



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

**ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ**

**Психолого-педагогические условия формирования адекватной самооценки
неуспевающих младших подростков**

**Выпускная квалификационная работа
по направлению 44.03.02 – «Психолого-педагогическое образование»
Направленность программы бакалавриата
«Психология образования»**

Проверка на объем заимствований:
78,16 % авторского текста

Работа рекомендована к защите
рекомендована / не рекомендована
« 20 » 05 2019 г.
зав. кафедрой ТИПИ
Кондратьева О.А. Кондратьева О.А.

Выполнила:
студентка группы ЗФ/510-099-5-1
Рыльцова Анастасия Николаевна

Научный руководитель:
кандидат психологических наук,
доцент
Рокицкая Юлия Александровна

Челябинск
2019

Оглавление

Введение.....	4
Глава I. Теоретический анализ проблемы исследования психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков	10
1.1 Феномен самооценки личности в психолого-педагогических исследованиях.....	10
1.2 Особенности самооценки неуспевающих младших подростков .	20
1.3 Теоретическое обоснование модели психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков	29
Глава II. Организация опытно-экспериментального исследования психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков	40
2.1 Этапы, методы и методики опытно-экспериментального исследования.....	40
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования....	46
Глава III. Опытное - экспериментальное исследование эффективности психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков	62
3.1 Программа реализации психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков	62
3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования	72

3.3 Психолого -педагогические рекомендации для родителей и педагогов по формированию адекватной самооценки неуспевающих младших подростков.....	79
Заключение	87
Список используемой литературы	92
Приложения	100

Введение

Изменения, случившиеся в современном социуме, определили основную задачу для психологии и педагогики. Особую актуальность приобрела проблема формирования самооценки младших подростков. Поскольку, подростковый возраст соотносится с критическим и переходным периодом онтогенеза. Особенность переходного возраста связана с трансформацией социальной ситуации развития подростков - их рвением стать индивидуальной, самостоятельной, а главное, равноправной личностью к миру взрослых, поведение младшего подростка начинает ориентироваться на ценности и нормы современного мира. Младший подростковый возраст характеризуется формированием нового уровня самосознания, о чём свидетельствуют труды выдающихся учёных, как Б.Г. Ананьев, Л.И. Божович, А.В. Захарова, И.С. Кон, М.И. Лисина, А.И. Липкина, А.А. Реан, Н.Д. Творогова и др.

Одной из основных проблем, стоящих перед педагогами-психологами, является правильно сформированная самооценка школьников. Такая необходимость, обуславливается, сопровождением в адаптационный период, связанный с переходом младшего подростка из начальной школы в среднее звено. Что подразумевает смену режима, кроме того, накладываются психофизиологические модификации в развитии младших подростков. Самооценка в данном возрасте стремительно формируется именно в социально-психологическом аспекте, и стартовая точка обучения в среднем звене вероятно установит траекторию становления самооценки.

Проблему самооценки рассматривали отечественные и зарубежные психологи в своих трудах. Понятие, функции, структура, а также проблема развития самооценки обсуждаются в работах Б.Г. Ананьев, П.П. Блонский, Л.И. Божович, Дж. Брунер, Л.С. Выгодский, Э.А. Голубева, В.В. Давыдов,

Ю.К. Кабанский, А.Н. Леонтьев, И.Я. Лернер, А.И. Липкина, А.Р. Лурия, М.Н. Скаткин, Д.Б. Эльконин.

Наибольший интерес исследователей был сосредоточен на изучении самооценки в подростковом возрасте (В.А. Аверин, М.В. Ермолаева, Т.В. Драгунова, Н.К. Крупская, Т.Д. Марцинковская, С.К. Масгутова, И.С. Кон, А.А. Реан, Д.И. Фельдштейн, Д.Б. Эльконин и многие другие ученые). Это связано, с тем, что в подростковом возрасте происходит становление сознания и самосознания, а центральным образованием личности выступает самооценка, посредством которой регулируются действия, поступки и в целом поведение, формируется личность, от чего зависит планирование жизненных перспектив каждого ребенка.

В эмпирических исследованиях самооценки (В.А. Захарова, О.Н. Молчанова, Л.А. Регуш, К.Р. Сидоров) исследовалась ее связь с успехами в учебе, характеристиками интеллектуальной деятельности, спецификой мотивационной и эмоциональной сферы, ощущением счастья, девиантным поведением, аномальным развитием личности, психосоматическими заболеваниями и т.д.

Исследования, посвящены разным вопросам самооценки, но разработанность этого феномена парадоксальным образом сочетается с научным минимумом исследований самооценки у неуспевающих младших подростков. Важно проследивать любые изменения самооценки младшего подростка в пубертатный период, как наиболее значимого переходного момента становления индивида, и уметь корректировать изменения в положительном направлении. Считается необходимо важным сформировать исключительно адекватную самооценку у подростка.

Имеется достаточное количество теоретических данных и практических средств, направленных на формирование адекватной самооценки младших подростков, а с другой - недостаточность проработки методологических и технологических составляющих процесса психолого - педагогического сопровождения, способствующих формированию

адекватной самооценки неуспевающих младших подростков в учебном заведении.

Необходимо разработать и подобрать эффективные методы формирования адекватной самооценки детей младшего подросткового возраста с плохой успеваемостью в выбранном учебном заведении.

Исходя из этого сформулирована тема исследования: «Психолого-педагогические условия формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков».

Цель исследования – теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков.

Объект исследования – самооценка неуспевающих младших подростков.

Предмет исследования – психолого-педагогические условия формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков.

Гипотеза исследования:

1) Учебная успеваемость младших подростков имеет прямую корреляционную взаимосвязь с показателями их самооценки, а именно: чем ниже учебная успеваемость, тем ниже показатели самооценки.

2) Самооценка неуспевающих младших подростков характеризуется неадекватно заниженным уровнем и требует для своего формирования специально организованных психолого-педагогических условий.

3) Формирование адекватной самооценки младших подростков пройдет успешнее, если будет реализована совокупность следующих психолого-педагогических условий:

- разработка модели формирования адекватной самооценки младших подростков на основании теоретического и корреляционного анализа;

- актуализация положительной внутренней мотивации младших подростков к формированию адекватной самооценки;
- целенаправленная программируемая деятельность по формированию адекватной самооценки младших подростков на основе субъект-субъектного взаимодействия;
- создание в группе младших подростков атмосферы психологической безопасности, взаимоподдержки и доверия, отсутствие оценивания, открытость личности новому опыту, внутреннее позитивное оценивание достижений), соблюдение основных принципов ведения групповой работы (конфиденциальность, добровольность, безоценочность, искренность).

Для достижения поставленной цели, поставлены следующие задачи:

1. Проанализировать феномен самооценки личности в психолого-педагогических исследованиях.
2. Рассмотреть особенности самооценки у неуспевающих младших подростков.
3. Теоретически обосновать модель психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков.
4. Описать этапы, методы и методики опытно-экспериментального исследования.
5. Дать характеристику выборки и проанализировать результаты исследования.
6. Реализовать программу психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков.
7. Проанализировать эффективность программы психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков

8. Разработать психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям по формированию адекватной самооценки неуспевающих младших подростков

Методы исследования:

1. Теоретические - анализ психолого-педагогической и методической литературы по проблеме исследования и методик диагностирования.

2. Эмпирические - наблюдение, опрос, беседа, тестирование, методы математической обработки.

Для реализации экспериментального этапа были выбраны следующие методики:

1. Методика Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан «Изучение особенностей Я-концепции».

2. Методика О.И. Мотков «Самооценка личности».

3. Методика Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан «Изучение самооценки».

Базой исследования выступило МАОУ «Средняя общеобразовательная школа № 137 г. Челябинска». В эксперименте участвовали учащиеся 6 «Б» класса. Средний возраст детей на момент исследования 12 лет, в группе испытуемых 10 девочек и 11 мальчиков.

В выпускной квалификационной работе были использованы следующие методы исследования:

Теоретические методы:

– анализ учебной, научной литературы (монографии, учебные пособия, научные публикации и пр.) и интернет-ресурсов по проблеме взаимосвязи самооценки младших подростков с успеваемостью;

– понятийный, терминологический анализ, сравнительный анализ.

– моделирование и целеполагание.

Эмпирические методы:

– метод субъективного шкалирования (методика измерения самооценки Дембо-Рубинштейна (адаптированный для подростков вариант));

– анализ документации (классного журнала успеваемости).

Методы статистической обработки:

Методы обработки данных, математико-статистического анализа: методы описательной статистики; t-критерий Вилкоксона

Квалификационная работа состоит из введения, трех глав, заключения, списка литературы и приложений.

Теоретико-методологической базой исследования выступили исследования Н.Я. Барабанова, Л.И. Божович, И.В. Дубровина, А.В. Захарова, И.С. Кон, А.А. Реан, М.К. Тутушкина и др. Исследования посвящены формированию самооценки у детей, а Е.И. Савонько – возрастным особенностям соотношения ориентации учащихся на самооценку и на оценку другими людьми. И.А. Липкина и Л.А. Рыбак рассматривали самооценку, формирующуюся в учебной деятельности, А.М. Серкова исследовала самооценку и её динамику у подростков. Социальнопсихологическая природа и нравственная основа самооценки, её структура и роль в психической жизни личности рассматривались Т.П. Авдулова, Б.Г. Ананьевым, Т.Д. Марцинковская, С.Л. Рубинштейном и др.

Теоретическая значимость данной работы состоит в том, что проведенное исследование позволяет расширить и уточнить знания о формировании адекватной самооценки младших подростков.

Практическая значимость: предложенные методики помогут определить самооценку у детей младшего подросткового возраста. Результаты диагностического психолого-педагогического исследования могут быть использованы в работе педагогов и психологов среднеобразовательной школы.

Глава I. Теоретический анализ проблемы исследования психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков

1.1 Феномен самооценки личности в психолого-педагогических исследованиях

В психологии личности, проблема самооценки является достаточно сложной. На сегодняшний день существует огромное количество различных концепций самооценки, представлений о её природе и формировании, методов и методик её исследования. Одни исследователи пересекаются в интерпретации самооценки, другие предлагают инновационные вариации её трактовки. Анализируя литературу по проблеме самооценки можно заключить о многоаспектности данного феномена и разносторонности его свойств.

Самооценка как психологическое явление встречается в литературных источниках далекого прошлого, таких как, труды Аристотеля, философия которого, тесно взаимосвязана с зарождением научной психологии. Очень долгое время феномен самооценки не вызывал научного интереса. Только на границе девятнадцатого и двадцатого веков понятие самооценка начинает все чаще встречаться на страницах специальной педагогической литературы. Однако экспериментальная работа педагогической терминологии самооценки началась сравнительно недавно. Самодисциплина, на сегодняшний день является актуальной проблемой психологии, требующей своего решения в самых различных областях педагогической науки [3, с. 38].

В научных трудах, зарубежных и отечественных психологов существует значимый вклад о проблеме самооценки. Теоретическая разработка понятия, функции, структуры, а также закономерности формирования самооценки представлена в работах таких отечественных

авторов, как Б.Г. Ананьев, Л.И. Божович, Р. Бернс, А.В. Захарова, И.С. Кон, М.И. Лисина, А.И. Липкина, и других. В зарубежной психологии занимались У. Джемс, К. Роджерс, Г. Эйстад, Э. Эриксон и др. [4, 7, 19, 26, 32, 33, 80, 84]. Одной из сложных и ключевых психолого-педагогических проблем является проблема личности и ее развития в специально организованных условиях.

В психологии первые основополагающие исследования самооценки и её специфику формирования совершил американский философ и психолог Уильям Джеймс, он очень много трудился над изучением «Я» концепции. В сегодняшнем мире Джеймса заслуженно называют отцом современной психологии. По его мнению, самооценка определяется двумя показателями [50, с. 196]:

- самодовольство как непосредственное убеждение в своих достоинствах, такое качество может проявляться в гордыне, тщеславии и заносчивости;

- недовольство или неудовлетворенность, такое качество находит себя в застенчивости, нерешительности, унынии и осознании собственной ничтожности.

Таким образом У. Джеймс связал два уровня психологической функции. Во-первых, самооценка – это чувство, которое определяет радость, восторг, печаль, недовольство, и тому подобное. А во-вторых, данное чувство тесно взаимосвязано с личной успешностью взаимодействия с миром. Разногласия между успехами и хорошим настроением – стало теоретическим фундаментом для улучшения самооценки на практике. Непосредственно «хорошее настроение» и «успешность» свидетельствуют о том, что с самооценкой все в порядке.

Ценным представляется указание С.Л. Рубинштейна о том, что «самосознание тесно связано с самооценкой, которая обусловлена жизненным опытом, мировоззрением, определяющим нормы оценки» [59, с. 201]. С.Л. Рубинштейн связывает самооценку с общественной природой

мотивации человеческой деятельности, вследствие которой самооценка обуславливается общественными нормами и оценкой со стороны окружающих, особенно тех, мнением которых человек дорожит. Самооценка субъекта в значительной мере связана с оценкой данного субъекта референтной группой. Не отрицая влияния внешних факторов, С.Л. Рубинштейн особо подчеркивает обусловленность самооценки внутренними сформировавшимися особенностями личности, ее жизненным опытом, мировоззрением [59, с. 216].

И.С. Кон, рассматривая личностное «Я» в русле «Я – концепции», отмечает, что спонтанные самоощущения не могут сами по себе сложиться в сколько-нибудь цельный образ «Я». Главным источником информации о себе для ребенка являются взрослые. Дифференциация деятельности ребенка, увеличения числа «значимых других», от которых следует оценивание, неизбежно порождает противоречия и конфликты, стимулирующие развитие автономного самосознания и переход с «внешних» оценок на самооценку [27, с. 201].

В теоретическом и практическом плане значительный интерес представляют исследования Л.И. Божович, утверждающая, что «в изучении личности и ее структурных компонентов необходимо различать объективное положение ребенка, его место в коллективе, уровень притязаний, жизненный опыт, его собственную «внутреннюю позицию», под которой понимается отношение ребенка к своему положению и к тем требованиям, которые к нему предъявляют окружающие и коллектив. Это отношение формируется под влиянием жизненного опыта ребенка, его возможностей» [7, с. 145].

По мнению, Л.И. Божович, «самооценка выполняет важную функцию в психическом развитии, выступая одним из факторов формирования личности» [8, с. 147]. В более поздних работах она рассматривает вопрос об устойчивости самооценки. С точки зрения Л.И.

Божович, «здесь на первый план выступают оценки окружающих и результаты собственной деятельности ребенка» [8, с. 95].

В исследованиях А.В. Захаровой, отмечается, что принятые индивидом ценности и есть фундамент самооценки, поскольку выработанные человеком стандарты обуславливают механизм саморегуляции и обозначают её специфику, что даёт основание к самосовершенствованию. А.В. Захарова разработала структурно – динамическую модель самооценки, т.к. считает самооценку системным образованием. Модель представлена в двух основных формах: как частная и общая. Частная форма предполагает оценку конкретных психических и физических свойств и особенностей; общая форма определяется обобщенно-интегральными знаниями личности о себе и опирающиеся на них целостное отношение к себе. В структуре самооценки представлены два компонента: эмоциональный – ценностное отношение человека к себе и когнитивный, ему отводится ведущая роль, поскольку он синтезирует и обобщает наиболее существенные для индивида оценки себя. Общая и частная самооценка определяются комплектом характеристик, представленных в виде оппозиций: адекватная – неадекватная, высокая – низкая, устойчивая – неустойчивая и т.д. [20, с. 51]

О.Н. Молчанова анализируя западную и отечественную литературу отмечает (2011), что в современном мире сформировалось устойчивое мнение о самооценке как о основополагающем ресурсе психологического здоровья человека. Такое мнение образовалось в результате изучения проблемы самооценки, в прямой зависимости от успешности либо неудачливости человека. Самодостаточная личность стремится к достижению высокой оценки себя подобно тому, как человек стремится к хорошему здоровью, благосостоянию и свободе мысли [39, с. 57].

В учебной литературе М.К. Тутушкиной, понятие «самооценка» содержит обширную совокупность психических, нравственных, поведенческих, физических и социальных проявлений личности, в сумме

которых и складывается оценивание себя как личности [69, с. 287]. Изучение самооценки как правило начинается с анализа самосознания человека, поскольку самосознание многогранно, и позволяет осознание своего «Я», обособление себя от внешнего мира, посредством сопоставления себя с другими людьми. Такое осознание помогает человеку сохранить индивидуальность и собственное «Я», а также регулировать всю сложную систему внутреннего психического мира.

Самосознание содержит три основных звена: самопознание, самооценку и самовоспитание. В результате самопознания у человека формируется эмоционально-ценностное ощущение себя, которое выражается в самооценке [62, с. 288].

Такие ученые, как Б.Г. Ананьев, Л.И. Божович, С.Л. Рубинштейн, трактуют самооценку как компонент самосознания личности, как продукт ее развития, порождаемый в результате жизнедеятельности. Самооценка, как и самосознание в целом, имеет общественный характер и обусловлена социальными условиями [4, 7, 59].

Необходимо отметить, что многие исследователи считают, что в основе самооценки заложено два основных процесса — оценка и эмоция. Эти два процесса тесно взаимосвязаны друг с другом, но выделение одного из аспекта приводит к различным формам описания, объяснения и измерения самооценки.

Таким образом, в научной литературе нет общепринятого понятия самооценки, по этой причине представляется возможным опираться в дальнейшем на определение из «Большого психологического словаря» под редакцией В. П. Зинченко, Б. Г. Мещерякова, где самооценка – это ценность, значимость, которой личность наделяет себя в целом и отдельные стороны своей индивидуальности, поведения, деятельности. Самооценка выступает как сравнительно устойчивое структурное образование, является компонент Я-концепции, самосознания и как процесс самооценивания. Фундамент самооценки складывается из системы

индивидуальных представлений личности, принятая им система ценностей. Самооценка рассматривается в качестве центрального личностного образования и центрального компонента Я-концепции [38, с. 89].

Из вышеперечисленных определений, можно сделать вывод о том, что самооценка имеет существенную роль в организации продуктивного управления поведением личности. От особенностей самооценки зависит характер многих чувств и эмоций, развитость самовоспитания, уровень притязаний, обозначающий сложность целей, которые личность ставит перед собой. Уровень притязаний предполагает, оценивание индивидом свои способности и проявляется в активном желании и стремлении достичь конкретный результат, заработать определённую репутацию в значимой для себя группы людей. Расхождение между реальными возможностями и притязаниями личности ведет к неправильной, ложной оценке себя, что в последствии является основанием неадекватного поведения (это выражается в повышенной тревожности, эмоциональных срывах, хроническом эмоциональном дискомфорте в форме волнений и чувства недовольства собой).

По мнению зарубежного современника психологии Г. Эйestad, иметь здоровую самооценку - это принимать себя таким какой есть, а значит осознавать свои эмоции и чувства и поступать в соответствии со своими интересами [80, с. 18]. Такое отношение необходимо во всех сферах жизни, а не только относительно негативных ситуаций. Здоровая самооценка позволяет осознать и проявить обширный диапазон эмоций и чувств. Таким образом, мы ощущаем целостность личности, когда позволяем искренним чувствам и эмоциям высвободиться, не испытывая при этом необходимости искажать их, чтобы ввести в заблуждение других или защититься (замкнуться). Здоровая самооценка дает возможность ощущать личную значимость во взаимоотношениях с другими, личность

не боится проявить себя, свои чувства – как позитивные, так и негативные [80, с. 19].

Как отмечает В.И. Долгова, детский возраст – является важным конструктивным этапом развития личности. Поскольку во взрослом возрасте, личность не способна овладеть таким объемом качественно своеобразных стадий жизни, как в раннем возрасте. Совершенно беспомощный ребенок возрастает в независимую личность с индивидуальными взглядами, нравственными принципами, нуждами, чертами характера, первыми взглядами на жизнь, на мир, на социум и конечно же формируются ценностные ориентиры [14, с. 65].

В научных трудах В.И. Долговой отмечается, что ключевым центром индивида является самооценка, поскольку она определяет формирование жизненных ориентиров человека, уровень личностных притязаний и всю систему оценок. Самооценка определяет поведение и стиль общения, обуславливает динамику развития человека [14, с. 72].

По мнению Н.В. Бордовской и А.А. Реан, самооценка, имеет прямое влияние на социальную адаптацию человека, поскольку характер той или иной самооценки отражается на поведении и деятельности, в том числе и учебной деятельности [48, с. 319].

В научной литературе С.Л. Рубинштейна, представлено мнение У. Джеймса, где он, рассматривает самооценку как эмоциональную составляющую самосознания и выделяет два её вида: самодовольство и недовольство индивида собой [59, с. 64].

В современной научной и учебной литературе отечественными педагогами и психологами сформировано устойчивое мнение о делении самооценки на подтипы: адекватная и неадекватная. Неадекватная самооценка может быть завышенной и заниженной [26, с. 1].

В исследованиях Н.Д. Твороговой описываются ключевые характеристики самооценки - это высота, устойчивость и адекватность. Помимо вышеуказанных трех основных свойств выделяются

соответствующие критерии анализа самооценки: реальная - идеальная; завышенная - заниженная; частная или глобальная самооценка [68, с. 152].

При адекватной самооценке личность корректно идентифицирует свои способности и возможности, относится к себе достаточно критически, индивид объективно оценивает свои успехи и неудачи. Если говорить о самоанализе достигнутого, то учитываются не только личные мерки, а также, субъект старается предвидеть, как к этому отнесутся другие люди [68, с. 174].

При неадекватно завышенной самооценке у человека возникает ошибочное суждение о себе, личность идеализирует свой образ и завышает свои реальные возможности, возвышает свои ценности для окружающих, для общего дела. В данном случае человек игнорирует личные поражения ради сохранения привычной высокой оценки самого себя, своих дел и поступков. Непосредственно происходит острое эмоциональное «отрешение» всего, что нарушает представление о себе. Неудача представляется как следствие чьих-то интриг и промыслов, ну или виной всему служат неблагоприятно сложившиеся обстоятельства, никак не зависящих от действий самого индивида [68, с. 181].

Самооценка может быть неадекватно заниженной, т.е. ниже реальных возможностей субъекта. Как правило это приводит к неуверенности в себе, что способствует невозможности реализовать свои способности. Такие люди не ставят перед собой труднодостижимые цели, ограничиваются решением обыденных задач, слишком критичны к себе [68, с. 193].

Таким образом, можно заключить, что самооценка человека влияет на его отношение к самому себе, это то, как он оценивает свои возможности, силы и умения. Она является центром развития личности и имеет огромное влияние на адаптацию человека в новом обществе, группе. Это не константа – она развивается и меняется в зависимости от событий, происходящих в жизни человека. В основном самосознание и самооценка

закладываются в человека с детства и постепенно развиваются в Я-концепцию. Ее присутствие есть в любом поведенческом акте личности. На то, как человек поведет себя в критической ситуации, как будет решать важные вопросы и решится ли на выполнение тех или иных задач, будет напрямую зависеть от уровня самооценки человека на момент принятия решения.

В учебной литературе А.А. Реана, представлена структура самооценки где выделяется два компонента: когнитивный и эмоциональный [56, с. 280].

Когнитивный компонент (от латинского *cognition* – знания) включает в себя знания человека о себе, своих способностях, умениях, возможностях, слабых и сильных сторонах. Этот компонент формируется в процессе самопознания и во многом влияет на уровень самооценки. Неадекватная самооценка, как правило, связана либо с не соответствующими реальности представлениями о собственном «Я», либо с их несформированностью.

Эмоциональный компонент – это отношение индивида к себе и различным проявлениям собственной личности. Эмоции, которые мы испытываем к себе, очень противоречивы: одобрение и неодобрение, самоуважение или его отсутствие, любовь или неприятие себя.

Различия этих двух компонентов чисто теоретические, в реальной жизни они сосуществуют в неразрывном единстве – наши знания о своих качествах всегда эмоционально окрашены.

Самооценка формируется под влиянием конкретного жизненного опыта, является следствием переживаний субъектом своих неудач или успехов [55, с. 290]. Образовываясь еще в раннем детстве и прогрессируя в процессе взаимодействия с окружающим миром и учебной деятельности, самооценка становится устойчивым свойством личности, оказывая большое влияние на дальнейшую жизнь школьника.

Проанализировав психолого-педагогическую литературу, необходимо отметить, что мнение психологов сходится в том, что фундаментом формирования самооценки является общение ребенка с взрослыми: родителем и педагогом. Отсюда вытекает следствие, что для развития личности ребенка необходима профессиональная психологическая организация педагогического процесса. Для понимания, каким образом прогрессирует самооценка младшего подростка, и что влияет на ее формирование, следует рассмотреть ту социальную ситуацию, в которой существует подросток за пределами образовательного учреждения, а также важно брать во внимание семейную ситуацию в период дошкольного детства [41, с. 17].

Самооценка изначально формируется у ребенка при получении опыта неудач и достижений: совершая первые шаги (как в прямом, так и в переносном смысле), взаимодействуя с внешним миром, человек начинает осознавать свои возможности, выяснять, что он может сделать, а что – нет, какие результаты получает исходя из того или иного действия. Как отмечается в учебной литературе М.В. Матюхиной, основным фундаментом для формирования самооценки является отношение к ребенку взрослых – прежде всего родителей, затем воспитателей, учителей, а с наступлением подросткового возраста огромное значение приобретает и мнение сверстников [37, с. 130]. Более подробно младший подростковый возраст будет рассмотрен во втором параграфе.

В вышеописанном материале, исследователями обоснована сущность самооценки, её содержание и структурные элементы. В ходе анализа литературы было определено, что в то же время самооценка является важным компонентом, благодаря которой субъект становится личностью. Самооценка вырабатывает потребность соответствовать не только уровню требований окружающих, но и внутреннему локус контролю.

1.2 Особенности самооценки неуспевающих младших подростков

Подростковый возраст – это сложный пубертатный период, который дополняется психологическим взрослением. Подростки претерпевают гормональные изменения, у них появляется чувство взрослости, возникает страстное желание если не быть, то хотя бы казаться и считаться взрослым. У молодых людей формируется самосознание, они склонны анализировать свой внутренний мир. Кроме того, подросткам присуща сильная потребность в общении со сверстниками. Несомненно, мы можем отметить, что все вышесказанное способствует становлению у подростков такого явления, как самооценка.

Самооценка в младшем подростковом возрасте является фундаментом личности, поскольку имеет сложное личностное образование [76, с. 172] и находит свои истоки формирования в младшем возрасте, но на этом этапе характерна неустойчивость личности, но уже в подростковом возрасте она проявляется как достаточно устойчивое проявление. В основе формирования самооценки заложены многочисленные факторы, находящие свои проявления в раннем детстве, непосредственно в родительском отношении, статусе среди сверстников и отношении педагогов.

Анализируя психологические исследования ученых, посвященных особенностям самооценки у подростков, акцентируется её ситуативная неустойчивость, зависящая от внешних факторов непосредственно в младшем подростковом возрасте, а уже значительная устойчивость самооценки, прослеживается в многогранном охвате различных областей жизнедеятельности в старшем подростковом возрасте. Опираясь на этот анализ исследование данной выпускной квалификационной работы посвящено именно младшему подростковому возрасту, поскольку этот возраст является наиболее интересным в становлении самооценки.

Рассматривая младший подростковый возраст представляется необходимым опередить его возрастные границы. Исследованием возрастной периодизации занимались выдающиеся ученые такие как, В.А. Аверин, Ж. Пиаже, Д.Б. Эльконин, обобщая анализ литературы, можно заключить, что это возраст с десяти до тринадцати лет [2, 46, 81], или с 4го по 7ой класс в общеобразовательной школе.

При изучении возрастных особенностей неуспевающих младших подростков, в первую очередь необходимо рассмотреть психологию этого возраста.

Итак, существует возрастная граница между младшим школьником и подростком, условно этот переход возникает в 10 - 12 лет. На этом временном промежутке решаются специфические проблемы личностного роста и взросления человека, образуется новая модель эгоцентризма, происходит активное освоение культурных ценностей, формирующих в будущем его ключевые жизненные принципы. Это сложный временной промежуток от 12 до 17 лет и есть подростковый возраст, когда человек уже не ребенок, но ещё не взрослый это и есть подросток. В учебной литературе И.Ю. Кулагиной представлено суждение Н.К. Крупской, о том, что духовный мир подростка можно характеризовать как полувзрослый [29, с. 86].

Развитие человека происходит ступенчато, переход из одного возраста в другой может быть очень резким, иногда буквально в течение одного дня и избежать этого момента невозможно. В восприятии ребенка происходят изменения и, соответственно, многое меняется в его поведении.

