести еще изменение статуса ребенка теперь он школьник; новые требования и появления обязанностей в учебе; увеличение объема информации, ребенок в это время только учится навыку самоконтроля.

Капризы и упрямство младших школьников являются естественными реакциями на меняющийся вокруг него мир, идет перестройка внутреннего мира и внешних требований.

В период 7-11 лет интенсивно формируется мотивационная сфера ребенка. Потребности и мотивы становятся осознанными и имеют общую цель.

Параллельно с этим происходит развитие самоанализа, саморегуляция и контроль над своим поведением.

Успешная адаптация ребенка к новым социальным нормам и поддержка со стороны взрослых, также влияет на развитие и формирование его собственного «Я».

В младшем школьном возрасте закрепляется и становится устойчивой личностной чертой мотивация достижения. Мотивация достижения связана с двумя мотивами - мотивом достижений успеха и мотивом избегания неудач. Мотив достижения успеха способствует большим достижениям и считается более благоприятной для личностного развития.

Мотивация выступает в качестве ключевого фактора, определяющего активность, эффективность и эмоциональный настрой младших школьников в ходе учебной деятельности.

Развитие способностей младших школьников определяется устойчивым интересом к какому-либо виду деятельности, что соответствует формированию познавательного мотива.

В это время происходит изменение старых привычных мотивов, они начинают терять свою значимость, приоритетом теперь является учеба и приобретение новых мотивов.

Ребенок только пришел в школу и значимыми мотивами становятся – социальный, то есть самосовершенствование – становления лучшей версией себя. Происходит перестройка всей мотивационной системы ребенка.

Учебная деятельность участвует в формировании волевых качеств ребенка, учебе предполагает дисциплину и ответственность, что развивает

самоорганизацию ребенка, он учится планированию своих действий, а это в свою очередь положительно влияет на самоконтроль и самооценку.

Помимо кризиса, проявляется и внутренняя позиция ребенка. Л.И. Божович. в своих трудах определяла «внутреннюю позицию школьника» как психологическое новообразование, которое появляется на рубеже дошкольного и младшего школьного возраста.

Формируется внутренняя позиция школьника, что подразумевает определённую установку, которую он занимает по отношению к учебной деятельности, к самому себе и окружающему миру. Внутреннюю позицию мы понимаем, как систему взглядов, убеждений, эмоциональных отношений, которые школьник выстраивает на основе собственного опыта, и на взаимодействия с окружающими, и еще усвоенных знаний.

К факторам, влияющих на формирование внутренней позиции можно отнести: семейную и школьную среды, и социальное окружение, влияние друзей и группы сверстников на ребенка.

Поступление в школу вносит важнейшие изменения в жизнь ребёнка. Резко изменяется весь уклад его жизни, его социальное положение в коллективе, семье. Основной, ведущей деятельностью становится – учение, важнейшей обязанностью – обязанность учиться, приобретать знания [5].

По мнению В.В. Давыдова учебная деятельность представляет собой, процесс, в результате которого человек приобретает новые или же изменяет уже имеющиеся у него знания, навыки, умения, совершенствует и развивает свои способности.

Учебная деятельность младших школьников – это процесс овладения знаниями, навыками, умениями, которые необходимы для успешного обучения в школе. Она включает в себя изучение предметов, развитие речи, чтение, письмо, математические навыки, знакомство с окружающим миром, а так же с социальными нормами [40].

Игровая деятельность младших школьников меняется на сюжетно-ролевые игры. Теперь у ребенка появляются новые сферы социальных отношений «ребенок-дети» и «ребенок-взрослый», они связаны игровой деятельностью.

Для младших школьников становятся характерны игры с правилами, которые будут регулировать расстановку сил между детьми.

Учебная деятельность в начальных классах стимулирует развитие психических процессов непосредственного познания окружающего мира – восприятий и ощущений.

Младшие школьники учатся в игровой форме, используются различные методы и приемы обучения. Дети знакомятся с новыми понятиями, решают задачи, анализируют информацию и учатся делать выводы. Учитель помогает им осваивать новый материал и развивать умственные способности.

Возрастные особенности памяти в младшем школьном возрасте развиваются под влиянием обучения. Усиливается роль смыслового запоминания, а так же развивается возможность сознательно управлять своей памятью, умение регулировать её проявления [21].

Младшие школьники могут испытывать страхи, связанные с учебной деятельностью и социальными взаимодействиями. Важным аспектом учебной деятельности младших школьников является формирование у них интереса к учению и самостоятельности. Ученик должен чувствовать свою значимость и ответственность за свои успехи. Для этого учителя используют игры, творческие задания и другие методы, которые помогают развивать личность ребенка [4].

В школьном возрасте сфера интересов ребенка расширяется, он начинает учиться систематически, обучать себя, внимание – как произвольное, так и произвольное – постоянно развивается [21].

Частые занятия и обучение детей способствует активному развитию мышления и сознания. Они состоят из: способности замечать главное,

обобщать получаемую информацию, планировать и оценивать свои действия [21].

Младшие школьники еще не полностью овладели навыками управления своим вниманием, поэтому часто они испытывают трудности в концентрации. Непроизвольное внимание, то есть внимание, которое возникает автоматически в ответ на внешние стимулы, у младших школьников развито намного лучше, чем произвольное внимание, которое требует усилий и сознательного управления.

Для того чтобы развивать произвольное внимание, необходимо использовать игры и упражнения, которые требуют сосредоточенности и концентрации [42]. При выполнении заданий ненапряженная и тихая обстановка, помогает младшим школьникам сосредоточиться на задаче и не отвлекаться на внешние раздражители.

Учебная деятельность младших школьников направлена на развитие их интеллектуальных, эмоциональных и социальных способностей, что является основой для успешной адаптации в жизни и обществе.

Во время учебной деятельности у ребенка развиваются все виды памяти: оперативная, долговременная, кратковременная, развитие происходит за счет заучивания учебного материала.

Возрастные особенности памяти в младшем школьном возрасте развиваются под влиянием обучения. Большое значение имеет словесно-логическое, смыслового запоминания, развивается возможность сознательно управлять своей памятью и регулировать её проявления [7].

Память младшего школьника теперь носит конкретно-образный характер.

В процессе учебной деятельности дети получают много описательных сведений. Это заставляет их постоянно воссоздавать образы, без которых трудно понять учебный материал. Воображение включено в учебную деятельность, оно помогает усвоить знания,

требующие умения представлять себе конкретную ситуацию, которую ребенок не может воспринять непосредственно [15].

Во время обучения происходит постепенный переход от познания внешней стороны явлений к познанию их сущности. Мышление ребёнка начинает отражать существенные свойства и признаки предметов, явлений, что даёт возможность делать первые обобщения, выводы, строить элементарные умозаключения. На этой основе у ребёнка постепенно начинают формироваться элементарные научные понятия [7].

При разных подходах и методах обучения у детей может возникнуть спонтанное появление целенаправленной учебной деятельности. Организованное и систематическое обучение обеспечивает максимальные результаты в учебе.

В течение всего периода младшего школьного возраста ребенок учится управлять своим поведением, своими психическими процессами.

Учитель играет важную роль в жизни ребенка, на формирование самооценки учащихся влияет не только оценка учебной деятельности, но и стиль поведения учителя. Для развития у детей адекватной самооценки и чувства компетентности необходимо создать в классе атмосферу психологического комфорта и поддержки.

От личности учителя и стилистических особенностей его общения и лидерства, эффективности процессов обучения и воспитания, особенностей развития учащихся и формирования межличностных отношений в классе в значительной степени зависят различные стили общения, которые формируют разные мотивы

Демократичный, уважительный стиль общения учителя поощряет активность, инициативность и познавательную активность учеников. Авторитарный же стиль, напротив, может подавлять мотивацию.

Младшие школьники склонны ориентироваться на авторитетных и харизматичных учителей. Если учитель пользуется уважением и доверием

учеников, это повышает их мотивацию следовать его требованиям и ожиданиям.

Большое значение имеет семья, семейное воспитание, взаимоотношения, а так же принятые в семье ценности. В этом возрасте у ребенка на первый план выходят все его качества, которые больше всего заботят родителей – важно поддерживать престиж ребенка [26].

В период младшего школьного возраста интенсивно развиваются и формируются важные для них психологические особенности, так называемые «новообразования», они свойственны этому этапу развития ребенка. Дети проживают активный рост познавательных процессов, помимо этого у ребенка происходит формирование личностных качеств.

Новообразования – это качественные изменения, происходящие в психике, личности и деятельности, которые возникают на определенных этапах его развития. Они трансформируют всю систему внутренних отношений человека, влияют на его сознание, отношения.

Некоторые ученые, утверждали и доказывали, что произвольность является одним из ключевых особенностей младших школьников. Д.Б. Эльконин, П.А. Вегнер и многие другие под произвольностью понимали – «способность осознанного контроля своих психических процессов, которые включают умение самостоятельно ставить цели, удерживать и достигать их».

Еще одним важным новообразованием является способность к планированию и выполнению действий во внутреннем плане. Данное новообразование рассматривали в своих трудах В.В. Давыдова, Е.И. Исаева, И.И. Кондратьева, Я.А. Пономарёва и других. Внутренний план действий представляет собой мысленную стратегию по достижению целей в определенных ситуациях или условиях, может быть достигнуто при развитии наглядно-образном и словесно-логическом мышления [31, с. 46-48].

В младшем школьном возрасте происходит значительное изменение в когнитивном, эмоциональном и социальном развитии детей. В младшем школьном возрасте происходит переход от наглядно-действенного мышления к наглядно-образному, а затем и к словесно-логическому, это означает, что у детей начинает развиваться абстрактное мышление: способность мыслить о предметах и явлениях, не присутствующих в данный момент, а также формировать более сложные умственные операции.

Когнитивный и эмоциональный компонент относится к структуре самооценки младшего возраста.

Когнитивный компонент представляет систему установок о себе, которые могут быть как реалистичными, так и несоответствующими его действительности.

Он состоит из реалистичности, что соответствует достижениям и способностям человека.

Ориентации на обоснование – это значит, что мнение о себе должно опираться на собственные правдивые аргументы и факты.

Самооценка должна учитывать как сильные, так и слабые стороны человека.

Что касается эмоционального компонента так это то, что он является эмоциональным реагированием на уже имеющуюся систему убеждений человека о себе. Проявляется это в виде чувств, эмоций и переживаний о том, как человек оценивает себя.

В эмоциональном развитии ребенка происходят изменения, теперь эмоции становятся более осознанными, устойчивыми, длительными. С приходом в школу дети становятся более сдержанными.

Происходит обобщение эмоционального опыта, благодаря осмыслению пережитого, чувства и эмоции для детей становятся логичнее и понятнее.

Самооценка отвечает за осмысление и обобщение информации о себе. В начальной школе идет активное развитие ребенка, он продолжает узнавать новые вещи не только о себе, но и об окружающем его мире, новые знания для него развивают и формируют его самооценку.

Формируются эмоциональные новообразования, младшие школьники начинают осознавать свои эмоции, понимать и различать их. Углубляется понимание эмоций других людей, появляется способность сочувствовать и сопереживать. Дети начинают понимать, что у других людей могут быть разные чувства. Также происходит регуляция эмоций, благодаря учебной деятельности и взаимодействие со сверстниками, у детей развивается навык контроля своих эмоций и адекватной реакции на стрессовые ситуации.

Важным новообразованием еще является рефлексия, под ней мы понимаем самоанализ деятельности и её результатов [31]. У младших школьников рефлексия формируется постепенно, начинается с дошкольного возраста и продолжает развиваться в начальной школе. Она становится более сложной и осознанной по мере накопления опыта и взаимодействия с окружающими. В 1-2 классах дети начинают осознавать, что почти все их действия имеют последствия. Они могут размышлять о том, почему они сделали тот или иной выбор, и какие результаты это привело. Развитие эмоционального интеллекта способствует рефлексии, так как позволяет ребенку оценить собственные эмоции и действия других людей.

В этот период развития школьника значительно возрастают требования к моральным аспектам поведения, сложными становятся оценочные отношения, появляются формализованные оценки его достижений и неудач, неформальные, чаще эмоциональные, чем рациональные реакции родителей на эти оценки [26]. Интенсивнее проходит процесс становления школьника как субъекта деятельности.

Формирование моральных чувств ребенка означает его собственное развитие моральной стороны личности.

Происходит переосмысление самосознания, что приводит к пересмотру своих ценностей, все, что было раньше важным для ребенка отодвигается на второй план.

Самооценка младшего школьника зависит во многом от его успеваемости и от взаимодействия учителя с учащимися.

У ребенка появляется самоуважение – это чувство собственной ценности и достоинства, оно также будет зависеть от уверенности в собственных учебных достижениях.

Для младшего школьника важно чувство собственной значимости. Под чувством собственной значимости мы понимаем, осознание ребенком своей ценности и важности в семье, школе и в обществе.

Для младших школьников оно играет ключевую роль в развитии личности и формировании позитивной самооценки.

В младшем школьном возрасте создаются благоприятные предпосылки для формирования нравственности и самооценки.

Изменения, происходящие в социальном развитии детей, затрагивают коммуникативные навыки и понимание социальных ролей. Развиваются навыки общения, умения сотрудничать и решать конфликты. Учебные группы и совместные проекты способствуют этим процессам. Дети начинают выполнять разные для себя роли в группе (лидер, последователь, посредник и прочие) и осознавать их значение в социальных взаимодействиях. Овладение ребенком различными социальными ролями является важной частью развития и способствует формированию личности.

Значительную роль в развитии младшего школьника также имеет общение с ровесниками. При общении осуществляется познавательная, предметная деятельность, а так же формируются навыки межличностного общения и поведения [30].

Общение с одноклассниками и другими сверстниками обогащает «Я-концепцию» ребенка. Предоставляя другим детям информацию о себе и получая от них обратную связь, ребенок расширяет свой Я-образ.

В период младшего школьного возраста в «Я-концепцию» ребенка входят такие личностные конструкты, как трудолюбие или чувство неполноценности [44]. Важно чтобы ребёнок научился воспринимать свою некомпетентность как повод научиться чему-то новому.

«Я-концепция» в школьном возрасте представляет собой систему взглядов ребенка о самом себе, его физические, эмоциональные, познавательные и социальные аспекты.

Развитие «Я-концепции» заключается в формировании основ самооценки, мотивации и развития ребенка.

Ребенок идет в школу, и теперь учитель становится значимым взрослым. Возникает позиция ребенка о мире взрослых. Учитель так же воздействует на формирование самооценки учащихся.

В период младшего школьного возраста самооценка развивается и формируется за счет учебной деятельности, новой позиции – ученика, рефлексии как нового психического новообразования.

К завершению начальной школы у ребенка уже сформировалась способность к осознанному управлению своей учебы, помимо этого продолжают развиваться навыки критического оценивания своих достижений.

Во время учебной деятельности ребенок продолжает узнавать и познавать себя, начинают складываться представления о себе.

Младшие школьники еще только начинают осваивать школьную жизнь и активно развиваются в различных областях. В этом возрасте они начинают осознавать свою индивидуальность и формировать свою личность, поэтому важно создавать для них благоприятные условия для развития и самовыражения.

Таким образом, психологические особенности младших школьников представляют собой сложный процесс. В этом возрасте происходят значительные изменения в психологическом развитии ребенка, во время учебной деятельности складываются психологические новообразования.

Младший школьный возраст является ответственным этапом школьного детства, у ребёнка появляются не только новые обязанности, но и формируется его самостоятельность, ответственность и умение контролировать свои учебные действия. Младший школьник сам начинает оценивать себя, свои поступки. Самооценка играет важную роль в психологических особенностях младших школьников. В этом возрасте дети начинают формировать свою самооценку, которая является основой их самопонимания и поведения.

Адекватная самооценка является реальным представлением индивида о самом себе, оно полностью соответствует его действительности.

Неадекватная самооценка проявляется в расхождении своего представления, или же ощущения несоответствующего его реальности. Может проявляться в завышенной или заниженной самооценке, идет необъективное оценивание себя, мнение о себе самом может расходиться с тем, как его воспринимают и считают другие.

Адекватная и неадекватная самооценка имеет значительную роль в психологическом развитии индивида и существенно может влиять на его эмоциональное состояние, поведение, и отношения с окружающими его социумом.

Адекватная самооценка для ребенка является основой благополучия и психологического здоровья, стремление к развитию уверенности в себе, жизнестойкости.

Младшие школьники нуждаются в поддержке и направлении со стороны взрослых, так как они только начинают осваивать школьную жизнь и формировать свою личность. Для их развития очень важно

создавать благоприятные условия и предоставлять им интересную деятельность, которая поможет им учиться и развиваться.

1.3 Теоретическое обоснование модели формирования адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения

Для обоснования и разработки модели формирования адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения необходимо определиться с понятиями модель и моделирование.

Модель – это искусственно созданный объект в виде схемы, математических формул, физической конструкции, наборов данных и алгоритмов их обработки [17].

В психологии «модель» представляет собой систему знаков или объектов, повторяющие некоторые свойства или связи предмета [17, с. 45].

Моделирование в психологии – это построение моделей осуществления тех или иных психологических процессов с целью формальной проверки их работоспособности [23, с. 130].

При разработке модели для нас важно создать ее достаточно простой, но при этом необходимо, чтобы раскрывалась суть проблемы. Модель должна быть наглядной, содержать всю необходимую информацию в сжатом виде, и легко объясняемой.

С помощью моделирования у нас появляется возможность системного анализа проблемы; что способствует определению приоритетности; и расширению инновационного процесса от идеи решения проблемы к ее решению.

Для того чтобы реализовать модель, нам необходимо определить целеполагание.

Целеполагание – определение главной цели исследования, и планируемые этапы работы.

Для того чтобы определить цель формирования адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения, необходимо понять из чего она будет состоять. Цель можно разделить на задачи, чтобы понять ее состав. Такое разложение цели называет «Дерево целей» [26].

Дерево целей исследования представляет собой графическую или текстуальную структуру, которая представляет собой иерархию целей исследования: от общей (главной) цели до более конкретных подцелей (задач).