Младший подростковый возраст тесно взаимосвязан с началом пубертатного периода, который занимает центральное положение в физическом развитии. Т.Д. Марцинковская описывает в своих исследованиях, изменение деятельности гипофиза, этот орган в расположенный в головном мозге, отвечает за выработку гормонов,

влияющих на физическое развитие, в следствии чего, изменяется темп роста мышечной и костной систем, ускоряется метаболизм. Такие изменения наблюдаются в возрасте 12-14 лет [35, с. 94].

В исследованиях М.В. Ермолаевой отмечается, что параллельно активному физическому развитию, происходят изменения в познавательной сфере, в младшем подростковом возрасте замедляется скорость работы, на осуществление конкретной деятельности теперь школьнику нужно больше времени. Внимание становится рассеянным, прослеживаются неадекватные реакции на замечания и критику, которые отражаются в вызывающем поведении, у детей появляется ситуативная раздражительность и капризы, их настроение переменчиво. Такое поведение является следствием порицаний, наказаний, что приводит к снижению успеваемости и конфликтам во взаимоотношениях [18, с. 105]. Необходимо отметить, что совокупность данных особенностей, достаточно часто является причинным фактором плохой успеваемости школьника.

В этот период детям характерна повышенная активность и любознательность, стремление к деятельности, характерно самоопределение и конкретная направленность в области увлечений и интересов. Младшему подростку становится интересно многое, далеко выходящее за рамки его повседневной жизни. В учебной литературе по возрастной психологии, ученые характеризуют этот период как возраст «зенита любознательности», пытливого ума, кипучей энергии, инициативности и бурной активности [70, с. 209].

Но, необходимо отметить, что появившаяся многогранность личности весьма поверхностна, а также практически полностью не связана со школьной программой. Недаром в педагогических коллективах имеет место шутка, что подростки знают все и интересуется всем, что не входит в школьную программу. Характерная «неуправляемость» младших подростков сочетается с поведенческой гибкостью и чувственной восприимчивостью, между тем ребенок достаточно открыт для

сотрудничества с непосредственной интеллектуальной зрелостью, что позволяет взрослым (учителям и родителям) выстраивать взаимоотношения на основе диалога, по принципу равного партнерского общения.

Младший подростковый возраст тесно взаимосвязан с осознанным ощущением собственного внутреннего мира, с оценкой самого себя, а также происходит личностное становление и оппозиция к внешнему миру.

Ключевые изменения в младшем подростковом возрасте, описаны Д.Б. Элькониным и Т.В. Драгуновой [79, с. 110]:

- учебная деятельность, наполняется смыслом в ключе самосовершенствования и саморазвития;

- сфера общения с ровесниками, становится «особой формой жизни подростка» и представляется в виде деятельности по установлению тесных взаимоотношений в коллективе;

- взросление как новообразование младшего подросткового периода, выражается в специфическом характере самосознания, социального по своей природе и проявляющегося в «чувстве взрослости»;

- освоение этических норм поведения, специфика которых заключается в понятии «хорошего товарища», оцениваемых по отношению к самому себе. Что является новой фазой в становлении самосознания младших подростков.

Роль школы в жизни человека сложно переоценить. Очень многое зависит от того, как организован школьный процесс, какое место занимает в социуме, каковы задачи и цели школьного образования. Многие личностные качества формируются в результате воздействия тех или иных особенностей школьного периода жизни человека. И смысл даже не в том, успешно или неуспешно учится ребенок, а в том, насколько комфортно он себя чувствует в школе, с желанием ли каждый день ходит в школу, как складываются его отношения с учителями и одноклассниками.

Необходимо отметить, что школьная успеваемость занимает центральное место в оценке себя и окружающих.

Как показывают исследования С.К. Масгутова, основные проблемы школьников 5-6 классов являются стандартными школьными трудностями. С точки зрения педагогов, шестиклассники «не способны самостоятельно мыслить», «не приспособлены к продолжительным нагрузкам», «не умеют контролировать свои эмоции» и т.д. [36, с. 74]. Такое поведение наблюдается и у современных младших подростков, это обуславливается переходом из начальной школы в среднюю, где изменяется система обучения, в следствии чего происходит дезадаптация.

Не каждый ребенок может быть отличником и получать высокий балл по всем предметам в школе. Тем не менее в школе все учащиеся не должны комплексовать из-за неуспеха в обучении и чувствовать себя комфортно. Цель школьного психолога заключается в создании положительной атмосферы в школе, способствующей развитию личности каждого школьника, формированию чувства собственного достоинства, самоуважения, значимости своей личности. Неуспех школьников в учении часто оказывается отрицательным фактором, который, может отобразиться на качестве усвоения школьной программы и на формировании негативных личностных качеств – лживости, конформизма, приспособленчества, неуверенности в своих силах, отрицательного отношения к труду, заниженной самооценки [11, с. 20].

Школьные трудности предполагает полную совокупность школьных проблем, которые возникают у младшего подростка в связи с началом систематического обучения в школе (Н.В. Дубровинская, Д.А. Фарбер, М.М. Безруких). Это может привести к выраженному функциональному напряжению, нарушению социально-психологической адаптации, ухудшению здоровья, а также к снижению успешности обучения. Школьные трудности, которые не были вовремя выявлены и скомпенсированы, приводят к неуспеваемости [15, с. 36].

Н.П. Локалова рассматривает неуспеваемость как ситуацию, в которой результаты обучения и поведение не соответствуют дидактическим и воспитательным нормам и требованиям общеобразовательного учреждения. В практике неуспеваемость расценивается как неудовлетворительные баллы по какому-либо предмету (возможно, по всем предметам одновременно) в четверти или в году. Систематическая неуспеваемость приводит к педагогической запущенности, под которой понимается совокупность отрицательных качеств личности, противоречащих требованиям и нормам школы, общества [34, с. 158]. Проблеме школьной неуспеваемости посвящено огромное количество трудов педагогики и психологии, и сегодня эта проблема остается актуальной.

Центральным фактором в оценке личностного развития младшего подростка, с точки зрения педагогов - психологов, непосредственно является успеваемость. Такая позиция обуславливается тем, что подросток прежде всего объект образовательного процесса. Данный факт обязывает младшего подростка – владеть и осваивать определенную сумму знаний, умение и навыков, определяющих его дальнейшее полноценное участие в социуме [34, с. 160].

Изучая, младший подростковый возраст, необходимо рассмотреть психологические факторы, воздействующие на школьную успеваемость, предложенные А.А. Реан [56, с. 27]:

1. Специфика учебной деятельности в школе. Учебная деятельность подразумевает системную деятельность и требует от младшего подростка набор определенных умений и знаний. Многие школьники оказываются не готовыми к осуществлению новой формы обучения;

2. Взаимоотношения учитель – ученик приобретает иную форму. Кардинальная смена модели педагога, появляются разные дисциплины, теперь есть педагоги-предметники и классный руководитель, что требует приспособления сразу к разным учителям с различными требованиями;

3. Индивидуальные особенности, возможно опоздание в развитии отдельных познавательных процессов, препятствующие усвоению учебной программы;

4. Эмоциональные расстройства;

5. Отставание в усвоении учебных программ. Не сформированные умения и навыки и отсутствие знаний, соответственно предполагает невозможным освоение нового материала, без базы которая не была усвоена на предшествующих этапах обучения, что обуславливает дальнейшее отставание ребенка в обучении.

6. Ситуация внутри семьи и ребенка, непосредственно отношение родителей к обучению в школе [56, с. 30].

Вышеуказанные факторы, не могут являться полным списком, исчерпывающим школьную неуспеваемость, но это, наиболее встречающиеся факторы риска, закономерно предписывающие отставание младшего подростка в обучении.

Представляется необходимым определить психологические особенности неуспевающих младших подростков. Захарова А.В. отмечает, что основной характерной чертой неуспевающих школьников является слабая самоорганизация в системе обучения, это проявляется в недостатке сформированности навыков, приемов и способов учебной деятельности, отмечается факт устойчивого ошибочного подхода к системе обучения [20, с. 73].

Низкая самоорганизация неуспевающих младших подростков, подразумевает под собой несформированность психических функций, таких как восприятие, память, воображение, внимание. Как правило, на уроках неуспевающие школьники невнимательны. Восприятие учебного материала, является бессистемным, несущий фрагментарный характер.

По мнению Л.А. Регуш, «в психологии, говоря о неуспеваемости, имеют в виду её психологические причины, которыми являются, как правило, свойства самого ученика, его способности, мотивы, интересы и

т.д. Педагогика рассматривает как источник неуспеваемости формы, методы организации обучения и даже систему образования в целом» [57, с. 80] Школьная неуспеваемость тесно взаимосвязана с индивидуальными особенностями учеников, с условиями протекания их развития, а также влиянием наследственных факторов. Исходя из этого, необходима систематизация различных подходов к проблеме возникновения неуспеваемости, к выявлению вызывающих ее причин.

В.Ф. Сафин отмечает, что причиной снижения успеваемости у подростка может стать невозможность самореализоваться в школе. Что является особенно важным для устойчивой самооценки школьника, с его ярко формирующимся самосознанием, обостренным чувством самодостоинства. Неудача побуждает нежелание учиться. Уже у более зрелых подростков с достаточно развитой рефлексией появляется желание активная деятельность в возможности показать свои реальные возможности [63, с. 71].

По актуальному замечанию Л.П. Фридмана и Б.В. Кулагиной, успеваемость становится для большинства младших подростков ключевым фактором для формирования их самооценки. И поскольку оценка, высказанная другими, имеет тенденцию превращаться в самооценку, неуспевающие школьники, как правило, ощущают свою некомпетентность и неполноценность [77, с. 312].

Таким образом, усваивая в процессе воспитания и обучения определенные ценности и нормы, учащийся начинает ориентироваться на оценочные взгляды окружающих педагогов и ровесников, соотносить данные суждения к реальным результатам личной учебной успеваемости, к самому себе как личности. У младшего подростка в учебно-воспитательном процессе формируется установка на оценку своих возможностей, что непосредственно является одной из главных функций самооценки.

При низкой успеваемости, как и при высокой, возникает проблема статуса. В младшем подростковом возрасте статус ученика в классе определяется оценками учителя, т.е. успеваемостью. Как подчеркивала А. И. Липкина, «оценивая знания, учитель, по существу, одновременно оценивает личность, ее возможности, ее место среди других. Именно так и воспринимаются оценки детьми. Ориентируясь на оценки учителя, они сами ранжируют себя и своих товарищей как отличников, средних, слабых... Влияние оценок учителя на формирование личности ребенка, на его отношение к себе, к другим и других к нему трудно переоценить» [32, с. 101].

Анализируя психолого-педагогическую литературу и опираясь на вышеизложенный материал, самооценка неуспевающих младших подростков складывается из многочисленных факторов. Основная роль в формировании самооценки заложена во взаимоотношениях подростка с окружающими (особенно ровесниками), в адаптации к системному обучению и появлению новых педагогов – предметников, в сформировавшейся мотивации учения и возможности самоутвердиться в периметре школы и классного коллектива.

Важным условием формирования самооценки младшего подростка выступает основная деятельность школьника (чаще всего учебная), достижения и неудачи в ней, существенным фактором является внешняя оценка значимых окружающих, а также включенность подростка в систему межличностных отношений [34, с. 67].

Кроме того, в теоретических и эмпирических исследованиях выявлена тесная зависимость социальных, семейных, медицинских и психолого-педагогических факторов с формированием самооценки подростков, например, таких как нормативные и ненормативные семейные кризисы, социально-экономический статус семьи, положение ребенка в семье по старшинству, физические особенности ребенка, стрессовые ситуации в его жизни.

1.3 Теоретическое обоснование модели психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков

Опираясь на результаты теоретического исследования, была сконструирована модель формирования адекватной самооценки младших подростков. При этом под моделью понимается знаковый образ системы, в котором фиксируются её наиболее существенные компоненты и связи, который может выступать дальнейшим образцом.

Моделирование – это процесс представления объекта исследования адекватной (подобной) ему моделью и проведения экспериментов с моделью для получения информации об объекте исследования. При моделировании модель выступает и как средство, и как объект исследований, находящийся в отношении подобия к моделируемому объекту [12, с. 2].

«Моделирование», как общенаучный метод нашел свое применение в психолого-педагогической практике. Данный подход широко используется в практике профессора психологических наук В.И. Долговой, на основании проведённых исследований с применением моделирования, научно доказана эффективность системного подхода [12 с. 1], таким образом считается целесообразным использование моделирования в выпускной квалификационной работе.

Моделируются – формы и методы психической деятельности, психологические процессы и системы, их развитие, структура взаимоотношений и ситуации взаимодействия, методы коррекции и формы их организации и т.д.

Безусловно, модель не может совершенно точно отражать реальность, и закономерности формирования психики, поскольку межличностные взаимоотношения достаточно индивидуальны и сложнее

поддаются воссозданию, чем материальные объекты. Но тем не менее моделирование способствует системному анализу проблемы; даёт возможность сформировать значимые цели в приоритетной зависимости; позволяет построить процесс от идейного решения проблемы к конкретному средству ее решения; дает возможность создать соответствующую концепцию управления [9].

Основные этапы моделирования: постановка цели, построение модели, проверка модели на достоверность (адекватность модели), применение и обновление модели.

При построении модели мы исходили из следующих положений.

Процесс формирования адекватной самооценки младших подростков:

- происходит успешнее при создании условий для развития индивидуальности школьников, в единстве с другими сферами психики, а также в единстве с личностными свойствами и качествами;

- представляет собой двусторонний процесс, в котором в единстве осуществляются деятельность психолога по формированию адекватной самооценки младших подростков и деятельность самих младших подростков;

- есть длительный процесс, осуществляемый по условно обозначаемым этапам, при этом каждый этап подчиняется достижению своих целей в формировании адекватной самооценки неуспевающих младших подростков.

Таким образом, формирование адекватной самооценки неуспевающих младших подростков осуществляется не в форме созерцания действительности, а в виде организованных в систему действий, операций, создающих определенные знания, стремления и отношения [12, с. 1].

С целью, представить наглядность исследования и реализовывать его на более высоком методологическом уровне, представляется необходимым

использовать системный подход к процессу целеполагания, разработанный доктором психологических наук В.И. Долговой и применить метод «Дерево целей» [12, с. 2].

Процесс целеполагания является фундаментальным этапом построения структурно-функциональной модели психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков, далее рассмотрим дерево целей (рис. 1), в соответствии с которым строится исследование выпускной квалификационной работы:

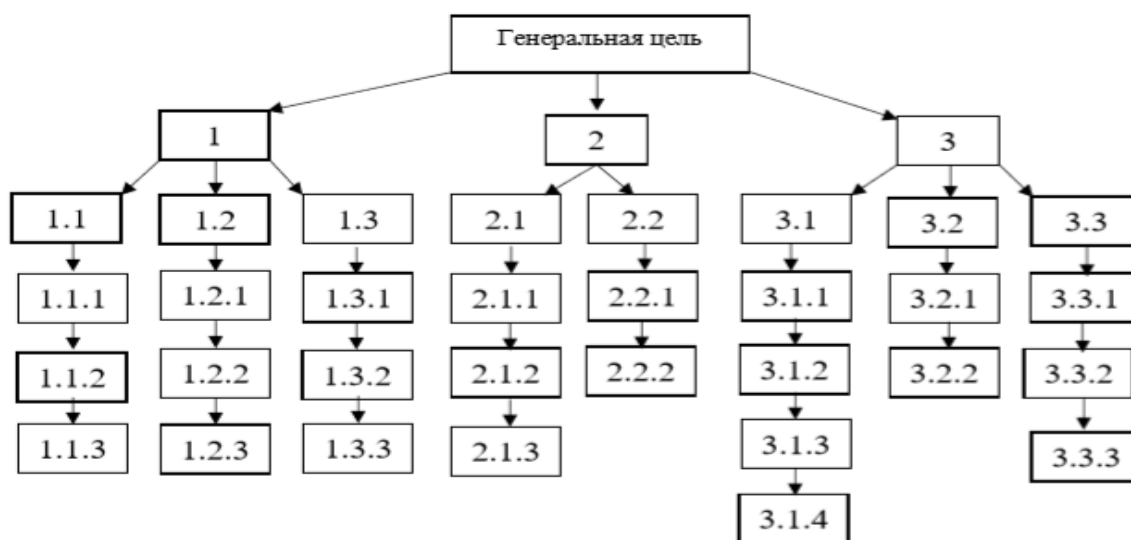


Рисунок 1 – Дерево целей реализации психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков

Генеральная цель – теоретически обосновать и экспериментально проверить психолого-педагогические условия формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков.

1. Теоретический анализ проблемы исследования психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков.

1.1 Проанализировать феномен самооценки личности в психолого-педагогических исследованиях.

1.1.1 Проанализировать литературу по теме феномена самооценки.

1.1.2 Рассмотреть виды самооценки.

1.1.3 Проанализировать факторы самооценки.

1.2 Проанализировать особенности формирования адекватной самооценки у неуспевающих младших подростков.

1.2.1 Определить возрастной промежуток для младших подростков в периодизации предложенной учеными исследователями.

1.2.2 Выявить возрастные особенности младших подростков.

1.2.3 Выявить особенности самооценки младших подростков в контексте школьной неуспеваемости.

1.3 Теоретически обосновать и разработать модель психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков.

1.3.1 Обосновать применение «Моделирования» как инструмента психолого-педагогической практики.

1.3.2 Построить «Дерево целей».

1.3.3 Разработать модель психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков.

2. Организовать опытно-экспериментальное исследования психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков.

2.1 Описать и раскрыть этапы, методы и методики опытно-экспериментального исследования.

2.1.1 Раскрыть этапы опытно-экспериментального исследования.

2.1.2 Представить методы опытно-экспериментального исследования.

2.1.3 Проанализировать методики опытно-экспериментального исследования.

2.2 Дать характеристику выборки и проанализировать результаты исследования.

2.2.1 Охарактеризовать выборку.

2.2.2 Проанализировать результаты констатирующего исследования.

3. Опытнo-экспериментальное исследование эффективности психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков.

3.1 Реализовать программу психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков.

3.1.1 Сформировать знание неуспевающих младших подростков о важности самооценки; сформировать умение самопознания, саморазвития и самовоспитания.

3.1.2 Формировать знание собственных личностных черт, затрудняющих процесс формирования эмоциональной устойчивости.

3.1.3 Формировать знание о приемах регуляции эмоциональных состояний.

3.1.4 Формировать знание о средствах коррекции эмоционального поведения.

3.2 Проанализировать эффективность программы психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков.

3.2.1 Провести повторную диагностику.

3.2.2 Проанализировать результаты формирующего исследования.

3.3 Разработать психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям по формированию адекватной самооценки неуспевающих младших подростков.

3.3.1 Разработать психолого-педагогические рекомендации педагогам.

3.3.2 Разработать психолого-педагогические рекомендации родителям.

3.3.3 Разработать обобщенные, универсальные рекомендации по формированию адекватной самооценки неуспевающих младших подростков.

Анализ психолого-педагогических исследований позволил разработать модель психолого-педагогического формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков. Модель содержит четыре блока: теоретический, диагностический, формирующий и аналитический (представлена на рисунке 2).

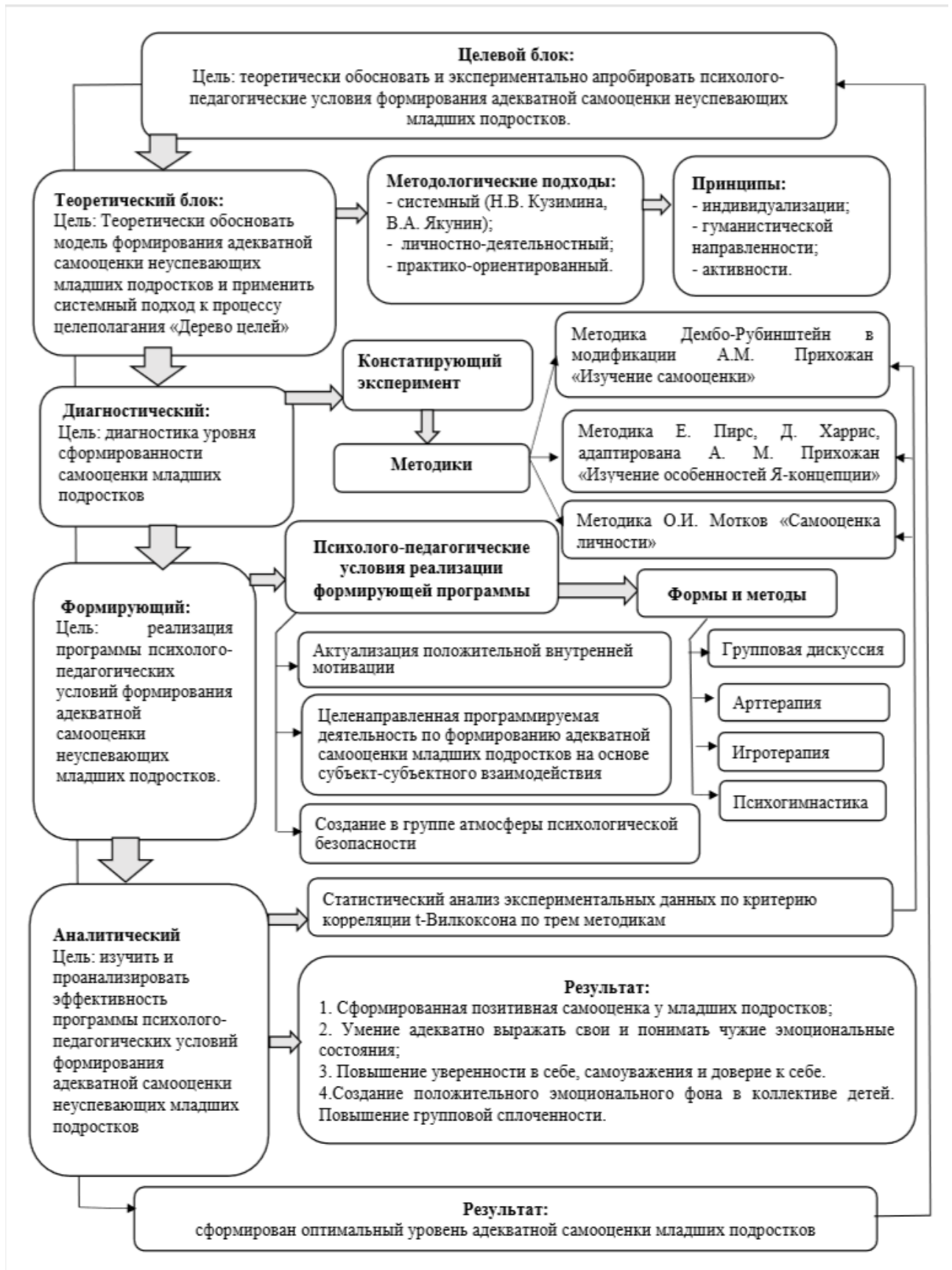


Рисунок 2 – Модель формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков

Цель модели: сформировать адекватную самооценку младших подростков.

Задачи модели:

1. Выявить уровневую характеристику сформированности компонентов адекватной самооценки младших подростков.
2. Сформировать оптимальный уровень адекватной самооценки у неуспевающих младших подростков.
3. Применить результаты формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков в практике работы образовательного учреждения.

Теоретический блок предполагает теоретическое обоснование модели формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков и применение системного подхода к процессу целеполагания «Дерево целей»

Диагностический блок представлен тремя методиками, которые позволят оценить уровень сформированности компонентов самооценки младших школьников:

1. Методика Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан «Изучение особенностей Я-концепции»
2. Методика О.И. Мотков «Самооценка личности»
3. Методика Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан «Изучение самооценки»

Формирующий блок представлен программой формирования адекватной самооценки младших подростков. Программа разработана с учетом содержания компонентов самооценки и состоит из 10 занятий.

Процесс формирования включает совокупность методик, построенных на применении разных видов коррекционных и формирующих техник в своеобразной символической форме и позволяющих с помощью стимулирования проявлений детской

деятельности и детских взаимоотношений осуществить коррекцию нарушений самооценки младших подростков.

Целесообразность ее заключается также в расширении использования методов работы: «телесных» упражнений, направленных на эмоционально-физическое сближение ребенка со сверстниками, арткоррекции, психокоррекции, «портфолио» детей, «портфолио» родителей, идеи гуманистического подхода и т.д.

В аналитический блок входит анализ результативности формирующих занятий (сравнение результатов на начало и конец эксперимента); выявление динамики в количественном и качественном отношении при помощи вышеуказанных методик.

В аналитический блок также входят конкретные рекомендации родителям и педагогам, которые способствуют более полной реализации программы формирования адекватной самооценки младших подростков, а также технологическая карта внедрения результатов экспериментальной работы в образовательный процесс школы.

Таким образом, необходимо отметить, что психолого-педагогические условия формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков – это деятельность педагога-психолога, направленная на решение конкретных проблем обучения и развития, учащихся группы риска, соответственно возрасту учащихся в групповой или индивидуальной форме. Коррекция недостатков в развитии способностей и интересов ребенка – важнейшее направление психолого-педагогической работы.

В данном исследовании на основе теоретического анализа психолого-педагогической литературы разработано дерево целей и модель психолого-педагогических условий формирования самооценки неуспевающих младших подростков. Далее нами было проведено опытно-экспериментальное исследование.

Выводы по главе I

Анализ психолого-педагогической литературы позволил заключить, что самооценка - это оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. Самооценка – личностное образование, принимающее непосредственное участие в регуляции поведения и деятельности, как автономная характеристика личности, её центральный компонент, формирующийся при активном участии личности и отражающий своеобразие её внутреннего мира.

Самооценка является сложным личностным образованием, которое характеризуется непостоянством в подростковом возрасте; она может быть завышенной, заниженной или адекватной, что зависит от многих факторов, таких как, окружение подростка и его личные суждения, от его внешнего вида и особенностей полового созревания. Самооценка неуспевающих младших подростков складывается из многочисленных аспектов. Основная роль в формировании самооценки заложена во взаимоотношениях подростка с окружающими (особенно ровесниками), в адаптации к системному обучению и появлению новых педагогов – предметников, в сформировавшейся мотивации учения и возможности самоутвердиться в периметре школы и классного коллектива.

Опираясь на результаты теоретического исследования, представленные в предыдущих параграфах, была сконструирована модель психолого-педагогического формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков. Модель имеет достаточно сложную структуру. В ней отражено 4 блока (теоретический, диагностический, формирующий и аналитический) представляющие взаимосвязь в виде многоуровневой динамической системы, построенной по иерархическому принципу.

Глава II. Организация опытно-экспериментального исследования психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков

2.1 Этапы, методы и методики опытно-экспериментального исследования

В рамках второй главы необходимо проверить сформулированную гипотезу о том, что успеваемость младших подростков имеет прямую корреляционную взаимосвязь с показателями их самооценки, а именно: чем ниже учебная успеваемость, тем ниже показатели самооценки. Предметом нашего исследования является влияние успеваемости на формирование самооценки младшего подростка.

Этапы выполнения выпускной квалификационной работы предполагают логический порядок исследовательской работы. В данной работе использовались следующие этапы:

1. Подготовительный этап: составление диагностического аппарата исследования, создание условий для проведения диагностического обследования (ознакомление с методиками, оформление бланков, оформление места проведения диагностики и пр.);

2. Опытно-экспериментальный этап: реализация диагностического обследования самооценки и успеваемости младших подростков и обработка результатов. Была проведена психодиагностика испытуемых по трем методикам: «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан), «Самооценка личности» (О.И. Мотков), «Изучение самооценки» (Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан) [47, с. 63; с. 155. 24, с. 231]. Затем полученные результаты были обработаны, выражены в виде диаграмм и сведены в общие таблицы;

3. Заключительный этап - контрольно-обобщающий: организована и проведена повторная диагностика. Разработана программа психолого-

педагогических условий по формированию адекватной самооценки неуспевающих младших подростков, проанализирован и обобщен результат исследования, сформированы выводы, проверка гипотезы.

Исследование проводилось на базе средней общеобразовательной школы №137. В эксперименте принимали участие подростки в возрасте 12-13 лет, в количестве 21 человек.

Выбирая методы исследования, мы опирались на следующие положения:

1. Методы исследования должны полностью учитывать специфику объекта изучения, и только в этом случае они обеспечивают точность, объективность полученных результатов.

2. С целью всестороннего изучения явления следует использовать не один или два метода, а комплекс методов, приемов и средств, поскольку каждый отдельный метод исследования имеет свое определенное назначение.

Для достижения цели и диагностики формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков использовались следующие методики:

1. Методика Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан «Изучение особенностей Я-концепции».

2. Методика О.И. Мотков «Самооценка личности»

3. Методика Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан «Изучение самооценки»

4. Анализ успеваемости детей.

Охарактеризуем методики исследования:

Анализ научной литературы – это метод исследования, который направлен на определение актуальности определенного исследования, на исследование степени изученности разными учеными. Анализ литературы определяет методологию научно-исследовательской работы. Уточняет и

конкретизирует понятийный аппарат, соотносит теоретические разработки с темой исследования [39, с. 94].

Обобщение – это продукт мыслительной деятельности, отражение, выделение и фиксация общих признаков в свойствах предметов. Процесс, который приводит к выделению определенных свойств и переходу от частного к общему. В результате данной операции получается понятия более общего объема [38 с. 171].

Синтез – это мыслительная операция, которая позволяет в процессе мышления переходить от частей к целому. Синтез подразумевает интеграцию элементов в одно целое. Как правило синтез и анализ представляются в единстве. В основном они осуществляется одновременно [38, с. 361].

Моделирование – это деятельность по построению и изучению моделей для указанных целей. Моделирование – это теоретический метод исследования и научного познания процессов, состояний и систем путем построения моделей для уточнения и определения характеристик [12, с. 2].

Эксперимент – это такой метод познания, с помощью которого в определенных условиях (естественных или контролируемых) исследуются различные феномены определенной категории людей. Одной из задач часто бывает проверка выдвинутой гипотезы или предсказания [45, с. 211].

Выделяют такие виды эксперимента, как констатирующий и формирующий эксперимент.

Тестирование – метод психологической диагностики, в котором используются стандартизированные вопросы и задачи (тесты) для определения психологических качеств и свойств личности человека. Достоинствами метода тестирования является то, что условия и результаты стандартизированы. Тест – это способ исследования глубинных процессов деятельности личности, путем его суждений или оценок.

Наше исследование было проведено с помощью следующих методик:

1. Методика Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан «Изучение особенностей Я-концепции» (см. Приложение 1).

Личностный опросник предназначен для испытуемых 12-17 лет. Вариант дополнен контрольной шкалой - шкалой социальной желательности. Внесены изменения в текст методики, проведена новая факторизация, в результате которой были выделены 3 новых фактора и уточнено содержание старых. Существенно дополнена интерпретация. Дополнения, адаптация и нормирование осуществлены А.М. Прихожан (2002, 2005) [47, с. 18].

На первой странице бланка проставляются необходимые сведения об испытуемом (фамилия, имя, возраст, класс, дата и время проведения и др.). На следующих страницах представлен текст методики. На последней странице – место для записи оценок и выводов по результатам исследования. Применяются 2 варианта бланков – для мальчиков и для девочек. Методика проводится фронтально. После проведения инструкции и ответы на вопросы школьников предлагается выполнить тренировочные задания. Затем следует проверить, как каждый из учащихся выполнил задание, точное понимание инструкции, вновь ответить на вопросы. После этого учащиеся работают самостоятельно, и психолог ни на какие вопросы не отвечает. Заполнение шкалы вместе с чтением инструкции – 25 – 30 мин.

Данная методика содержит 90 вопросов с такими вариантами ответов, как «верно», «скорее верно, чем неверно», «скорее неверно, чем верно» и «неверно». К данной методике прилагается ключ, при совпадении с ключом ставится 1 балл. Ответы «верно» и «скорее верно, чем неверно» объединяются и отмечаются знаком «+», ответы «скорее неверно, чем верно» и «неверно» также объединяются и обозначаются знаком «-». Выявляется тенденция к социальной желательности ответов. При подсчеты общего количества баллов мы получает сырые баллы, которые по таблице, приложенной в методике переводится в уровень самооотношения. Также

считается сумма баллов по отдельным факторам. Данная методика содержит 9 факторов.

2. Методика О.И. Мотков «Самооценка личности» модификация методики Б.А. Сосновского (см. Приложение 1).

Методика позволяет изучать общий уровень самооценки позитивного развития личности, самооценку отдельных факторов и качеств личности, а также ее адекватность или неадекватность.

В варианте методики Б.А. Сосновского испытуемому предлагается список из 30 слов, определяющих некоторые качества личности. Опрашиваемый сначала должен ранжировать их по степени ценности, ориентируясь на свой идеал личности (ставя на 1 место наиболее ценное качество, затем на 2 место - чуть менее ценное, и т.д.). Затем он ранжирует эти качества по степени их выраженности у себя (на 1 место ставится наиболее выраженное качество, на 2 – чуть менее выраженное, и т.д.). Т.е. таким образом испытуемый оценивает свое реальное Я. Третий раз он ранжирует эти качества, оценивая их по степени проявления, демонстрации для других людей (Я для других). Далее подсчитываются коэффициенты ранговой корреляции между получившимися тремя рядами рангов.

В представленном здесь варианте № 2 методики испытуемому предлагается список из 24 позитивных качеств личности, которые входят, по мнению автора, в характеристику «идеальной» личности (большинство из этих качеств не совпадает с «качествами личности» из списка Б.А. Сосновского, так как некоторые характеристики в его списке не являются, строго говоря, качествами личности, например, «знания», «умения», и, кроме того, предложенные им качества с трудом поддаются классификации).

3. Методика исследования самооценки Дембо-Рубенштейн в модификации А.М. Прихожан для младших подростков, позволяет сделать вывод о 3 основных параметрах самооценки: устойчивости, высоте и

реалистичности [60, с. 32]. Выбор данной методики, определяется тем, что само тестирование очень простое, но результаты очень важны для реализации воспитания и развития ребенка, его адекватной реакции на похвалу и наказание (см. Приложение 1).

Методика Дембо - Рубинштейн позволяет определить, какая самооценка у личности. Это происходит с помощью отметок испытуемого на определенных шкалах. Детям дается бланк методики, в котором написаны инструкция и основное задание. Для определения уровня самооценки используется не классическая методика Дембо-Рубинштейн.

Модификация А. М. Прихожан содержит в себе 7 шкал (в отличие от 4-х первоначальных). Автор модификации добавила такие шкалы, как «умение что-то делать своими руками», «внешность», «признание сверстников», а также изменила шкалу «счастье» на «уверенность в себе» [43, с. 61].

С помощью данной методологии можно не только определить уровень самооценки, но и изучить отдельные её составляющие, по заранее заданным качествам (шкалам). Тем самым делая исследование самооценки более полным (см. Приложение 1).

3. Также необходимо провести анализ успеваемости детей. Для этого необходимо решить следующие задачи:

- проанализируем оценки по основным дисциплинам учащихся бго класса за четверть,
- выведем среднюю оценку каждого ученика (вычислим среднее арифметическое),
- проведем корреляционный анализ – соотнесем данные о самооценке учеников и данные об их успеваемости, используя t-критерий Стьюдента (для связанных выборок); коэффициент корреляции К. Пирсона [48, с. 101].

Таким образом, проведя исследование по всем методикам, будет определена прогностическая оценка учащихся своих способностей;

выявлена система представлений ребёнка о том, как он оценивает себя сам, как, по его мнению, его оценивают другие люди и как соотносятся эти представления между собой; установлена «система ценностных ориентаций» (эталон); определён уровень самооценки по заданным критериям.

Подобранные нами методики «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан), «Опросник самоактуализации личности» (адаптирован и стандартизирован Н. Ф. Калининой), «Самооценка личности» (О.И. Мотков), исследование самооценки Дембо-Рубенштейн в модификации А.М. Прихожан для младших подростков и психокоррекционный инструментарий позволит решить все поставленные в исследовании задачи.

Итак, результаты проведенного психолого-педагогического обследования детей младшего подросткового возраста представим в следующем параграфе данной работы.

2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования

Для проведения эксперимента была взята группа учащихся 6 «Б» класса МАОУ СОШ № 137 г. Челябинска. Общий объём выборки составляет 21 человек, из них 10 девочек и 11 мальчиков. Возрастной состав составляет 2006-2007 г.р.

В большинстве семей отношения между родителями и детьми ровные, родители проявляют заинтересованность, беспокойство. Все посещают школьные собрания и активно участвуют в жизнедеятельности школы. В классе нет семей, в которых родители полностью не контролируют воспитание и учёбу детей, отдалены от школы.

В классе по итогам 2 четверти средняя успеваемость. В классе все ученики имеют средний балл успеваемости. Самый низкий средний балл у

обучающегося Ш.Т. составляет 3 балла ровно, самый высокий средний балл у Г.Н. составляет 4,23 балла.

В основной группе обучающихся, прослеживается хорошая память, они внимательны на уроках, хорошо развита речь, всегда выполняют домашнее задание и работают на уроках. Но есть и обучающиеся со слабыми способностями, у которых нет заинтересованности в учёбе. Обучающиеся класса уравновешены, не нарушают дисциплину, конфликтных ситуаций с учителями не возникает.

Ведущие мотивы обучения направлены на знания. Заметна легкая конкуренция в учебной деятельности, что способствует повышению успеваемости. Класс дисциплинирован, отмечается влияние авторитета учителя. При проведении тестирования с ними было легко работать, дети общительны и адекватны. Проявляют друг к другу внимание и могут оказывать помощь.

В целом класс характеризуется хорошей посещаемостью, успеваемостью и высокой активностью. Ребята хорошо идут на контакт, проявляют ответственность. Характерной особенностью младшего подросткового возраста является активное развитие коллективных групп, в которых они себя чувствуют уверенно и в какой-то мере формируется зона комфорта. При индивидуальном подходе в процессе наблюдения, можно выявить детей тревожных, неуверенных в себе. Особенно эти признаки проявлялись на уроках и в процессе психодиагностики.

В целом, классный коллектив дружный, сплоченный, бывают ссоры, но конфликтами их назвать нельзя. Есть группа обучающихся, которые пользуются у одноклассников авторитетом, к их мнению прислушиваются, но ярко выраженных лидеров нет. Отношения в коллективе между обучающимися ровные.

Опишем проведенную в ходе эксперимента работу.

Полученные в ходе исследования данные были подвергнуты соответствующей процедуре обработки и интерпретации. Ниже

представляем обсуждение полученных результатов констатирующего этапа в формирующем эксперименте по методике исследования «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан).

Представим на рисунке 3 результаты диагностического обследования по методике исследования «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан). Индивидуальные результаты представлены в Приложении 2, таблице 5.

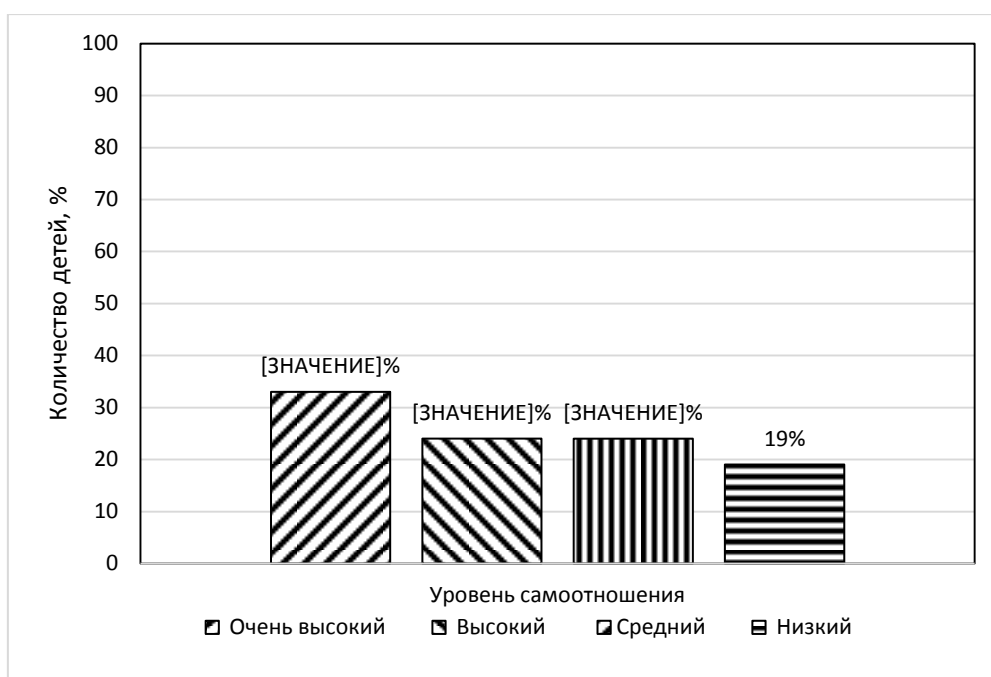


Рисунок 3. Результаты диагностики самооценки младших подростков по методике исследования «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан).

Проведённый анализ результатов исследования самооценки младших подростков по методике диагностики «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан) показал:

Очень высокий уровень самооощения - I уровень, выявлен у 7 человек, это составило 33% испытуемых. У таких детей прослеживается

ярко выраженное благоприятное отношение к собственному «Я», они ощущают собственную ценность.

Высокий уровень самоотношения - II уровень, соответствующий социальному нормативу выявлен у 5 человек, что составило 24% испытуемых.

Средний уровень самоотношения - III уровень выявлен у 5 человек, что составило 24% испытуемых.

Таким образом, II и III уровень выявлен у одинакового числа респондентов, по 5 человек на группу, что свидетельствует, о том, что у 10 человек отмечается вполне реальное, адекватное восприятие собственного «Я»

- Низкий уровень - IV уровень, неблагоприятный вариант самоотношения, выявлен у 4 человек, что составило 19% испытуемых, такой показатель определяет осознание младшим подростком неудовлетворенности собой личность может иметь низкий самоинтерес.

Методика исследования «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан) предполагает в своем ключе, V уровень - предельно высокий уровень (может свидетельствовать о защитно-высоком отношении к себе) либо предельно низкий уровень самоотношения. Дети с таким показателем попадают в группу риска.

В 6 «Б» классе ни у одного ребенка не был выявлен V уровень самоотношения. Что свидетельствует об отсутствии детей группы риска.

Изучая особенности Я-концепции у младших подростков, по методике Е. Пирс, Д. Харрис, адаптированной А. М. Прихожан, представляется возможным выявить тенденцию к социальной желательности ответов, в следствии чего, можно определить насколько искренне отвечали респонденты. Поскольку, результаты испытуемого могут быть искажены под воздействием общественных норм, и респондент заведомо даёт социально желательные ответы.

Таким образом, выявлен, высокий показатель по шкале социальной желательности у 9 человек, что составило 43% испытуемых. К результатам, полученным у испытуемых по шкале следует подходить с осторожностью и использовать их только как ориентировочные.

У 12 человек, что составляет 57% испытуемых, результат по шкале не превысил норму, что говорит о достоверности полученных данных.

Далее рассмотрим результаты по отдельным факторам, предложенные в методике исследования «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан), представим на таблице 1.

Таблица 1

Результаты отдельных психологических и поведенческих факторов методики «Изучение особенностей Я-концепции» (выраженность в %)

Факторы	Уровень выраженности		
	Низкий	Средний	Высокий
Поведение	5%	57%	38%
Интеллект, положение в школе	24%	48%	28%
Ситуация в школе	19%	57%	24%
Внешность, физическая привлекательность, физическое развитие как свойства, связанные с популярностью среди сверстников	28%	28%	43%
Тревожность	28%	62%	10%
Общение. Популярность среди сверстников, умение общаться	24%	48%	28%
Счастье и удовлетворенность	0%	43%	57%
Положение в семье	10%	38%	52%
Уверенность в себе	5%	81%	14%

Проведенное исследование показало, что только 1 ребенок (5%) считает своё поведение как не соответствующее требованиям взрослых; 12 человек (57%) реалистично оцениваю своё поведение, 8 подростков (38%) расценивают свое поведение как надлежащее относительно требованию взрослых.

По шкале «Интеллект», 5 подростков (24%) считают, что их интеллектуальные способности низкие, что подразумевает школьную не

успешность, 10 подростков (48%) показывают средний уровень самооценки школьной успешности и интеллекта, 6 учеников (28%) расценивают свой интеллект на высоком уровне и считают себя успешными в школьной деятельности.

По шкале «Ситуация в школе», у 4 подростков (19%) выявлено неблагоприятное отношение к школьной обстановке. Школа вызывает у учащихся тревогу, антипатию и скуку. 12 подростков (57%) вполне спокойно и нейтрально относятся к школьной обстановке. 5 учеников (24%) воспринимают школу с позитивной точки зрения.

Фактор внешности и физической привлекательности у 6 человек (28%) определяется низкой самооценкой, прослеживается неудовлетворенность собой, что вполне свойственно для пубертатного периода. 6 подростков (28%) средне оценивают свои внешние и физические данные. У 9 учеников (43%) выявлен высокий показатель самооценки. Необходимо отметить, что низкая (а нередко и средняя) самооценка внешности – является угрозой, а в последующем и причиной общей низкой самооценки подростка, именно неудовлетворенность внешностью может являться фактором низкой самооценки.

По шкале «Тревожность» 6 подростков (28%) имеют высокий уровень психологического и эмоционального благополучия, 13 учеников (62%) имеют средний уровень тревожности, что свидетельствует об объективной оценке своего положения в социуме, характерно реальное видение угроз и способность психики адекватно реагировать на них. У 2 подростков (10%) выявлен высокий уровень тревожности.

Исследуя фактор общения и популярности среди сверстников, у 5 человек (24%) выявлена низкая самооценка признания среди ровесников, прослеживается малоразвитость коммуникативных способностей. Что предполагает потребность в общении у подростка. 10 человек (48%) имеют среднюю самооценку собственной популярности среди ровесников, и 6 подростков (28%) имеют высокие коммуникативные навыки,

удовлетворены своим положением среди сверстников, у таких подростков, как правило, сильно развиты лидерские качества.

По шкале «Счастье и удовлетворенность» больше половины класса, а именно 12 человек, что составляет 57%, имеют абсолютное чувство удовлетворенности жизнью, остальная часть класса в количестве 9 человек, что составляет 43%, адекватно и реалистично расценивают жизненную ситуацию. В 6 Б классе все подростки чувствуют себя благоприятно и комфортно в окружающем социуме.

Исследуя фактор «Положение в семье» у 2 подростков (10%) выявлена неудовлетворенность своим положением в семье, 8 человек (38%) показывают посредственный уровень удовлетворенности своим положением в семейных отношениях, 11 учеников (52%) полностью устраивают семейные взаимоотношения.

По фактору «Уверенности в себе» был установлен наиболее высокий показатель в среднем значении, у 17 человек, что составило 81% обучающихся, выявлено реалистичное самоотношение, адекватное восприятие себя, у 3 подростков (14%) весьма завышенный уровень уверенности в себе, в большей степени предполагает компенсаторно-защитный характер. Необходимо отметить, в особенности у младших подростков свидетельствует об инфантильной тенденции отношения к своим способностям, личная критичность недостаточно развита. А также, 1 ребенок (5%) проявляет неуверенность в себе. В психологической помощи нуждаются как неуверенные в себе, так и чрезмерно уверенные в себе школьники.

Таким образом, опираясь на результаты проведенного исследования, необходимо констатировать, что у половины класса младших подростков средний уровень самоотношения как по отдельным факторам, так и в общей компетенции «Я-концепции». Средний уровень самоотношений характеризует подростков с целостной системой когнитивных,

эмоциональных, поведенческих и оценочных аспектов самосознания, что свидетельствует об умеренной адаптации в социуме.

33% (7) респондентов, показывает очень высокий уровень самооотношения, такие подростки характеризуются сложным когнитивным (дифференцированным) представлением о себе, высоким уровнем рефлексивного анализа, наличием положительной модальности ориентацией и высказываний на личные факторы оценки. Акцентируется внимание на тех качествах, которые отличают их от других людей, и подчеркивают их уникальность.

19% (4) респондентов имеет низкий уровень самооотношения. Опираясь на проведенное исследование можно сделать вывод, о том, что такой уровень самооотношения складывается в основном из отдельных психологических и поведенческих факторов, а именно принятие внешности, ситуативной тревожности, коммуникативных навыков и интеллектуальных способностей. Имея низкий показатель по этим факторам у младшего подростка в целом складывается низкий уровень самооотношения. Это свидетельствует о важности коррекции и проработки именно этих качеств у младших подростков.

С помощью процедуры тестирования «Самооценка личности» по методике О.И. Моткова получены констатирующие результаты (см. Приложение 2, таблица 11). Представим на «Рис. 4» схематично результаты диагностического обследования по данной методике:

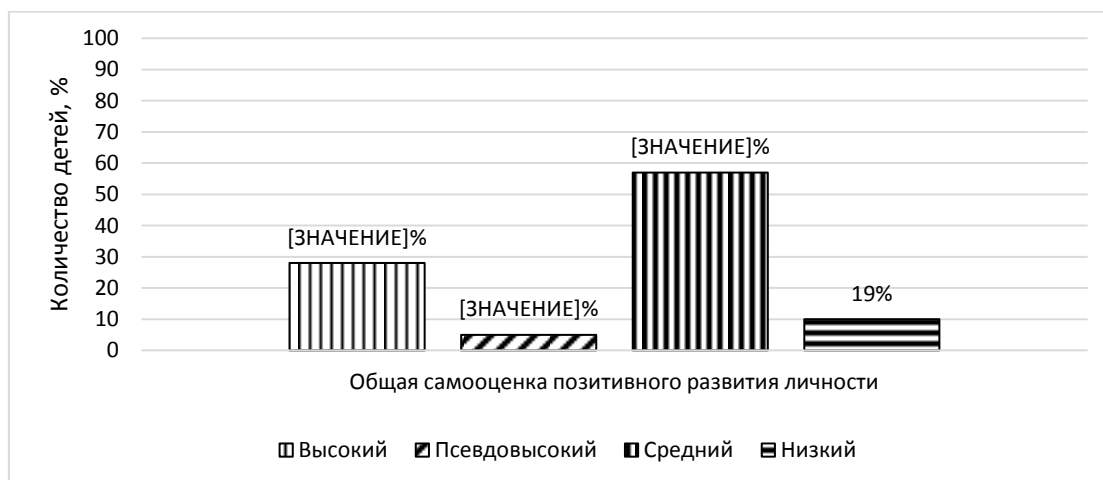


Рисунок 4 - Результаты диагностики самооценки младших подростков по методике исследования «Самооценка личности».

Диагностика самооценки младших подростков по методике исследования «Самооценка личности» (О.И. Мотков) показала, что:

- 28% подростков, что составляет 6 человек, имеют высокий уровень общей самооценки позитивного развития личности, психологически здоровый человек имеет такой уровень общей самооценки выраженности позитивных аспектов и качеств личности.

- 5% или 1 подросток имеет псевдовысокий уровень общей самооценки, что указывает на неадекватно завышенную самооценку.

- 57% подростков, что составляет 12 человек, имеют средний уровень общей самооценки личности, при таком уровне характерно самоуважение, с осознанием своих слабых сторон, что подразумевает стремление к саморазвитию и самосовершенствованию.

- 19% подростков, что составило 4 человека, имеют низкий показатель по шкале общей самооценки позитивного развития личности, в данном контексте суждение о том, что низкий уровень эксплицитной самооценки личностных качеств свидетельствует о неадекватно заниженном самомнении, не всегда верно, поскольку, данная самооценка, разумеется, не желательна, но может быть вполне адекватной, реалистичной самооценкой.

Далее определим показатели выраженности самооценки отдельных факторов личности, т.е. специфических групп качеств, предложенных О.И. Мотковым в методике исследования «Самооценка личности» и представим полученные результаты в таблице 2.

Таблица 2

Результаты специфических групп качеств по методике «Самооценка личности» (выраженность в %)

Факторы (аспекты) личности	Уровень выраженности
----------------------------	----------------------

	Высокий	Псевдовысокий	Средний	Низкий
Нравственность	52%	10%	38%	0%
Воля	38%	0%	43%	19%
Самостоятельность, чувство реальности	43%	5%	38%	14%
Креативность	43%	5%	33%	19%
Гармоничность	14%	5%	57%	24%
Экстраверсия	52%	14%	5%	28%

Проведенное исследование показало, что нравственность у подростков 6 Б класса находится на высоком уровне самооценки у 52% класса, что составляет 11 человек, у 2 подростков (10%) псевдовысокий уровень нравственности, что скорее всего свидетельствует о том, что ответы давались заведомо желаемые, у 38%, что составляет 8 человек, средний уровень нравственности, что является нормой. Низкий уровень нравственности в классе не выявлен, таким образом можно заключить, что нравственность сформирована у подростков правильно.

По аспекту «Воля», у 8 подростков (38%) выявлен высокий показатель, данная группа подростков самоотождествляет свою силу воли на значительном уровне, это необходимо расценивать с положительной точки зрения. Псевдовысокого показателя в классном коллективе не обнаружено, что свидетельствует о реальном отношении подростков к данному аспекту. У 9 подростков, что составило 43% класса, выявлен средний показатель, соответствующий адекватному восприятию себя. У 4 учеников (19%) выявлен низкий показатель, данная группа подростков считают себя слабовольными, что является опасным для младшего подросткового возраста.

По фактору личности «Самостоятельность и чувство реальности», у 9 подростков (43%) выявлен высокий уровень, что является самым оптимальным и гармоничным показателем, псевдовысокий уровень выявлен у 1 ученика (5%), что может свидетельствовать о заведомо ложных ответах, средний уровень показали 38% подростков, это составляет 8 человек, у данной группы реалистичное отношение к жизни, ученики проявляют самостоятельность в собственных суждениях, умеют

совершать действия, направленные на удовлетворение своих потребностей и поддержание порядка. Низкий уровень выявлен у 3 подростков (14%), что может свидетельствовать о излишней зависимости ребенка от мнения окружающих, не реалистичном представлении о себе.

По фактору «Креативности» у 9 учеников (43%) выявлен высокий показатель, что предполагает сформированность творческой личности, а также такие подростки отличаются высокой адаптивностью к различным условиям. Псевдовысокий уровень выявлен у 1 человека (5%), такой результат необоснованно завышенный. Средний результат показали 7 человек (33%), для таких учеников характерны универсальные познавательные творческие способности и умение их применять. Низкий показатель выявлен у 4 подростков (19%), такие дети характеризуются линейным мышлением с низкой когнитивной функцией.

По аспекту «Гармоничности» высокий уровень показали 3 подростка (14%), что подразумевает гармонию внутренних устремлений и внешних социальных требований. Псевдовысокий уровень выявлен у 1 человека (5%). Средний уровень выявлен у 12 человек (57%), таким детям характерна оптимально интегрированная внутренняя динамическая структура, оптимальный дисбаланс с внешним миром, с оптимально протекающим развитием и жизнедеятельностью. Низкий показатель по данному аспекту выявлен у 5 человек (24%), у таких детей возможен риск дисбаланса реальности.

Наиболее значимым в общей самооценке обладает аспект экстраверсии – чем выше её показатель, тем практически стопроцентно выше общая самооценка. По шкале «Экстраверсия» был установлен наиболее преобладающий показатель в высоком уровне выраженности, который составил 52% респондентов, что составляет 11 учеников. Таким образом половиной классного коллектива являются эмоциональные, активные, неусидчивые подростки, в классе преобладает активное стремление к общению со сверстниками. Наличие выраженной

экстраверсии в младшем подростковом возрасте в большой степени благоприятствует развитию гармоничности личности в различных ее аспектах. Псевдовысокий уровень выявлен у 3 подростков (14%), говорит о неадекватно завышенной самооценке, восприятие себя может быть излишне амбициозно.

В результате исследования специфических групп качеств по методике «Самооценка личности» (О.И. Мотков), в классном коллективе преобладает адекватная самооценка, низкий балл у респондентов, по отдельным аспектам, не превышает 28%, максимальное значение в псевдовысоком уровне достигает 14%, таким образом 58% класса, а это преобладающая группа, имеет среднее и высокое значение, что является наиболее оптимальным и гармоничным.

Для выявления выраженности самооценки младших подростков была использована методика Т. В. Дембо С. Я. Рубинштейна мод. А. М. Прихожан. В ней ученики отмечали свои качества, характеризующие личность: здоровье, ум (способности), характер, авторитет у сверстников, умение многое делать своими руками, внешность, уверенность в себе. Результаты представлены в таблице 12 приложения 2 и на рисунке 5.