Согласно мнению В.И. Долговой, «Дерево целей» основано на теории графиков, представляет собой как траектории, определяющие направление движения к поставленным стратегическим целям, так и точки, которые определяют достижение тактических целей, которые характеризуют степень приближения к поставленным целям по заданной траектории.

Дерево целей – это структурированный иерархический перечень целей, в котором цели более низкого уровня подчинены и служат для достижения целей более высокого уровня [17, с. 42].

Соответственно, сверху находится главная, то есть генеральная цель. Достижение генеральной цели является достаточно сложной задачей, поэтому мы её разбиваем на несколько небольших целей, при совокупном достижении происходит достижение главной цели. Этот процесс будет повторяться до тех пор, пока каждая подцель не станет достаточно простой, достижимой, и будет соответствовать содержанию и запланированному времени.

При построении «дерева целей» используем следующий алгоритм:

1. Определение генеральной (общей) цели.
2. Разделение общей цели на подцели (подцели 1-го уровня).

3. Разделение подцелей 1-го уровня на подцели 2-го уровня.

4. Разделение подцелей 2-го уровня на более детальные составляющие подцели 3-го уровня [26, с. 136].

Анализ исследования формирования адекватной самооценки младших школьников в образовательном учреждении позволил составить дерево целей. Изображение дерева целей представлено на рисунке 1.

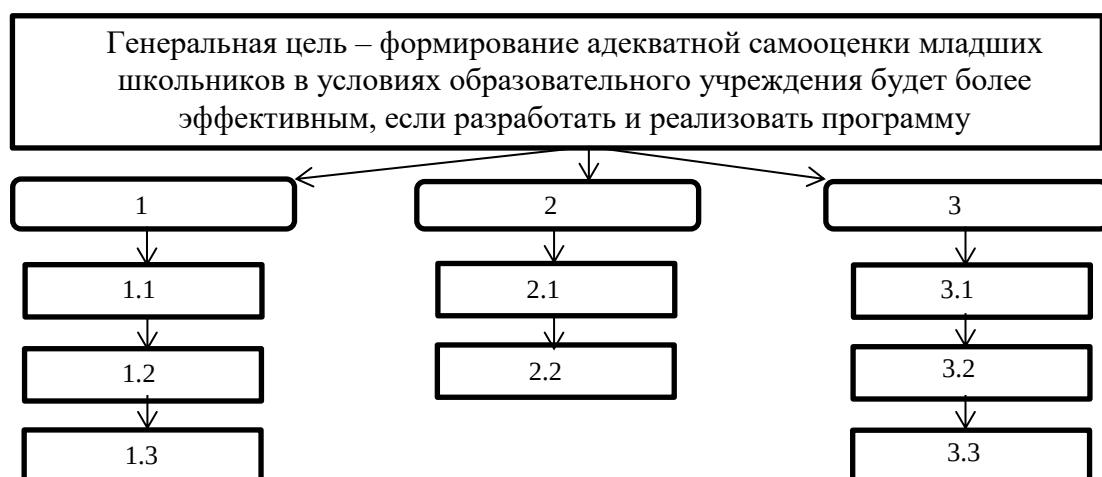


Рисунок 1 – Дерево целей исследования формирования адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения

Генеральная цель – теоретически обосновать и экспериментально проверить программу формирования адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения.

1. Изучить психолого-педагогическую проблему формирования адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения.

1.1. Теоретически проанализировать самооценку младших школьников.

1.2. Определить психологические особенности младших школьников.

1.3. Теоретически обосновать модель формирования адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения.

2. Провести эмпирическое исследование формирования адекватной самооценки младших школьников.

2.1. Определить этапы, методы и методики исследования.

2.2. Дать характеристику выборки испытуемых и провести анализ результатов констатирующего эксперимента.

3. Организовать опытно-экспериментальное исследование формирования адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения.

3.1. Разработать и реализовать программу по формированию адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения.

3.2. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования с использованием методов математической статистики.

3.3. Составить психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям по формированию адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения.

Мы составили «дерево целей» нашего исследования, теперь перейдем к моделированию процесса формирования адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения.

Наличие модели формирования адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения будет способствовать упорядочиванию знаний о данном процессе, его структурных компонентах и действий по построению и управлению данным процессом.

Нами была разработана модель процесса формирования адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения (рисунок 2).

Она направлена на формирование адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения, а методы

выступают в роли среды, и предоставляется возможность переноса теоретических, практических знаний в новые условия.

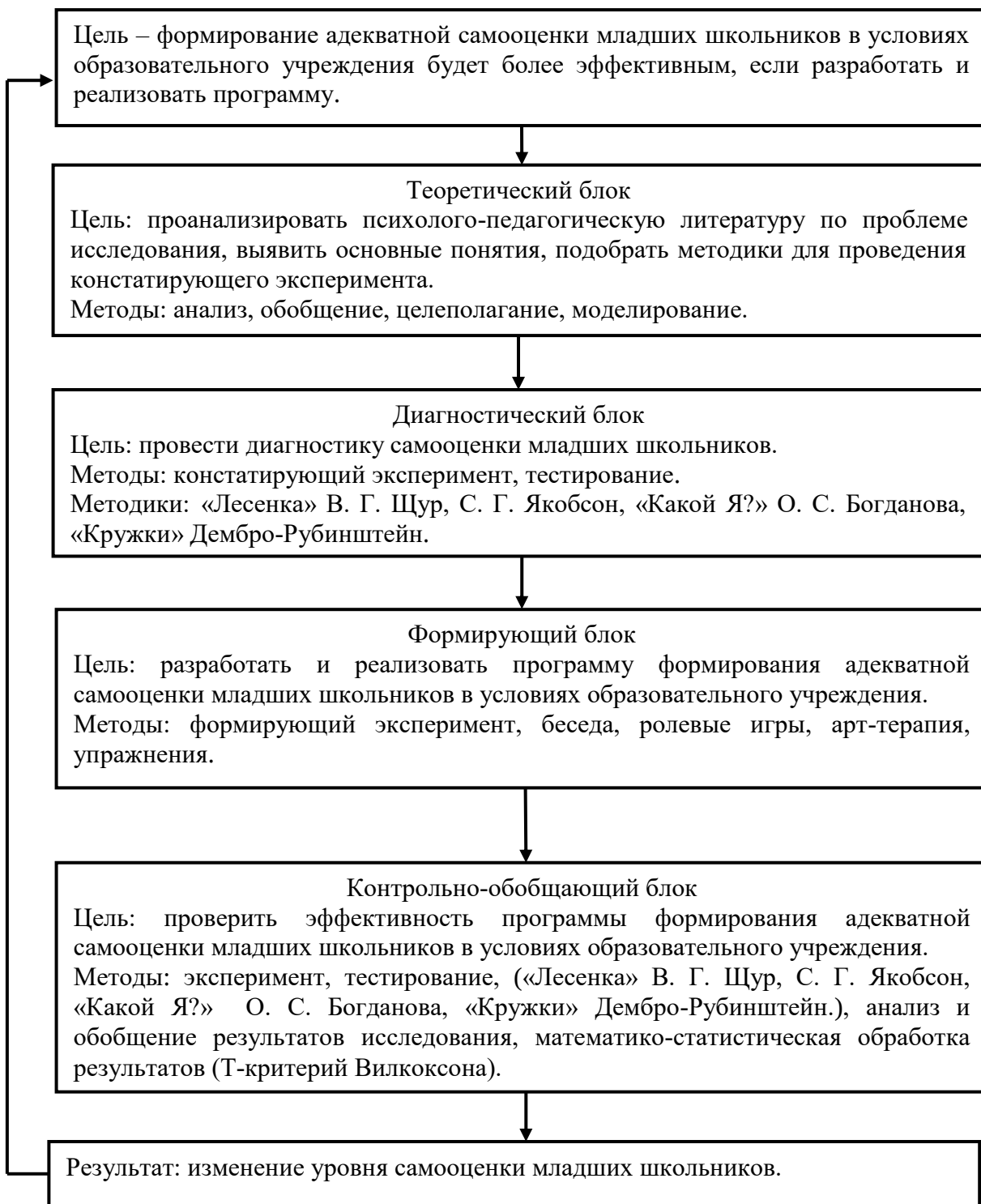


Рисунок 2 – Модель исследования формирования адекватной самооценки младших школьников

Модель содержит четыре блока реализации: теоретический, диагностический, формирующий и контрольно-обобщающий.

В первом блоке познакомились и сделали анализ литературы, определили понятия, подобрали диагностический материал для нашего эксперимента.

Второй блок – диагностический. Он включает в себя проведение констатирующего эксперимента по методикам, анализ и обобщение полученных результатов.

Использовали следующие методики: «Лесенка» В.Г. Щур, С.Г. Якобсон, «Какой я» О.С. Богданова, «Кружки» Дембо-Рубинштейн.

Третий блок – формирующий. На этом этапе у нас происходит разработка и апробация программы формирования адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения, проведение консультативной и просветительской работы.

В заключительном четвертом блоке, мы выявили уровень самооценки младших школьников после проведения нашей программы, анализ результатов.

При разработке программы мы использовали следующие методы: беседа, психогимнастика, анализ ситуаций и рефлексия.

Беседа представляет собой целенаправленный разговор, в ходе которого участвуют все участники занятия и тренируют свои навыки общения.

Психогимнастика представляет собой комплекс специально разработанных упражнений и игр, которые будут направлены на развитие всех сфер ребенка.

Анализ ситуаций будет проводиться в игровой форме, для того чтобы оценить ситуации, с которыми сталкиваются младшие школьники. Благодаря этому методу у детей сформируется навык анализа и способ оптимального решения возникших ситуаций.

Разработанная модель по формированию адекватной самооценки младших школьников состоит из следующих блоков.

1. Целевой блок: цель, задачи.

2. Теоретический блок: изучение литературы, подбор методик.
3. Диагностический блок: проведение подобранных методик.
4. Формирующий блок: разработка и реализация программы.
5. Контрольно-обобщающий блок: оценка полученных результатов.

Таким образом, была разработана модель и дерево целей формирования адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения. В данную модель входят такие компоненты как теоретический, диагностический, формирующий и контрольно-обобщающий. Были описаны методы и методики, используемые в работе с младшими школьниками, определена генеральная цель и также прописаны подцели.

Выводы по 1 главе

В нашей работе мы изучили литературу по проблеме и определили понятие самооценки. Она начинает формироваться в раннем детстве, является процессом, который требует постоянного внимания. Самооценивание человека представляет центральное образование личности, демонстрирует социальную адаптацию, выступает регулятором поведения.

Самооценка младших школьников – это качество личности, которое базируется на системе знаний о себе, о своих возможностях, проявляется в умении оценивать свое поведение, процесс и результат учебной деятельности, как ведущего вида деятельности, обусловленного системой возрастных личностных новообразований и целенаправленного организованным процессом самопознания.

Самооценка является одним из главных компонентов самосознания – осмысленного отношения личности к своим неудовлетворенным потребностям и желаниям их реализовать.

Именно в младшем школьном возрасте начинают закладываться основы рефлексии, когда ребёнок начинает соотносить свои действия со своим внутренним состоянием.

От самооценки зависят взаимоотношения человека с окружающими, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам. Самооценка влияет на эффективность деятельности человека и дальнейшее развитие его личности.

Родители и учителя играют большую роль в жизни младшего школьника, они могут помочь развивать здоровую самооценку, поощряя их усилия и достижения, обучая позитивному мышлению и помогая им находить свои уникальные таланты и способности. Особенностью младших школьников является то, что они полностью признают авторитет взрослого. Младшие школьники начинают получать оценки за свои успехи и неудачи в учебе, что также может влиять на их самооценку. Важно помочь ребенку понимать, что оценки не являются единственным показателем его способностей, и что каждый человек имеет свои сильные и слабые стороны.

Формирование адекватной самооценки у младших школьников представляет собой многоступенчатый процесс, требующий внимания со стороны педагогов, родителей и самого ребенка. Создание поддерживающей образовательной среды, развитие навыков саморефлексии помогут детям сформировать позитивное восприятие себя и своих возможностей.

Нами были разработаны дерево целей и модель формирования адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения. В данную модель входят такие компоненты как теоретический, диагностический, формирующий и контрольно-обобщающий. Были описаны методы и методики, используемые в работе с младшими школьниками, определена генеральная цель и также прописаны подцели

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

2.1 Этапы, методы и методики исследования

Исследование самооценки младших школьников проходило в 3 этапа.

1. Поисково-подготовительный этап: была сформулирована и обоснована проблема исследования, определена ее актуальность, сформулированы цель и задачи исследования. Изучена психолого-педагогическая литература по проблеме формирования адекватной самооценки младших школьников, а также произведен подбор методик, определяющих уровень самооценки младших школьников.

2. Опытнo-экспериментальный этап. Цель данного этапа состоит в проведение констатирующего, а также формирующего эксперимента («Лесенка» В.Г. Щур, С.Г. Якобсон, «Какой Я?» О.С. Богданова, «Кружки» Дембро-Рубинштейн), а также анализ, обобщение и систематизация полученных результатов. Осуществлялась разработка и апробация программы формирования адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения.

3. Контрольно-обобщающий этап: анализ и обобщение полученных в ходе исследования результатов. Была проведена повторная диагностика, анализ и систематизация результатов. Так же проводилась математико-статистическая обработка результатов (Т-критерий Вилкоксона), сформулированы выводы, составлены рекомендации по формированию адекватной самооценки младших школьников.

Для того чтобы достичь поставленной нами цели и воплотить в реальность прописанные задачи, была проделана работа с использованием определённых методов и методик.

Для достижения поставленных задач были использованы методы:

Теоретические – теоретический анализ, синтез и обобщение данных научной, учебной и методической литературы, целеполагание, моделирование.

Эмпирические – эксперимент (констатирующий и формирующий), психодиагностические методики: «Лесенка» В.Г. Щур, С.Г. Якобсон, «Какой Я?» О.С. Богданова, «Кружки» Дембро-Рубинштейн.

Математико-статистический Т-критерий Вилкоксона.

Охарактеризуем методы и методики, использованные для исследования.

Метод анализа психолого-педагогической литературы – это изучение источников, которые касаются предмета исследования, его историю, современную интерпретацию, позволяет выявить малоизученные стороны исследования. Работа с литературой содержит составление библиографии перечня источников, отобранных для работы с исследуемой проблемой; реферирование сжатое переложение основного содержания одной или нескольких работ по общей тематике; выделение главных идей и положений работы [17].

Метод обобщения – это метод, понимает переход от индивидуального к общему, логическая операция, заключающаяся в том, что для некоторой группы явлений находится новое, более широкое по объему понятие, отражающее общность свойств этих явлений на уровне нового знания о них. Обобщение должно иметь основание, то есть свойство или совокупность свойств, позволяющих сгруппировать явления и обозначить эту группу каким-либо понятием [17, с. 23].

Целеполагание – это процесс выбора одной или нескольких целей с установлением параметров допустимых отклонений для управления процессом осуществления идеи.

Целеполагание – первичная фаза управления, которая предусматривает постановку генеральной цели и совокупности целей

(дерева целей) в соответствии с назначением (миссией) системы, стратегическими установками и характером решаемых задач [17, с. 27].

Дерево целей – это структурированная, построенная по иерархическому принципу совокупность целей программы, плана, в которой выделены: генеральная цель, подчиненные ей подцели первого, второго и последующего уровней [17, с. 28].

Применение данного метода шло с целью выявления основных подходов к решению исследуемой научной проблемы. Анализ научно-методической литературы осуществлялся как на до экспериментального этапа исследования, так и в процессе экспериментальной работы, решая надлежащие каждому этапу задачи.

Моделирование – это метод опосредованного практического или теоретического оперирования объектом, при котором исследуется непосредственно сам интересующий нас объект, также используется вспомогательная искусственная или естественная система, находящаяся в определенном объективном соответствии с познаваемым объектом, способная замещать его на определенных этапах познания и дающая при ее исследовании, в конечном счете, информацию о самом моделируемом объекте [23].

Моделирование в психологии представляет собой построение моделей, осуществления тех или иных психологических процессов с целью формальной проверки их работоспособности [36, с. 30].

Эмпирические методы.

Эксперимент – это проводимый в социальных условиях опыт для получения новых научных знаний о психологии посредством целенаправленного вмешательства в жизнедеятельность испытуемого.

Основные особенности эксперимента:

а) более активное (чем при наблюдении) отношение к объекту исследования, вплоть до его изменения и преобразования;

б) возможность контроля над поведением объекта и проверки результатов;

в) многократная воспроизводимость изучаемого объекта по желанию исследователя;

г) возможность обнаружения таких свойств явлений, которые не наблюдаются в естественных условиях [11].

Метод констатирующего эксперимента – это эксперимент, который устанавливает состояние исследуемого, не формируя у него новых свойств и не развивая те, которые уже существуют [11, с. 127].

Данный эксперимент позволит узнать нам информацию об уровне развития определённого качества. Констатирующий эксперимент часто предполагает использование специальных приемов с помощью наглядного материала, например, социологические опросы и анкеты, благодаря которым педагог-исследователь экспериментальным путем устанавливает только состояние изучаемой педагогической проблемы, констатирует факт связи, а так же зависимости между явлениями.

Под формирующим экспериментом мы понимаем создание специальных ситуаций, которые помогут нам выявить механизмы психического развития.

Метод тестирования – это метод, относится к психодиагностике, и представляет собой стандартизированные методики, которые направлены на изучение какого-либо психического явления, предполагает получение количественных и качественных показателей степени развитости изучаемых свойств. Преимуществом данного метода являются: стандартизация условий и результатов, эффективность и экономическая эффективность, количественный концептуальный характер оценки, оптимальная сложность задач и надежность результатов [11].

К тестам предъявляют следующие требования:

- 1) стандартизация условий, заданий их выполнения;
- 2) строгая формализация имеющихся этапов тестирования;

3) квантификация полученных результатов, их структурирование по заданной программе;

4) интерпретации результатов на основе предварительно полученного распределения по изучаемому признаку.

Рассмотрим подобранные методики исследования. Полное описание методик представлено в ПРИЛОЖЕНИИ 1.