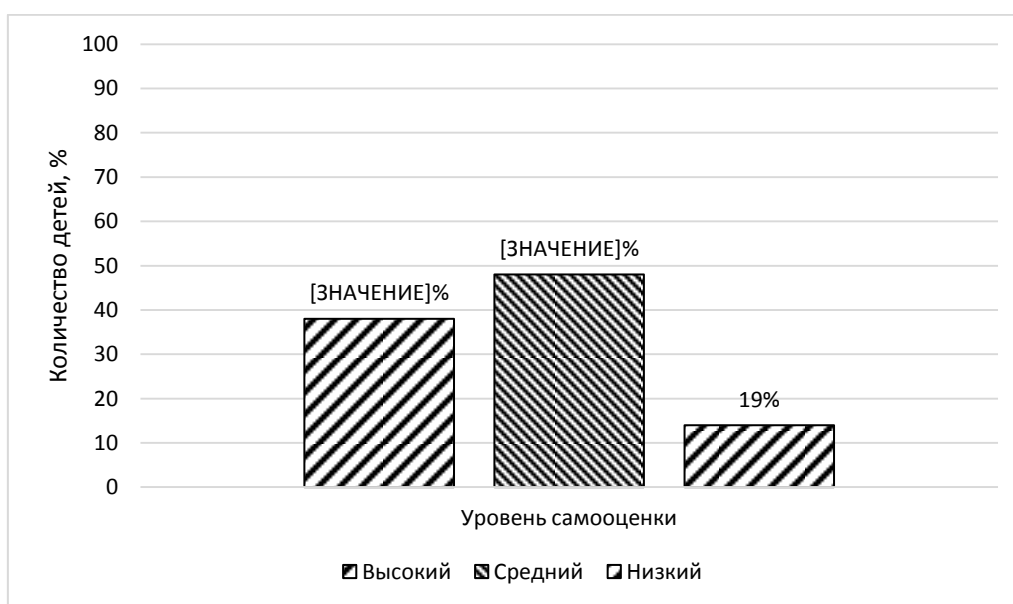


Рисунок 5 - Результаты диагностики «Изучение самооценки» по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан

По результатам первичной диагностики (констатирующий эксперимент) с помощью методики Дембо-Рубинштейна, мод. А.М. Прихожан были получены следующие результаты: у 48% (10) учеников средний уровень самооценки, она отражает наиболее реальное представление о своих возможностях. У 38% (8) учеников высокий уровень самооценки, он указывает на определенные отклонения в формировании личности. Завышенная самооценка может подтверждать личностную незрелость, неумение правильно оценить результаты своей деятельности, сравнивать себя с другими; такая самооценка может указывать на существенные искажения в формировании личности — «закрытости для опыта», нечувствительности к своим ошибкам, неудачам, замечаниям и оценкам окружающих. У 19% (4) подростков отмечен низкий уровень самооценки, свидетельствует о крайнем неблагополучии в развитии личности. Эти ученики составляют «группу риска». За низкой самооценкой могут скрываться два совершенно разных психологических явления: подлинная неуверенность в себе и «защитная», когда декларирование (самому себе) собственного неумения, отсутствия способности и тому подобного позволяет не прилагать никаких усилий.

На основании трех методик была отобрана группа неуспевающих младших подростков, у которых был выявлен неадекватный уровень самооценки по результатам как минимум одной методики, группа составила 13 человек, из которых 9 мальчиков и 4 девочки; 54% (7) испытуемых, имеет высокий уровень самооценки, 23% (3) подростков имеют неустойчивую самооценку, 23% (3) обладают низким уровнем самооценки (см. приложение 2). В группе младших подростков, 10 человек являются неуспевающими, их средний балл не превышает показатель 3,5 балла. А также считается целесообразным присутствие 3 подростков, у

которых средний балл выше показателя 3,5, что нельзя считать неуспеваемостью, но у данных респондентов, по всем медокам выявлена неадекватная самооценка.

Наглядно результаты представлены в диаграмме ниже (См. рисунок б)

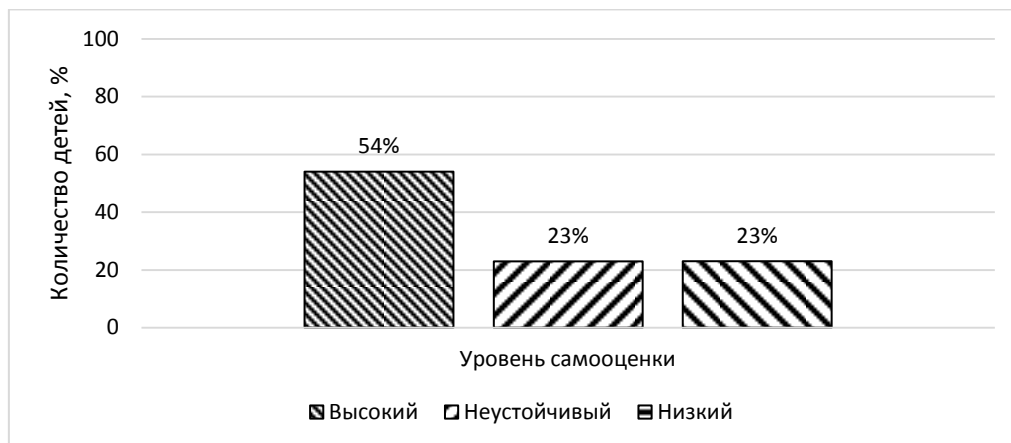


Рисунок 6 - Результаты диагностики уровня самооценки группы младших подростков на констатирующем этапе работ.

Опираясь на мнения таких ученых как Б.Г. Ананьев, Л.И. Божович, Н.П. Локалова, С.Л. Рубинштейна, Д. И. Фельдштейн мы можем сделать вывод, что именно при неадекватном уровне самооценки человек может столкнуться с различными проблемами как в межличностном общении, так и в реализации себя как личности. Поэтому для участия в программе психолого-педагогического формирования были приглашены неуспевающие учащиеся, у которых был выявлен неадекватный уровень самооценки.

Выявленные в ходе констатирующего эксперимента, уровень развития самооценки и уровней самоотношения младших подростков позволили выбрать в качестве формирующего средства коррекционно-развивающие занятия.

В связи с этим была разработана коррекционно-развивающая программа, направленная на развитие самооценки младших подростков. В соответствии с полученными в ходе констатирующего эксперимента

данными были определены цель и задачи работы с подростками, с которыми можно ознакомиться в следующем разделе.

Выводы по главе II

Опытно-экспериментальная работа проходила в несколько этапов: подготовительный, опытно-экспериментальный и заключительный этап. В исследовании психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков были использованы следующие методы и методики: 1) теоретические – анализ литературы по проблеме психолого-педагогического формирования самооценки младших подростков, обобщение, синтез, целеполагание, моделирование. 2) эмпирические – констатирующий и формирующий эксперимент, проективные методы, тестирование по методикам: «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, А. М. Прихожан), «Самооценка личности» (О.И. Мотков), «Изучение самооценки» (Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан). 3) метод математической статистики критерий Т. Вилкоксона, для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых.

В исследовании приняла участие группа неуспевающих младших подростков, обучающихся в 6 Б классе МАО СОШ № 137. У учеников был выявлен неадекватный уровень самооценки по результатам как минимум одной методики, группа составила 13 человек.

Проведённый анализ результатов исследования самооценки младших подростков по методике диагностики «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан) были получены следующие результаты: очень высокий уровень самоотношения - I уровень, выявлен у 7 человек, это составило 33% испытуемых; высокий уровень самоотношения - II уровень, соответствующий социальному

нормативу выявлен у 5 человек, что составило 24% испытуемых; средний уровень самооотношения - III уровень выявлен у 5 человек, что составило 24% испытуемых; низкий уровень - IV уровень, неблагоприятный вариант самооотношения, выявлен у 4 человек, что составило 19% испытуемых.

Диагностика самооценки младших подростков по методике исследования «Самооценка личности» (О.И. Мотков) показала, что: 28% подростков, что составляет 6 человек, имеют высокий уровень общей самооценки позитивного развития личности; 5% или 1 подросток имеет псевдовысокий уровень общей самооценки, что указывает на неадекватно завышенную самооценку; 57% подростков, что составляет 12 человек, имеют средний уровень общей самооценки личности; 19% подростков, что составило 4 человека, имеют низкий показатель по шкале общей самооценки позитивного развития личности.

По результатам первичной диагностики с помощью методики Дембо-Рубинштейна, мод. А.М. Прихожан были получены следующие результаты: у 48% (10) учеников средний уровень самооценки; у 38% (8) учеников высокий уровень самооценки; у 19% (4) подростков отмечен низкий уровень самооценки.

При обобщении результатов исследования самооценки подростков по трем методикам было выявлено, что 54% (7) испытуемых, имеет высокий уровень самооценки, 23% (3) подростков имеют неустойчивую самооценку, 23% (3) обладают низким уровнем самооценки.

Исходя из полученных результатов констатирующего этапа исследования можно говорить о том, что самооценка неуспевающих младших подростков на ступени среднего общего образования требует для своего развития специально разработанной психолого-педагогической программы. На основе полученных результатов для обучающихся 6-х классов была разработана и реализована психолого-педагогическая программа, направленные на психолого-педагогическое формирование

самооценки младших подростков в условиях образовательного учреждения.

Таким образом, в программе психолого-педагогического формирования адекватной самооценки будут участвовать неуспевающие ученики, у которых был выявлен неадекватный уровень самооценки по одной или нескольким методикам.

Глава III. Опытнo - экспериментальное исследование эффективности психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков

3.1 Программа реализации психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков

Исходя из результатов теоретического исследования, мы разработали дерево-целей и модель программы психолого-педагогических формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков.

Программ составлена на основе работ: К.А. Михайлусова.

Цель программы: создать психолого-педагогические условия формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков.

Задачи программы:

1. Сформировать позитивную самооценку у младших подростков
2. Умение адекватно выражать свои и понимать чужие эмоциональные состояния
3. Повысить уверенность в себе, самоуважение и доверие к себе.
4. Создание положительного эмоционального фона в коллективе детей. Повышение групповой сплоченности.

5. Рекомендации родителям по созданию условий в рамках семьи способных повлиять на формирование адекватной самооценки неуспевающих младших подростков.

6. Рекомендации педагогам по созданию условия способных повлиять на формирование самооценки неуспевающих младших подростков

Методы, используемые в коррекционной работе:

1. Групповая дискуссия - публичное обсуждение участниками определенных тем или позиций, рассмотрение их с разных точек зрения, а также какого-либо спорного вопроса.

2. Арттерапия - прием свободного рисования.

3. Игротерапия - это активность индивида, направленная на условное моделирование некоей развернутой деятельности.

4. Психогимнастика - использование двигательной экспрессии в качестве главного средства коммуникации в группе.

5. Работа в парах, тройках, микрогруппах с целью отработки определённых умений и навыков.

6. Анализ конкретных ситуаций, предлагаемых в игровой форме и моделирующих то, что происходит в жизни подростков.

Описание групповых занятий.

Целевая группа: младшие подростки с высокой и низкой самооценкой.

Форма проведения занятий: групповая.

Программа рассчитана на 10 занятий.

Продолжительность одного занятия 60 минут, регулярность встреч – не реже двух раз в неделю.

Каждое занятие состоит из приветствия, основной части, представленной двумя или тремя наиболее значимыми упражнениями, упражнения для эмоциональной разгрузки (подвижная разминка) и заключительной части-подведения итогов, прощания.

Требования к помещению для занятий предполагают наличие:

- пространства, достаточного как для обсуждения в кругу участников, так и для игр с перемещениями;
- сидячих мест для участников;
- настенной доски для наглядной схематизации некоторых обсуждаемых моментов;

Работа в группе в рамках нашего эксперимента характеризовалась руководством определенными правилами.

Независимо от возможных вариаций данные правила всегда содержали:

1. Положение об активности. Данный пункт предполагал участие во всех предлагаемых в ходе занятий упражнениях и активное обсуждение собственных переживаний и впечатлений;

2. Положение о конфиденциальности. Предполагает неразглашение всего, что происходит в ходе занятий, выполняет две функции: повышение чувства доверия участников друг к другу и сплочение группы на основании ощущения: «У нас есть то, что вы не знаете». Данный принцип не запрещает участникам рассказывать о своих чувствах и переживаниях;

3. Принцип партнерского (субъект-субъектного) общения. В ходе работы каждый участник должен учитывать интересы других людей, их желание или нежелание менять свои установки и принципы. Согласно данному положению действует и правило «Говори за себя», что помогает изначально направить рефлексии чувств и переживаний на собственный опыт, а не искать причину тех или иных событий в поведении других людей;

4. Принцип действия «здесь и теперь». Обсуждались наиболее актуальные ситуации, находящие отражение в сегодняшней жизни участников. Согласно данному правилу, ребята учились абстрагироваться от внешних раздражителей на время участия в программе, что само по себе способствовало развитию рефлексивных навыков.

Блоки программы:

1. Установочный блок программы психолого-педагогической коррекции самооценки младших подростков.

Цель: знакомство с участниками, установка психологического контакта, создание доверительной атмосферы.

2. Коррекционно-развивающий блок программы психолого-педагогической коррекции самооценки младших подростков.

Цель: коррекционно-развивающее воздействие на младшего подростка, с целью повышения уровня самооценки, уверенности в себе, развития навыков самоанализа, саморефлексии, формирования позитивного отношения к своей личности.

3. Обобщающий блок программы психолого-педагогической коррекции самооценки подростков.

Цель: подведение итогов занятий, обсуждение результатов совместной работы.

Программа психолого-педагогической коррекции самооценки подростков представлена в Приложении 3.

Содержание программы.

Занятие 1. «Знакомство».

Цель: установление групповых правил. Знакомство. Установление контакта с участниками. Создание доверительной атмосферы, достижение взаимопонимания в целях работы программы.

Задачи занятия:

1. Создать дружелюбный и безопасный настрой, продемонстрировать открытый стиль общения;

2. Получить обратную связь, осуществить обмен эмоциями, чувствами, впечатлениями.

Упражнение 1 «Имя». Цель: создать дружелюбный и безопасный настрой, продемонстрировать открытый стиль общения.

Упражнение 2. «Кто ты?». Цель: демонстрация навыков открытого общения, развитие навыка представления себя.

Упражнение 3. «Позитивные события». Цель: демонстрация и овладение навыками открытого общения, развитие навыка умения вести беседу, слушать.

Занятие 2. Цель: создание положительной мотивации к предстоящим занятиям, развитие способности к самораскрытию.

Задачи занятия:

1. Развивать умение признавать свои сильные стороны, получать комплементы.

2. Развивать способности к самоанализу, способности видеть в себе сильные и слабые стороны.

3. Развивать навык положительного отношения к себе.

Упражнение 1. «Я хороший». Цель: развитие навыка положительного отношения к себе.

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

Упражнение 3. «Колпак». Цель: подвижная разминка, эмоциональная разгрузка.

Упражнение 4. «Комплименты». Цель: развивать умение признавать свои сильные стороны, получать комплементы.

Занятие 3. Цель: развитие навыков самоанализа, формирование позитивного настроения к своей личности.

Задачи занятия:

1. Способствовать осознанию своей уникальности, совершенствованию навыков самоанализа.

2. Снять внутреннюю зажатость.

3. Получить обратную связь.

Упражнение 1. «Светский прием». Цель: формирование позитивного настроения, позитивного отношения к своей личности.

Упражнение 2. «Автопортрет». Цель: осознание своей уникальности, совершенствование навыков самоанализа.

Упражнение 3. «Хвост дракона». Цель: разминка, эмоциональная разгрузка, снятие внутренней зажатости.

Упражнение 4. «Прокуроры и адвокаты». Цель: получение обратной связи о себе, осознание своих сильных и слабых сторон.

Занятие 4. Цель: осознание своих чувств, их анализ, осознание и анализ жизненного опыта, своей значимости, удовлетворение потребности в признании.

Задачи занятия:

1. Создать условия для получения позитивных эмоций, опыта получения и выражения позитивной обратной связи.
2. Способствовать осознанию своей значимости.
3. Создать условия для эмоциональной разгрузки;
4. Получить обратную связь, осуществить обмен эмоциями, чувствами, впечатлениями.

Упражнение 1. «Девиз».

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

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

Упражнение 3. «Мы похожи». Цель: Разминка, эмоциональная разгрузка.

Упражнение 4. «Впечатление». Цель: получение позитивных эмоций, опыт получения и выражения позитивной обратной связи, формирование позитивного отношения к себе.

Занятие 5. Цель: осознание своих возможностей, перспектив, развитие уверенности в себе, своих силах.

Задачи занятия:

1. Создать благоприятный эмоциональный настрой, научиться видеть в себе хорошее.

2. Выявить представления о себе во временной перспективе.

3. Снять эмоциональное напряжение.

4. Способствовать формированию умения ставить перед собой краткосрочные и перспективные цели, осознанию возможности их достижения;

5. Получить обратную связь, осуществить обмен эмоциями, чувствами, впечатлениями.

Упражнение 1. «Перспектива». Цель: формирование умения ставить перед собой краткосрочные и перспективные цели, осознание возможности их достижения.

Упражнение 2. «Проективный рисунок». Цель: выявление внутреннего благополучия, представлений о себе во временной перспективе.

Упражнение 3. «Полет белой птицы». Цель: релаксация, снятие эмоционального напряжения.

Упражнение 4. «Ода о себе». Цель: создать благоприятный эмоциональный настрой, научиться видеть в себе хорошее.

Занятие 6. Цель: повышение самоуважения, осознание своей значимости, приобретение навыка глубокой саморефлексии.

Задачи занятия:

1. Способствовать осознанию своих устремлений.

2. Создать условия для повышения самоуверенности.

3. Создать условия для эмоциональной разгрузки.

4. Получить обратную связь, осуществить обмен эмоциями, чувствами, впечатлениями.

Упражнение 1. «Карта моей души». Цель: формирование навыка глубокого и позитивного отношения к своей личности.

Упражнение 2. «Автопилот». Цель: осознание своих устремлений.

Упражнение 3. «Колпак». Цель: подвижная разминка, эмоциональная разгрузка.

Упражнение 4. Цель: повышение самоуверенности.

Занятие 7. Цель: подкрепление позитивного отношения к себе, самопредъявление, самоанализ.

Задачи занятия:

1. Создать условия для самопредъявления.
2. Способствовать самоанализу, саморефлексии.
3. Способствовать подкреплению позитивного отношения к себе, позитивизации Я-концепции.
4. Способствовать осознанию своей индивидуальности.
5. Получить обратную связь, осуществить обмен эмоциями, чувствами, впечатлениями.

Упражнение 1. «Я отличаюсь от других». Цель: осознание своей индивидуальности.

Упражнение 2. «Самоценность». Цель: позитивизация Я-концепции подростка, принятие себя.

Упражнение 3. «Высокопарные слова». Цель: раскрепощение участников.

Упражнение 4. «4 персонажа». Цель: самопредъявление, самоанализ, рефлексия, подкрепление позитивного отношения к себе.

Занятие 8. Цель: закрепление навыков самоанализа, позитивного отношения к себе.

Задачи занятия:

1. Создать условия для получения и выражения позитивной обратной связи.
2. Формировать позитивное отношение к себе;
3. Способствовать совершенствованию навыков самоанализа, позитивного отношения к своей личности;

4. Получить обратную связь, осуществить обмен эмоциями, чувствами, впечатлениями.

Упражнение 1. «Ласковое имя». Цель: получение позитивной обратной связи о себе.

Упражнение 2. «Мои сильные стороны». Цель: совершенствование навыков самоанализа, позитивного отношения к своей личности.

Упражнение 3. «Колпак». Цель: подвижная разминка, эмоциональная разгрузка.

Упражнение 4. «Впечатление». Цель: получение позитивных эмоций, опыт получения и выражения позитивной обратной связи, формирование позитивного отношения к себе.

Занятие 9. Цель: тренировка навыков выражения своих ощущений, высказывания своей точки зрения, закрепление позитивного отношения к себе.

Задачи занятия:

1. Способствовать преодолению страха публичных высказываний.
2. Развивать навыки самовыражения.
3. Способствовать закреплению позитивного отношения к себе.
4. Создать условия для получения и выражения позитивной обратной связи.
5. Создать позитивный настрой к себе и к другим.
6. Получить обратную связь, осуществить обмен эмоциями, чувствами, впечатлениями.

Упражнение 1. «Поиск общего». Цель: создание позитивного настроения к себе и к другим.

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

Упражнение 3. «Ладонка». Цель: получение и выражение позитивной обратной связи, возможность выражения положительных эмоций.

Упражнение 4. «Что я люблю, чего я не люблю». Цель: развитие навыка самовыражения.

Занятие 10. Цель: обсуждение результатов совместной деятельности, подведение итогов.

Задачи занятия:

1. Закрепить позитивное отношение к проделанной работе;
2. Способствовать выражению положительных эмоций;
3. Получить обратную связь, осуществить обмен эмоциями, чувствами, впечатлениями.

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

Упражнение 2. «Аплодисменты». Цель: создание позитивного эмоционального настроения.

Упражнение 3. «Пожелания друг другу». Цель: Формирование позитивного настроения, выражение положительных эмоций.

Форма взаимодействия с родителями осуществлялась посредством брошюр и памяток по формированию самооценки младших подростков, а также то, что семья и детский сад совместно должны оказывать помощь ребенку в формировании адекватной самооценки, для того чтобы не перечеркивать усилия друг друга. Так же проводились индивидуальные беседы с родителями, чьи дети имели заниженный уровень самооценки. На формирование адекватной самооценки подростка, большое воздействие оказывают учителя. Основная работа с педагогом была направлена на углубленное понимание формирования самооценки неуспевающих младших подростков. Для повышения уровня самооценки педагогам рекомендовано проведение небольших игр, упражнений, направленных на формирование позитивного отношения ребенка к самому себе, другим людям, на формирование уверенности, активности.

Для участников основным критерием успешности участия в программе может являться эмоциональное удовлетворение от занятий, получение положительных эмоций и нового опыта взаимодействия.

Для педагога-психолога главным критерием успешности реализации коррекционной программы является достижение поставленной в программе цели: адекватный уровень самооценки младших подростков. На коррекционных занятиях в коллективе преобладал положительный настрой. В обычных играх–тренингах подростки много нового узнавали о своих одноклассниках, с которыми проучились много лет, раскрывались положительные качества и черты, развивалась способность понимания себя и других. В результате формирующего этапа опытно-экспериментальной работы каждый подросток смог проявить свою индивидуальность, получить положительный эмоциональный настрой и возможность самовыражения. Таким образом, с младшими подростками была проведена программа психолого-педагогической коррекции. Продолжительность программы составляет 10 занятий, каждое занятие длится 60 минут. Занятия проводились 2 раза в неделю. Были использованы следующие методы: групповая дискуссия; арттерапия; игротерапия; психогимнастика; работа в парах, тройках, микрогруппах; анализ конкретных ситуаций. В качестве основной формы работы был выбран социально-психологический тренинг.

3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования

В экспериментальной группе, мы провели программу реализации психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков. Также была проведена работа с педагогами и родителями по формированию у них понимания, что такое самооценка младшего подростка, что влияет на уровень самооценки и какие условия необходимы для формирования адекватной самооценки.

После мы провели повторную психологическую диагностику уровня самооценки младших подростков.

Цель повторной психологической диагностики – определить эффективность программы реализации психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков. Для соблюдения чистоты эксперимента при повторной диагностике используются те же методики, что и на констатирующем этапе.

Рассмотрим результаты, полученные по методике «Изучение особенностей Я-концепции» (Рисунок 7, Приложение 4, Таблица 14).

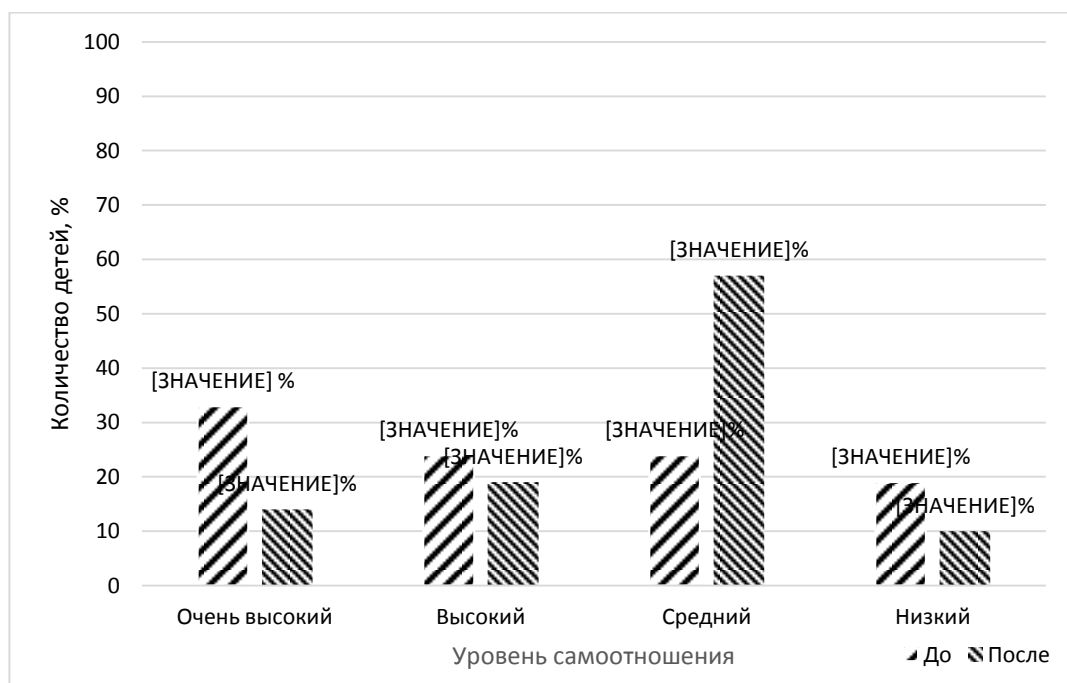


Рисунок 7 - Результаты диагностики самооценки младших подростков по методике исследования «Изучение особенностей Я-концепции» до и после реализации программы формирования

Как видно из рисунка 7:

- I уровень - очень высокий уровень самооотношения, выявлен у 3 человек, это составило 14% испытуемых. У таких детей прослеживается ярко выраженное благоприятное отношение к собственному «Я», они ощущают собственную ценность.

- II уровень - высокий уровень самооотношения, соответствующий социальному нормативу выявлен у 4 человек, что составило 19% испытуемых.

- III уровень - средний уровень самооотношения выявлен у 12 человек, что составило 57% испытуемых.

- IV уровень - низкий уровень, неблагоприятный вариант самооотношения, выявлен у 2 человек, что составило 10% испытуемых, такой показатель определяет осознание младшим подростком неудовлетворенности собой личность может иметь низкий самоинтерес.

Далее с помощью методики «Самооценка личности» по методике О.И. Моткова изучим результаты формирующего эксперимента (Приложение 4, таблица 15). Представим на рисунке 8 схематично результаты диагностического обследования по данной методике:

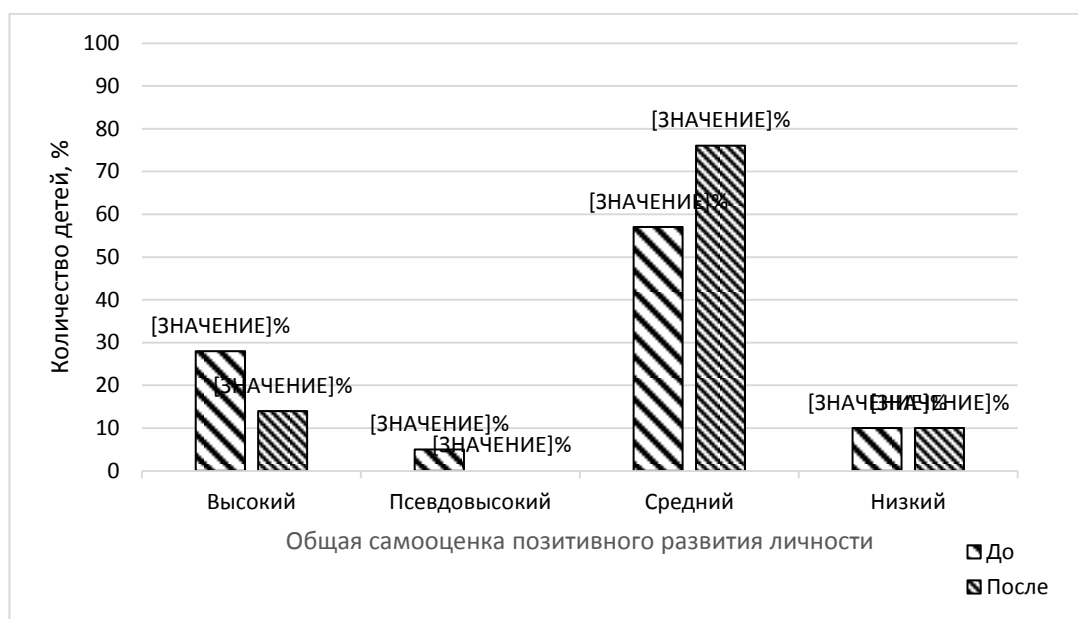


Рисунок 8 - Результаты диагностики самооценки младших подростков по методике исследования «Самооценка личности» до и после реализации программы формирования

Диагностика самооценки младших подростков по методике исследования «Самооценка личности» (О.И. Мотков) показала, что:

- 14% подростков, что составляет 3 человек, имеют высокий уровень общей самооценки позитивного развития личности, психологически

здоровый человек имеет такой уровень общей самооценки выраженности позитивных аспектов и качеств личности.

- 76% подростков, что составляет 16 человек, имеют средний уровень общей самооценки личности, при таком уровне характерно самоуважение, с осознанием своих слабых сторон, что подразумевает стремление к саморазвитию и самосовершенствованию.

- 10% подростков, что составило 2 человека, имеют низкий показатель по шкале общей самооценки позитивного развития личности, в данном контексте суждение о том, что низкий уровень эксплицитной самооценки личностных качеств свидетельствует о неадекватно заниженном самомнении, не всегда верно, поскольку, данная самооценка, разумеется, не желательна, но может быть вполне адекватной, реалистичной самооценкой.

При диагностике псевдовысокого уровня самооценки не обнаружено

Последняя методика, которая была использована в диагностике - методика Т. В. Дембо С. Я. Рубинштейна мод. А. М. Прихожан. Результаты представлены в таблице 16 приложение 4 и на рисунке 9.

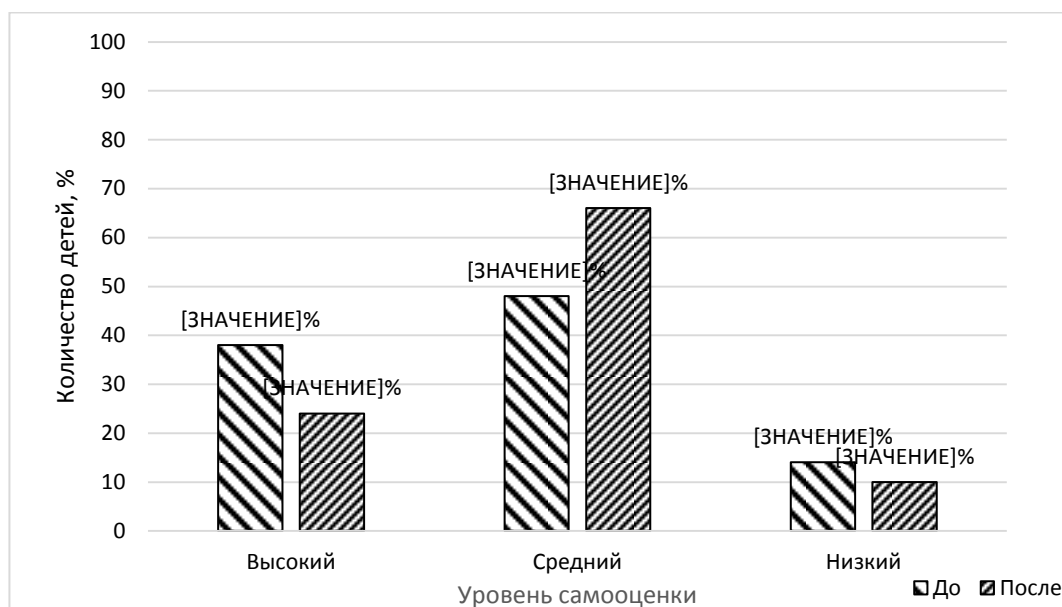


Рисунок 9 - Результаты диагностики самооценки младших подростков по методике Т. В. Дембо С. Я. Рубинштейна мод. А. М. Прихожан до и после реализации программы формирования

По результатам вторичной диагностики (констатирующий эксперимент) с помощью методики Т.В. Дембо-С.Я. Рубинштейна, мод. А.М. Прихожан были получены следующие результаты: у 66% (14 чел.) учеников средний уровень самооценки, она отражает наиболее реальное представление о своих возможностях.

У 24% (5 чел.) учеников высокий уровень самооценки, он указывает на определенные отклонения в формировании личности. Завышенная самооценка может подтверждать личностную незрелость, неумение правильно оценить результаты своей деятельности, сравнивать себя с другими; такая самооценка может указывать на существенные искажения в формировании личности — «закрытости для опыта», нечувствительности к своим ошибкам, неудачам, замечаниям и оценкам окружающих.

У 10% (2) подростков отмечен низкий уровень самооценки, свидетельствует о крайнем неблагополучии в развитии личности. Эти ученики составляют «группу риска». За низкой самооценкой могут скрываться два совершенно разных психологических явления: подлинная неуверенность в себе и «защитная», когда декларирование (самому себе) собственного неумения, отсутствия способности и тому подобного позволяет не прилагать никаких усилий.

Для проверки выдвинутой гипотезы был использован Т-критерий Вилкоксона, сопоставлены показатели вышеприведённых методик.

Сформулируем гипотезы:

H1: Интенсивность сдвигов на повышение уровней самооценки не превосходит интенсивности сдвигов в сторону понижения.

H0: Интенсивность сдвигов на понижение уровней самооценки превышает интенсивность сдвигов в сторону повышения.

Рассмотрим результаты подсчёта по методике «Изучение особенностей Я-концепции» (Рисунок 10, Приложение 4, Таблица 17, 18, 20). Нулевые сдвиги из рассмотрения исключаются, и количество

наблюдений n уменьшается на количество этих нулевых сдвигов, таким образом $N=10$. Сумма по столбцу рангов равна $\Sigma=55$

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+10)10}{2} = 55$$

$$T_{emp} = \sum R_t = 1.5 + 1.5 = 3$$

Критические значения для $N=10$:

$$T_{кр} = 5 \quad (p \leq 0.01).$$

$$T_{кр} = 10 \quad (p \leq 0.05).$$

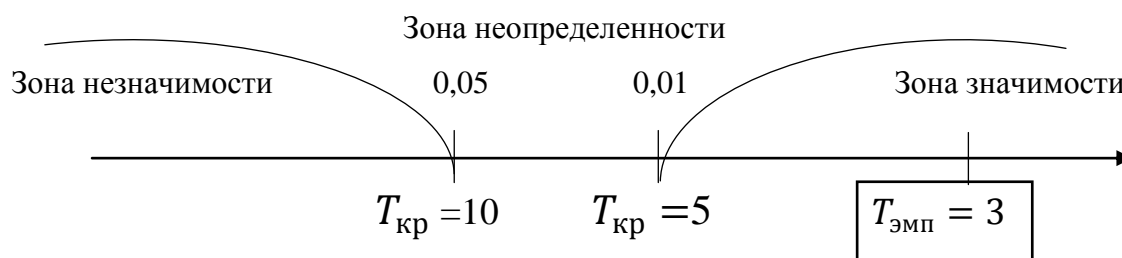


Рисунок 10 – Ось значимости

Результаты подсчётов по методике «Изучение особенностей Я-концепции» показали, что T эмп. находится в зоне значимости, следовательно, реализованная психолого – педагогическая программа эффективна.

Представим результаты T - критерия Вилкоксона по методике «Самооценка личности» О.И. Мотков (Рисунок 11, Приложение 4, Таблица 20, 21,22). Нулевые сдвиги из рассмотрения исключаются, и количество наблюдений n уменьшается на количество этих нулевых сдвигов, таким образом $N=20$. Сумма по столбцу рангов равна $\Sigma=210$

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+20)20}{2} = 210$$

$$T_{emp} = \sum R_t = 1.5 + 15 + 1.5 + 8 + 6 + 7 + 20 = 59$$

Критические значения для $N=20$:

$$T_{кр} = 43 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр}=60 (p \leq 0.05)$$

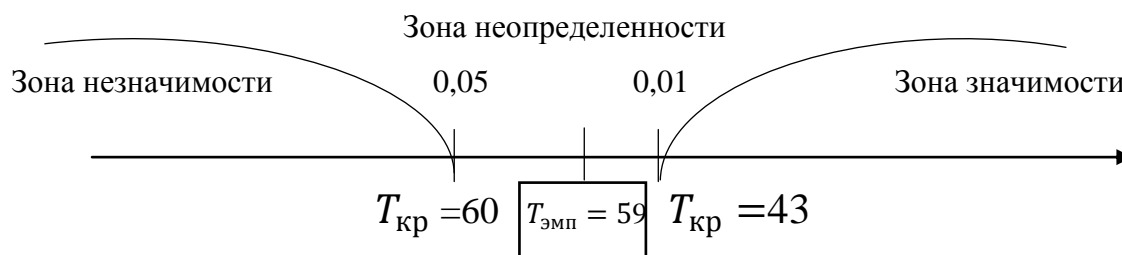


Рисунок 11 – Ось значимости

Подводя итоги расчётов по методике «Самооценка личности» О.И. Мотков, можно установить, что T эмп. находится в зоне неопределенности, в следствии чего отклоняется гипотеза H_0 и принимается гипотеза H_1 , однако эмпирическое значение можно считать достоверным уровнем значимости, проведенной психолого – педагогической программы формирования, с погрешностью 0,05, находящейся в допуске значимости.

И подведём итоги расчётов T -критерия Вилкоксона по методике Т. В. Дембо С. Я. Рубинштейна мод. А. М. Прихожан (Рисунок 12, Приложение 4, Таблица 23, 24, 25). Нулевые сдвиги из рассмотрения исключаются, и количество наблюдений n уменьшается на количество этих нулевых сдвигов, таким образом $N=21$. Сумма по столбцу рангов равна $\sum=231$.

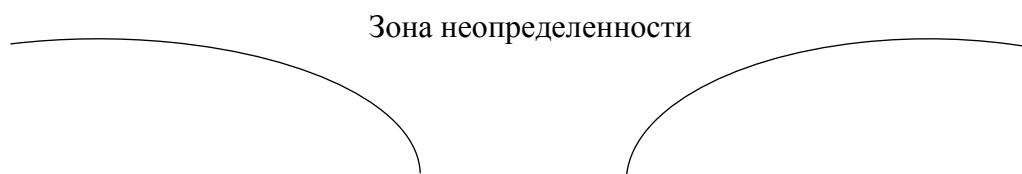
$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+21)21}{2} = 231$$

$$T_{emp} = \sum R_i = 17 + 9 + 19 = 45$$

Критические значения для $N=21$:

$$T_{кр} = 49 (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр} = 67 (p \leq 0.05)$$



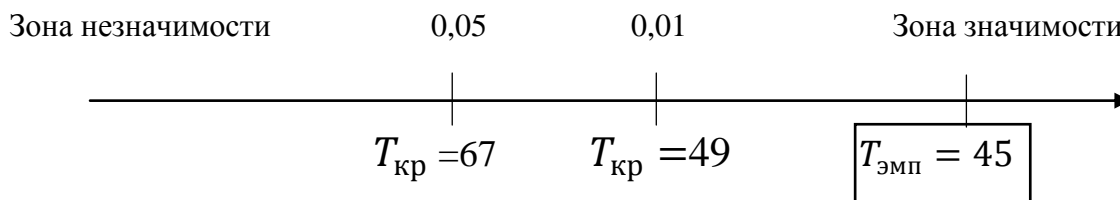


Рисунок 12- Ось значимости

Как видно из рисунка 12, $T_{эмп}$ находит в области значимости, в связи с этим реализованная психолого – педагогическая программа является результативной.

Таким образом, обобщая результаты диагностик и расчётов T -критерия Вилкоксона мы можем утверждать, что поставленные гипотезы исследования подтвердились, поскольку выявлены статически значимые связи между шкалами самооценки младших подростков и их успеваемостью.

3.3 Психолого -педагогические рекомендации для родителей и педагогов по формированию адекватной самооценки неуспевающих младших подростков

На основании проведённого формирующего эксперимента мы можем разработать ряд рекомендаций для родителей и педагогов детей младшего подросткового возраста, направленных на то, чтобы дети почувствовали доверие и уважение к своим родителям и педагогам, что будет способствовать развитию подростковой личности и повышению самооценки.

Для повышения самооценки у подростков родителям можно использовать способы переключения негативных чувств:

Дать возможность выговориться и тем самым превратить недовольство в душе в слова.

Четко обозначить словами негативные чувства. После такого пристального наблюдения они обычно исчезают.

Смоделировать выход из ситуации. Нужно помнить, что подросток пытается адаптироваться к новой жизни своим индивидуальным путем. И хотя в этот период подросток хочет почувствовать себя взрослым, неблагоприятно втискивать его во взрослые рамки, пока он еще не стал таковым. Родителям следует позволить подростку расти и развиваться в его собственном индивидуальном темпе.

Так же необходимо помнить внутрисемейные психологические факторы, имеющие воспитательное значение в подростковом возрасте:

- Принимать активное участие в жизни семьи.
- Всегда находить время, чтобы поговорить с ребенком.
- Интересоваться проблемами отрока, вникать во все возникающие в его жизни сложности и помогать развивать свои умения и таланты.
- Не оказывать на ребенка никакого нажима, помогая ему тем самым самостоятельно принимать решения.
- Иметь представление о подростковом этапе в жизни ребенка.
- Уважать право ребенка на собственное мнение.
- Уметь сдерживать собственнические инстинкты и относиться к подростку как к равноправному партнеру, который просто пока что обладает меньшим жизненным опытом.

При неблагоприятных отношениях между родителями не следует переносить их личные проблемы на отношения со своими детьми. Необходимо помнить, что в связи со своими возрастными особенностями ребенку и так нелегко; следует решать проблемы, стараясь не вовлекать молодого человека в родительские распри. Родителям необходимо пользоваться теми словами, которые работают на развитие положительной оценки и формируют уверенность ребенка в себе. Слова и фразы, поддерживающие ребенка:

- Зная тебя, я уверен, что ты сделаешь все хорошо.
- У тебя все получится!
- Что ты думаешь по этому поводу?
- Это серьезное дело, и я уверена, что ты с ним справишься.
- Я горжусь тобой!
- Я рад твоей помощи.
- Спасибо тебе.
- Хорошо, благодарю тебя.
- Я рад, что ты в этом участвовал.
- Все идет прекрасно!
- Здорово, замечательно.
- Я верю в тебя.
- Все мы люди и все мы совершаем ошибки.
- В конце концов исправляя свои ошибки, ты тоже учишься.

Поведение и действия, поддерживающие ребенка:

- Обнять его, дотронуться до руки, мягко поднять подбородок ребенка, приблизить свое лицо к его лицу.
- Посидеть, постоять, поиграть с ребенком, беседовать с ним и слушать его.
- Выражение лица: улыбка, подмигивание, кивок, смех. Так же необходимо избегать те фразы, которые могут неблагоприятно сказаться на коррекции самооценки. Слова и фразы, разрушающие веру ребенка в себя:
 - Зная тебя и твои способности, я думаю, ты смог бы сделать гораздо лучше.
 - Ты мог бы постараться сделать лучше.
 - Ты с этим не справишься.
 - Это для тебя слишком трудно, поэтому я сама это сделаю.
 - Ты бессовестный!
 - Ты плохой ребенок!

- Ты ничего не понимаешь.
- Я тебя больше не люблю.

Педагогам следует помнить, что дети с заниженной самооценкой обычно ставят перед собой более низкие цели, чем те, которые могут достигнуть, преувеличивая значение неудач.

При заниженной самооценке ребёнок чрезмерно неуверен в себе. Неуверенность, часто объективно необоснованная, является устойчивым качеством личности и ведет к формированию у человека таких черт, как смирение, пассивность, «комплекс неполноценности». Это отражается и во внешнем виде ученика: голова втянута в плечи, походка нерешительная, он хмур, неулыбчив. Окружающие иногда принимают такого человека за сердитого, злого, неконтактного и следствием этого становится изоляция от людей, одиночество.

Учителям следует использовать перечисленные подходы к работе, которые могут помочь им в формировании адекватной самооценки учащихся:

- Принимайте ученика таким, какой он есть, учитывая его индивидуальные особенности (тип темперамента, характер, темп деятельности и др.), тип семейного воспитания, соматический статус.
- Создайте ребенку ситуацию успеха, в которой он может проявить себя (на уроке и во внеурочное время).
- Стимулируйте познавательную активность ребёнка положительными подкреплениями.
- Поощряйте ребенка в высказывании своих мыслей, желании задавать вопросы. Наберитесь терпения, чтобы понять вопрос ученика и обязательно ответить. В этом проявляется уважение к ученикам, и они это очень ценят.
- Формируйте у ребёнка критичное отношение к своим поступкам, прививайте ему ответственность за свои действия.
- Учитывайте зону ближайшего развития ребёнка.

- Поощряйте и стимулируйте ученика за реальные, пусть даже небольшие достижения.

- Помните, ребёнок верит взрослому, постарайтесь стать для него значимым, дайте ему возможность поверить в свою ценность и уникальность.

Педагогам необходимо помнить, что существуют личные права, которыми могут пользоваться дети, как механизмом защиты для разрешения всевозможных конфликтов. И при неадекватно низкой самооценке можно дать следующие рекомендации.

Дети имеют право:

- Иногда ставить себя на первое место;
- Просить о помощи и эмоциональной поддержке;
- Протестовать против несправедливого обращения или критики;
- На свое собственное мнение и убеждение;
- Совершать ошибки, пока не найдете правильный путь;
- Предоставлять людям решать свои собственные проблемы;
- Говорить: «Нет, спасибо», «извините, нет»;
- Не обращать внимания на советы окружающих и следовать собственным убеждениям;
- Побывать одному, даже если другим хочется вашего общества;
- Иметь свои собственные чувства независимо от того, понимают ли их окружающие;
- Менять свои решения или избирать другой образ действия;
- Добиваться перемены договоренности, которая вас не устраивает. Дети не обязаны:
- Быть безупречным на все 100%;
- Следовать за толпой;
- Любить людей, приносящих вам вред;
- Делать приятное неприятным людям;
- Извиняться за то, что были самим собой;

- Выбиваться из сил ради других;
- Чувствовать себя виноватым за свои желания;
- Мириться с неприятной ситуацией;
- Жертвовать своим внутренним миром ради кого бы то ни было;
- Сохранять отношения, ставшие оскорбительными;
- Делать больше, чем вам позволяет время;
- Делать что-то, что на самом деле не можете сделать;
- Выполнять неразумные требования;
- Отдавать что-то, что на самом деле не хочется отдавать;
- Нести на себе тяжесть чьего-то неправильного поведения;
- Отказываться от своего «Я» ради кого бы то ни было.

Таким образом, на основании проведённого формирующего эксперимента были разработаны и предложены психолого-педагогические рекомендации родителям и педагогам детей младшего подросткового возраста. Рекомендации направлены на то, чтобы дети почувствовали доверие и уважение к своим родителям и педагогам, что будет способствовать развитию подростковой личности и повышению самооценки.

Выводы по III главе

Программ психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков составлена на основе работ: К.А. Михайлусова.

Цель программы: создать психолого-педагогические условия формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков.

Продолжительность программы составляет 10 занятий, каждое занятие длится 60 минут. Занятия проводились 2 раза в неделю. Были

использованы следующие методы: групповая дискуссия; арттерапия; игротерапия; психогимнастика; работа в парах, тройках, микрогруппах; анализ конкретных ситуаций. В качестве основной формы работы был выбран социально-психологический тренинг. Каждое занятие состоит из приветствия, основной части, представленной двумя или тремя наиболее значимыми упражнениями, упражнения для эмоциональной разгрузки (подвижная разминка) и заключительной части-подведения итогов, прощания.

После мы провели повторную психологическую диагностику уровня самооценки младших подростков.

Цель повторной психологической диагностики – определить эффективность программы реализации психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков. Для соблюдения чистоты эксперимента при повторной диагностике используются те же методики, что и на констатирующем этапе.

Как видно из результатов диагностики методики «Изучение особенностей Я-концепции»: I уровень – очень высокий уровень самоотношения, выявлен у 3 человек, это составило 14% испытуемых. У таких детей прослеживается ярко выраженное благоприятное отношение к собственному «Я», они ощущают собственную ценность. II уровень – высокий уровень самоотношения, соответствующий социальному нормативу выявлен у 4 человек, что составило 19% испытуемых. III уровень – средний уровень самоотношения выявлен у 12 человек, что составило 57% испытуемых. IV уровень – низкий уровень, неблагоприятный вариант самоотношения, выявлен у 2 человек, что составило 10% испытуемых, такой показатель определяет осознание младшим подростком неудовлетворенности собой личность может иметь низкий самоинтерес.

Диагностика самооценки младших подростков по методике исследования «Самооценка личности» (О.И. Мотков) показала, что: 14% подростков, что составляет 3 человек, имеют высокий уровень общей самооценки позитивного развития личности. 76% подростков, что составляет 16 человек, имеют средний уровень общей самооценки личности. 10% подростков, что составило 2 человека, имеют низкий показатель по шкале общей самооценки позитивного развития личности. При диагностике псевдовысокого уровня самооценки не обнаружено

По результатам вторичной диагностики (констатирующий эксперимент) с помощью методики Т.В. Дембо-С.Я. Рубинштейна, мод. А.М. Прихожан были получены следующие результаты: у 66% (14 чел.) учеников средний уровень самооценки. У 24% (5 чел.) учеников высокий уровень самооценки. У 10% (2 чел.) подростков отмечен низкий уровень самооценки.

Обобщая результаты диагностик и расчётов Т-критерия Вилкоксона, мы можем утверждать, что поставленные гипотезы исследования подтвердились, поскольку выявлены статически значимые связи между шкалами самооценки младших подростков и их успеваемостью.

Заключение

Анализ психолого-педагогической литературы позволил заключить, что самооценка – это оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. Самооценка – личностное образование, принимающее непосредственное участие в регуляции поведения и деятельности, как автономная характеристика личности, её центральный компонент, формирующийся при активном участии личности и отражающий своеобразие её внутреннего мира.

Самооценка является сложным личностным образованием, которое характеризуется непостоянством в подростковом возрасте; она может быть завышенной, заниженной или адекватной, что зависит от многих факторов, таких как, окружение подростка и его личные суждения, от его внешнего вида и особенностей полового созревания. Самооценка неуспевающих младших подростков складывается из многочисленных аспектов. Основная роль в формировании самооценки заложена во взаимоотношениях подростка с окружающими (особенно ровесниками), в адаптации к системному обучению и появлению новых педагогов – предметников, в сформировавшейся мотивации учения и возможности самоутвердиться в периметре школы и классного коллектива.

Опираясь на результаты теоретического исследования, представленные в предыдущих параграфах, была сконструирована модель психолого-педагогического формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков. Модель имеет достаточно сложную структуру. В ней отражено 4 блока (теоретический, диагностический, формирующий и аналитический) представляющие взаимосвязь в виде многоуровневой динамической системы, построенной по иерархическому принципу.

Опытно-экспериментальная работа проходила в несколько этапов: подготовительный, опытно-экспериментальный и заключительный этап. В

исследовании психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков были использованы следующие методы и методики:

1) теоретические – анализ литературы по проблеме психолого-педагогического формирования самооценки младших подростков, обобщение, синтез, целеполагание, моделирование.

2) эмпирические – констатирующий и формирующий эксперимент, проективные методы, тестирование по методикам: «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, А. М. Прихожан), «Самооценка личности» (О.И. Мотков), «Изучение самооценки» (Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан). 3) метод математической статистики критерий Т. Вилкоксона, для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых.

В исследовании приняла участие группа неуспевающих младших подростков, обучающихся в 6 Б классе МАО СОШ № 137. У учеников был выявлен неадекватный уровень самооценки по результатам как минимум одной методики, группа составила 13 человек.

Проведённый анализ результатов исследования самооценки младших подростков по методике диагностики «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан) были получены следующие результаты: очень высокий уровень самоотношения - I уровень, выявлен у 7 человек, это составило 33% испытуемых; высокий уровень самоотношения - II уровень, соответствующий социальному нормативу выявлен у 5 человек, что составило 24% испытуемых; средний уровень самоотношения - III уровень выявлен у 5 человек, что составило 24% испытуемых; низкий уровень - IV уровень, неблагоприятный вариант самоотношения, выявлен у 4 человек, что составило 19% испытуемых.

Диагностика самооценки младших подростков по методике исследования «Самооценка личности» (О.И. Мотков) показала, что: 28%

подростков, что составляет 6 человек, имеют высокий уровень общей самооценки позитивного развития личности; 5% или 1 подросток имеет псевдовысокий уровень общей самооценки, что указывает на неадекватно завышенную самооценку; 57% подростков, что составляет 12 человек, имеют средний уровень общей самооценки личности; 19% подростков, что составило 4 человека, имеют низкий показатель по шкале общей самооценки позитивного развития личности.

По результатам первичной диагностики с помощью методики Дембо-Рубинштейна, мод. А.М. Прихожан были получены следующие результаты: у 48% (10) учеников средний уровень самооценки; у 38% (8) учеников высокий уровень самооценки; у 19% (4) подростков отмечен низкий уровень самооценки.

При обобщении результатов исследования самооценки подростков по трем методикам было выявлено, что 54% (7) испытуемых, имеет высокий уровень самооценки, 23% (3) подростков имеют неустойчивую самооценку, 23% (3) обладают низким уровнем самооценки.

Исходя из полученных результатов констатирующего этапа исследования можно говорить о том, что самооценка неуспевающих младших подростков на ступени среднего общего образования требует для своего развития специально разработанной психолого-педагогической программы. На основе полученных результатов для обучающихся 6-х классов была разработана и реализована психолого-педагогическая программа, направленные на психолого-педагогическое формирование самооценки младших подростков в условиях образовательного учреждения.

В программе психолого-педагогического формирования адекватной самооценки будут участвовать неуспевающие ученики, у которых был выявлен неадекватный уровень самооценки по одной или нескольким методикам.

Программа психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков составлена на основе работ: К.А. Михайлусова.

Цель программы: создать психолого-педагогические условия формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков.

Продолжительность программы составляет 10 занятий, каждое занятие длится 60 минут. Занятия проводились 2 раза в неделю. Были использованы следующие методы: групповая дискуссия; арттерапия; игротерапия; психогимнастика; работа в парах, тройках, микрогруппах; анализ конкретных ситуаций. В качестве основной формы работы был выбран социально-психологический тренинг. Каждое занятие состоит из приветствия, основной части, представленной двумя или тремя наиболее значимыми упражнениями, упражнения для эмоциональной разгрузки (подвижная разминка) и заключительной части-подведения итогов, прощания.

После мы провели повторную психологическую диагностику уровня самооценки младших подростков.

Цель повторной психологической диагностики – определить эффективность программы реализации психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков. Для соблюдения чистоты эксперимента при повторной диагностике используются те же методики, что и на констатирующем этапе.

Как видно из результатов диагностики методики «Изучение особенностей Я-концепции»: I уровень – очень высокий уровень самоотношения, выявлен у 3 человек, это составило 14% испытуемых. У таких детей прослеживается ярко выраженное благоприятное отношение к собственному «Я», они ощущают собственную ценность. II уровень – высокий уровень самоотношения, соответствующий социальному

нормативу выявлен у 4 человек, что составило 19% испытуемых. III уровень – средний уровень самооотношения выявлен у 12 человек, что составило 57% испытуемых. IV уровень – низкий уровень, неблагоприятный вариант самооотношения, выявлен у 2 человек, что составило 10% испытуемых, такой показатель определяет осознание младшим подростком неудовлетворенности собой личность может иметь низкий самоинтерес.

Диагностика самооценки младших подростков по методике исследования «Самооценка личности» (О.И. Мотков) показала, что: 14% подростков, что составляет 3 человек, имеют высокий уровень общей самооценки позитивного развития личности. 76% подростков, что составляет 16 человек, имеют средний уровень общей самооценки личности. 10% подростков, что составило 2 человека, имеют низкий показатель по шкале общей самооценки позитивного развития личности. При диагностике псевдовысокого уровня самооценки не обнаружено

По результатам вторичной диагностики (констатирующий эксперимент) с помощью методики Т.В. Дембо-С.Я. Рубинштейна, мод. А.М. Прихожан были получены следующие результаты: у 66% (14 чел.) учеников средний уровень самооценки. У 24% (5 чел.) учеников высокий уровень самооценки. У 10% (2 чел.) подростков отмечен низкий уровень самооценки.

Обобщая результаты диагностик и расчётов Т-критерия Вилкоксона, мы можем утверждать, что поставленные гипотезы исследования подтвердились, поскольку выявлены статически значимые связи между шкалами самооценки младших подростков и их успеваемостью.