Охарактеризуем используемые в исследовании методики:

1. Методика «Лесенка» В. Г. Щур, С. Г. Якобсон (см. приложение 1).

Цель: определить особенности самооценки ребёнка.

Данная 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.

Методика может проводиться индивидуально или группе.

Выдаем детям бланки с лестницей, и объясняем значение ступенек.

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?

Время проведения: вместе с чтением инструкции составляет 10 минут.

В диагностике выявляется такой показатель как самооценка.

Для анализа полученных результатов диагностики используется бланк с 7 ступеньками. Ступенька 1 – завышенная самооценка, ступеньки 2,3 – адекватная самооценка, ступенька 4 – заниженная самооценка, ступеньки 5,6 – низкая самооценка, ступенька 7 – резко заниженная самооценка.

2. Методика «Какой Я?» О.С. Богданова (См. приложение 1).

Методика предназначена для определения самооценки ребёнка 6-9 лет.

Тестирование может проводиться как в индивидуальном варианте, так и в групповом.

Бланк методики, содержащий задания: 10 слов, учащимся необходимо ответить «да», «нет», «иногда», «не знаю».

Инструкция: пользуясь представленным протоколом, спрашиваем у учащихся, как они сами себя воспринимают и оценивают по десяти различным положительным качествам личности. Просим детей отметить «+» в ту колонку («да», «нет», «иногда», «не знаю»), которую они считают нужным.

Время проведения: вместе с чтением инструкции составляет 15 минут.

В диагностике выявляется показатель самооценка.

Для анализа полученных результатов диагностики используется бланк с качествами личности и оценкой. В тесте есть оценочная шкала: ответы «да» получают 1 балл; ответы «нет» оцениваются в 0 баллов; ответы, выражающие сомнение («не знаю», «иногда»), зарабатывают 0,5 балла. Общая сумма баллов определяет качественный уровень самооценки ребёнка:

- 10 баллов – очень высокий,
- 8–9 баллов – высокий,
- 4–7 баллов – средний,
- 2–3 балла – низкий,
- 0–1 балл – очень низкий.

3. «Кружки» Дембро-Рубинштейн (См. приложение 1).

Методика предназначена для определения самооценки ребёнка 9-10 лет.

Цель: выявление сформированности самооценки школьника.

Детям показывают лист бумаги с изображенными на нём четырьмя пронумерованными кругами и дают инструкцию.

Интерпретация результатов:

- 1 круг – завышенная самооценка,
- 2-3 круг – адекватная самооценка,
- 4 круг – заниженная самооценка.

Математико-статистические методы.

Для сопоставления особенностей вербального воображения младших школьников, до и после применения методов арт-терапии, использовался Т-критерий Вилкоксона.

Критерий предназначен для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых. Он позволяет установить не только направленность изменений, но и их выраженность: является ли сдвиг показателей в каком-то одном направлении более интенсивным, чем в другом [52, с. 45].

Таким образом, мы определили этапы, методы и методики исследования адекватной самооценки младших школьников, выбор которых обусловлен поставленными в исследовании задачами.

2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента

Исследование проводилось в 2025 году в Челябинске.

Экспериментальной базой выступила МБОУ «СОШ №86 г. Челябинска». В исследовании участвовали 18 младших школьников в возрасте 9-10 лет. Исследование проводилось с учащимися 3 «В» класса, состоящего из 18 учащихся. Возраст участников – 9, 10 лет.

В классе я заметила благоприятную атмосферу, общительность и сплоченность детей. Ученики с уважением и интересом относились к проводящей нами работе.

Классный учитель старается придерживаться авторитарному стилю общения. Он держит особый контроль над классом. При этом атмосфера дружелюбная, ученики уважают и слушают своего преподавателя. Большинство родителей принимают активное участие в жизни класса. Помогают с организацией школьных и внеклассных мероприятий, предоставляют экскурсии, мастер-классы и многое другое для учащихся.

Между младшими школьниками преобладает дружеское, поддерживающее отношения. Они также имеют небольшие микрогруппы со своими лидерами. В сфере учебной деятельности есть лидеры, но в то же время неформальных лидеров в классе нет. Дети посещают художественные, спортивные, языковые кружки.

Во время нашего знакомства с учащимися, они вели себя доброжелательно, вежливо, некоторые были взволнованы, в предвкушение того, что же сейчас будет происходить.

Во время эксперимента дети внимательно слушали и участвовали в работе, иногда им было сложно удерживать внимание на нашем занятии, могли отвлечься на соседа по парте, задуматься.

По мнению классного руководителя в классе хорошая дисциплина, дети со всей ответственностью и стараниями подходят к учебе, класс характеризуется средним уровнем интеллектуального развития. Стоит еще отметить, что дети проявляли интерес и любопытство в изучении нового.

В процессе раздачи диагностического материала, младшие школьники брали бланки в руки, рассматривали и изучали их, задавали вопросы: что они будут делать, для чего это нужно, вы потом скажите наши результаты? Что свидетельствует о включенности в этап деятельности и заинтересованностью в работе. Все методики были выполнены без ошибок, правильно поняли инструкции.

В процессе проведения диагностик, дети активно взаимодействовали со мной, был замечен их интерес к новому человеку. Ребята с огромным

желанием рассматривали раздаточный материал. В ходе урока и прохождения методик, учащиеся без стеснения задавали вопросы.

Рассмотрим результаты, полученные в ходе констатирующего эксперимента по методике «Лесенка» В.Г. Щур, С.Г. Якобсон, результаты диагностики представлены на рисунке 3 (ПРИЛОЖЕНИЕ 2, Таблица 2.1).

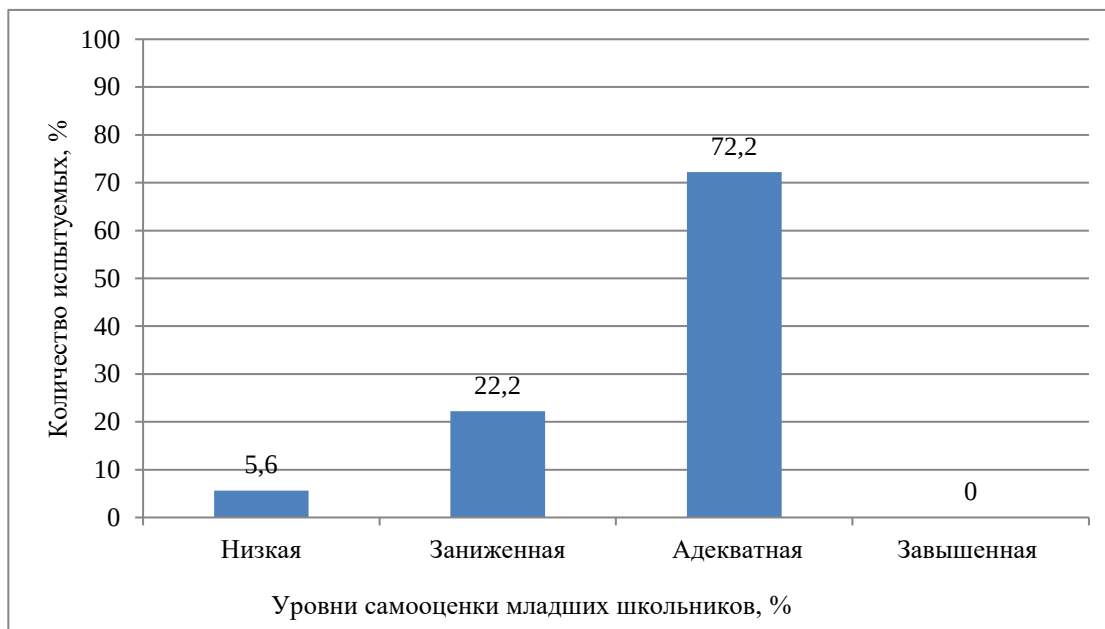


Рисунок 3 – Результаты исследования уровня самооценки младших школьников по методике «Лесенка» В.Г. Щур, С.Г. Якобсон

Из приведенных данных следует:

5,6 % исследуемых (1 человек) имеют низкую самооценку. Дети с низкой самооценкой склонны сильно занижать свои сильные стороны, переносят возможные недостатки на личность в целом, не доверяют себя и окружающим. На много строже относятся к себе, испытывают чувство тревоги и слишком много думают о мелочах. У них преобладает высокая самокритичность и негативное самовосприятие.

22,2 % исследуемых (4 человека) – имеет заниженную самооценку. Обычно дети с заниженной самооценкой считают себя менее компетентными и менее привлекательными, чем на самом деле, и могут чувствовать себя незначительными и ненужными.

72,2 % исследуемых (13 человек) – ребёнок с адекватной самооценкой лучше знает свои сильные и слабые стороны, он умеет ценить и принимать себя.

Со слов классного руководителя и психолога, в классе присутствуют дети, у которых есть проблемы в семье, они могут также сказываться на учебе, во взаимодействии в коллективе, и как правило при контакте с такими детьми учитель не получает ответной реакции, они зажимаются, стесняются и отказываются отвечать.

Рассмотрим результаты, полученные в ходе констатирующего эксперимента по методике «Какой Я?» О. С. Богданова, результаты диагностики представлены на рисунке 4 (ПРИЛОЖЕНИЕ 2, Таблица 2.2).

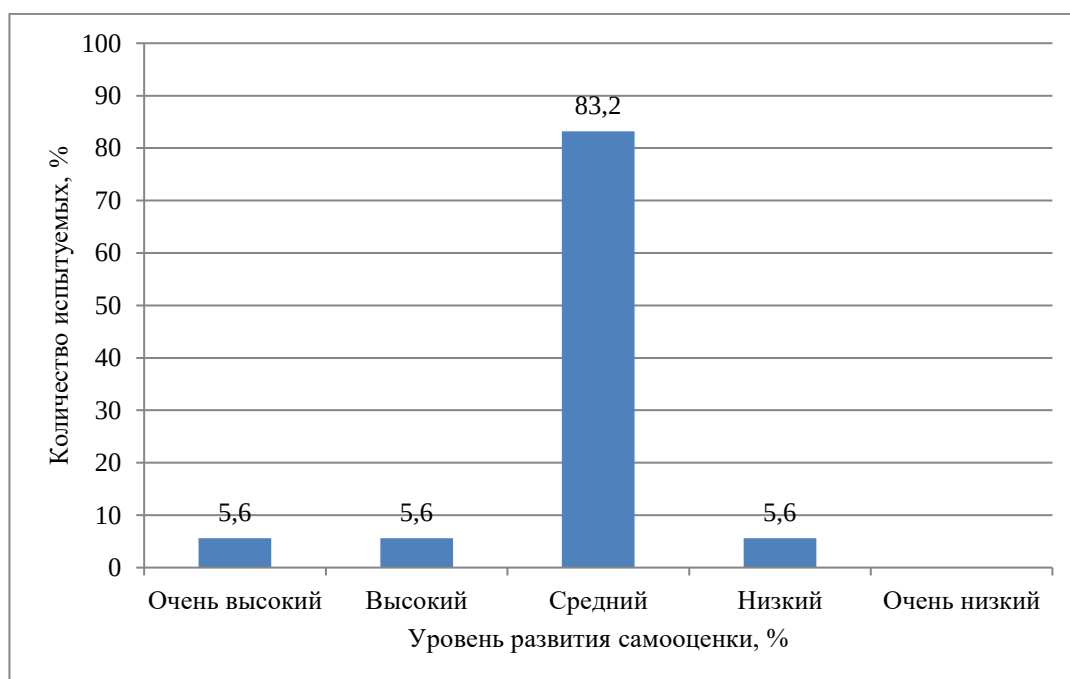


Рисунок 4 – Результаты исследования уровня развития самооценки младших школьников по методике, «Какой Я?» О. С. Богданова

5,6 % исследуемых (1 человек) – имеют очень высокий уровень развития самооценки. Дети с такой самооценкой уверены в своей правоте и не принимают критику, бывают эгоистичны. Они имеют высокие требования не только к себе, но и к окружающим, для них важно, чтобы ими восхищались, восхваляли. Коррекция завышенной самооценки –

является длительным процессом, который требует терпения и постоянной с ребенком.

5,6 % исследуемых (1 человек) – высокий уровень развития самооценки. Такие дети верят в свои силы, иногда у них происходит искажение понятий о себе, они социально активны, любят быть в центре внимания.

83,2 % исследуемых (15 человек) – имеют средний уровень развития самооценки. Дети адекватно анализируют свои успехи и неудачи, умеют трезво относиться к критике, умеют рационально соотнести способности и возможности, ставят перед собой посильные задачи. Его поступки и мотивы заставляют его оценивать то, как впоследствии к нему будут относиться его родные и близкие.

5,6 % исследуемых (1 человек) с низким уровнем развития самооценки. Ребенок может испытывать трудности в учебе, социальном взаимодействии и выражении своих мыслей и чувств, важно уделить внимание таким детям и помочь им справиться со всеми трудностями. Со слов педагога, это дети с неблагополучных семей и имеют проблемы, как в семье, так и в школе.

Таким образом, в изученной выборке преобладает средний уровень развития самооценки младших школьников, что касается критериев очень высокого, высокого и низкого уровней самооценки то здесь мы видим, что они находятся на одном уровне развития и составляют небольшой процент от общего результата.

Рассмотрим результаты, полученные в ходе констатирующего эксперимента по методике «Кружки» Дембро-Рубинштейн. Результаты диагностики представлены на рисунке 5 (ПРИЛОЖЕНИЕ 2, Таблица 2.3).

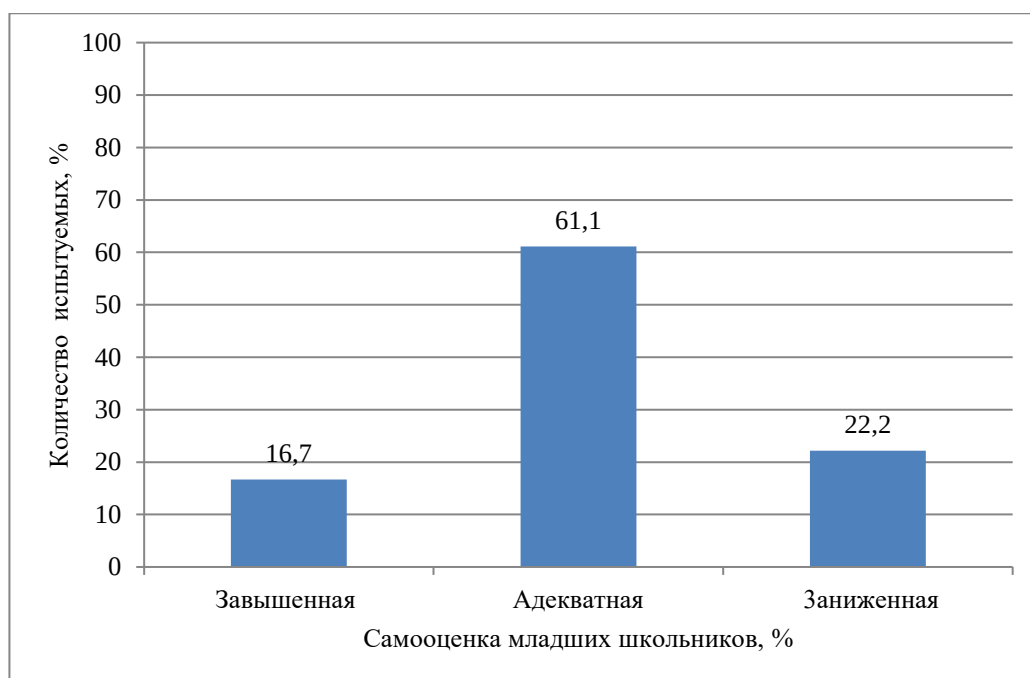


Рисунок 5 – Результаты исследования уровня развития самооценки младших школьников по методике, «Кружки» Дембро-Рубинштейн

16,7 % исследуемых (3 человека) имеют завышенную самооценку. Ребенок может оценивать свои качества и достижения значительно выше, чем это соответствует их реальности.

61,1 % (11 человек) большая часть детей в классе имеет адекватную самооценку. Они понимают свои сильные и слабые стороны. Им комфортно, как в общении с учителем, так и с одноклассниками. Такие дети не боятся отвечать у доски, или же с плохой отметкой идти домой. У детей преобладает здоровые стремления.

22,2 % исследуемых (4 человека) имеют заниженную самооценку. Дети с такой самооценкой могут обесценивать своих достижений: ребенок не признаёт свои успехи или считает их случайными, незаслуженными. Отсутствует мотивация, может проявляться страх роста.

Таким образом, в изученной выборке преобладает адекватный уровень самооценки младших школьников.

Таким образом, в исследовании приняли учащиеся 3 «В» класса, 18 испытуемых МБОУ «СОШ №86 г. Челябинска» в возрасте 9-10 лет.

С помощью методик «Лесенка» В. Г. Щур, С. Г. Якобсон, «Какой Я?» О. С. Богданова, «Кружки» Дембро-Рубинштейн, мы выявили уровни самооценки младших школьников.

Методика «Лесенка» В. Г. Щур, мы получили данные: 72,2 % (13 человек) с адекватной самооценкой, 22,2 % (4 человека) с заниженной, и 5,6 % (1 человек) с низкой. Данная методика не выявила завышенную самооценку.

По методике «Какой Я?» О.С. Богданов мы видим, что появился процент высокой самооценки, но по-прежнему средняя самооценка преобладает больше. 5,6 % (1 человек) имеет очень высокий уровень развития самооценки, высокий уровень 5,6 % (1 человек), и 83,2 % (15 человек) имеют средний уровень самооценки, также присутствует низкий уровень он составляет 5,6 % (1 человек).

Результаты исследования уровня развития самооценки младших школьников по методике, «Кружки» Дембро-Рубинштейн имеет следующие показатели 16,7 % (3 человека) завышенная, 61,1 % (11 человек) адекватная и 22,2 % (4 человека) заниженная.

Проведенное нами исследование показывает, что есть необходимость в проведение коррекционно-развивающей программе самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения, так как выявлены завышенная и заниженная самооценка. Участие в программе примут все ученики класса.