Список используемой литературы

1. Авдулова Т.П. Возрастная психология: Учебное пособие для студентов учреждений высшего профессионального образования / Т.Д. Марцинковская, Т.П. Авдулова. - М.: ИЦ Академия, 2011. - 336 с.
2. Аверин В.А. Психология детей и подростков: учебное пособие / В.А. Аверин. – Издание 2-е, переработанное и дополненное. – Санкт-Петербург: Издательство Михайлова В.А., 1998. – 379 с.
3. Агапов В.С. Методологические вопросы теории Я-концепции личности: учебно-методическое пособие. М.: Гос. ун-т управления, 2009, 215с.
4. Ананьев Б.Г. Избранные психологические труды: В 2 т./ Под ред. А.А. Бодалева и др. – М.: Педагогика, 1980. – Т.2. – 204 с.
5. Батюта М.Б. Возрастная психология: Учебное пособие / М.Б. Батюта, Т.Н. Князева. - М.: Логос, 2013. - 306 с.
6. Барабанова Н.Я. Влияние самооценки на лидерский статус школьника в группе сверстников. В сборнике: Развитие науки и техники: механизм выбора и реализации приоритетов сборник статей Международной научно-практической конференции. 2017. С. 12-14.
7. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте. — Спб: Питер Пресс, 2009. – 400 с.
8. Божович Л.И. Этапы формирования личности в онтогенезе // Вопросы психологии 1979. №4. С.23-34.
9. Выготский Л.С. Собрание сочинений в шести томах. Том 4. Детская психология / Под ред. Д. Б. Эльконина. - М.: Педагогика, 1984. – 434 с.
10. Гурова, Е.В. Психология развития и возрастная психология: Тесты / Е.В. Гурова. - М.: Аспект-Пресс, 2005. - 174 с.

11. Демидова А. Г. Особенности самооценки интеллекта подростка // Известия Тульского государственного университета. Гуманитарные науки. № 2. 2011 С. 361-37
12. Долгова В.И. Моделирование эмоциональной устойчивости личности»//[Текст]/В.И.Долгова//Health as a factor of qualiti and lifetime of biological species: сб.труд. Международной виртуальной Интернет-конференции (December 05-10,2012). - Лондон, Великобритания, 2012 – С. 67 – 70 – Электронный доступ – URI: <http://gisap.eu/ru/node/16597>,
13. Долгова В.И., Иванова Л.В., Крыжановская Н.В. Регламент аттестационных материалов: методические рекомендации по // изд.5-е переработанное дополненное. – Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2015. – 139 с.
14. Долгова В. И., Кузнецова О. И. Формирование самооценки у детей старшего дошкольного возраста // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 44. – С. 65–72. – URL: <http://e-koncept.ru/2016/56977.htm>.
15. Дубровинская Н.В., Фарбер Д.А., Безруких М.М. Психофизиология ребенка: Психофизиологические основы детской валеологии. Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: ВЛАДОС, 2000. — 144 с.
16. Дубровина И. В., Данилова Е. Е., Прихожан А. М. Психология: Учебник для студентов средних педагогических учебных заведений. М.: Издательский центр «Академия», 1999. – 464 с.
17. Гайфулин А.В. Различные теоретические подходы в определении понятия самооценки. Вестник Томского государственного педагогического университета. 2009 №1. С.73-76.
18. Ермолаева М.В. Психология развития: методическое пособие для студентов заочной и дистанционной форм обучения / М.В. Ермолаева. – 4-е издание, стереотипное. – Москва: МПСИ; Воронеж: МОДЭК, 2008. – 376 с.

19. Жилинская А.В. Роль целей подростков в становлении их жизненной траектории. Обучение и развитие: современная теория и практика // Материалы XVI Международных чтений памяти Л.С. Выготского. Москва, 16–20 ноября 2015 г. / Под ред. В.Т. Кудрявцева: В 2 ч. Ч. 2 М.: Левъ, 2015 С. 47–52.

20. Захарова А.В. Формирование самооценки в учебной деятельности. Психологические проблемы в учебной деятельности школьника. М., 2007. – 613 с.

21. Захарова А.В., Андрущенко Т.Ю. «Исследования самооценки младшего школьника в учебной деятельности» Вопросы психологии. М.: Педагогика, 2009. №4. – 90 с.

22. Истратова О.Н., Эксакусто Т.В. Справочник психолога средней школы. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2003. – 510 с.

23. Карабанова О.А. Возрастная психология. Конспект лекций. — Москва: Айрисс-пресс, 2005. – 238 с.

24. Карелин А.А. Большая энциклопедия психологических тестов. М.: Эксмо, 2007. – 408 с.

25. Кле М. Психология подростка. - М.: Педагогика, 1991. С. 74, 109-115.

26. Коваленко Е. Г., Начарова Л. А. Психолого-педагогические факторы становления самооценки первоклассников // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2017. – Т. 34. – С. 120–126. – URL: <http://e-koncept.ru/2017/771160.htm>.

27. Кон И.С. Ребенок и общество. М.: Академия, 2003. – 336с.

28. Крайг Г., Бокум Д. Психология развития. — 9-е издание. — Спб: Питер, 2012. – 940 с.

29. Крыжановская Л.М. Артпсихология как направление психологопедагогической реабилитации подростков. – М.: Пед. общ-во России, 2004.

30. Кулагина И.Ю. Психология развития и возрастная психология: Учебное пособие для вузов // И.Ю. Кулагина. - М.: Академический проект, 2015. - 420 с.
31. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. СПб.: Речь, 2003. - 256 с.
32. Липкина А.И. К вопросу о методах выявления самооценки как личностного параметра умственной деятельности. Проблемы диагностики умственного развития учащихся. Москва: Флинта, 1975. - 576 с.
33. Лисина М.И. Формирование личности ребенка в общении. Санкт-Петербург: Питер, 2009. – 320 с.
34. Локалова Н.П. Школьная неуспеваемость: причины, психокоррекция, психопрофилактика. Учебное пособие: Питер; СПб.; 2009. – 369 с.
35. Марцинковская Т.Д. История психологии: учебник для студ. высш. учеб. заведений. М.: Академия, 2007. – 544 с.
36. Масгутова С.К. Психологическая помощь детям в экстремальной ситуации / С.К. Масгутова // Активные методы в работе школьного психолога: сборник научных трудов / ред. И.В. Дубровина, Е.Е. Данилова, А.М. Прихожан, Н.Н. Толстых. – Москва: Научно-исследовательский институт общей и педагогической психологии, 1990. – с. 135-141.
37. Матюхина М.В., Михальчик Т.С., Прокина Н.Ф. Возрастная и педагогическая психология: Учеб. пособие для студентов пед. институтов. по спец. № 2121 «Педагогика и методика нач. обучения»/М. В. Матюхина, Т. С. Михальчик, Н. Ф. Прокина и др.; Под ред. М. В. Гамезо и др.—М.: Просвещение, 1984. – 256с.
38. Мещеряков Б.Г., Зинченко В.П. Большой психологический словарь. СПб.: Прайм-Еврознак, 2003. – 632 с.
39. Молчанова О.Н. Теоретические проблемы и эмпирические исследования: учеб. пособие. М.: Флинта, 2011. – 209 с.

40. Мотков О.И. Личность и психика. Сущность структура и развитие. БАХРАХ-М Самара, 2008. – 160 с.
41. Мудрик А.В. Социальная педагогика: учеб.пособие. Центр научного сотрудничества «Интерактив плюс». М.: Академия, 2007. – 184 с.
42. Независимый институт социальной политики (НИСП), Детский фонд ООН (ЮНИСЕФ). Анализ положения детей в Российской Федерации: на пути к обществу равных возможностей. / Доклад: Москва, 2011. – 265 с.
43. Немов Р. С. Психология. Учебник для студентов высш. пед. учеб. заведений. В 3-х кн-х. Кн. 2 Общие основы психологии- 2-е изд. М.: Владос, 2003. - 573с.
44. Обухова Л. Ф. Детская Психология. — Москва: Юрайт, 2013. — С. 359-390. — 460 с.
45. Осипова А. А. Общая психокоррекция. – М.: ТЦ «Сфера», 2000
46. Пиаже Ж. Избранные психологические труды. — Москва: Просвещение, 1969. — С. 659.
47. Прихожан А.М. Диагностика личностного развития детей подросткового возраста. М.: МГППУ, 2002. – 47с. + приложение.
48. Психология детства. Учебник. Под редакцией члена-корреспондента РАО А. А. Реана – СПб.: «прайм-ЕВРО-ЗНАК», 2003. - 368 с.
49. Психологический словарь / под ред. Л.А. Карпенко, А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. М.: Политиздат, 2009. – 648 с.
50. Психология личности: Учеб. пособие / Волкова М. Н., Истомина О. А., Павловский В. В., Федотова Ю. Ю., Чернобай А. Д., Шатковский А. Г., Шилова Е. В.; Под общей ред. Истоминой О. А., Павловского В. В. – Владивосток: Морск. гос. ун-т, 2007. – 347 с.

51. Психология XXI века 2005. Материалы международной научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых специалистов "Психология XXI века" 22-24 апреля 2005 года / Под редакцией В.Б.Чеснокова - СПб., 2005. - 627 с.
52. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. – Самара: Бахрах-М, 2001. — 672 с.
53. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста / Ф. Райс, К. Долджин; Пер. с англ. В. Квиткевич, Ю. Мирончик. - СПб.: Питер, 2012. - 816 с.
54. Рахманкулова С.А. Самооценка подростка и стиль объяснения событий родителям // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Философия. Психология. Педагогика. № 1. Т. 11. 2011. С. 84-88
55. Ратанова Т.А., Шляхта Н.Ф. Психодиагностические методы изучения личности. М. 1998. стр. 78–80.
56. Реан А. А. Психология человека: от рождения до смерти. — Спб: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2002. – 656 с.
57. Регуш Л.А. Проблемы психического развития и их предупреждение. СПб.: Речь, 2006. — 320 с.
58. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст. Проблемы становления личности / Х.Ремшмидт, М.: Мир, 1994. - 189с.
59. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии [Текст] / С.Л. Рубинштейн. - СПб.: Издательство «Питер», 2002. - 720 с.
60. Рубинштейн С. Экспериментальные методики патопсихологии и опыт применения их в клинике (Практическое руководство). М.: Апрель-Пресс, изд-во Института психотерапии, 2004. — 224 с.
61. Савонько Е.И. Возрастные особенности соотношения ориентации на самооценку и на оценку другими людьми / Е.И. Савонько // Изучение мотивации поведения детей и подростков: сборник экспериментальных исследований / ред. Л.И. Божович, Л.В. Благоняжеина. – Москва: Педагогика, 1972. – 352 с.

62. Самохвалова А.Г. Арт-терапия как метод преодоления коммуникативных трудностей подростков // Прикладная психология и психоанализ: электрон. науч. журн. 2014. № 2. [Электронный ресурс] / URL: <http://www.ppip.idnk.ru/index.php/vypusk-2-2014/9-2011-02-24-12-27-14/-32011/534-2011-09-28-06-11-46> (дата обращения 19.08.2015).

63. Сафин В.Ф. Устойчивость самооценки и механизм ее сохранения. Вопросы психологии №3. М.: Просвещение, 1975. – 97 с.

64. Серкова А. М. Психолого-педагогическая коррекция самооценки старших подростков // Концепт №1. 2015

65. Смирнова С.А., Шинкаренко Е.С. Особенности самооценки творческой личности школьника. В книге: Инновационные подходы молодых исследователей к решению юридико-психологических проблем Коллективная монография. Ответственные редакторы: В. М. Мелихов, О. Н. Макаренко, Г. Г. Егоров. Волжский, 2015. С. 237-241.

66. Социальные детерминанты здоровья и благополучия подростков. Исследование «Поведение детей школьного возраста в отношении здоровья»: международный отчет по результатам обследования 2009–2010 гг. / Под ред. Сиггье С и др. – Копенгаген, Европейское региональное бюро ВОЗ, 2012 г. (Серия «Политика охраны здоровья детей и подростков», выпуск № 6). С. 5.

67. Столяренко А.М. Социальная психология[Текст] / А.М. Столяренко. - М.: «ЮНИТИ», 2001. – 543 с.

68. Творогова Н.Д. Я в контексте психологии успеха [Текст] / Н. Д. Творогова // Мир психологии. - 2002. - № 2. - С. 53-60

69. Тутушкина М.К. Практическая психология: Учебник 4-е изд., перераб., доп. — СПб.: Изд-во «Дидактика Плюс», 2001. – 368 с.

70. Урунтаева Г.А. Психология дошкольного возраста: Учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / Г.А. Урунтаева. - М.: ИЦ Академия, 2012. - 272 с.

71. Фельдштейн Д.И. Психология становления личности. М.: Международная педагогическая академия, 1994. – 190 с.
72. Фельдштейн Д. И. Трудный подросток. — М.; Воронеж: МПСИ: Модек, 2008. – 206 с.
73. Филимонова А.В. Формирование опыта самооценки творческих достижений подростка в процессе конкурсно-выставочной деятельности // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. № 18. 2011. С. 68-72
74. Философский энциклопедический словарь / под ред. А.А. Грицанова, Д.Д. Рунса. М.: Академия, 2006. – 598 с.
75. Фомина Л.Ю. Что влияет на формирование самооценки младших школьников. Ж-л. «Начальная школа» № 10, 2003 г. – 99 с.
76. Фрейд З., Фрейд А. Теория психоанализа и «эго-психология». Родина: 2018. – 240с.
77. Фридман Л.М., Кулагина И.Ю. Психологический справочник учителя. М.: 1990. – 432 с.
78. Хломов К.Д. Социальные риски в контексте индивидуальных жизненных траекторий современных подростков // Социальная психология и общество. 2016 Т. 7 № 2 С. 109–125. doi:10.17759/sps.2016070208
79. Хухлаева, О.В. Психология развития и возрастная психология: Учебник для академического бакалавриата / О.В. Хухлаева, Е.В. Зыков, Г.В. Бубнова. - Люберцы: Юрайт, 2016. - 367 с.
80. Эйestad Г. Самооценка у детей и подростков. Книга для родителей. – Альпина Паблишер, 2014. – 294 с.
81. Эльконин Д.Б. Детская психология М.: Академия, 2007. - 384 с.
82. Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды. — М.: Педагогика, 1989. — 560 с.
83. Эриксон Э.Х. Детство и общество. СПб.: Университетская книга, 1996. - 241 с.

84. Эриксон Э. Х. Идентичность: юность и кризис / Общ. ред. и предисл. Толстых А. В. — М.: Прогресс, 1996. — 344 с. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис [Текст]/Э. Эриксон – М.: Прогресс, 2006. – 342 с.

Приложения

Приложение 1

Методики диагностики самооценки подростков

1. Методика Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан «Изучение особенностей Я-концепции»

Личностный опросник предназначен для испытуемых 12 - 17 лет. Авторы - Е. Пирс, Д. Харрис. Вариант дополнен контрольной шкалой - шкалой социальной желательности. Внесены изменения в текст методики, проведена новая факторизация, в результате которой были выделены 3 новых фактора и уточнено содержание старых. Существенно дополнена интерпретация. Дополнения, адаптация и нормирование осуществлены А. М.

Прихожан.

Экспериментальный материал.

Бланк методики. На первой странице бланка проставляются необходимые сведения об испытуемом (фамилия, имя, возраст, пол, класс, дата и время проведения и др.). На следующих страницах представлен текст методики. На последней странице в рамке - место для записи оценок и выводов по результатам исследования.

Применяются два варианта бланков - для мальчиков и для девочек.

Порядок проведения.

Методика проводится фронтально - с целым классом или группой учащихся. После раздачи бланков школьникам предлагается прочесть инструкцию, затем психолог должен ответить на все задаваемые ими вопросы. После этого учащимся предлагается выполнить тренировочные задания. Затем следует проверить, как каждый из учащихся выполнил задание, точное понимание инструкции, вновь ответить на вопросы. После этого учащиеся работают самостоятельно, и психолог ни на какие вопросы не отвечает. Заполнение шкалы вместе с чтением инструкции – 25-30 мин.

Обработка и интерпретация результатов.

1. Объединяются ответы «верно» и «скорее верно, чем неверно» рассматриваются вместе (обозначаются в ключах знаком «+»), ответы «скорее неверно, чем верно» и «неверно» также объединяются (обозначаются в ключах знаком «-»). 2. Выявляется тенденции к социальной желательности ответов.

Ответы по шкале социальной желательности сопоставляются с ключом представлены в таблице 3.

Таблица 3

Шкала социальной желательности

Варианты ответов	Пункты шкалы						
«+»	6	24	25	42	60	62	72
«-»	15	53	83				

В тех случаях, когда по этой шкале получено 7 и более баллов, результаты испытуемого могут быть искажены под влиянием сильной тенденции давать социально желательные ответы. В этом случае к результатам, полученным по шкале следует подходить с осторожностью и использовать их только как ориентировочные.

3. Подсчитывается суммарный балл, характеризующий общую удовлетворенность собой, позитивность самоотношения. С этой целью результаты испытуемого сопоставляются с ключом (табл 4). Совпадение с ключом - один балл.

Таблица 4

Ключ к шкале Я-концепция

1.-	23.-	46.+	69.-
2.+	26.-	47.+	70.-
3.-	27.+	48.-	71.+
4.-	28.+	49.+	73.-
5.+	29.-	50.-	74.-
7.-	30.-	51.-	75.-
8.-	31.+	52.-	76.+
9.-	32.+	54.+	77.-
10.+	33.+	55.-	78.+
11.-	34.+	56.+	79.+
12.-	35.-	57.-	80.+
13.+	36.-	58.+	81.+
14.-	37.+	59.+	82.+
16.-	38.-	61.+	84.+
17.+	39.+	63.+	85.-
18.+	40.+	64.-	86.+
19.+	41.+	65.+	87.-
20.+	43.-	66.+	88.-
21.+	44.+	67.-	89.-
22.-	45.-	68.+	90.+

Полученный результат записывается в графе «Сб» (сырой балл).

Данные переводятся в стенойны (стандартную девятку), в соответствии с которым определяется уровень самоотношения, выделяется 5 уровней самоотношения (табл. 5).

Таблица 5

Уровень самоотношения

Количество баллов	Стенойн	Уровень
0—19	1	V
20—33	2	IV
34—45	3	III
46—51	4	II
52—57	5	
58—62	6	I

63—68	7	
69—75	8	III
Более 75	9	V

Стенайн записывается в графе «Ст». Уровень самооотношения - в графе «УС».

Значение уровней самооотношения:

I уровень - очень высокий уровень самооотношения

II уровень - высокий уровень, соответствующий социальному нормативу

III уровень - средний уровень самооотношения

IV уровень - низкий уровень, неблагоприятный вариант самооотношения

V уровень - предельно высокий уровень (может свидетельствовать о защитновысоком отношении к себе) или предельно низкий уровень самооотношения. Группа риска.

4. По дочитываются баллы по отдельным факторам (таблица 6). Совпадение с ключом - один балл.

Результаты фиксируются в соответствующих графах.

Таблица 6

Фактор (ключ)	Интерпретация, количество баллов
I. Поведение (П): 13+ 14- 16- 26- 27+ 29- 38- 39+ 64- 70- 77- 85- 86+ всего 13 пунктов	<p>A/0—4 балла Подросток рассматривает свое поведение как не соответствующее требованиям взрослых.</p> <p>B/6—9 баллов Обычно свидетельствует о реалистичном отношении к своему поведению.</p> <p>V/10—13 баллов Подросток оценивает свое поведение как соответствующее требованиям взрослых. Для групп A и B дополнительно полезно выявить отношение к такому поведению (оно может характеризовать негативистическое отношение к требованиям — «я веду себя плохо и очень этим доволен»). Подросток может переживать из-за того, что продолжает выполнять требования взрослых (как маленький), и относится к этому отрицательно, возможны и оценка, соответствующая оценке взрослых. Однако следует иметь в виду, что суммарная оценка в общем ключе (табл. 1) предполагает, что соответствие требованиям взрослых рассматривается подростком как положительная черта.</p>

<p>II. Интеллект, положение в школе (И): 5+ 10+ 18+ 19+ 23– 28+ 30– 34+ 37+ 47+ 54+ 66+ 75– 79+ 80+ всего 15 пунктов</p>	<p>A/0—5 баллов Низкая самооценка интеллекта, школьной успешности. B/6—10 баллов Самооценка интеллекта и школьной успешности среднего уровня. B/11—15 баллов Высокая самооценка. Самооценку в этой области целесообразно сопоставить с уровнем реальной успешности. Важно также проанализировать отношение подростка к своей школьной успешности.</p>
<p>III. Ситуация в школе (Ш) 8– 11– 13+ 31+ 35– 50– 56+ всего 7 пунктов</p>	<p>A/0—2 балла Подросток оценивает школьную ситуацию как неблагоприятную. Школа вызывает у него неприязнь, тревогу, скуку. B/3—4 балла Нейтральное отношение к школе. B/5—7 баллов Позитивное восприятие школьной ситуации. Необходимо проанализировать причины негативного восприятия школьной ситуации.</p>
<p>IV. Внешность, физическая привлекательность, физическое развитие как свойства, связанные с популярностью среди сверстников (В) 9– 17+ 33+ 44+ 46+ 61+ 68+ 73– 78+ 82+ 85– всего 11 пунктов</p>	<p>A/0—3 балла Низкая самооценка внешности, физических качеств. B/4—7 баллов Средняя самооценка. B/8—11 баллов Высокая самооценка. Низкая (а нередко и средняя) самооценка внешности — фактор риска, она может быть причиной низкой общей самооценки подростка, его общей неудовлетворенности собой.</p>
<p>V. Тревожность (Т) 4+ 7+ 8+ 11+ 32– 41– 43+ 49– 55+ 84– 89+ всего 11 пунктов Следует обратить внимание на то, что знаки в данном случае обратны по отношению к общему ключу</p>	<p>A/0—4 балла Высокий уровень эмоционального благополучия, низкий (адаптивный) уровень тревожности. B/5—7 баллов Средний уровень тревожности. B/8—11 баллов Высокий уровень тревожности. Подростки группы «В» нуждаются в психологической помощи.</p>

<p>VI. Общение (О). Популярность среди сверстников, умение общаться 1– 3– 7– 12– 17+22– 31+37+ 45– 51– 55– 56+ 58+ 65+ 66+ 71+ 74– 76+ 78+ всего 19 пунктов</p>	<p>A/0—6 баллов Низкая самооценка популярности среди сверстников, умения общаться. Свидетельствует о неудовлетворенности потребности в общении у подростка. Б/7—13 баллов Средняя самооценка. В/14—19 баллов Высокая самооценка в общении, характеризующая переживание удовлетворенности в этой сфере. Следует сопоставить эти данные с результатами объективного исследования положения школьника среди сверстников.</p>
<p>VII. Счастье и удовлетворенность (У): 2+ 40+ 44+ 50– 57– 59+ 67– 88– 90+ всего 9 пунктов</p>	<p>A/0—2 балла Переживание неудовлетворенности жизненной ситуацией. Б/3—5 баллов Реалистичное отношение к жизненной ситуации. В/6—9 баллов Полное ощущение удовлетворенности жизнью.</p>
<p>VIII. Положение в семье (С) 16– 19+ 29– 36– 43– 67– 70– 81+ всего 8 пунктов</p>	<p>A/0—2 балла Подросток не удовлетворен своим положением в семье Б/3—5 баллов Средняя степень удовлетворенности В/6—8 баллов Высокая степень удовлетворенности. Низкая степень удовлетворенности ситуацией в семье может рассматриваться как фактор риска.</p>
<p>IX. Уверенность в себе 5+ 9– 10+ 14– 18+ 20+ 21+ 28+ 39+ 40+ 48– 52– 63+ 69– 8– 86+ 87– 90+ всего 18 пунктов</p>	<p>A/0—5 баллов Неуверенность в себе. Б/6—15 баллов Средний уровень уверенности в себе, реалистичная самооценка. В/16—18 баллов Чрезмерно высокий уровень уверенности в себе, чаще всего носит компенсаторно-защитный характер. Вместе с тем, особенно у младших подростков может свидетельствовать об инфантильном характере отношения к своим возможностям, недостаточной критичности. В психологической помощи нуждаются как неуверенные в себе, так и чрезмерно уверенные в себе школьники.</p>

Бланк ответов

Фамилия, имя _____ Школа _____

Возраст _____ Класс _____

Дата проведения _____ Время проведения _____

утверждения	верно	скорее верно	скорее неверно	неверно
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				

утверждения	верно	скорее верно	скорее неверно	неверно
32.				
33.				
34.				
35.				
36.				
37.				
38.				
39.				
40.				
41.				
42.				
43.				
44.				
45.				
46.				
47.				
48.				
49.				
50.				
51.				
52.				
53.				
54.				
55.				
56.				
57.				
58.				
59.				
60.				

утверждения	верно	скорее верно	скорее неверно	неверно
63.				
64.				
65.				
66.				
67.				
68.				
69.				
70.				
71.				
72.				
73.				
74.				
75.				
76.				
77.				
78.				
79.				
80.				
81.				
82.				
83.				
84.				
85.				
86.				
87.				
88.				
89.				
90.				

30.				
31.				

61.				
62.				

Бланк шкалы Я-концепции для детей

Вариант для девочек

Фамилия, имя _____ Школа _____

Возраст _____ Класс _____
 Дата проведения _____ Время проведения _____

На следующих страницах приведены высказывания о поведении, мыслях, чувствах человека.

Рядом с каждым из них четыре варианта ответа: «ВЕРНО» (согласна), «СКОРЕЕ ВЕРНО» (согласна, но не полностью), «СКОРЕЕ НЕВЕРНО» (скорее не согласна) и «НЕВЕРНО» (совершенно не согласна). Внимательно прочти каждое предложение, подумай, можешь ли ты отнести его к себе, правильно ли оно описывает тебя, твое поведение, твои качества. Поставь точку под вариантом, который наиболее подходит к данному утверждению в Бланке ответов.

Не думай долго над ответом. Здесь нет правильных и неправильных ответов. Отвечая на вопросы, ты просто сможешь рассказать о себе, о том, что ты думаешь и чувствуешь. **Запомни: нельзя давать на одно предложение несколько ответов на одно предложение, не пропускай предложений, отвечай на все подряд.**

Давай потренируемся:

Я ЛЮБЛЮ СМОТРЕТЬ ТЕЛЕВИЗОР	верно	Скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	неверно
МОЙ ЛЮБИМЫЙ УРОК – ФИЗКУЛЬТУРА	верно	Скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	неверно

Утверждения	Верно (1)	Скорее верно, чем неверно (2)	Скорее неверно, чем верно (3)	Неверно (4)
1. Мои одноклассники смеются надо мной	(1)	(2)	(3)	(4)
2. Я счастливый человек	(1)	(2)	(3)	(4)
3. Мне трудно приобретать друзей	(1)	(2)	(3)	(4)
4. Я часто грущу	(1)	(2)	(3)	(4)
5. Я находчивая	(1)	(2)	(3)	(4)
6. Я всегда сдерживаю свои обещания	(1)	(2)	(3)	(4)
7. Я робкая	(1)	(2)	(3)	(4)
8. Я нервничаю, когда учитель вызывает меня к доске	(1)	(2)	(3)	(4)
9. Меня беспокоит моя внешность	(1)	(2)	(3)	(4)
10. Когда я вырасту, я займу важное положение в обществе	(1)	(2)	(3)	(4)
11. Сильный страх на контрольных, тестах и экзаменах мешает мне хорошо выполнять	(1)	(2)	(3)	(4)

задания				
12. Сверстники не уважают меня, не считаются со мной	(1)	(2)	(3)	(4)
13. Я хорошо веду себя в школе	(1)	(2)	(3)	(4)
14. Если что-то происходит не так, я обычно сама виновата	(1)	(2)	(3)	(4)
15. Я часто сплетничаю	(1)	(2)	(3)	(4)
16. Родителей огорчает мое поведение	(1)	(2)	(3)	(4)
17. Я обаятельная	(1)	(2)	(3)	(4)
18. У меня много хороших идей	(1)	(2)	(3)	(4)
19. Дома считают, что я умная, прислушиваются к моему мнению	(1)	(2)	(3)	(4)
20. Обычно я люблю все делать по-своему	(1)	(2)	(3)	(4)
21. У меня умелые руки	(1)	(2)	(3)	(4)
22. Я легко уступаю другим	(1)	(2)	(3)	(4)
23. Я плохо учусь	(1)	(2)	(3)	(4)
24. Я всегда говорю только правду	(1)	(2)	(3)	(4)
25. Я никогда не раздражаюсь и не сержусь	(1)	(2)	(3)	(4)
26. Я часто поступаю плохо	(1)	(2)	(3)	(4)
27. Я умею владеть собой	(1)	(2)	(3)	(4)
28. Я сообразительная	(1)	(2)	(3)	(4)
29. Дома я плохо себя веду	(1)	(2)	(3)	(4)
30. Обычно я долго сижу над домашними заданиями, и все равно не могу доделать их до конца	(1)	(2)	(3)	(4)
31. Я пользуюсь авторитетом в классе	(1)	(2)	(3)	(4)
32. Я обычно совершенно спокойна	(1)	(2)	(3)	(4)
33. У меня красивые глаза	(1)	(2)	(3)	(4)
34. Я могу сделать хороший доклад на уроке	(1)	(2)	(3)	(4)
35. В школе мне постоянно хочется спать	(1)	(2)	(3)	(4)
36. Я часто надоедаю брату, сестре, другим близким родственникам	(1)	(2)	(3)	(4)
37. Моим друзьям нравятся мои идеи	(1)	(2)	(3)	(4)
38. Я часто попадаю в неприятные ситуации	(1)	(2)	(3)	(4)
39. Я веду себя так, как считаю правильным	(1)	(2)	(3)	(4)
40. Я удачлива	(1)	(2)	(3)	(4)
41. Я беспокоюсь только тогда, когда для этого есть очень серьезный повод	(1)	(2)	(3)	(4)
42. Я всегда слушаюсь родителей и других взрослых родственников	(1)	(2)	(3)	(4)

43. Мои родители ждут от меня слишком много, мне трудно будет оправдать их ожидания	(1)	(2)	(3)	(4)
44. Я нравлюсь себе такой, какая я есть	(1)	(2)	(3)	(4)
45. Среди ровесников я нередко чувствую себя лишней	(1)	(2)	(3)	(4)
46. У меня красивые волосы	(1)	(2)	(3)	(4)
47. На уроках я часто сама вызываюсь отвечать	(1)	(2)	(3)	(4)
48. Я хотела бы быть другой	(1)	(2)	(3)	(4)
49. Я хорошо сплю по ночам	(1)	(2)	(3)	(4)
50. Я ненавижу школу	(1)	(2)	(3)	(4)
51. Для совместных прогулок, занятий, игр сверстники выбирают меня в последнюю очередь	(1)	(2)	(3)	(4)
52. Я часто чувствую неуверенность в себе, в своих силах	(1)	(2)	(3)	(4)
53. Иногда мне не хочется идти в школу	(1)	(2)	(3)	(4)
54. Я эрудированный человек, я многое знаю и много умею	(1)	(2)	(3)	(4)
55. Я часто сомневаюсь в хорошем отношении ко мне других людей	(1)	(2)	(3)	(4)
56. Мои одноклассники считают, что со мной интересно общаться	(1)	(2)	(3)	(4)
57. Я несчастлива	(1)	(2)	(3)	(4)
58. У меня много друзей	(1)	(2)	(3)	(4)
59. Я веселая	(1)	(2)	(3)	(4)
60. Я никогда не говорю о том, чего не знаю	(1)	(2)	(3)	(4)
61. Я хорошо выгляжу	(1)	(2)	(3)	(4)
62. Я выполняю все советы родителей и других близких взрослых	(1)	(2)	(3)	(4)
63. Я активна, бодра, деятельна	(1)	(2)	(3)	(4)
64. Я часто ввязываюсь в ссоры, перебранки	(1)	(2)	(3)	(4)
65. Сверстницы уважают меня	(1)	(2)	(3)	(4)
66. Ко мне часто обращаются за советом, интересуются моим мнением о чем-либо.	(1)	(2)	(3)	(4)
67. Моя семья разочаровалась во мне	(1)	(2)	(3)	(4)
68. У меня приятное лицо	(1)	(2)	(3)	(4)
69. Когда я очень стараюсь что-то сделать, у меня ничего не получается	(1)	(2)	(3)	(4)
70. Дома я ко всем пристаю, всем мешаю	(1)	(2)	(3)	(4)
71. Я всегда впереди, я могу повести за собой других	(1)	(2)	(3)	(4)

72. Я никогда никому не грублю	(1)	(2)	(3)	(4)
73. Я неуклюжая	(1)	(2)	(3)	(4)
74. Со мной не хотят дружить	(1)	(2)	(3)	(4)
75. Я забываю то, что учила	(1)	(2)	(3)	(4)
76. Я хорошо лажу с людьми	(1)	(2)	(3)	(4)
77. Я легко выхожу из себя	(1)	(2)	(3)	(4)
78. Я нравлюсь мальчикам	(1)	(2)	(3)	(4)
79. Я люблю читать	(1)	(2)	(3)	(4)
80. Мне легко учиться хорошо по всем предметам	(1)	(2)	(3)	(4)
81. Мне нравятся мой брат, сестра, другие близкие родственники	(1)	(2)	(3)	(4)
82. У меня хорошая фигура	(1)	(2)	(3)	(4)
83. Нередко я хвастаюсь	(1)	(2)	(3)	(4)
84. Я редко испытываю страх	(1)	(2)	(3)	(4)
85. Я все время что-нибудь разбиваю или ломаю	(1)	(2)	(3)	(4)
86. На меня можно положиться	(1)	(2)	(3)	(4)
87. У меня плохой характер	(1)	(2)	(3)	(4)
88. Я часто думаю о плохом	(1)	(2)	(3)	(4)
89. Мне часто хочется плакать	(1)	(2)	(3)	(4)
90. Я хороший человек	(1)	(2)	(3)	(4)

2. Методика О.И. Мотков «Самооценка личности»

(модификация методики Б.А. Сосновского. См.: Сосновский Б.А. Лабораторный практикум по общей психологии. М.: Просвещение, 1979, с. 87-91)

Методика позволяет изучать общий уровень самооценки позитивного развития личности, самооценку отдельных факторов и качеств личности, а также ее адекватность или неадекватность.

Адекватность самооценки – это степень ее соответствия реальной выраженности личностных качеств, проявляющихся в переживаниях и поведении. Это ее реалистичность. Она обуславливается качеством работы особого личностного механизма - внутреннего программиста и регулятора жизнедеятельности.

Обычно адекватность определяется путем соотнесения самооценки реального состояния личности с оценкой этих же качеств у некоей идеальной личности. Возможно и определение реальной выраженности качеств испытуемых с помощью экспертных оценок степени наличия этих качеств со стороны людей, хорошо знающих респондентов.

В варианте методики Б.А. Сосновского испытуемому предлагается список из 30 слов, определяющих некоторые качества личности. Опрашиваемый сначала должен ранжировать их по степени ценности, ориентируясь на свой идеал личности (ставя на 1 место наиболее ценное качество, затем на 2 место - чуть менее ценное, и т.д.). Затем он ранжирует эти качества по степени их выраженности у себя (на 1 место ставится наиболее выраженное качество, на 2 – чуть менее выраженное, и т.д.). Т.е. таким образом испытуемый оценивает свое реальное Я. Третий раз он ранжирует эти качества, оценивая их по степени проявления, демонстрации для других людей (Я для других). Далее подсчитываются коэффициенты ранговой корреляции между получившимися тремя рядами рангов.

В представленном здесь варианте № 2 методики испытуемому предлагается список из 24 позитивных качеств личности, которые входят, по моему мнению, в характеристику «идеальной» личности (большинство из этих качеств не совпадает с «качествами личности» из списка Б.А. Сосновского, так как некоторые характеристики в его списке не являются, строго говоря, качествами личности, например, «знания», «умения», и, кроме того, предложенные им качества с трудом поддаются классификации).

24 качества личности группируются в следующие факторы: нравственность, воля, самостоятельность и чувство реальности, креативность, гармоничность, экстраверсия, общая самооценка позитивности развития личности.

Так как в этом списке представлены только положительные качества личности, то, при их оценке испытуемым по единой 5-балльной шкале, максимальную выраженность всех этих качеств можно считать полным самоотождествлением опрашиваемого с идеальной личностью, что будет указывать на явно завышенную самооценку, на наличие амбиций и отсутствие самокритичности.

Таким образом, открывается возможность изучения адекватности самооценки по более точному показателю общей выраженности самооценки позитивных качеств личности, который не требует от испытуемого проведения процедуры насильственного размещения (ранжирования) в общем-то примерно одинаково значимых и примерно равноценных качеств личности в ряд по убыванию их ценности. Такая процедура ранжирования достаточно искусственна и искажает реальное положение дел в личности опрашиваемых.

Гипотезу легко проверить, попросив испытуемых сначала оценить выраженность каждого из 24 качеств у себя на данный ближайший год жизни (выраженность реального Я), а затем – оценить выраженность этих качеств у некоей абстрактной идеальной личности (выраженность идеальной личности). Если у идеальной личности выраженность большинства качеств будет приближаться к 5 баллам, то, следовательно, эти примерно рядоположны по своей значимости и ценности, и их не имеет смысла ранжировать.

Конечно, и в новой процедуре оценки выраженности своих качеств по 5-балльной шкале есть свои минусы, как в любой методике, требующей от испытуемой самооценки качеств. Возможен крен в самооценках в сторону социальной и личностной желательности. Однако при введении, в ходе анализа результатов по методике, уровня псевдовысокой, завышенной и потому неадекватной самооценки, и последующем размещении таких данных ниже высокого, но адекватного уровня выраженности самооценки личности, такие случаи «злостных» ответов в сторону социальной желательности будут автоматически учитываться и соответственно оцениваться по стандартизированной методике определения уровня выраженности результатов.

Исходя из опыта работы с методиками, в которых самооценка личностных особенностей производится по 5-балльной шкале, псевдовысоким уровнем выраженности самооценки является диапазон от 4,51-4,71 балла до максимальной границы 5,00 баллов.

Говорить о низком уровне выраженности самооценки личностных качеств как о неадекватно заниженном уровне развития личности гораздо сложнее. Такая самооценка, конечно, не желательна, но может быть вместе с тем достаточно

реалистичной, адекватной самооценкой. Здесь следует провести анализ ответов по каждому пункту списка качеств. Если по всем пунктам даны низкие самооценки, то это действительно может говорить о заниженной и неадекватной самооценке, так как человек априори не может быть «плохим» по всем личностным параметрам. Нужно искать причины таких тотально низких, неадекватно обобщенных, одинаковых по стилю, ответов (возможно, депрессивное состояние, самобичевание после сильной неудачи, и т.п.). Если же часть ответов все-таки на среднем или даже высоком уровне, а часть – на очень низком, что в итоге может дать усредненный общий низкий уровень, то в этом случае, при дифференцированных по уровню ответах, низкий конечный уровень самооценки будет адекватным, реалистичным отражением положения дел в собственной епархии личности.

* * * * *

Методика может использоваться испытуемыми, начиная с 12 лет. При объяснении некоторых понятий – и с более молодого возраста.

Бланк методики «Самооценка личности» (О.И. Мотков)

Вариант 2

ФИО..... Пол Возраст

Место учебы..... Дата обследования

ИНСТРУКЦИЯ

Оцените, пожалуйста, степень проявления у вас личностных качеств, составляющих приводимый ниже Список. Оценивайте ближайший год жизни. Выбирайте один ответ из пяти возможных, представленных в Шкале возможных ответов, ставя напротив оцениваемого качества соответствующую цифру в колонке с данным ответом. Отвечайте искренне. Сохранение тайны ваших ответов – профессиональный долг экспериментатора.

Шкала возможных ответов:

- 1 – ОЧЕНЬ СЛАБАЯ выраженность качества,
- 2 – СЛАБАЯ выраженность качества,
- 3 – СРЕДНЯЯ выраженность качества,
- 4 – ВЫСОКАЯ выраженность качества,
- 5 – ОЧЕНЬ ВЫСОКАЯ выраженность качества.

СПИСОК ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ

№	КАЧЕСТВО	ВОЗМОЖНЫЕ ОТВЕТЫ				
		1	2	3	4	5
1	Активность					
2	Воспитанность (уважение к людям)					
3	Доброжелательность					
4	Жизнестойкость					
5	Инициативность (выдвижение идей)					
6	Искренность, правдивость					
7	Настойчивость					
8	Общительность					
9	Отзывчивость (сочувствие, помощь другому)					
10	Оптимизм, жизнерадостность (вера в лучшее)					
11	Покладистый характер (легкий, гибкий, идущий на сотрудничество и компромисс)					
12	Разумность (учет реальной ситуации)					
13	Самокритичность (способность видеть у себя и плюсы, и минусы)					
14	Самостоятельность (чаще - опора на себя)					
15	Сдержанность					
16	Собранность (неотвлекаемость)					
17	Творческость (оригинальность)					
18	Уверенность					
19	Увлеченность чем-то интересным					
20	Уравновешенность (спокойствие)					
21	Чувство красоты					
22	Чувство меры (в желаниях, в поведении)					
23	Гармоничность (согласие с собой и с внешним миром)					
24	Независимость суждений					
	СРЕДНЕЕ					

Примечание: в варианте 1 методики было 22 пункта - без двух последних.

Обработка результатов

1. Вычислить среднее арифметическое всех ответов испытуемого: определяем общую сумму баллов и делим ее на число пунктов методики, т.е. на 24. Получаем показатель общей самооценки позитивности развития личности.

2. Определяем показатели выраженности самооценки отдельных факторов личности, т.е. специфических групп качеств с помощью Ключа (таблица 7). Суммируем баллы по данной категории и делим сумму на число пунктов – получаем среднее арифметическое (сохранять не менее двух знаков после запятой). Это число и выражает самооценку своих качеств по данной категории личности. Таким образом подсчитываем средние по каждому фактору №№ 1 - 6.

Таблица 7

КЛЮЧ

№	ФАКТОРЫ (АСПЕКТЫ) ЛИЧНОСТИ	№№ пунктов	Число пунктов
1	Нравственность	2, 3, 6, 9	4
2	Воля	4, 7, 15, 16	4
3	Самостоятельность и чувство реальности	12, 13, 14, 24	4
4	Креативность	5, 17, 19, 21	4
5	Гармоничность	11, 20, 22, 23	4
6	Экстраверсия	1, 8, 10, 18	4
7	Общая самооценка позитивных аспектов личности	все пункты 1 - 24	24

Примечание: в варианте 1 методики сами изучаемые факторы были такими же, как и в варианте 2. Но по фактору 3 «Самостоятельность» в Ключе были следующие №№ пунктов: 12, 13, 14 и 18; по фактору 5 «Гармоничность» - 11, 19, 20 и 22. Номера пунктов остальных факторов в Ключе были такими же, как и в варианте 2.

Соотносим получившиеся результаты с табличными уровнями самооценки (табл. 1) и определяем уровни выраженности Общей самооценки и ее отдельных факторов.

Наиболее оптимальным, гармоничным является высокий уровень их выраженности. Психологически здоровый человек имеет такой уровень Общей самооценки выраженности позитивных аспектов и качеств личности. При этом на высоком уровне обязательно должны быть выражены Нравственность, Воля, Самостоятельность и Гармоничность, а в юношеском возрасте – и Экстраверсия.

Псевдовысокий уровень Общей самооценки указывает на неадекватно завышенную самооценку, низкий уровень – на заниженную самооценку (может быть, как неадекватным уровнем, так и адекватно низким).

Таблица 1. Примерные уровни выраженности Общей самооценки личности и отдельных ее факторов (при средних в группе по фактору в районе 3,30 баллов: $3,2 < X_{ср} < 3,4$)

Таблица 8

Уровень	Интервал в баллах	В процентах %
Высокий	3,71 - 4,50	67,51 - 87,50
Псевдовысокий	4,51 - 5,00	87,51 - 100,0
Средний	2,91 - 3,70	47,51 - 67,50
Низкий	1,00 - 2,90	0,00 - 47,50

Примечания: При ранжировании данных по фактору Общей самооценки с учетом уровня их выраженности результаты псевдовысокого уровня следует ставить сразу после рангов данных высокого уровня. Затем идут ранги данных

соответственно среднего и низкого уровней. Перевод средних баллов в проценты не обязателен.

3. Методика Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан «Изучение самооценки»

Данная методика основана на непосредственном оценивании (шкалировании) школьниками ряда личных качеств, таких как здоровье, способности, характер и т. д. Обследуемым предлагается на вертикальных линиях отметить определенными знаками уровень развития у них этих качеств (показатель самооценки) и уровень притязаний, т. е. уровень развития этих же качеств, который бы удовлетворял их. Каждому испытуемому предлагается бланк методики, содержащий инструкцию и задание.

Проведение исследования

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

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

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

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

Методика может проводиться как фронтально — с целым классом (или группой), так и индивидуально. При фронтальной работе необходимо проверить, как каждый ученик заполнил первую шкалу. Надо убедиться, правильно ли применяются предложенные значки, ответить на вопросы. После этого испытуемый работает

самостоятельно. Время, отводимое на заполнение шкалы вместе с чтением инструкции, 10—12 мин.

Обработка и интерпретация результатов

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

По каждой из шести шкал определить:

уровень притязаний — расстояние в мм от нижней точки шкалы («0») до знака «х»;

высоту самооценки — от «0» до знака «—»;

значение расхождения между уровнем притязаний и самооценкой — расстояние от знака «х» до знака «-», если уровень притязаний ниже самооценки, он выражается отрицательным числом.

Рассчитать среднюю величину каждого показателя уровня притязаний и самооценки по всем шести шкалам.

Уровень притязаний

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

Высота самооценки

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

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

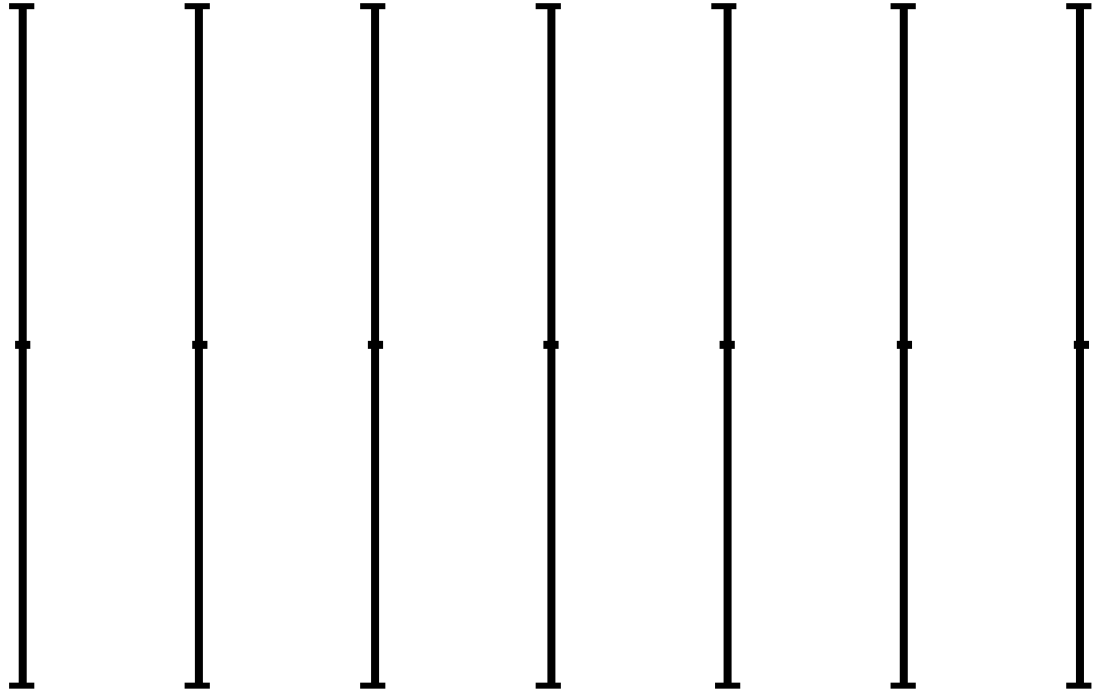
личности. Эти ученики составляют «группу риска», их, как правило, мало. За низкой самооценкой могут скрываться два совершенно разных психологических явления: подлинная неуверенность в себе и «защитная», когда декларирование (самому себе) собственного неумения, отсутствия способности и тому подобного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

В табл. даны количественные характеристики уровня притязаний и самооценки, полученные для учащихся 7-10 классов городских школ (около 900 чел.).

Таблица 9. Количественные характеристики уровня притязаний и самооценки учащихся 7-10 классов городских школ.

Таблица 9

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



здоровье

ум,
способности

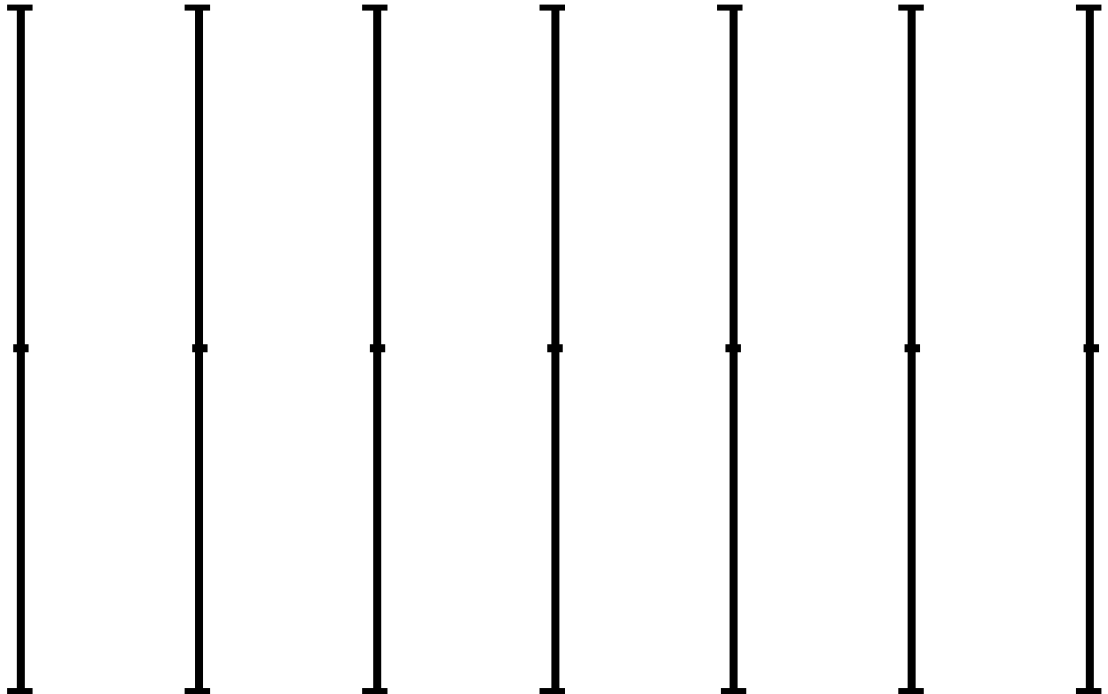
характер

авторитет у
сверстников

умение многое
делать своими
руками,
умелые руки

внешность

уверенность в
себе



здоровье

ум,
способности

характер

авторитет у
сверстников

умение многое
делать своими
руками,
умелые руки

внешность

уверенность в
себе

Результаты исследования самооценки младших подростков

Таблица 10

Результаты выполнения задания по методике «Изучение особенностей Я-концепции»
(Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан) (констатирующий этап)

№	Ученик: фамилия, имя	Количество баллов по отдельным факторам										
		Уровень самоотношения	Социальная желательность	Поведение	Интеллект, положение в школе	Ситуация в школе	Физическая привлекательн ость	Тревожность	популярность среди сверстников	Счастье и удовлетворенно сть	Положение в семье	Уверенность в себе
1	А. Де.	4	4	11	8	4	7	9	12	5	5	13
2	А. Д.	5	4	7	5	4	8	4	11	8	5	14
3	А. В.	2	6	8	5	3	3	6	4	5	8	8
4	Б. Б.	3	8	5	5	5	3	6	10	6	2	8
5	Б. А.	7	7	8	11	5	1	0	16	8	8	17
6	Г. К.	3	4	10	7	2	5	5	5	7	5	8
7	Г. Н.	6	8	7	12	4	10	7	13	7	6	14
8	К. Э.	6	8	10	9	6	9	2	13	9	6	15
9	Л. П.	6	8	7	11	3	10	3	17	8	4	15
10	О. В.	4	4	6	10	4	4	6	13	6	4	12
11	П. Е.	2	3	6	2	2	2	7	8	5	5	4
12	Р. Ё.	5	8	7	11	3	9	5	12	4	6	15
13	Р. А.	2	3	7	8	1	2	10	6	3	2	12
14	Р. В.	3	4	12	10	4	5	7	5	5	6	9
15	С. М.	3	7	12	9	4	8	6	4	5	5	12
16	С. В.	8	7	12	14	5	10	0	17	8	8	16
17	С. Д.	2	3	6	4	1	3	5	7	5	3	7
18	С. И.	7	3	11	9	5	10	2	14	9	7	14
19	Х. Р.	6	9	8	13	4	9	5	13	7	6	12
20	Ч. Р.	6	4	11	9	3	5	5	16	9	6	16
21	Ш. Т.	5	2	7	10	3	5	7	16	8	6	14
	I уровень - 7 человек II уровень - 5 человек III уровень - 5 человек IV уровень - 4 человека	В -9 С -12	Н-1 С -12 В-8	Н-5 С -10 В-6	Н -4 С -12 В-5	Н -6 Б-6 В-9	Н - 6 С - 13 В- 2	Н - 5 С -10 В-6	Н - 0 С - 9 В- 12	Н - 2 С - 8 В- 11	Н - 1 С - 17 В- 3	

Примечание: В – высокий уровень, С – средний уровень, Н – низкий уровень

Таблица 11

**Результаты выполнения задания по методике «Самооценка личности» О.И.
Мотков**

№	Ученик: фамилия, имя	Количество баллов по отдельным факторам						
		ПОЗИТИВНЫХ аспектов личности	Нравственность	Воля	Самостоятельность и чувство реальности	Креативность	Гармоничность	Экстраверсия
1	А. Де.	3,66	3,75	3,5	3,25	4	3,25	4,25
2	А.Д.	3,79	3,75	3,75	4	4,5	2,5	4
3	А. В.	2,41	4	1,75	3	1,75	2	2
4	Б.Б.	3,87	4	4	4	3	3,5	4,75
5	Б. А.	3,54	3	3,75	4,25	4	1,75	4,5
6	Г. К.	2,95	4,75	3	3	2,5	3,25	1,25
7	Г. Н.	3,5	3,25	3,25	3,75	3,5	3,5	3,75
8	К.Э.	3,04	3,5	3	3	1,5	3,25	3,75
9	Л.П.	3,95	4,25	4,25	4,25	3,75	3,25	4
10	О. В.	3,16	3	3	4	3,75	1,5	3,75
11	П. Е.	2,66	3	2	1,75	2	3,25	2
12	Р.Ё.	4,58	4,75	4,5	4,75	4,75	4,75	4,5
13	Р.А.	3,41	3,5	3	3,25	4	3	3,75
14	Р.В.	2,91	4	2,5	2,5	3,25	3	2,25
15	С.М.	2,91	3,25	3,25	3	3,25	2,25	2,5
16	С.В.	4,08	4,25	3,5	4,5	3,75	3,75	4,75
17	С.Д.	2,7	3	2,25	2,75	3,25	2,75	2,25
18	С.И.	4,16	4,25	4	4	4,25	4	4,5
19	Х.Р.	4,41	4	4	3,5	4,25	3,75	4,5
20	Ч. Р.	3,45	4	3,25	3,75	3,25	3	3,5
21	Ш.Т.	3,54	4	3,75	3,25	3	3	4,75
	Итого:	В-6 ПВ -1 С-12 Н-2	В- 11 ПВ - 2 С- 8 Н- 0	В – 8 ПВ – 0 С – 9 Н - 4	В – 9 ПВ - 1 С - 8 Н - 3	В – 9 ПВ – 1 С - 7 Н - 4	В- 3 ПВ - 1 С- 12 Н- 5	В – 11 ПВ - 3 С - 1 Н - 6

Примечание: В – высокий уровень, ПВ – псевдовысокий уровень, С – средний уровень, Н – низкий уровень.

Таблица 12

Результаты выполнения задания по методике Т. В. Дембо С. Я.