Выводы по главе 2

Исследование проводилось в три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий этап.

Констатирующий эксперимент осуществлялся с целью выявления уровня самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения.

Для решения поставленных задач были использованы следующие методы исследования:

Теоретические: анализ научной литературы по данной проблеме; подбор методов и методик для проведения исследования;

Эмпирические: проведение констатирующего эксперимента, обработка результатов. Проведение психодиагностики по 3 методикам: «Лесенка» В. Г. Щур, С. Г. Якобсон, «Какой Я?» О. С. Богданова, «Кружки» Дембро-Рубинштейн.

Методика «Лесенка» В. Г. Щур, мы получили данные в виде 72,2 % (13 человек) с адекватной самооценкой, 22,2 % (4 человека) с заниженной, и 5,6 % (1 человек) с низкой.

Методика «Какой Я?» О.С. Богданов, 5,6 % (1 человек.) имеет очень высокий уровень развития самооценки, 5,6 % (1 человек) высокий, и 83,2 % (15 человек) имеют средний уровень самооценки, также присутствует низкий уровень он составляет 5,6 % (1 человек).

Методика «Кружки» Дембро-Рубинштейн имеет следующие показатели 16,7 % завышенная (3 человека), 61,1 % (11 человек) адекватная и 22,2 % (4 человека) заниженная.

Результаты исследования показали необходимость в проведение коррекционно-развивающей программы самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения, так как выявлены завышенная и заниженная самооценка. Участие в программе примут все ученики, так как она направлена на улучшение общего психоэмоционального состояния детей. Программа будет полезна как для детей низкой и высокой самооценкой, что поможет ее скорректировать, так и для адекватной самооценки в виде профилактики.

ГЛАВА 3. ОПЫТНО–ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

3.1 Психолого-педагогическая программа формирования адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения

При учёте полученных результатов об уровне самооценки младших школьников, нами была составлена программа.

Вид программы: коррекционная-развивающая.

Цель: формирование адекватной самооценки у младших школьников.

Задачи:

1. Создать благоприятный эмоциональный климат в коллективе.
2. Формирование позитивного образа «Я».
3. Развитие навыков объективной оценки своих сильных и слабых сторон.

Занятия в программе строились по следующим принципам:

1. Осознанное участие оно предполагает вовлечение и понимание происходящего процесса.
2. Системность и последовательность – это значит, что все занятия выстроены структурированно и позволяет достичь поставленных нами целей.
3. Доступность – учет возрастных и психологических особенностей.
4. Ориентированность, под этим мы понимаем, что наша программа должна ориентирована на коррекцию самооценки младших школьников, на его навыки общения и взаимодействия с одноклассниками.

Мы избрали групповую форму проведения нашей программы, ведь так дети смогут понять себя лучше, и узнать что-то о своих одноклассников.

Все занятия были проведены в специально отведенном классе, где ученики могли свободно передвигаться и комфортно могли себя чувствовать. Для нас было важно, чтобы дети не боялись выражать свои мысли, чтобы они были открытыми и могли самовыражаться.

Программа направлена на детей младшего школьного возраста (9-10 лет).

Описание участников программы: в программе были задействованы учащиеся, 3 класса, в количестве 18 человек.

Количество занятий: 8 (по два раза в неделю).

Продолжительность: каждое занятие рассчитано на 40 мин.

Класс оборудован всем необходимым: парты, стулья, доска, проектор, интернет.

Место проведения программы: МБОУ «СОШ №86 г. Челябинска».

Ожидаемые результаты реализации программы:

Повышение уровня самооценки у младших школьников (адекватная самооценка).

Методы: беседа, ролевые игры, рисуночная арт-терапия, психогимнастика, упражнения, релаксация.

Критерии оценки в достижении планируемых результатов:

Качественные:

– повышение уровня самооценки младших школьников.

Количественные:

– повышение процента обучающихся с адекватным уровнем самооценки младших школьникам.

Структура занятий: организационный момент, приветствие, разминка, основная часть, рефлексия, завершение.

Структура занятия состоит из следующего:

1. Все занятия будут начинаться с приветствия. Благодаря этому устанавливается положительный контакт и настрой на последующую работу, формируются психологический благоприятный климат.

2. Разминка, включающая упражнения, которые помогают детям настроиться на работу, повышают уровень их активности, создает позитивную атмосферу.

3. Основная часть занятия проходит с использованием психотехнических игр и приемов, упражнений, включающих в себя решение целей и задач определенного занятия.

4. При завершении занятия обсуждаются итоги, школьники высказывают свое мнение насчет заданий и достижения целей тренинга, рефлексия является обязательным этапом занятия.

5. Прощание, отработка механизмов расставания.

Для более продуктивного проведения занятий мы обозначили правила для всех участников.

Вовлеченность всех присутствующих на занятии, здесь важно включить активность в работе.

На занятии важно принять фокус настоящего или же присутствие «здесь и сейчас», говорим и обсуждаем чувства, возникшие вопросы, происходящие в данный момент.

Конфиденциальность важно донести до детей, что все происходящее на занятии, информация о других не должна выходить за пределы занятия. Это правило должно соблюдаться всеми участниками группы.

Уважение к человеку, который сейчас выражает свои мысли, идеи, мы все внимательно слушаем, не перебиваем, возникшие вопросы задаем после того, как говорящий человек закончит свою мысль.

Правило «Я» это значит, что во время вашего выступления, мы берем только свои мысли, чувства и используем сообщение «Я-высказывание».

Поддержка и уважение, для нас важно создать атмосферу доброжелательности, мы не должны критиковать, перебивать друг друга, относимся друг к другу с пониманием.

Представим краткое содержание занятий в рамках коррекционно-развивающей работы с детьми. Полное содержание всех занятий будет представлено в ПРИЛОЖЕНИЕ 3.

Занятие 1.

Цель занятия: создание благоприятной атмосферы, знакомство с самооценкой.

Приветствие и знакомство. Установление контакта с учащимися и мотивирование на плодотворную работу.

Разминка. Упражнение «Салфетки».

Цель: создание позитивной атмосферы в классе и стимуляция мыслительной деятельности.

Обсуждение самооценки. Проводим беседу о том, что такое самооценка, и как она влияет на нашу жизнь.

Упражнение «Дракон».

Цель: помочь детям, испытывающим затруднения в общении и обрести уверенность, почувствовать себя частью коллектива.

Упражнение «Глаза в глаза».

Цель: развить в детях чувство эмпатии, настроить на спокойный лад.

Рефлексия. Упражнение «Ладони».

Цель: подведение итогов, наблюдение за эмоциональным состоянием детей.

Занятие 2.

Цель: формирование представления о своей уникальности, развитие самопонимания.

Приветствие. Упражнение «Подари улыбку» (дети дарят другу другу улыбки).

Цель: создание атмосферы единства, повышение позитивного настроения.

Упражнение «Моё имя».

Цель: формирование позитивного отношения ребенка к своему «Я».

Игра «Волшебный стул».

Цель: поспособствовать повышению самооценки ребенка, улучшению взаимоотношений между детьми.

Рефлексия. Упражнение «Спасибо».

Цель: наблюдение за эмоциональным состоянием детей.

Занятие 3.

Цель: Выявление и осознание своих сильных сторон и способностей.

Приветствие. Установление контакта с учащимися.

Разминка «Комплименты».

Цель: создание позитивного настроения, стимуляция мыслительной деятельности.

Упражнение «Дерево успеха».

Цель: развитие адекватной самооценки.

Игра «Копилка достижений».

Цель: развитие адекватной самооценки младших школьников.

Упражнение «Автопортрет».

Цель: развитие адекватной самооценки младших школьников.

Рефлексия. Упражнение «Спасибо».

Цель: наблюдение за эмоциональным состоянием детей.

Занятие 4.

Цель: развитие навыков, выражение своих чувств, а также управление знаниями.

Приветствие. Упражнение «Зеркало».

Цель: создание позитивного настроения.

Упражнение «Солнышко и тучка».

Цель: научить детей определять и объяснять свое эмоциональное состояние.

Игра «Зеркало эмоций».

Цель: развитие адекватной самооценки младших школьников.

Релаксационная обстановка «Волшебная палочка».

Занятие 5.

Цель: формирование позитивного отношения к ошибкам как к опыту, развитию навыков преодоления ошибок неудач.

Приветствие. Игра «Повтори за мной».

Цель: создание позитивного настроения.

Игра «Собери слово».

Цель: развитие адекватной самооценки младших школьников.

Упражнение «Письмо самому себе».

Цель: поспособствовать пониманию своего «Я», его позитивному принятию.

Рефлексия. Упражнение «Ладони».

Цель: подведение итогов, наблюдение за эмоциональным состоянием детей.

Занятие 6.

Цель: формирование уверенности в себе.

Приветствие. Игра «Рука в руке».

Цель: создание позитивного настроения.

Игра «Комплименты».

Цель: развитие адекватной самооценки младших школьников.

Упражнение «Подарок другу».

Цель: развитие адекватной самооценки младших школьников.

Упражнение «Качества».

Цель: развитие адекватной самооценки младших школьников.

Рефлексия. Упражнение «Встретимся опять».

Цель: подведение итогов, наблюдение за эмоциональным состоянием детей.

Занятие 7.

Цель: закрепление полученных знаний, использование всех своих сил и возможностей.

Приветствие. Упражнение «Общий круг».

Цель: создание позитивного настроения.

Создание «Книги успеха».

Цель: развитие адекватной самооценки младших школьников.

Упражнение «Как много я умею».

Цель: развитие адекватной самооценки младших школьников.

Упражнение «Сломалась игрушка».

Цель: научить детей поиску выхода из трудной ситуации.

Рефлексия. Упражнение «Обниму я крепко друга».

Занятие 8.

Цель: создание положительного образа «Я».

Приветствие и установление контакта с учащимися, мотивирование на плодотворную работу

Разминка «Человек-загадка».

Цель: создание позитивного настроения, стимуляция мыслительной деятельности, формирование «Я-концепции» учеников.

Игра «Похвалилки».

Цель: развитие адекватной самооценки младших школьников.

Упражнение «Имена-качества».

Цель: развитие адекватной самооценки младших школьников.

Рефлексия. Игра «Подари улыбку себе и миру».

Цель: подведение итогов, наблюдение за эмоциональным состоянием детей.

Таким образом, нами была разработана программа по формированию адекватной самооценки младших школьников в условиях

образовательного учреждения, которая имеет чёткую структуру, упражнения, связаны между собой и дополняют друг друга.

3.2 Анализ результатов формирующего эксперимента

Для оценки эффективности проделанной работы, а именно успешного или неуспешного проведения программы на формирование адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения, была проведена вторичная диагностика испытуемых с помощью следующих методик: «Лесенка» В. Г. Щур, С. Г. Якобсон, «Какой Я?» О. С. Богданова, «Кружки» Дембро-Рубинштейн.

Данная программа была реализована с группой учащихся 3 «В» класса, 18 испытуемых МБОУ «СОШ №86 г. Челябинска» в возрасте 9-10 лет.

Рассмотрим результаты, полученные в ходе констатирующего эксперимента по методике «Лесенка» В. Г. Щур, С. Г. Якобсон, результаты диагностики представлены на рисунке 6 (ПРИЛОЖЕНИЕ 4, Таблица 4.1).

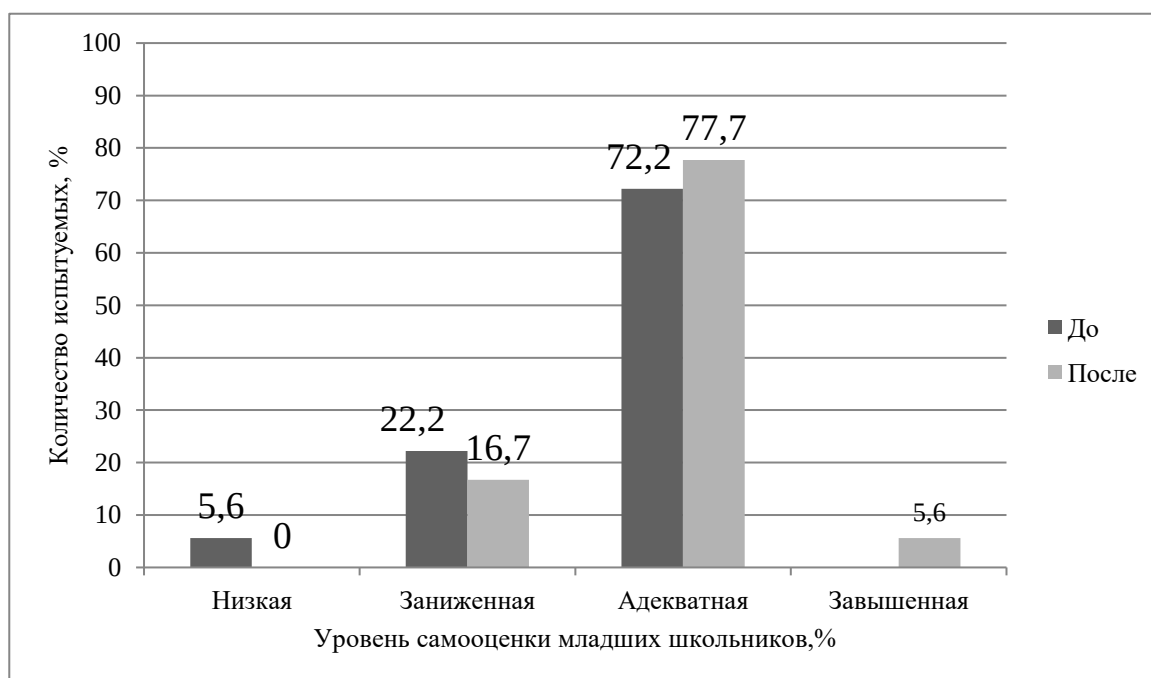


Рисунок 6 – Результаты исследования уровня самооценки младших школьников по методике «Лесенка» В.Г. Щур, С.Г. Якобсон до и после проведения программы

По результатам методики «Лесенка» В. Г. Щур, С. Г. Якобсон после повторного исследования были выявлены следующие показатели:

Низкая самооценка с 5,6 % (1 человек) снизилась до 0%. Количество испытуемых имевших заниженный уровень самооценки уменьшился с 22,2 % (4 человек) до 16,7 % (3 человека). Дети более закрытые, застенчивые, редко могут самостоятельно принять решение.

Адекватная самооценка – процент увеличился с 72,2 % (13 человек) до 77,7 % (14 человек). Дети, имеющие адекватную самооценку активны, находчивы, могут самостоятельно определить свои ошибки, и выбирают задачи по силе.

Завышенная самооценка увеличилась с 0 % до 5,6 % (1 человек). Обычно они активны, изобретательны, выбирают для себя задачи по силе.

Рассмотрим результаты, полученные в ходе констатирующего эксперимента по методике «Какой Я?» О. С. Богданова, результаты диагностики представлены на рисунке 7 (ПРИЛОЖЕНИЕ 4, Таблица 4.2).

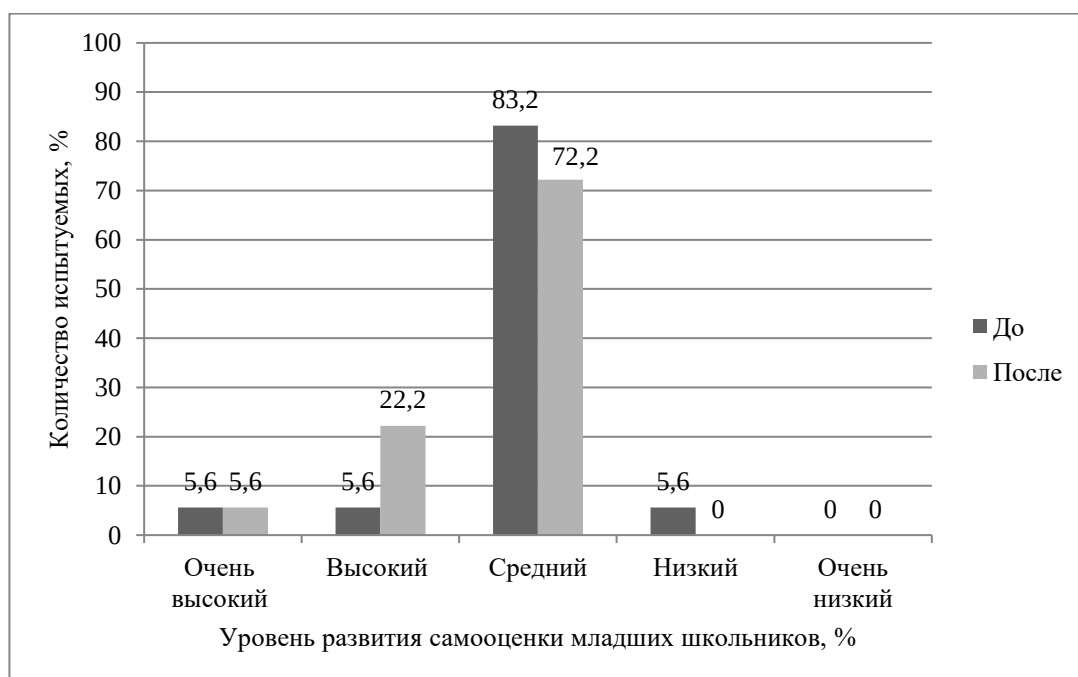


Рисунок 7 – Результаты исследования уровня развития самооценки младших школьников по методике, «Какой Я?» О. С. Богданова до и после проведения программы

Уровень развития очень высокой самооценки остался на том же уровне – 5,6 % (1 человек). Также стоит учитывать, что для младшего школьного возраста характерна завышенная самооценка – ребёнок склонен высоко оценивать собственные достижения вне зависимости от реальных результатов своих действий. Это связано с тем, что дети этого возраста не могут отделить положительное отношение к себе в целом от оценки своих конкретных дел.

Количество учеников с высокой самооценкой повысилась до 22 % (4 человек).

Адекватный уровень развития самооценки был выявлен у 72,2 % (13 человек)

Низкий уровень развития самооценки по данной методике снизился с 5,6 % (1 человек) до 0 %.

Рассмотрим результаты, полученные в ходе констатирующего эксперимента по методике «Кружки» Дембро-Рубинштейн. Результаты диагностики представлены на рисунке 8 (ПРИЛОЖЕНИЕ 4, Таблица 4.3).

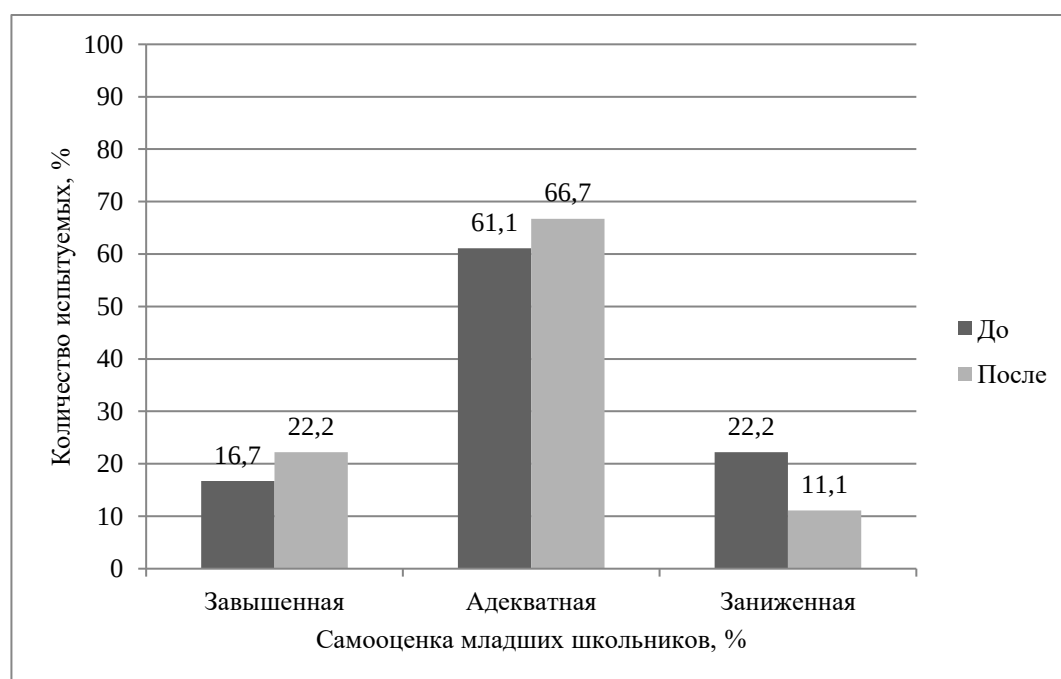


Рисунок 8 – Результаты исследования уровня развития самооценки младших школьников по методике «Кружки» Дембро-Рубинштейн до и после проведения программы

По результатам методики «Кружки» Дембро-Рубинштейн повторного исследования были выявлены следующие показатели: увеличилось число участников с адекватной самооценкой с 61,1 % (11 человек) до 66,7 % (12), завышенная самооценка стала 22,2 % (4 человека), заниженная самооценка младших школьников снизилась с 22,2 % (4 человек) до 11,1 % (2 человека).

Для расчета и подтверждения гипотезы необходимо провести математическую обработку с помощью Т-критерия Вилкоксона по методике «Какой Я?» О. С. Богданова.

Для подтверждения гипотезы о том, что формирование адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения будет более эффективным, если разработать и реализовать модель, содержащую психолого-педагогическую программу, был использован метод математической статистики Т-критерий Вилкоксона.

Критерий применяется для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых. Он позволяет установить не только направленность изменений, но и их выраженность. С его помощью мы определяем, является ли сдвиг показателей в каком-то одном направлении более интенсивным, чем в другом [36].

Были сопоставлены показатели первичной и вторичной диагностики по методике «Какой Я?» О. С. Богдановой.

Для проверки гипотезы были выполнены следующие действия [36]:

Сформулированы статистические гипотезы:

H_0 – интенсивность сдвигов в направлении повышения показателей самооценки младших школьников не превосходит интенсивность сдвигов в направлении снижения показателей самооценки младших школьников.

H_1 – интенсивность сдвигов в направлении повышения показателей самооценки младших школьников превосходит интенсивность сдвигов в направлении снижения показателей самооценки младших школьников.

В таблице 4.4 (ПРИЛОЖЕНИЕ 4) представлены расчет разности показателей и проведено ранжирование по формуле (1).

$$T_{\text{эмп}} = \sum R_r = 0, \quad (1)$$

где R_r – ранговые значения сдвигов с более редким знаком.

По таблице критических значений Т-критерия Вилкоксона найдем критические значения при $n=11$:

$$T_{\text{кр}} = 13 \quad (p \leq 0,05)$$

$$T_{\text{кр}} = 7 \quad (p \leq 0,01)$$

Если $T_{\text{эмп}}$ меньше или равен $T_{\text{кр}}$, сдвиг в типичную сторону по интенсивности достоверно преобладает.

Построим ось значимости (рисунок 9):

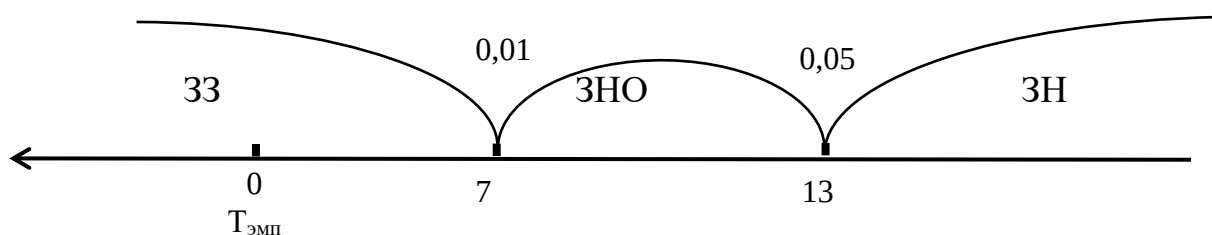


Рисунок 9 – Ось значимости

В данном случае эмпирическое значение T попадает в зону значимости: $T_{\text{эмп}} < T_{\text{кр}} (0,01)$. Исходя из этого, мы отвергаем гипотезу H_0 и принимаем гипотезу H_1 : интенсивность сдвигов в направлении повышения показателей самооценки младших школьников превосходит интенсивность сдвигов в направлении снижения показателей самооценки младших школьников.

Таким образом, математическая обработка данных выявила неоспоримое преобладание интенсивности сдвигов в сторону повышения показателей самооценки младших школьников над интенсивностью сдвигов в сторону их снижения, то есть показатели уровня самооценки после проведения программы по формированию адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения

повысились. После успешного проведения программы ученики на наш взгляд стали увереннее, спокойнее, также они узнали и приняли свои сильные и слабые стороны. Следовательно, можно сделать вывод, что данные математической статистики подтвердили нашу гипотезу о том, что формирование адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения будет более эффективным, если разработать и реализовать программу, включающую методы: беседу, ролевые игры, арт-терапию, упражнения.

3.3 Психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям по формированию адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения

Младший школьный возраст является определяющим в становлении личности ребенка. Изменение социальных отношений может представлять значительные трудности для ребенка.

Для младшего школьного возраста характерны новые отношения с взрослыми и сверстниками, включение в целую систему коллективов, в новый вид деятельности – учение, которое предъявляет ряд серьёзных требований к ученику [27].

Младшие школьники нуждаются в поддержке и направлении со стороны взрослых, так как они только начинают осваивать школьную жизнь и формировать свою личность. Для их развития очень важно создавать благоприятные условия и предоставлять им интересную деятельность, которая поможет им учиться и развиваться [54].

Младшие школьники еще только начинают осваивать школьную жизнь и активно развиваются в различных областях. В этом возрасте дети начинают осознавать свою индивидуальность и формировать свою личность, поэтому очень важно создавать для них благоприятные условия для развития и самовыражения. Младшие школьники очень любопытны и

энергичны, поэтому им нужна активная и интересная деятельность, которая помогает им учиться и развиваться. Для этого нами были разработаны рекомендации, мы изучили психолого-педагогическую литературу по проблеме исследования, и подобрали рекомендации, необходимые педагогам для формирования адекватной самооценки младшего школьника в образовательном учреждении:

1. У детей рекомендуется выработать уверенность в себе, отсутствие которой делает их слишком застенчивыми.

2. Помогайте ученикам поставить реалистичные цели и ожидания, важно объяснить, что никто не совершенен, и что ошибки и неудачи являются естественной частью жизни.

3. Избегайте неумеренного захваливания или противопоставления учащихся друг другу.

4. Самое важное – наладить контакт ученика с педагогом, дети должны увидеть, что педагог внимателен к ребенку и хорошо к нему относится.

5. Преподавателю необходимо на уроке учить ребёнка умению учиться – смотреть на подлинные учебные задачи и находить способы их решения.

6. Положительные результаты в формировании самооценки достигаются, когда на уроке педагоги идут по пути развития способностей, возможностей детей и создают ситуацию успеха.

7. Главной целью служит оценка, она помогает стимулировать и направлять учебную, познавательную, исследовательскую деятельность младшего школьника, оценка должна быть содержательной.

8. Важно давать возможность ребёнку проявить себя на уроке, реализовать свои способности в той области, в которой у него наметились особые успехи, достижения.

9. Используйте разнообразные методы обучения, чтобы подходить к разным типам учеников, некоторые могут лучше учиться через визуальные материалы, другие через аудио или практические задания.

10. Очень важно создать в классе атмосферу дружелюбия и искреннего стремления помочь товарищу.

11. Важную роль также играет поддержка со стороны преподавателя на уроке, одобрение, похвала, очень важны младших школьников.

12. Важно, чтобы педагог помогал ребёнку находить занятия по душе, развивать навыки, способности в той или иной сфере деятельности.

13. Важно включать ситуации, активирующие самооценку ребенка, ставящие перед ним задачу осознания особенности своей работы, действий, возможностей.

14. Следует осторожнее оценивать неудачи ученика. Похвала эффективнее порицания и непродуктивной критики. Следует замечать даже самые маленькие успехи ученика, но подчеркивать это, как нечто неожиданное [29].

15. С уважением относиться к индивидуальным особенностям ребёнка.

Ключевые факторы, которые воздействуют на образование самооценки младших школьников, являются оценочные действия учителей, родственников и их отношение к учебной деятельности.

16. Давайте детям задания, соответствующие возможностям ребенка, но с постепенным усложнением.

17. Включение детей в активную деятельность. Давайте детям «роли», в которых они могут проявить себя (например: дежурный, помощник в групповой работе).

18. Используйте игровые методы и ситуации успеха, чтобы каждый ребенок почувствовал себя значимым.

19. Взаимодействие с родителями. Информируйте родителей о достижениях ребенка, акцентируя внимание на прогрессе.

20. Также можно проводить релаксационные игры и упражнения для снятия мышечного и эмоционального напряжения.

Родители играют большую роль в становлении адекватной, устойчивой самооценки ребёнка [39]. В младшем школьном возрасте на самооценку влияет учебная деятельность. Ребёнок из дошкольника становится учеником. Появляются обязанности, первые достижения в учёбе, проявление себя в роли ученика. В этот момент родителям главное поддержать своего ребёнка, в этом помогут рекомендации, которые мы разработали.

Период, когда ребёнок становится младшим школьником, как правило, сопровождается стрессом: смена привычного окружения, ориентация на учебную деятельность, появление других правил. В этот период важно, чтобы родители помогали ребёнку приобрести жизненный опыт, получить новые знания об окружающем мире, и приобрести новые умения и навыки [53].

Незаинтересованность родителей развитием и внутренней жизнью младшего школьника делает его одиноким, несчастным. Впоследствии у него может возникнуть отчуждённое отношение к людям или агрессивность.

От благоприятных отношений родителей и младшего школьника зависит его благополучное эмоциональное состояние, а значит успешная адаптация к новым условиям жизни. Для родителей мы разработали психологические рекомендации о самооценке ребёнка.

1. Важно принимать и любить ребенка таким, какой он есть.
2. Уважайте его чувства, увлечения, поддерживать во всех начинаниях.
3. Необходимо создавать условия для формирования и развития самостоятельности и самоконтроля в поведении ребенка.
4. Помогайте ребенку находить время для отдыха и занятий хобби, это поможет ему расслабиться и развиваться в других областях жизни;

5. Учите ребенка быть терпеливым и настойчивым в достижении своих целей, важно объяснить, что успех требует времени и усилий.

6. Побуждайте в ребёнке инициативу и любознательность к окружающему миру, самостоятельность, а так же успеваемость в школе возрастет.

7. Необходимо выставлять ребенку такие требования, которые соответствуют его возрасту и способностям, не нужно переоценивать ребёнка.

8. Поощряйте достижения ребенка, но не акцентируйте внимание только на оценках. Отмечайте даже незначительные успехи.

9. Не нужно сравнивать ребёнка с другими, его сравнение должно идти только с самим собой в прошлом, нужно показать каких результатов ребёнок достиг в настоящем, как идет его развитие и изменение.

10. Родителям необходимо в сотрудничестве со школой способствовать тому, чтобы у ребенка сформировалась адекватная самооценка и самоуважение, а так же правильная шкала ценностей.

11. Необходимо разговаривать с ребенком, слушать его, помогать с возникшими трудностями, вместе искать выход из какой-либо ситуации.

12. Важно с бережностью и любовью относиться к внутреннему миру ребёнка, уважать его интересы, воспринимать огорчения, какими бы тривиальными, повторяющимися они не были.

13. Необходимо, чтобы ребенок почувствовал свою важность в семье, поручайте ему какие-либо обязанности, дела.

14. Важно создать положительную атмосферу в кругу семьи и вокруг ребенка, хвалите его, поощряйте, поддерживайте, отмечайте успехи.

15. Формируйте у ребенка реалистичные ожидания. Не нужно требовать «идеала» во всем – помогите определить сильные стороны ребенка.

16. Играйте и развивайте уверенность. В этом могут помочь ролевые игры (например, «Как будто ты учитель» – ребенок чувствует себя

компетентным). Игры на сотрудничество (пазлы, настольные игры), где важен вклад каждого. Творчество без оценок (рисование, лепка – без критики).

17. Предоставляйте право выбора ребёнку. Разрешите ему принимать самостоятельно некоторые решения – при выборе игрушек, одежды или маршрута прогулки. Все это не только сделает его более самостоятельным, и укрепит его уверенность в себе.

18. Старайтесь не оберегать ребенка от повседневных дел, не стремитесь решить за него все проблемы, но и не перегружайте его.

19. Уважайте личность своего ребенка, считайтесь с его мнением, серьезно относитесь к его чувствам. Предоставляйте ему достаточную свободу и самостоятельность, за которую ребенок будет отвечать сам. В то же время покажите ему, что при необходимости, если он попросит, вы готовы дать совет или помочь.

20. Устраивайте семейные праздники, придумайте собственные семейные традиции.

Таким образом, семья является важнейшим фактором становления личности и самооценки ребенка, родители выступают в роли основных носителей социальных отношений. В семьях, где отношения характеризуется вниманием друг к другу, заботой о родных, друзьях, знакомых закладываются основы формирования адекватной самооценки у ребенка. Педагогам и родителям необходимо совместными усилиями выработать систему оценочных критериев для того, чтобы у ребенка сформировалась адекватная самооценка.

Формируются эмоциональные новообразования, младшие школьники начинают осознавать свои эмоции, понимать и различать их. Углубляется понимание эмоций других людей, появляется способность сочувствовать и сопереживать. Дети начинают понимать, что у других людей могут быть разные чувства. Также происходит регуляция эмоций, благодаря учебной деятельности и взаимодействие со сверстниками, у

детей развивается навык контроля своих эмоций и адекватной реакции на стрессовые ситуации.

Изменения, происходящие в социальном развитии детей, затрагивают коммуникативные навыки и понимание социальных ролей. Развиваются навыки общения, умения сотрудничать и решать конфликты. Учебные группы и совместные проекты способствуют этим процессам. Дети начинают выполнять разные для себя роли в группе (лидер, последователь, посредник и пр.) и осознавать их значение в социальных взаимодействиях. Овладение ребенком различными социальными ролями является важной частью развития и способствует формированию личности.

Младший школьный возраст является наиболее ответственным этапом школьного детства, у ребёнка появляются не только новые обязанности, но и формируется его самостоятельность, ответственность, умение контролировать свои учебные действия. Младший школьник сам начинает оценивать себя, свои поступки. Самооценка играет важную роль в психологических особенностях младших школьников. В этом возрасте дети начинают формировать свою самооценку, которая является основой их самопонимания и поведения.

Выводы по главе 3

Нами была разработана психолого-педагогическая программа, направленная на формирование адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения. Целью, которой было: формирование адекватной самооценки у младших школьников. Программа направлена на повышение уверенности в собственных силах и самооценки обучающихся.

Каждое занятие состояло из 4 этапов организационного, мотивационного, основного, и заключительного (подведения итогов и

рефлексия). Каждый из первых трех этапов предполагал постепенное введение обучающихся в процесс.

Для оценки эффективности проведения программы по формированию адекватной самооценки младших школьников было проведено вторичное психодиагностическое обследование по методикам: «Лесенка» В. Г. Щур, С. Г. Якобсон, «Какой Я?» О. С. Богданова, «Кружки» Дембро-Рубинштейн.

По результатам повторного исследования по методике «Лесенка» В. Г. Щур были выявлены следующие показатели: увеличилось число участников с адекватной самооценкой – 77,7 % (14 человек), низкая и завышенная самооценка по этой методике не выявлена, критерий заниженной самооценки снизился до 16,7 % (3 человека).

По результатам повторного исследования по методике, «Какой Я?» О. С. Богданова.

Уровень развития очень высокой самооценки остался на том же уровне – 5,6 % (1 человек). Также стоит учитывать, что для младшего школьного возраста характерна завышенная самооценка – ребёнок склонен высоко оценивать собственные достижения вне зависимости от реальных результатов своих действий. Это связано с тем, что дети этого возраста не могут отделить положительное отношение к себе в целом от оценки своих конкретных дел.

Количество учеников с высокой самооценкой повысилась с 5,6 % (1 человек) до 22,2 % (4 человека).

Адекватный уровень развития самооценки был выявлен у 72,2 % (13 человек) учащихся по сравнению с 83,2 % (15 человек) обучающихся при первичном обследовании.

Низкий уровень развития самооценки по данной методике снизился с 5,6 % (1 человек) до 0 %.

По результатам методики «Кружки» Дембро-Рубинштейн. повторного исследования были выявлены следующие показатели:

увеличилось число участников с адекватной самооценкой с 61,1 % (11 человек) до 66,7 % (12 человек), завышенная самооценка осталась прежней 16,7 % (, заниженная самооценка младших школьников снизилась с 22 % до 17 %.

Далее была проведена математико-статистическая обработка данных результатов формирующего эксперимента по критерию Т – Вилкоксона, после результатов которой подтвердилась гипотеза нашего исследования.

Мы принимаем гипотезу H_1 : интенсивность сдвигов в направлении повышения показателей самооценки младших школьников превосходит интенсивность сдвигов в направлении снижения показателей самооценки младших школьников.

Можно сделать вывод, что данные математической статистики подтвердили нашу гипотезу о том, что формирование адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения будет более эффективным, если разработать и реализовать программу, включающую методы: беседу, ролевые игры, рисуночная арт-терапия, упражнения.

С учетом результатов исследования нами были сформулированы методические рекомендации для педагогов и родителей по формированию адекватной самооценки младших школьников.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проанализировав психологическую и учебную литературу по проблеме исследования было обнаружено, что самооценка является устойчивым структурным образованием, формирующимся с раннего детства и требующая постоянного внимания. Она является важным компонентом психологического благополучия человека.

Самооценка – это представление и оценка человека о самом себе: своих возможностей, способностей, качеств, эти представления играют большую роль в формировании образа собственного «Я».

Самооценка в младшем школьном возрасте имеет особенности связанные с ведущей деятельностью (учебой) и социальным окружением (учителя, родители, сверстники).

Формирование самооценки младших школьников происходит в процессе многих факторов таких как: семья, школа, успехи и неудачи в учебе, взаимодействия со сверстниками и многое другое. В младшем школьном возрасте большое влияние на самооценку оказывают взрослые. Родители большое значение имеют дома, от общения, поощрения, поддержки и атмосферы дома, у ребенка формируется самооценка.

Нами было разработано дерево целей и модель формирования адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения. В данную модель входят такие компоненты как теоретический, диагностический, формирующий и контрольно-обобщающий. Были описаны методы и методики, используемые в работе с младшими школьниками, определена генеральная цель и также прописаны подцели.

Исследование проводилось в три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий этап.

Для достижения поставленных задач были использованы методы:

1. Теоретические – теоретический анализ, синтез и обобщение данных научной, учебной и методической литературы, моделирование, целеполагание.

2. Эмпирические – констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование, психодиагностические методики: «Лесенка» В. Г. Щур, С. Г. Якобсон, «Какой Я?» О. С. Богданова, «Кружки» Дембру-Рубинштейн.

3. Математико–статистические: критерий знаковых рангов Т-критерий Вилкоксона.

В качестве базы исследования были выбраны учащиеся 3 «В» класса, МБОУ «СОШ №86 г. Челябинска», 18 человек в возрасте 9-10 лет.

По результатам исследования до и после реализации программы мы получили следующие результаты:

По результатам методики «Лесенка» В. Г. Щур, С. Г. Якобсон, были выявлены следующие показатели: низкая самооценка с 5,6 % (1 человек) снизилась до 0 %.

Количество испытуемых имевших заниженный уровень самооценки уменьшился с 22,2 % (4 человек) до 16,7 % (3 человека).

Адекватная самооценка – процент увеличился с 72,2 % (13 человек) до 77,7 % (14 человек).

Завышенная самооценка увеличилась с 0 % до 5,6 % (1 человек).

По результатам методики, «Какой Я?» О. С. Богданова Уровень развития очень высокой самооценки остался на том же уровне – 5,6 % (1 человек). Количество учеников с высокой самооценкой повысилась с 5,6 % (1 человек) до 22 % (4 человек).

Адекватный уровень развития самооценки был выявлен у 72,2 % (13 человек) учащихся по сравнению с 82 % (15 человек) обучающихся при первичном обследовании.

Низкий уровень развития самооценки по данной методике снизился с 5,6 % (1 человек) до 0 %.

По результатам методики «Кружки» Дембро-Рубинштейн. были выявлены следующие показатели: увеличилось число участников с адекватной самооценкой с 61,1 % (11 человек) до 66,7 % (12), завышенная самооценка стала 22,2 % (4 человека), заниженная самооценка младших школьников снизилась с 22,2 % (4 человек) до 11,1 % (2 человека).

Для подтверждения гипотезы о том, что формирование адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения будет более эффективным, если разработать и реализовать модель, содержащую психолого-педагогическую программу, был использован метод математической статистики Т-критерий Вилкоксона.

Математическая обработка данных выявила неоспоримое преобладание интенсивности сдвигов в сторону повышения показателей самооценки младших школьников над интенсивностью сдвигов в сторону их снижения, то есть показатели уровня самооценки после проведения программы по формированию адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения повысились. После успешного проведения программы ученики на наш взгляд стали увереннее, спокойнее, также они узнали и приняли свои сильные и слабые стороны.

Также были разработаны психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям по формированию адекватной самооценки младших школьников.

Таким образом, можно сделать вывод, что цель исследования достигнута – теоретически обоснована и экспериментально проверена программа по формированию адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения.

В результате исследования было подтверждено, что формирование адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения будет более эффективным, если разработать и реализовать модель, содержащую психолого-педагогическую программу.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Айдаева М. Н. Факторы становления самооценки младших школьников / М. Н. Айдаева // Интеллектуальный потенциал XXI века : ступени познания. – 2023. – № 18. – С. 58–62. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/factory-stanovleniya-samootsenki-mladshih-shkolnikov> (дата обращения: 14.12.2024).
2. Анаев М. А. Влияние оценки учителя на самооценку младших школьников / М. А. Анаев, Л. А. Таова // Вестник науки. – 2024. – № 5 (74). – С. 678–684. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-otsenki-uchitelya-na-samootsenku-mladshih-shkolnikov> (дата обращения 14.12.2024).
3. Ахмедханов А. М. Психологические особенности развития способностей младших школьников / А. М. Ахмедханов // Вестник научных конференций. – 2019. – № 12-1(52). – С. 18–19. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42440444> (дата обращения 14.12.2024). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.
4. Бегиева Б. М. Психолого-педагогические особенности младших школьников / Б. М. Бегиева, А. А. Кабжихов // Вопросы науки и образования. – 2020. – № 26 (110). – С. 29–35. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologo-pedagogicheskie-osobennosti-mladshih-shkolnikov> (дата обращения: 24.04.2025).
5. Бичоева О. З. Самооценка младших школьников в процессе учебной деятельности / О. З. Бичоева // Наука, образование и культура. – 2024. – № 2 (68). – С. 58–66. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/samootsenka-mladshih-shkolnikov-v-protsesse-uchebnoy-deyatelnosti> (дата обращения: 25.04.2025).
6. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. – Санкт-Петербург : Питер, 2008. – 398 с. – ISBN 978-5-91180-846-4.

7. Болотова А. К. Психология развития и возрастная психология / А. К. Болотова, О. Н. Молчанова. – Москва : ИД ГУ ВШЭ, 2012. – 526 с. – ISBN 978-5-7598-0731-5.
8. Большой психологический словарь / ред. Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. – 4-е изд. – Москва : АСТ ; Санкт-Петербург : Прайм-Еврознак, 2009. – 811 с. : ил. – ISBN 978-5-17-055693-9.
9. Бондаренко Т. В. Самооценка младших школьников / Т. В. Бондаренко // Молодой ученый. – 2020. – № 47 (337). – С. 207–209. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44278266> (дата обращения: 25.04.2025). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.
10. Ванновская О. В. Психологические особенности и адаптационные характеристики младших школьников / О. В. Ванновская, Е. А. Кропотов // Живая психология. – 2021. – Т. 8, № 4(32). – С. 70–76. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=49593755> (дата обращения: 24.02.2025). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.
11. Власенко С. В. Самооценка как фактор человеческой личности / С. В. Власенко, А. К. Елисеев // «Психологические науки». – 2021. – № 2(6) – С. 49–52.
12. Выпускная квалификационная работа по направлению «Психолого-педагогическое образование» : метод. рекомендации / сост. Г. Ю. Гольева, В. И. Долгова, Е. Г. Капитанец [и др.]. – Москва : Издательство Перо, 2021. – 196 с. – ISBN 978-5-00189-610-4.
13. Головырских О. В. Условия формирования самооценки у младших школьников / О. В. Головырских // Вестник науки. – 2023. – № 6 (63). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/usloviya-formirovaniya-samootsenki-u-mladshih-shkolnikov> (дата обращения: 10.04.2025).
14. Гонина О. О. Психология младшего школьного возраста : учеб. пособие / О. О. Гонина. – Москва : Флинта, 2015. – 271 с. – ISBN 978-5-9765-1910-7.

15. Гонина О. О. Психология развития и возрастная психология : учеб. пособие / О. О. Гонина. – Москва : КноРус, 2020. – 150 с. – ISBN 978-5-406-06318-7.

16. Гуцу Е. Г. Формирование адекватной самооценки у младших школьников в учебной деятельности / Е. Г. Гуцу, С. И. Арусланова, Т. А. Рунова // Проблемы современного педагогического образования. – 2023. – № 81-2. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-adekvatnoy-samootsenki-u-mladshih-shkolnikov-v-uchebnoy-deyatelnosti> (дата обращения: 24.04.2025).

17. Долгова В. И. Исследование влияния самооценки на ситуативную тревожность младших школьников / В. И. Долгова, Н. В. Крыжановская, Н. А. Грамзина // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 31. – С. 46–50. – URL: <http://ekoncept.ru/2015/95516> (дата обращения: 26.03.2025).

18. Долгова В. И. Системные инновационные технологии целеполагания / В. И. Долгова // Сборник трудов Международной виртуальной Интернет-конференции. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=> (дата обращения: 26.03.2025). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

19. Ермолаева М. В. Психология развития / М. В. Ермолаева. – Воронеж : «МОДЭК», 2008. – 372 с. – ISBN 978-5-9770-0230-1.

20. Журавлева А. О. Приёмы, используемые родителями, для формирования адекватной самооценки ребёнка / А. О. Журавлева // Студенческий вестник. – 2022. – № 45-2(237). – С. 32–34. – URL: <https://studvestnik.ru/journal/stud/herald/237> (дата обращения 10.04.2025).

21. Журавлёва И. А. Формирование адекватной самооценки младших школьников в условиях ФГОС : презентация / И. А. Журавлёва. – URL: <https://pedportal.net/nachalnye-klassy/materialy-mo/formirovanie-adekvatnoy-samootsenki-mladshih-shkolnikov-v-usloviyah-fgos-903151> (дата обращения: 24.04.2025).

22. Зубова Л. В. Психология развития и возрастная психология / Л. В. Зубова, Е. В. Назаренко. – Оренбург : Оренбургский государственный университет, 2016. – 190 с. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/69940.html> (дата обращения: 03.12.2024).
23. Истратова О. Н. Справочник психолога начальной школы / О. Н. Истратова, Т. В. Эксакусто. – 7-е изд. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2011. – 442 с. – ISBN 5-222-05526-4.
24. Ифанова Е. А. Математическое моделирование в психологии / Е. А. Ефанова, Л. В. Лукин // Информатизация образования и науки. – Москва : Просвещение, 2019. – 129–137 с. – ISBN 978-5-7996-2576-4.
25. Кайл Р. В. Детская психология : тайны психики ребенка / Р. В. Кайл. – Москва : Прайм-Еврознак, 2012. – 413 с. – ISBN 5-93878-057-8.
26. Колесова О. В. Современные Подходы к формированию самооценки у детей младшего школьного возраста / О. В. Колесова, С. А. Зайцева, Н. В. Захарычева // Корельский научный журнал. – 2021. – №1 (34). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennyye-podhody-k-formirovaniyu-samootsenki-u-detey-mladshego-shkolnogo-vozrasta> (дата обращения: 24.04.2025).
27. Крыжановская Н. В. Формирование познавательной профессиональной активности студентов педагогического вуза с применением метода построения дерева целей / Н. В. Крыжановская // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – № 2. – С. 136–140. – URL: <http://e-koncept.ru/2015/15052> (дата обращения: 11.03.2025).
28. Кузнецова Л. В. Гармоничное развитие личности младшего школьника / Л. В. Кузнецова. – Москва : Просвещение, 2017. – 224 с. – ISBN 5-09-000298-3.

29. Кулагина И. Ю. Психология детей младшего школьного возраста : учебник и практикум / И. Ю. Кулагина. – Москва : Юрайт, 2017. – 292 с. – ISBN 978-5-534-00582-0.

30. Лебедева М. В. Роль педагогической среды в формировании адекватной самооценки младших школьников / М. В. Лебедева, Р. Н. Коваленко. – 2019. – С. 16–19. – URL: <https://example.com/article5> (дата обращения: 27.10.2024).

31. Мазурчук Н. И. Коммуникативная компетентность младших школьников с разным уровнем самооценки / Н. И. Мазурчук, Е. О. Мазурчук // Инновационные проекты и программы в образовании. – 2022. – № 1. – С. 46–51. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=32574159> (дата обращения: 11.10.2024). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

32. Майстренко А. В. Новообразования младшего школьного возраста / А. В. Майстренко // Проблемы современного педагогического образования. – 2020. – № 1. – С. 402–405. <https://cyberleninka.ru/article/n/novoobrazovaniya-mladshego-shkolnogo-vozrasta-i-psihologicheskie-harakteristiki-opredelyayuschie-vysokuyu-uspevaemost-obucheniya-v> (дата обращения: 20.02.2025).

33. Макарова И. В. Общая психология : краткий курс лекций / И. В. Макарова. – Москва : Издательство Юрайт, 2013. – 182 с. – ISBN 978-5-9916-3587-5.

34. Мартынова А. В. Инновационные методы работы с младшими школьниками для формирования адекватной самооценки / А. В. Мартынова. – Пермь : Научный диалог, 2022. – 182 с. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennye-podhody-k-formirovaniyu-samootsenki-u-detey-mladshego-shkolnogo-vozrasta> (дата обращения: 02.04.2025).

35. Матюхина М. В. Психология младшего школьника : учеб. пособие / М. В. Матюхина. – Москва : Просвещение, 2012. – 216 с. – ISBN 978-5-91743-018-8.
36. Морозов Е. А. Пошаговый алгоритм действий при использовании методов математической статистики в психолого-педагогических исследованиях / Е. А. Морозов // Научный диалог. – 2014. – № 3. – С. 29–45. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/poshagovyy-algoritm-deystviy-pri-ispolzovanii-metodov-matematicheskoy-statistiki-v-psihologo-pedagogicheskikh-issledovaniyah> (дата обращения: 10.03.2025).
37. Моцовкина Е. В. Особенности развития самооценки детей младшего школьного возраста / Е. В. Моцовкина, Ю. В. Козина // Гуманитарные науки. – 2023. – № 3 (63). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-razvitiya-samootsenki-detey-mladshego-shkolnogo-vozrasta> (дата обращения: 24.04.2025).
38. Мухина В. С. Возрастная психология : учеб. пособие / В. С. Мухина. – Санкт-Петербург : БЕК 21, 2020. – 456 с. – ISBN 978-5-534-04323-5.
39. Никифорова И. В. Роль родителей в формировании адекватной самооценки у младших школьников / И. В. Никифорова. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/factory-stanovleniya-samootsenki-mladshih-shkolnikov> (дата обращения: 17.12.2024).
40. Норимбетов Т. Б. Понятие учебной деятельности в младшем школьном возрасте / Т. Б. Норимбетов, Н. Т. Норимбетова // ORIENSS. – 2022. – № 5-2. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ponyatie-uchebnoy-deyatelnosti-v-mladshem-shkolnom-vozraste> (дата обращения: 06.03.2025).
41. Овчарова Р. В. Практическая психология в начальной школе / Р. В. Овчарова. – Москва : Апрель Пресс, 2010. – 208 с. – ISBN 5-89144-007-5.

42. Панфилова М. А. Игротерапия общения : тесты и коррекционные игры : практ. пособие для психологов и родителей / М. А. Панфилова. – Москва : ГНОМ, 2009. – 160 с. – ISBN 5-296-00037-4.
43. Петрова А. И. Влияние игровой деятельности на самооценку младших школьников / А. И. Петрова. – URL: <https://example.com/article2> (дата обращения: 01.02.2025).
44. Петрова Е. В. Самооценка как фактор успешной социализации личности «Я-концепция» / Е. В. Петрова // Академия педагогических идей Новация. Сер. : Студенческий научный вестник. – 2019. – № 6. – С. 112–115. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=38526857> (дата обращения: 20.04.2025). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.
45. Пешкова Н. А. Особенности формирования адекватной самооценки у младших школьников / Н. А. Пешкова, Т. Н. Шайденкова // Акмеология. – 2017. – № 3 (63). – С. 52–56. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=29841412>. (дата обращения: 25.12.2024).
46. Плешакова М. Ю. Формирование самооценки у младших школьников: статья / М. Ю. Плешакова. – 2017. – № 7. – С. 1–14. – URL: <https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/materialy-mo/2021/11/07/formirovanie-samoootsenki-u-mladshih-shkolnikov> (дата обращения: 24.04.2025). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.
47. Практическая психология образования : учеб. для студ. высш. и ср. спец. учеб. заведений / под ред. И. В. Дубровиной. – Москва : ТЦ «Сфера», 2010. – 525 с. – ISBN 5-89144-019-9.
48. Прихожан А. М. Психологический справочник, или как обрести уверенность в себе / А. М. Прихожан. – Москва : Просвещение, 2000. – 210 с. – ISBN 5-09-004698-0.
49. Савинова Е. Ю. Исследование уровня самооценки младших школьников / Е. Ю. Савинова // Педагогическое мастерство. – Москва, 2019. – 180 с. – URL: <https://moluch.ru/conf/ped/archive/22/2069/> (дата обращения: 05.03.2025).

50. Савченко О. Г. Формирование адекватной самооценки через развитие ученического самоуправления / О. Г. Савченко // Ученые записки университета Лесгафта. – 2023. – № 1 (215). – С. 449–552. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-adekvatnoy-samootsenki-mladshih-shkolnikov-cherez-razvitie-uchenicheskogo-samoupravleniya> (дата обращения: 25.04.2025).

51. Самылова О. А. Особенности самооценки младших школьников / О. А. Самылова, С. С. Дмитриевских // Вестник Шадринского государственного педагогического университета. – 2021. – №4 (32). – С. 165–169. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-samootsenki-mladshih-shkolnikov> (дата обращения: 24.04.2025).

52. Сидоренко Е. В. Методы математической обработки в психологии: учебно-методическое пособие / Е. В. Сидоренко. – Санкт-Петербург : Речь, 2014. – 350 с. – ISBN 5-9268-0010-2.

53. Слизкова Е. В. Семейное воспитание как средство формирования адекватной самооценки у младшего школьника / Е. В. Слизкова, Е. С. Еганова // Концепт. – 2020. – № 6. – С. 1–7. – URL: e-koncept.ru/2014/14148.htm (дата обращения: 15.10.2024).

54. Смирнова Т. А. Развитие самооценки у детей младшего школьного возраста : теоретические аспекты и практические рекомендации / Т. А. Смирнова, С. П. Иванов. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennye-podhody-k-formirovaniyu-samootsenki-u-detey-mladshego-shkolnogo-vozrasta> (дата обращения: 20.10.2024).

55. Соколова Н. В. Роль учителя в формировании позитивной самооценки у младших школьников / Н. В. Соколова, А. М. Петрова. – 2023. – № 4. – С. 75–89. – URL: http://elibrary.sgu.ru/VKR/2023/44-03-01_095.pdf (дата обращения: 13.01.2025). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

56. Солдатова Е. Л. Психология развития и возрастная психология : онтогенез и дизонтогенез / Е. Л. Солдатова, Г. Н. Лаврова. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2004. – 384 с. – ISBN 5-222-05268-0.
57. Степанова К. С. Особенности самооценки детей младшего школьного возраста / К. С. Степанова // «Психологические науки». – 2022. – № 3-2 (126). – С. 25–56. – ISBN 2223-4047.
58. Сурьянинова Т. И. Особенности совместной деятельности младших школьников / Т. И. Сурьянинова // Вопросы психологии. – 2020. – № 2. – С. 58–66. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/samootsenka-mladshih-shkolnikov-v-protssesse-uchebnoy-deyatelnosti> (дата обращения: 24.04.2025).
59. Татаринова В. В. Самооценка обучающихся как одна из составляющих современного урока / В. В. Татаринова // Наука в мегаполисе. – 2020. – № 3(19). – С. 21–27. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=42809008> (дата обращения: 15.03.2025). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.
60. Тухужева Л. А. Психологические особенности младшего школьника / Л. А. Тухужева // Вопросы науки и образования. – 2021. – № 8 (133). – С. 99–102. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-osobennosti-mladshego-shkolnika> (дата обращения: 24.03.2025).
61. Фадеева О. А. Формирование адекватной самооценки младших школьников / О. А. Фадеева // Экономика и социум. – 2021. – № 1-2 (56). – С. 65–74. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-adekvatnoy-samootsenki-mladshih-shkolnikov> (дата обращения: 24.04.2025).
62. Фатуллаева А. Т. Факторы, влияющие на развитие самооценки в младшем школьном возрасте / А. Т. Фатуллаева // Ученые записки университета Лесгафта. – 2009. – № 9. – С. 112–119. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/factory-vliyayuschie-na-razvitie-samootsenki-v-mladshem-shkolnom-vozhraze> (дата обращения: 27.03.2025).

63. Федорова Е. С. Психологические основы формирования самооценки у младших школьников / Е. С. Федорова. – 2023. – С. 13–26. – URL: <https://example.com/article4> (дата обращения: 01.02.2025).

64. Федорова Т. В. Влияние образовательной среды на формирование самооценки младших школьников / Т. В. Федорова. – 2021. – № 3. – С. 56–60. – URL: <https://moluch.ru/archive/337/75327/?ysclid=m9vax62gwy42430895> (дата обращения: 03.02.2025).

65. Фрейд З. Введение в психоанализ / З. Фрейд. – Санкт-Петербург : Азбука, 2017. – 446 с. – ISBN 978-5-389-13277-1.

66. Черемисина А. А. Роль самооценки в процессе формирования личности обучающегося / А. А. Черемисина // Педагогический вестник. – 2024. – № 34. – С. 74–85. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rol-samoootsenki-v-protssesse-formirovaniya-lichnosti-obuchayuschegosya> (дата обращения: 25.04.2025).

67. Шаехова А. А. Формирование навыков самоконтроля и самооценки учащихся начальных классов / А. А. Шаехова // Актуальные проблемы педагогики и психологии. – 2022. – № 9. – С. 63–78. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-navykov-samokontrolya-i-samoootsenki-uchaschihsya-nachalnyh-klassov> (дата обращения: 24.04.2025).

68. Шанина Г. Е. Психологическая диагностика / Г. Е. Шанина. – Москва : В Печать, 2010. – 215 с. – ISBN 978-5-904460-06-8.

69. Щепкина А. С. Представления о самооценке / А. С. Щепкина // Наука. Технологии. Инновации / под ред. О. Е. Цыганковой. – Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2020. – С. 199–203. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=32552354> (дата обращения: 15.02.2025). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

70. Эльконин Д. Б. Избранные психологические труды / Д. Б. Эльконин. – Москва : Академия, 2009. – 378 с. – ISBN 5-7155-0035-4.

71. Яшкова А. Н. Развитие самооценки и мотивации достижения в младшем школьном возрасте/ А. Н. Яшкова, В. В. Королева // Учебный эксперимент в образовании. – 2021. – № 4 (100). – С. 77–85. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=47436688> (дата обращения: 23.01.2025). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.
72. Study of Psychologically Safe Communication Skills in Adolescents / V. I. Dolgova, O. D. Odintsova, O. A. Kondratyeva // European Proceedings of Social and Behavioural Sciences. – 2022. – Vol. 128, № 1. – P. 194–202.
73. Need to achievements among teenagers : specificity and peculiarities / V. I. Dolgova, P. K. Leonov, E. G. Kapitanets, E. V. Melnik, V. K. Shayahmetova // The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences EpSBS. – 2019. – № 99. – P. 737–744.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методики исследования самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения

1. Методика «Лесенка» В.Г. Щур, С.Г. Якобсон.

Данная 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.

Цель исследования: определить особенности самооценки ребёнка (как общего отношения к себе) и представлений ребёнка о том, как его оценивают другие люди.

Материал и оборудование: нарисованная лесенка, фигурка человечка, лист бумаги, карандаш (ручка).

Процедура исследования: Методика проводится индивидуально. Процедура исследования представляет собой беседу с ребёнком с использованием определённой шкалы оценок, на которой он сам помещает себя и предположительно определяет то место, куда его поставят другие люди.

Проведение теста: Ребенку дают листок с нарисованной на нём лестницей и объясняют значение ступенек. Важно проследить, правильно ли понял ребёнок ваше объяснение. В случае необходимости следует повторить его. После этого задают вопросы, ответы записывают.

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).

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. 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, неудачно наклеенный домик и т.д. И в беседе ученик расскажет об этом. Например: «Я плохой, потому что подрался с Сережей», «Я плохая, потому что балуюсь», – 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».

Психологу очень важно знать причину низкой самооценки ребенка – без этого нельзя помочь ребенку. «Я поставлю себя на нижнюю ступеньку (рисует кружок на пятой ступеньке), потому что мама говорит, что у меня ничего не получается на занятиях в саду». Здесь необходима работа с родителями школьника: беседы, в которых

следует объяснить индивидуальные особенности ребенка. Например, если это ребенок, то необходимо рассказать, напомнить лишний 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. Крайне важна демонстрация родителями положительных качеств, каждого успеха их ребенка.

Ступенька 7 – резко заниженная самооценка

Чтобы отнести себя к «самым плохим ребятам», нужен комплекс негативных, постоянно влияющих на ребенка факторов.

Отсутствие своевременной квалифицированной помощи в преодолении причин трудностей в обучении и общении ребенка, несформированность положительных межличностных отношений с воспитателями, друзьями – наиболее частые причины резко заниженной самооценки. Чтобы скорректировать ее, необходима совместная деятельность воспитателя, педагога-психолога.

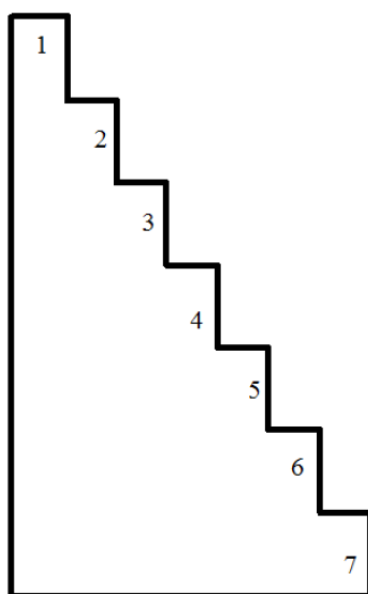


Рисунок 1.1 – «Лестница» по методике «Лесенка» В.Г. Щур, С.Г. Якобсон

1. Методика «Какой Я?» (по О.С.Богдановой).

Цель: предназначается для определения самооценки.

Процедура проведения. Экспериментатор, пользуясь представленным далее таблицей, спрашивает у ребёнка, как он сам себя воспринимает и оценивает по десяти различным положительным качествам личности. Оценки, предлагаемые ребёнком

самому себе, проставляются экспериментатором в соответствующих колонках протокола, а затем переводятся в баллы.

Оценка результатов. Ответы типа «да» оцениваются в 1 балл, ответы типа «нет» оцениваются в 0 баллов. Ответы типа «не знаю» и также ответы типа «иногда» оцениваются в 0,5 балла. Самооценка ребёнка определяется по общей сумме баллов, набранной им по всем качествам личности.

Выводы об уровне развития:

10 баллов – очень высокий;

8-9 баллов – высокий;

4-7 баллов – средний;

2-3 балла – низкий;

0-1 балл – очень низкий.

Следует отметить, что ответы ребенка на некоторые вопросы (например, послушный, честный) могут свидетельствовать об адекватности самооценки. Так, например, если наряду с ответами «да» на все вопросы ребенок утверждает, что он «послушный всегда», «честный всегда», можно предположить, что он не всегда достаточно критичен к себе. Адекватность самооценки можно проверить, сравнив ответ ребенка по данной шкале с ответами родителя о ребенке по тем же личностным качествам.

Таблица 1.1 – Протокол к методике «Какой Я?»

№	Оцениваемые качества	Оценки по вербальной шкале			
п/п	личности	да	нет	иногда	не знаю
1	Хороший				
2	Добрый				
3	Умный				
4	Аккуратный				
5	Послушный				
6	Внимательный				
7	Вежливый				
8	Умелый (способный)				
9	Трудолюбивый				
10	Честный				

2. Методика Т.В. Дембо – С.Я. Рубинштейн «Кружки».

Цель: выявление сформированности самооценки школьника.

Оцениваемые УУД: действия, направленные на формирование личного, эмоционального отношения к себе.

Возраст: 9-10 лет.

Форма (ситуация оценивания): индивидуальная беседа или групповая.

Метод оценивания: беседа.

Детям показывают лист бумаги с изображенными на нём четырьмя пронумерованными кругами и дают следующую инструкцию:

Посмотри на эти кружки. Представь, что все дети из твоего класса встали внутри этих кругов. В первый круг встали дети, у которых в школе все получается. Они знают все, что спрашивает учитель, отвечают на все вопросы, никогда не делают ошибок, всегда правильно себя ведут, им не делают ни одного замечания. Во второй круг встали дети, у которых в школе почти все получается: они отвечают почти на все вопросы учителя, но на некоторые ответить не могут, они почти всегда все правильно решают, но иногда делают ошибки. Они себя правильно ведут почти всегда, но иногда забывают, и им делают замечания. В третий круг встали дети, у которых в школе многое не получается: они отвечают только на самые лёгкие вопросы учителя, часто делают ошибки. Они часто плохо ведут себя, и учитель много раз делает им замечания. В четвёртый круг встали дети, у которых в школе почти ничего не получается. Они не могут дать ответа почти ни на один вопрос учителя, у них очень много ошибок. Они не умеют себя вести, и учитель постоянно делает им замечания. А в какой кружок встанешь ты? Напиши букву Я в этом кружке».

Интерпретация результатов:

1 круг – завышенная самооценка.

2-3 круг – адекватная самооценка.

4 круг – заниженная самооценка.

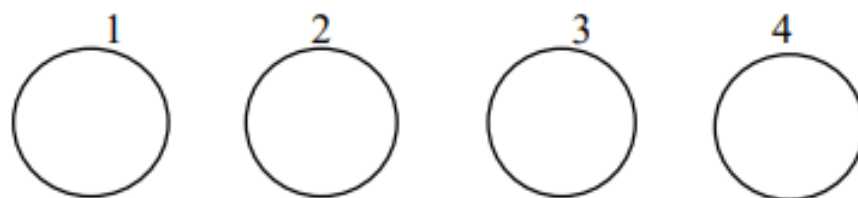


Рисунок 1.2 – «Круги» по методике «Кружки» Дембо-Рубинштейн

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Результаты исследования самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения

Таблица 2.1 – Результаты исследования по методике уровня самооценки младших школьников по методике «Лесенка» В.Г. Щур, С.Г. Якобсон

№ испытуемого	Ступенька	Уровень самооценки
1	2	Адекватная
2	3	Адекватная
3	2	Адекватная
4	3	Адекватная
5	2	Адекватная
6	2	Адекватная
7	2	Адекватная
8	3	Адекватная
9	4	Заниженная
10	3	Адекватная
11	4	Заниженная
12	3	Адекватная
13	3	Адекватная
14	3	Адекватная
15	3	Адекватная
16	4	Заниженная
17	5	Низкая
18	4	Заниженная

Таблица 2.2 – Результаты исследования самооценки младших школьников по методике, «Какой Я?» О.С. Богданова

№ испытуемого	Ступенька	Уровень самооценки
1	10	Очень высокая
2	7	Средняя
3	7	Средняя
4	6,5	Средняя
5	7	Средняя
6	6,5	Средняя
7	7	Средняя
8	7,5	Средняя
9	7	Средняя
10	8	Высокая
11	7	Средняя
12	6	Средняя
13	6	Средняя

Продолжение таблицы 2.2

14	6,5	Средняя
15	7	Средняя
16	7	Средняя
17	5	Средняя
18	3	Низкая

Таблица 2.3 – Результаты исследования самооценки младших школьников по методике «Кружки» Дембро-Рубинштейн

№ испытуемого	Баллы	Уровень самооценки
1	2	Адекватная
2	2	Адекватная
3	3	Адекватная
4	3	Адекватная
5	3	Адекватная
6	4	Заниженная
7	4	Заниженная
8	1	Завышенная
9	1	Завышенная
10	1	Завышенная
11	4	Заниженная
12	3	Адекватная
13	3	Адекватная
14	2	Адекватная
15	2	Адекватная
16	4	Заниженная
17	3	Адекватная
18	2	Адекватная

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Психолого-педагогическая программа формирования адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения

Пояснительная записка.

Самооценка младшего школьника важна для личностного развития, обучения и социальной адаптации. В этом возрасте закладываются основы самовосприятия, которые влияют на мотивацию, уверенность в себе и взаимодействие с окружающими. В современной образовательной среде дети могут испытывать заниженную или завышенную самооценку из-за высоких требований. Программа направлена на формирование адекватной и устойчивой самооценки через психолого-педагогические методы.

Целью программы – формирование адекватной самооценки у младших школьников.

В ходе достижения данной цели решаются следующие задачи:

1. Создать благоприятный эмоциональный климат в коллективе.
2. Формирование позитивного образа «Я».
3. Развитие навыков объективной оценки своих сильных и слабых сторон.

Программа направлена на детей младшего школьного возраста (9-10 лет).

Описание участников программы: в программе были задействованы учащиеся, 3 класса, в количестве 18 человек.

Количество занятий: 8 (по два раза в неделю).

Продолжительность: каждое занятие рассчитано на 40 мин.

Класс оборудован всем необходимым: парты, стулья, доска, проектор, интернет.

Место проведения программы: МБОУ «СОШ №86 г. Челябинска».

Форма проведения занятий: Занятия проводятся по принципу социально-психологического занятия в классном кабинете, где можно свободно располагаться и передвигаться. Каждому ребенку необходимо обеспечить возможность проявить себя, быть открытым и не бояться ошибок.

Структура занятий: организационный момент, приветствие, разминка, основная часть, рефлексия, завершение.

Структура занятий

1. Каждое занятие начинается с приветствия. Благодаря этому устанавливается положительный контакт и настрой на последующую работу, формируются психологический благоприятный климат.

2. Разминка, включающая упражнения, которые помогают детям настроиться на работу, повышают уровень их активности, создает позитивную атмосферу.

3. Основная часть занятия проходит с использованием психотехнических игр и приемов, упражнений, включающих в себя решение целей и задач определенного занятия.

4. При завершении занятия обсуждаются итоги, школьники высказывают свое мнение насчет заданий и достижения целей тренинга, рефлексия является обязательным этапом занятия.

Правила проведения занятий [28, с. 89]:

1. Правило активности. Оно подразумевает участие всех учеников в упражнениях и обсуждениях.

2. Правило «Здесь и сейчас», в процессе занятия поднимаются и обсуждаются только те вопросы, чувства, эмоции, которые актуальны сейчас.

3. Правило «молчание». Участники дают гарантию друг другу, что не смогут распространять личную информацию, которую они узнали на тренинге. Ведущий также придерживается правила «молчание».

4. Правило говорящего. Неприемлемо перебивать участника, который говорит, даже если тема очень интересна.

5. Правило «Я». Необходимо строить свои высказывания, опираясь только на своё мнение, чувства и эмоции

6. Правило «Добро». Мы стараемся не задевать друг друга, не критикуем участников группы, а наоборот приветствуются помощь и поддержка.

Занятие 1.

Цель занятия: создание благоприятной атмосферы, знакомство с самооценкой.

Приветствие и знакомство. Установление контакта с учащимися и мотивирование на плодотворную работу. Обозначаем правила занятий.

Разминка. Упражнение «Салфетки».

Цель: создание позитивной атмосферы в классе и стимуляция мыслительной деятельности.

Проведение: ведущий – начнем мы с вами с интересного упражнения «Салфетки».

Раздаем каждому ученику салфетку или небольшой кусочек бумаги.

Попросить написать на ней одно положительное слово о себе или о своем друге. Затем каждый по очереди читает свое слово вслух, создавая позитивную атмосферу в классе. Обсуждение самооценки. Беседа о том, что такое самооценка, и как она влияет на нашу жизнь.

Материалы: компьютер, проектор.

Показ презентации «Знакомство. Я и моя самооценка». Обсуждение: как мы себя воспринимаем? Что нам нравится в себе? Ответ учащихся.

Упражнение «Дракон».

Цель: помочь детям, испытывающим затруднения в общении и обрести уверенность, почувствовать себя частью коллектива.

Упражнение «Глаза в глаза».

Цель: развить в детях чувство эмпатии, настроить на спокойный лад.

Группа делится на две части, равные по количеству. Необходимо образовывать два круга (один в другом) произвольно распределившись по парам.

Задание: взяться за руки и молча смотреть в глаза, изучая друг друга, задумываясь и мысленно отвечая себе на вопросы, кто передо мной, какой это человек, какие чувства я испытываю к нему. По команде психолога образовать новую пару, сдвигаясь по кругу на одну пару. Задание считается выполненным, когда все участники побывали в пары.

Рефлексия. Упражнение «Ладони».

Цель: подведение итогов, наблюдение за эмоциональным состоянием детей.

Материалы: вырезанные из цветной бумаги ладони.

Проведение: психолог показывает ладони разных цветов (красной, желтой, зеленой). Когда ведущий показывает зеленую ладонь все могут прыгать и кричать при этом, не мешая друг другу, желтая ладонь означает все дети должны двигаться по территории как мышки тихо-тихо, когда показывают красную ладонь все должны встать и не шевелиться.

Завершение: что нового узнали о себе? Могут ли вам пригодиться полученные сегодня знания? Учащиеся отвечают.

Занятие 2

Цель: формирование представления о своей уникальности, развитие самопонимания.

Приветствие. Упражнение «Подари улыбку» (дети дарят другу другу улыбки).

Цель: создание атмосферы единства, повышение позитивного настроения.

Упражнение «Моё имя».

Каждый ребенок говорит о том, что ему нравится его имя (что оно означает, почему его так называли, что ему нравится в своем имени).

Цель: формирование позитивного отношения ребенка к своему «Я».

Игра «Волшебный стул».

Цель: поспособствовать повышению самооценки ребенка, улучшению взаимоотношений между детьми.

Материал: компьютер, проектор, стул.

Проведение: сейчас мы с вами поиграем в игру «Волшебный стул». Способности этого стула таковы: приглашается кто-либо из вас на этот стул: как только он садится, «высвечиваются» только его достоинства. При этом ни один недостаток не способен «высветить» «волшебный стул». Ваша задача: увидеть эту хорошую сторону, выразить его словами перед всеми присутствующими.

Рефлексия. Упражнение «Спасибо».

Цель: наблюдение за эмоциональным состоянием детей.

Проведение: каждый участник по очереди высказывается о том, за что сегодня он хочет поблагодарить группу.

Занятие 3.

Цель: Выявление и осознание своих сильных сторон и способностей.

Приветствие. Установление контакта с учащимися.

Разминка «Комплименты».

Цель: создание позитивного настроения, стимуляция мыслительной деятельности.

Проведение: дети говорят друг другу комплименты.

Упражнение «Дерево успеха».

Цель: развитие адекватной самооценки.

Материалы: белые листы бумаги, цветные карандаши, фломастеры.

Проведение: каждому ребенку необходимо нарисовать дерево и украсить свои «листочки» (на листочках пишутся или рисуются свои таланты, навыки, сильные стороны).

Игра «Копилка достижений».

Цель: развитие адекватной самооценки младших школьников.

Материалы: коробка, ручка/карандаш, стикеры.

Проведение: дети рассказывают о своих достижениях (в учебе, спорте, общении и т.д.), ведущий помогает им формировать свои достижения и записать на стикер. Психолог собирает их в копилку (коробку).

Упражнение «Автопортрет».

Цель: развитие адекватной самооценки младших школьников.

Материалы: белые листы, краски, фломастеры, карандаши.

Проведение: каждый ребенок рисует свой портрет (или автопортрет), стараясь передать свои особенности, которые делают его известным. Обсуждение рисунков (что нарисовано, что нравится себе, что получается лучше всего).

Рефлексия. Упражнение «Спасибо».

Цель: наблюдение за эмоциональным состоянием детей.

Проведение: каждый участник по очереди высказывается о том, за что сегодня он хочет поблагодарить группу.

Занятие 4.

Цель: развитие навыков, выражение своих чувств, а также управление знаниями.

Приветствие. Упражнение «Зеркало».

Цель: создание позитивного настроения.

Проведение: психолог показывает движения, дети повторяют друг за другом.

Упражнение «Солнышко и тучка».

Цель: научить детей определять и объяснять свое эмоциональное состояние.

Материалы: картинки с эмоциями.

Проведение: психолог показывает карточки с изображениями различных эмоций (радость, грусть, злость, страх, удивление). Дети обсуждают, когда они испытывают эти эмоции, как они возникают, как можно с ними справиться.

Игра «Зеркало эмоций».

Цель: развитие адекватной самооценки младших школьников.

Проведение: дети по очереди показывают разные эмоции, а другие пытаются их угадать.

Релаксационная обстановка «Волшебная палочка».

Проведение: дети садятся в удобную позу, закрывают глаза и представляют себе, что у них в руках волшебная палочка. Они могут использовать эту палочку, чтобы сделать себя счастливыми, спокойными и уверенными в себе. Завершение: «Что вы узнали о своих чувствах?».

Занятие 5.

Цель: формирование позитивного отношения к ошибкам как к опыту, развитию навыков преодоления ошибок неудач.

Приветствие. Игра «Повтори за мной».

Цель: создание позитивного настроения.

Проведение: психолог показывает движения, дети повторяют.

Игра «Собери слово».

Цель: развитие адекватной самооценки младших школьников.

Материалы: карточки с буквами, музыка на фоне.

Проведение: психолог раздает с буквами, из которых детям нужно составить слово. Если слово не получается, дети вместе исправляют ошибки.

Упражнение «Письмо самому себе».

Цель: поспособствовать пониманию своего «Я», его позитивному принятию.

Материалы: листы белой бумаги, ручки.

Проведение: каждому ребенку нужно написать письмо самому себе, в котором он поддерживает себя, восстанавливает веру в свои силы, помогает жить со страхом неудач.

Рефлексия. Упражнение «Ладони».

Цель: подведение итогов, наблюдение за эмоциональным состоянием детей.

Материалы: вырезанные из цветной бумаги ладони.

Проведение: психолог показывает ладони разных цветов (красной, желтой, зеленой). Когда ведущий показывает зеленую ладошку все могут прыгать и кричать при этом, не мешая друг другу, желтая ладошка означает все дети должны двигаться по территории как мышки тихо-тихо, когда показывают красную ладошку все должны встать и не шевелиться.

Завершение: что нового узнали о себе? Могут ли вам пригодиться полученные сегодня знания? Учащиеся отвечают.

Занятие 6.

Цель: формирование уверенности в себе.

Приветствие. Игра «Рука в руке».

Цель: создание позитивного настроения.

Проведение: начиная с психолога, дети приветствуют друг друга рукопожатием.

Игра «Комплименты».

Цель: развитие адекватной самооценки младших школьников.

Проведение: дети говорят друг другу комплименты.

Упражнение «Подарок другу».

Цель: развитие адекватной самооценки младших школьников.

Материалы: белые листы бумаги, карандаши, фломастеры, краски, цветная бумага, ножницы, клей.

Проведение: дети готовят другу небольшие подарки (рисунки, поделки, записки). Важно, чтобы подарок был сделан от души.

Обсуждение: Почему важно дружить? Как можно помочь другу? Как решать конфликты?

Упражнение «Качества».

Цель: развитие адекватной самооценки младших школьников.

Материалы: листы, ручки, карандаши.

Проведение: Психолог называет качества: Я буду называть вам качество, а вы жестами будете показывать, есть ли оно у вас:

- помашите мне рукой те, у кого есть искренность,
- -троньте себя за ухо те, в ком встречается лень,
- встаньте и махните мне рукой те, в ком есть такое качество, как отзывчивость,
- сожмите руки в замок, у кого встречается зависть,
- встаньте и промаршируйте те, в ком есть такое качество как смелость.

В каждом из нас живут как светлые, так и темные качества. Нужны ли человеку темные качества? Обсуждение.

Перед вами лежат два листочка в виде сосуда. Напишите на одном листочке те качества, которые вам мешают, а на другом, те, которые вам наоборот помогают. А теперь я предлагаю разорвать наши черные листы с отрицательными эмоциями и таким образом избавиться от них.

Рефлексия. Упражнение «Встретимся опять».

Цель: подведение итогов, наблюдение за эмоциональным состоянием детей.

Проведение: участники встают в круг, протягивают вперед левую руку «от сердца, от души» (получается пирамида из ладошек) и говорят традиционные слова: «Раз, два, три, четыре, пять – скоро встретимся опять!».

Занятие 7.

Цель: закрепление полученных знаний, использование всех своих сил и возможностей.

Приветствие. Упражнение «Общий круг».

Цель: создание позитивного настроения.

Проведение: психолог предлагает поздороваться глазками со всеми по кругу. Я начну первая, когда я поздороваюсь со всеми, начнет здороваться мой сосед (психолог заглядывает в глаза каждому ребенку по кругу и слегка кивает головой; когда он «поздоровался со всеми детьми, дотрагивается до плеча своего соседа, предлагая ему поздороваться с ребятами).

Создание «Книги успеха».

Цель: развитие адекватной самооценки младших школьников.

Материалы: белые листы бумаги, цветные карандаши, фломастеры, ручки, стикеры.

Проведение: каждый ребенок создает свою «Книгу успеха», в которой он пишет о своих достижениях, ставит новые цели, планирует свои шаги, украшает ее по-своему.

Упражнение «Как много я умею».

Цель: развитие адекватной самооценки младших школьников.

Материалы: мяч.

Проведение: психолог по кругу кидает мяч, и начинать предложение, а он должен бросить его обратно, назвав окончание, пришедшее ему на ум. Все предложения будут касаться ребенка. Одни и те же «начала» могут прилетать к ребенку несколько раз, но придуманные им «окончания» должны различаться. Кидайте ребенку мяч со словами: «Я умею...», «Я могу...», «Я хочу научиться...».

Упражнение «Сломалась игрушка».

Цель: научить детей поиску выхода из трудной ситуации.

Материал: мягкая игрушка.

Проведение: «Представьте, что у вас сломалась самая любимая игрушка. Как вы себя чувствуете? Давайте покажем это!». Каждый ребенок по очереди изображает эмоции (грусть, обиду, злость), жестами и мимикой показывая, как будто его игрушка сломалась. Можно добавить фразы: «Ой, моя машинка сломалась!», «Я так любила эту куклу...». Остальные дети пробуют «утешить» говорящего: «Давай починим!», «Не грусти!» (можно предложить обнять или погладить по плечу).

Рефлексия. Упражнение «Обниму я крепко друга».

Цель: закрепление эмоционального состояния, положительный выход из занятия.

Проведение: дети становятся в круг и по очереди благодарят друг друга за совместные игры, обнимаются друг с другом.

Занятие 8.

Цель: создание положительного образа «Я».

Приветствие и установление контакта с учащимися, мотивирование на плодотворную работу

Разминка «Человек-загадка».

Цель: создание позитивного настроения, стимуляция мыслительной деятельности, формирование «Я-концепции» учеников.

Проведение: психолог раздаёт полоски бумаги с именами участников, которые помещаются в коробку, и пускает ее по кругу. Каждый по очереди вытаскивает листок с именем и, не называя его, описывает данного человека, черты его характера, манеру поведения, личностные особенности и т.д. При этом необходимо избегать описания внешних данных (рост, вес, цвет волос, глаз), а так же оценочных суждений. Остальные участники должны угадать, кто это. Обратная связь: ребята, как ваше настроение сейчас? Легко ли было описывать человека и отгадывать своих одноклассников?

Игра «Похвалилки».

Цель: развитие адекватной самооценки младших школьников.

Материалы: карточки с одобрениями.

Проведение: Каждый получает карточку, на которой зафиксировано какое-либо одобряемое окружающими действие или поступок. Например: «Однажды я помог товарищу в школе» или «Однажды я быстро выполнил домашнее задание» и т.п. На обдумывание задания дается 2–3 минуты, после чего каждый ребенок по кругу (или по очереди) делает краткое сообщение о том, как однажды он выполнил именно то, что указано в его карточке.

Упражнение «Имена-качества».

Цель: развитие адекватной самооценки младших школьников.

Проведение: участники игры по кругу произносят свои имена, добавляя к представлению качество, отражающее его личностные черты. Но это качество должно непременно начинаться с той же буквы, что и его имя. Например, Ирина – искренняя, Петр – пунктуальный.

Рефлексия. Игра «Подари улыбку себе и миру».

Цель: подведение итогов, наблюдение за эмоциональным состоянием детей.

Проведение: дети дарят улыбки каждому участнику и добрые пожелания.

Каждый участник рассказывает, что ему дала работа в группе, что нового он узнал о себе и о других.

Заключительное слово ведущего: психолог говорит о том, что эти занятия показали, что у всех нас много возможностей, много того, что делает каждого из нас уникальным, неповторимым, и то, что для всех нас общее.

Таким образом, нами была разработана программа по формированию адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения, которая имеет чёткую структуру, все упражнения, связаны между собой и дополняют друг друга.т. п

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Результаты опытно-экспериментального исследования формирования адекватной самооценки младших школьников в условиях образовательного учреждения

Таблица 4.1 – Результаты повторной диагностики уровня самооценки младших школьников по методике «Лесенка» В. Г. Щур, С. Г. Якобсон

№ испытуемого	Ступенька	Уровень самооценки
1	2	Адекватная
2	1	Завышенная
3	2	Адекватная
4	3	Адекватная
5	2	Адекватная
6	2	Адекватная
7	2	Адекватная
8	3	Адекватная
9	3	Адекватная
10	3	Адекватная
11	4	Заниженная
12	3	Адекватная
13	3	Адекватная
14	3	Адекватная
15	4	Заниженная
16	4	Заниженная
17	5	Низкая
18	4	Заниженная

Таблица 4.2 – Результаты повторной диагностики самооценки младших школьников по методике «Какой Я?» О. С. Богданова

№ испытуемого	Ступенька	Уровень самооценки
1	10	Очень высокая
2	7	Средняя
3	7	Средняя
4	7	Средняя
5	7,5	Средняя
6	7,5	Средняя
7	7	Средняя
8	8	Высокая
9	7	Средняя
10	8	Высокая
11	7,5	Средняя
12	7,5	Средняя
13	6,5	Средняя
14	8	Высокая
15	7	Средняя

Продолжение таблицы 4.2

16	7,5	Средняя
17	8,5	Высокая
18	4,5	Средняя

Таблица 4.3 – Результаты повторной диагностики самооценки младших школьников по методике «Кружки» Дембро-Рубинштейн

№ испытуемого	Баллы	Уровень самооценки
1	2	Адекватная
2	2	Адекватная
3	3	Адекватная
4	3	Адекватная
5	3	Адекватная
6	3	Адекватная
7	4	Заниженная
8	1	Завышенная
9	1	Завышенная
10	1	Завышенная
11	1	Завышенная
12	3	Адекватная
13	3	Адекватная
14	2	Адекватная
15	2	Адекватная
16	4	Заниженная
17	3	Адекватная
18	2	Адекватная

Таблица 4.4 – Расчет разности показателей и ранжирование значений

№ исп.	До, $t_{до}$	После, $t_{после}$	Разность ($t_{после} - t_{до}$)	Абсолютное знач. разности	Ранговый номер разности
1	6.5	7	0.5	0.5	3.5
2	7	7.5	0.5	0.5	3.5
3	6.5	7.5	1	1	7
4	7.5	8	0.5	0.5	3.5
5	7	7.5	0.5	0.5	3.5
6	6	7.5	1.5	1.5	9
7	6	6.5	0.5	0.5	3.5
8	6.5	8	1.5	1.5	9
9	7	7.5	0.5	0.5	3.5
10	5	8.5	3.5	3.5	11
11	3	4.5	1.5	1.5	9
Σ					66

Проведем проверку ранжирования по формуле (1).

$$\sum R_{\text{эмп}} = \frac{N \cdot (N+1)}{2} = \frac{11 \cdot 12}{2} = 66, \quad (1)$$

где N – общее количество ранжируемых значений.

Общая сумма рангов совпадает с расчетной суммой, следовательно, ранжирование проведено верно.

Рассчитаем сумму рангов, соответствующим сдвигам в нетипичном направлении по формуле (2):

$$T_{\text{эмп}} = \sum R_r = 0, \quad (2)$$

где R_r – ранговые значения сдвигов с более редким знаком.

По таблице критических значений T-критерия Вилкоксона найдем критические значения при $n=11$:

$$T_{\text{кр}} = 13 (p \leq 0,05)$$

$$T_{\text{кр}} = 7 (p \leq 0,01)$$

Если $T_{\text{эмп}}$ меньше или равен $T_{\text{кр}}$, сдвиг в типичную сторону по интенсивности достоверно преобладает.