Рубинштейна мод. А. М. Прихожан

№	Ученик: фамилия, имя	Количество баллов по отдельным факторам								Уровень самооценки
		Уровень приглашений	Ум, способности	Характер	Авторитете у сверстников	Умение многое делать своими руками	Внешность	Уверенность в себе	Общий показатель	
1	А. Де.	92	50	73	65	98	75	68	71,5	Средний
2	А.Д.	94	54	100	95	98	55	96	83	Высокий
3	А. В.	86	41	56	0	50	24	4	29	Низкий
4	Б.Б.	100	74	35	63	50	22	96	57	Средний
5	Б. А.	66	86	100	50	79	60	95	78	Высокий
6	Г. К.	64	56	90	19	96	66	5	55	Средний
7	Г. Н.	84	78	63	68	90	89	43	72	Средний
8	К.Э.	92	67	57	75	78	63	57	66	Средний
9	Л.П.	97	80	96	96	100	77	95	91	Высокий
10	О. В.	93	88	15	94	100	68	74	73	Средний
11	П. Е.	57	58	45	50	33	33	41	43	Низкий
12	Р.Ё.	100	95	100	86	100	98	100	96,5	Высокий
13	Р.А.	94	60	62	60	85	89	86	74	Средний
14	Р.В.	93	90	93	50	100	50	75	76	Высокий
15	С.М.	78	55	38	69	95	85	50	65	Средний
16	С.В.	92	89	50	98	100	100	100	89,5	Высокий
17	С.Д.	53	4	6	0	50	8	47	19	Низкий
18	С.И.	84	66	82	69	81	92	86	79	Высокий
19	Х.Р.	0	44	46	56	100	60	77	64	Средний
20	Ч. Р.	100	74	54	56	87	56	56	64	Средний
21	Ш.Т.	33	75	97	100	70	90	100	89	Высокий
Итого:		Высокий уровень – 8 человек Средний уровень – 10 человек Низкий уровень – 3 человека								

Таблица 13

**Обобщенные результаты диагностики уровня самооценки в группе
младших подростков на констатирующем этапе работы**

№	Испытуемые	Результаты				Итоги успеваемости класса за 2 четверть, средний балл
		Методика 1	Методика 2	Методика 3	Общий уровень	
1	А.Д.	Средний	Высокий	Высокий	Высокий	3,46
2	А.В.	Низкий	Низкий	Низкий	Низкий	3,92
3	Б.А.	Высокий	Средний	Высокий	Высокий	3,54
4	Л.П.	Высокий	Высокий	Высокий	Высокий	3,31
5	П.Е.	Низкий	Низкий	Низкий	Низкий	3,69
6	Р.Ё.	Средний	Высокий	Высокий	Высокий	3,46
7	Р.А.	Низкий	Средний	Средний	Неустойчивый	3,31
8	С.В.	Средний	Высокий	Высокий	Высокий	3,31
9	С.Д.	Низкий	Средний	Низкий	Низкий	3,08
10	С.И.	Высокий	Высокий	Высокий	Высокий	3,54
11	Х.Р.	Высокий	Высокий	Средний	Высокий	3,38
12	Ч.Р.	Высокий	Средний	Средний	Неустойчивый	3,38
13	Ш.Т.	Средний	Средний	Высокий	Неустойчивый	3

Программа реализации психолого-педагогических условий формирования адекватной самооценки неуспевающих младших подростков

Программа рассчитана на 20 занятий, каждое из которых длится 60 минут. Занятия проводятся 2 раза в неделю. Каждое занятие необходимо начинать с приветствия и заканчивать подведением итогов.

Занятие 1. «Знакомство». Цель: установление групповых правил. Знакомство. Установление контакта с участниками.

Создание доверительной атмосферы, достижение взаимопонимания в целях работы программы.

Обсуждение правил групповой работы. Время: 5 минут.

Правила переносятся на лист А2, вывешиваются на доске на каждом занятии.

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

Знакомство.

Упражнение 1 «Имя».

Время: 5 минут.

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

Процедура проведения. Участники выбирают имя, записывают его на индивидуальный бейдж, бланки анкет. Затем в кругу они называют по очереди свое имя и два качества, наиболее соответствующих, по их мнению, личностной характеристике (например: Маша – общительная, веселая).

По окончании работы проверяется запоминание имен и названных качеств по кругу в системе накопления: первый участник называет свое имя и качества, второй – имя и качества первого плюс свои и т.д.)

Упражнение 2. «Кто ты?».

Время 15 минут.

Цель: демонстрация навыков открытого общения, развитие навыка представления себя.

Процедура проведения. Участникам предлагается бумага разного размера и разных цветов, фломастеры, карандаши, ручки, мелки и т.д. Каждый должен изобразить себя. Себя можно изобразить растением, животным, схематично, цветом, как вам захочется. Для рисования можно использовать любую бумагу и любые пишущие принадлежности. Каждый участник может показать свой рисунок и рассказать группе о нем. Ведущий может попросить оставить рисунки до конца работы группы.

Упражнение 3. «Позитивные события».

Время: 10 минут.

Цель: демонстрация и овладение навыками открытого общения, развитие навыка умения вести беседу, слушать.

Процедура проведения: Разделиться на пары. В течение 5 минут каждый участник имеет возможность рассказать своему партнеру событие положительное, которое с ним произошло. Через пять минут пары меняются.

Завершение.

Время: 10 минут.

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

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

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

Время: 5 минут.

Занятие 2. Цель: создание положительной мотивации к предстоящим занятиям, развитие способности к самораскрытию.

Приветствие.

Время: 5 минут.

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

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

Упражнение 1. «Я хороший».

Время: 10 минут.

Цель: развитие навыка положительного отношения к себе.

Процедура проведения. Группа делится на пары. В течение 3 минут «солирует» один участник, потом они меняются ролями. Задача «солиста» — рассказать о себе партнеру, сообщив максимум положительной информации, описав то, что самому в себе нравится. Это могут быть черты личности, особенности внешности, преодоленные трудности, совершенные добрые дела. Слушающий должен считать вслух перечисляемые особенности, демонстрируя заинтересованность и поддержку, стимулируя продолжать перечисление. Затем партнеры меняются ролями. После того как пары обменялись информацией, они должны рассказать остальным участникам группы друг о друге. Очевидно, что весь объем информации они воспроизвести не смогут — не позволят механизмы памяти и сжатые временные рамки.

Упражнение 2. «Контраргументы».

Время: 10 минут.

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

Процедура проведения. Составьте список ваших слабых сторон. Разместите его на левой половине листа. На правой стороне против каждого пункта укажите то положительное, что этому можно противопоставить. Разверните и обоснуйте контраргументы. Найдите им подходящие примеры. Выберите одного из ваших товарищей по группе и изложите ему эти контраргументы, подтвердив их примерами.

Упражнение 3. «Колпак».

Время: 10 минут.

Цель: подвижная разминка, эмоциональная разгрузка.

Процедура проведения. Все участники стоят в кругу. Сначала тренер зачитывает небольшое шуточное четверостишие: Колпак мой треугольный. Треугольный мой колпак. А если не треугольный, То это не мой колпак. Далее тренер последовательно вводит инструкцию: вместо слова «колпак» участники должны дважды хлопнуть себя по голове; вместо слова «мой» — показать на себя; слово «треугольный» изображается выбрасыванием трех пальцев (слог «тре») и выставлением вперед локтя (часть слова «угольный»). Само заменяемое слово не произносится. Каждое вводимое условие тренер проговаривает и показывает; делает он это достаточно медленно, последовательно усложняя инструкцию. Постепенно темп выполнения упражнения увеличивается. Тренеру необходимо следить, чтобы все участники работали синхронно, в одном темпе. Когда у группы получается показывать стихотворение со скоростью разговорной речи, разминка заканчивается.

Упражнение 4. «Комплименты».

Время: 10 минут.

Цель: развивать умение признавать свои сильные стороны, получать комплементы. Группа делится на пары. По сигналу ведущего один из партнеров в паре начинает говорить комплименты другому. Затем партнеры меняются местами.

Завершение.

Время: 10 минут. Цель: получение обратной связи, обмен эмоциями, чувствами, впечатлениями.

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

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

Время: 5 минут.

Занятие 3. Цель: развитие навыков самоанализа, формирование позитивного настроения к своей личности.

Приветствие.

Время: 5 минут.

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

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

Упражнение 1. «Светский прием». Время: 10 минут.

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

Упражнение 2. «Автопортрет».

Время 15 минут.

Цель: осознание своей уникальности, совершенствование навыков самоанализа.

Процедура проведения. «Один из самых близких людей, которого вы, наверное, хорошо знаете вы сами. Действительно, кто лучше вас знает ваши особенности, привычки, желания. Каждый из вас в течении 5 минут должен составить подробную психологическую самохарактеристику, включающую не менее 10 - 12 признаков. В

этой характеристике не должно быть внешних примет, по которым можно сразу вас узнать. Это должно быть психологическое описание вашего характера, ваших привязанностей, взглядов на мир, на взаимоотношения людей. После написания характеристик вы сдадите их мне. Перемешав листы, мы начнем зачитывать «автопортреты». Остальные члены группы должны по тексту узнать автора. Вы вправе вносить коррективы в автопортрет участника, например, добавить несколько штрихов к особенностям его характера, которые удалось увидеть во время занятий.

Упражнение 3. «Хвост дракона».

Время: 5 минут.

Цель: разминка, эмоциональная разгрузка, снятие внутренней зажатости.

Процедура проведения. Все участники встают друг за другом и кладут руки на плечи впереди стоящего человека. Тренер просит представить, что сейчас вся группа превратится в большого голодного дракона, настолько голодного, что он будет охотиться за собственным хвостом. Участник, находящийся в самом начале, — это голова дракона; участник, замыкающий цепочку, — хвост дракона. По команде ведущего «голова» дракона должна попытаться поймать «хвост», а задача «хвоста» — убежать от нее. Игроки должны достаточно крепко держать друг друга за плечи, так, чтобы при движении дракон не рассыпался. Если «голове» удастся схватить хвост, то пойманный участник становится «головой», а тот, кто стоял перед ним, — новым «хвостом».

Возможен и другой вариант: участник-хвост, когда его ловит «голова», выбывает из игры. В этом случае дракон по ходу игры становится все меньше и меньше, и соответственно, участникам, играющим роль хвоста, все труднее убежать от «головы».

Упражнение 4. «Прокуроры и адвокаты».

Время: 10 минут.

Цель: получение обратной связи о себе, осознание своих сильных и слабых сторон.

Процедура проведения. Сейчас мы проведем серьезное и полезное упражнение. Один из вас на некоторое время станет «обвиняемым». Он садится на отдельный стул. С левой стороны от него в один ряд садится половина участников, которые выступают в роли «прокуроров». Их основная задача - найти слабые стороны «обвиняемого». «Прокуроры» могут выдвигать свои обвинения либо коллективно, когда от имени группы выступает один представитель, выражающий общее мнение после обсуждения всех поступивших предложений, либо индивидуально. Другая половина группы

(сидящая с правой стороны от «обвиняемого») выступает в роли «адвокатов», основная задача которых - указать присутствующим на положительные, сильные стороны «обвиняемого».

Эта группа также может работать либо коллективно, либо индивидуально. Задача участников - активно отнестись к личности «обвиняемого», помочь ему еще раз более полно осознать как свои слабые, так и сильные стороны. После высказываний «прокуроров» и «адвокатов» у «обвиняемого» есть право задать любой из сторон вопросы, если ему что-то непонятно в «обвинениях» или в «достоинствах защиты».

Завершение.

Время: 10 минут.

Цель: получение обратной связи, обмен эмоциями, чувствами, впечатлениями. Процедура проведения: участники обмениваются впечатлениями от занятия, с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - что вы узнали нового о своих товарищах?

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

Время: 5 минут.

Занятие 4. Цель: осознание своих чувств, их анализ, осознание и анализ жизненного опыта, своей значимости, удовлетворение потребности в признании.

Приветствие.

Время: 5 минут.

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

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

Упражнение 1. «Девиз».

Время: 10 минут.

Цель: осознание своей внутренней позиции, осознание себя как личности. Процедура проведения. «В прежние времена на воротах замка и на щите рыцаря писали девиз рода, то есть краткое изречение, выражающее руководящую идею или цель деятельности владельца. Сейчас мы подумаем над девизом каждого из нас. Каждый из членов группы должен сформулировать свой девиз, который отражает его жизненное кредо, отношение к миру в целом, к окружающим людям, к себе. На формулировку девиза вам дается 5 минут. Вы можете спокойно поработать, вспоминая известные вам девизы, изречения, высказывания, мудрые мысли и т.д. затем вы по очереди зачитаете

свои девизы другим членам группы и в случае необходимости дадите необходимые пояснения».

Упражнение 2. «Мои добрые дела».

Время: 10 минут. Цель: анализ жизненного опыта, осознание своей значимости.

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

Упражнение 3. «Мы похожи».

Время: 10 минут.

Цель: Разминка, эмоциональная разгрузка.

Процедура проведения. Группа делится на двойки, и два человека находят определенное количество общих признаков, затем двойки объединяются в четверки с той же целью и т.д.

Ведущий по своему усмотрению может остановить процесс на четверках, восьмерках и т.д.

Упражнение 4. «Впечатление».

Время: 10 минут.

Цель: получение позитивных эмоций, опыт получения и выражения позитивной обратной связи, формирование позитивного отношения к себе.

Процедура проведения. Участники разбиваются на пары, садятся друг напротив друга. Один из участников рассказывает другому, какое хорошее впечатление тот на него произвел. Говорить следует тепло и искренне. Партнер, выслушав и поблагодарив, старается сказать в ответ как можно больше хорошего. Затем участники обмениваются впечатлениями.

Завершение.

Время: 10 минут.

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

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

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

Время: 5 минут.

Занятие 5. Цель: осознание своих возможностей, перспектив, развитие уверенности в себе, своих силах.

Приветствие.

Время: 5 минут.

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

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

Упражнение 1. «Перспектива».

Время: 10 минут.

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

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

Упражнение 2. «Проективный рисунок».

Время: 10 минут.

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

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

Упражнение 3. «Полет белой птицы».

Время: 10 минут.

Цель: релаксация, снятие эмоционального напряжения.

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

Упражнение 4. «Ода о себе».

Время: 10 минут.

Цель: создать благоприятный эмоциональный настрой, научиться видеть в себе хорошее.

Процедура проведения. Возьмите лист бумаги. Успокойтесь, расслабьтесь, при необходимости посмотрите на себя в зеркало. Напишите себе хвалебную оду. Хвалите себя! Желайте себе добра, здоровья, успехов в делах, работе. Любви и всего остального. Форма изложения – небольшие предложения из 5-10 слов в прозе или в стихах. Напишите себе несколько од. Выберите из них ту, которая нравится больше всего. Красиво перепишите, если можно – поместите в рамочку и повесьте (поставьте) на видном месте. Каждое утро прочитывайте эту оду вслух или мысленно. Почувствуйте, как при чтении оды у вас повышается настроение, жизненный тонус, как вы наполняетесь жизненными силами, и окружающий мир становится светлым и радостным.

Завершение.

Время: 10 минут.

Цель: получение обратной связи, обмен эмоциями, чувствами, впечатлениями.
Процедура проведения: участники обмениваются впечатлениями от занятия, с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - что вы узнали нового о своих товарищах?

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

Время: 5 минут.

Занятие 6. Цель: повышение самоуважения, осознание своей значимости, приобретение навыка глубокой саморефлексии.

Приветствие.

Время: 5 минут. Процедура проведения. Участники садятся в круг. Выбранный психологом участник пожимает руку сидящему справа, далее рукопожатие передается по кругу.

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

Упражнение 1. «Карта моей души».

Время: 10 минут.

Цель: формирование навыка глубокого и позитивного отношения к своей личности.

Процедура проведения. Рисунок «Карта моей души»: Рисунок на чистом листе либо на бланке с контурами территорий. По желанию можно показать рисунок группе и рассказать, что и где нарисовано. Если вам захочется делиться рисунками, процесс может затянуться и стать скучным для участников. Рисунки участникам хорошо взять себе и возвращаться к ним в дальнейшем (повесить над столом, например).

Упражнение 2. «Автопилот».

Время: 10 минут.

Цель: осознание своих устремлений.

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

Упражнение 3. «Колпак».

Время: 10 минут.

Цель: подвижная разминка, эмоциональная разгрузка.

Процедура проведения. Все участники стоят в кругу. Сначала тренер зачитывает небольшое шуточное четверостишие: Колпак мой треугольный. Треугольный мой колпак. А если не треугольный, То это не мой колпак. Далее тренер последовательно вводит инструкцию: вместо слова «колпак» участники должны дважды хлопнуть себя

по голове; вместо слова «мой» — показать на себя; слово «треугольный» изображается выбрасыванием трех пальцев (слог «тре») и выставлением вперед локтя (часть слова «угольный»). Само заменяемое слово не произносится. Каждое вводимое условие тренер проговаривает и показывает; делает он это достаточно медленно, последовательно усложняя инструкцию. Постепенно темп выполнения упражнения увеличивается. Тренеру необходимо следить, чтобы все участники работали синхронно, в одном темпе. Когда у группы получается показывать стихотворение со скоростью разговорной речи, разминка заканчивается.

Упражнение 4. «Копилка хороших поступков».

Время: 10 минут.

Цель: повышение самооценки.

Процедура проведения. Учитель. Возьмите лист бумаги. Мысленно вспомните все хорошее, что вы сделали в течение этой недели. Например, выполнили очень сложное домашнее задание, выучили наизусть длинное-предлинное стихотворение и т.д. Выберите из этого перечня три поступка, которыми вы особенно гордитесь, и запишите их на листе бумаги. Убедитесь, что выбрали именно три пункта. После того как вы их запишите, похвалите себя одним спокойным предложением за все три события. Например: «Ира, ты на самом деле отлично написала слоги, решила задачу с трубами и вычистила туфли до блеска».

Завершение.

Время: 10 минут.

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

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

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

Время: 5 минут.

Занятие 7. Цель: подкрепление позитивного отношения к себе, самопредъявление, самоанализ.

Приветствие.

Время: 5 минут. Процедура проведения. Участники садятся в круг. Выбранный психологом участник пожимает руку сидящему справа, далее рукопожатие передается по кругу.

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

Упражнение 1. «Я отличаюсь от других».

Время: 10 минут.

Цель: осознание своей индивидуальности. Процедура проведения. Один из участников кидает мячик и говорит фразу «Я отличаюсь от других...». Тот, кто его поймал должен закончить эту фразу. А потом кинуть мяч следующему участнику и произнести: «Я отличаюсь от других...» и т.д. Желательно участие всех членов группы.

Упражнение 2. «Самоценность».

Время: 10 минут.

Цель: позитивизация Я-концепции подростка, принятие себя.

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

Упражнение 3. «Высокопарные слова».

Время: 10 минут.

Цель: раскрепощение участников.

Процедура проведения. Для выполнения упражнения каждому участнику прикрепляется на спину лист бумаги, на котором другие участники будут делать разные надписи. По команде ведущего все должны начать свободно ходить по комнате и внимательно смотреть на своих коллег; как только у кого-то появляется фраза, ассоциирующаяся с одним из участников, он подходит к нему и записывает фразу на его листе бумаги. Фразы могут быть высокопарными, но ни в коем случае не должны быть обидными или двусмысленными. За одну минуту до его завершения тренер просит участников поторопиться и написать фразы тем, кому они хотели это сделать, но не успели. Затем все снимают свои листочки и знакомятся с написанным.

Обязательно нужно провести обсуждение: кто узнал себя в этих фразах, кому они кажутся совсем неподходящими, легко ли было придумывать ассоциации и т. д.

Упражнение 4. «4 персонажа».

Время: 10 минут.

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

Процедура проведения. Изобразите себя в образе четырех персонажей: растения, животного, неодушевленного предмета, человека. После упражнения необходимо провести беседу, подросткам задаются вопросы: «Что общего у вас с ним?», «Что это для вас?». Необходимо заметить, что самое крупное изображение означает самое значимое, на это надо обратить внимание подростка.

Завершение. Время: 10 минут.

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

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

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

Время: 5 минут.

Занятие 8. Цель: закрепление навыков самоанализа, позитивного отношения к себе.

Приветствие.

Время: 5 минут.

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

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

Упражнение 1. «Ласковое имя». Время: 10 минут.

Цель: получение позитивной обратной связи о себе.

Процедура проведения. Ведущий предлагает каждому ребенку назвать ласково соседа, сидящего справа, который непременно должен поблагодарить говорящего, сказав: «Спасибо».

Упражнение 2. «Мои сильные стороны».

Время: 10 минут.

Цель: совершенствование навыков самоанализа, позитивного отношения к своей личности. Процедура проведения. У каждого из вас есть сильные стороны, то, что вы

цените, принимаете и любите в себе, что дает вам чувство внутренней свободы и уверенности в собственных силах, что помогает выстоять в трудную минуту. При формулировании сильных сторон не умаляйте свои достоинства. Вы можете также отметить те положительные качества, которые вам не свойственны, но вы бы хотела выработать их в себе. Озвучивание записей и комментарии.

Упражнение 3. «Колпак».

Время: 10 минут.

Цель: подвижная разминка, эмоциональная разгрузка.

Процедура проведения. Все участники стоят в кругу. Сначала тренер зачитывает небольшое шуточное четверостишие: Колпак мой треугольный. Треугольный мой колпак. А если не треугольный, То это не мой колпак. Далее тренер последовательно вводит инструкцию: вместо слова «колпак» участники должны дважды хлопнуть себя по голове; вместо слова «мой» — показать на себя; слово «треугольный» изображается выбрасыванием трех пальцев (слог «тре») и выставлением вперед локтя (часть слова «угольный»).

Само заменяемое слово не произносится. Каждое вводимое условие тренер проговаривает и показывает; делает он это достаточно медленно, последовательно усложняя инструкцию. Постепенно темп выполнения упражнения увеличивается. Тренеру необходимо следить, чтобы все участники работали синхронно, в одном темпе. Когда у группы получается показывать стихотворение со скоростью разговорной речи, разминка заканчивается.

Упражнение 4. «Впечатление».

Время: 10 минут.

Цель: получение позитивных эмоций, опыт получения и выражения позитивной обратной связи, формирование позитивного отношения к себе. Процедура проведения. Участники разбиваются на пары, садятся друг напротив друга. Один из участников рассказывает другому, какое хорошее впечатление тот на него произвел. Говорить следует тепло и искренне. Партнер, выслушав и поблагодарив, старается сказать в ответ как можно больше хорошего. Затем участники обмениваются впечатлениями.

Завершение.

Время: 10 минут.

Цель: получение обратной связи, обмен эмоциями, чувствами, впечатлениями. Процедура проведения: участники обмениваются впечатлениями от занятия, с каким настроением уходите с тренингового занятия? - было ли вам интересно и что понравилось лучше всего? - что вы узнали нового о своих товарищах?

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

Время: 5 минут.

Занятие 9. Цель: тренировка навыков выражения своих ощущений, высказывания своей точки зрения, закрепление позитивного отношения к себе.

Приветствие.

Время: 5 минут.

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

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

Упражнение 1. «Поиск общего».

Время: 10 минут.

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

Упражнение 2. «Я умею, я могу».

Время: 10 минут.

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

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

Упражнение 3. «Ладонка».

Время: 10 минут.

Цель: получение и выражение позитивной обратной связи, возможность выражения положительных эмоций.

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

Упражнение 4. «Что я люблю, чего я не люблю».

Время: 10 минут.

Цель: развитие навыка самовыражения.

Процедура проведения. Каждый из участников должен на листе бумаги написать нарисовать то, что он любит и то, чего он не любит. Цель: развитие навыка самовыражения.

Завершение.

Время: 10 минут.

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

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

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

Время: 5 минут.

Занятие 10. Цель: обсуждение результатов совместной деятельности, подведение итогов.

Приветствие.

Время: 5 минут. Процедура проведения. Участники садятся в круг. Выбранный психологом участник пожимает руку сидящему справа, далее рукопожатие передается по кругу.

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

Упражнение 1. «Комплименты».

Время: 10 минут. Цель: развивать умение признавать свои сильные стороны, получать комплементы. Группа делится на пары. По сигналу ведущего один из партнеров в паре начинает говорить комплименты другому. Затем партнеры меняются местами.

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

Цель: создание позитивного эмоционального настроения. Процедура проведения. Каждый из участников выходит в центр круга, остальные начинают ему аплодировать.

Упражнение 3. «Пожелания друг другу».

Время: 10 минут.

Цель: Формирование позитивного настроения, выражение положительных эмоций. Процедура проведения. Каждый участник пишет на листке свое имя и фамилию. Далее листки передаются по кругу, каждый из участников пишет пожелания на каждом листке.

Завершение.

Время: 10 минут.

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

Процедура проведения: участники обмениваются впечатлениями от занятия.

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

Ритуал прощания.

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

Время: 5 минут.

Результаты опытно-экспериментального исследования

Таблица 14

Результаты выполнения задания по методике «Изучение особенностей Я-концепции»

(Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан) (формирующий этап)

№	Код испытуемого	Количество баллов		Уровень самооценки
1	А.Д.	4	4	Высокий
2	А.В.	5	3	Средний
3	Б.А.	2	3	Средний
4	Л.П.	3	3	Средний
5	П.Е.	7	3	Средний
6	Р.Ё.	3	3	Средний
7	Р.А.	6	6	Очень высокий
8	С.В.	6	6	Очень высокий
9	С.Д.	6	4	Высокий
10	С.И.	4	4	Высокий
11	Х.Р.	2	3	Средний
12	Ч.Р.	5	5	Очень высокий
13	Ш.Т.	2	2	Низкий
14	А.Д.	3	3	Средний
15	А.В.	3	3	Средний
16	Б.А.	8	3	Средний
17	Л.П.	2	2	Низкий
18	П.Е.	7	3	Средний
19	Р.Ё.	6	4	Высокий
20	Р.А.	6	3	Средний
21	С.В.	5	3	Средний
	I уровень - 3 человек II уровень - 4 человек III уровень - 12 человек IV уровень - 2 человека			

Примечание: В – высокий уровень, С – средний уровень, Н – низкий уровень

Таблица 15

Результаты выполнения задания по методике «Самооценка личности»

О.И. Мотков (формирующий этап)

№	Код испытуемого	Количество баллов по отдельным факторам		Общее самоотношение
1	А.Д.	3,66	3,70	Средний
2	А.В.	3,79	3,72	Высокий
3	Б.А.	2,41	3,20	Средний
4	Л.П.	3,87	3,20	Высокий
5	П.Е.	3,54	2,99	Средний
6	Р.Ё.	2,95	2,99	Средний
7	Р.А.	3,5	3,20	Средний
8	С.В.	3,04	2,99	Средний
9	С.Д.	3,95	2,99	Средний
10	С.И.	3,16	2,99	Средний
11	Х.Р.	2,66	2,90	Низкий
12	Ч.Р.	4,58	3,00	Средний
13	Ш.Т.	3,41	2,99	Средний
14	А.Д.	2,91	3,10	Средний
15	А.В.	2,91	2,91	Средний
16	Б.А.	4,08	2,99	Высокий
17	Л.П.	2,7	2,90	Низкий
18	П.Е.	4,16	3,20	Средний
19	Р.Ё.	4,41	3,20	Средний
20	Р.А.	3,45	2,90	Средний
21	С.В.	3,54	3,20	Средний
Итого:		В-3 , ПВ -0 С-16 ,Н-2		

Примечание: В – высокий уровень, ПВ – псевдовысокий уровень, С – средний уровень, Н – низкий уровень.

Таблица 16

**Результаты выполнения задания по методике Т. В. Дембо
С. Я. Рубинштейна мод. А. М. Прихожан (формирующий этап)**

№	Код испытуемого			
			Общий показатель	Уровень самооценки
1	А.Д.	71,5	74	Средний
2	А.В.	83	70	Средний
3	Б.А.	29	74	Средний
4	Л.П.	57	66	Средний
5	П.Е.	78	74	Средний
6	Р.Ё.	55	67	Средний
7	Р.А.	72	74	Средний
8	С.В.	66	72	Средний
9	С.Д.	91	74	Средний
10	С.И.	73	74	Средний
11	Х.Р.	43	44	Низкий
12	Ч.Р.	96,5	98	Высокий
13	Ш.Т.	74	79	Средний
14	А.Д.	76	98	Высокий
15	А.В.	65	70	Средний
16	Б.А.	89,5	98	Высокий
17	Л.П.	19	34	Низкий
18	П.Е.	79	80	Высокий
19	Р.Ё.	64	70	Средний
20	Р.А.	64	66	Средний
21	С.В.	89	90	Высокий
Итого:			Высокий уровень – 5 человек Средний уровень – 14 человек Низкий уровень – 2 человека	

Расчёты T - критерия Вилкоксона по методике «Изучение особенностей Я-концепции»

Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан

(формирующий этап)

До измерения, tдо	После измерения, tпосле	Разность (tдо-tпосле)	Абсолютное значение разности
4	4	0	0
5	3	-2	2
2	3	1	1
3	3	0	0
7	3	-4	4
3	3	0	0
6	6	0	0
6	6	0	0
6	4	-2	2
4	4	0	0
2	3	1	1
5	5	0	0
2	2	0	0
3	3	0	0
3	3	0	0
8	3	-5	5
2	2	0	0
7	3	-4	4
6	4	-2	2
6	3	-3	3
5	3	-2	2

Исключаем нулевые сдвиги. Так как в матрице имеются связанные ранги (одинаковый ранговый номер) 1-го ряда, произведем их переформирование. Переформирование рангов производится без изменения важности ранга, то есть между ранговыми номерами должны сохраниться соответствующие соотношения (больше, меньше или равно).

Таблица 18

Номера мест в упорядоченном ряду	Расположение факторов по оценке эксперта	Новые ранги
1	1	1.5
2	1	1.5
3	2	4.5
4	2	4.5
5	2	4.5
6	2	4.5
7	3	7
8	4	8.5
9	4	8.5
10	5	10

Таблица 19

До измерения, тдо	После измерения, тпосле	Разность (тдо-тпосле)	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
5	3	-2	2	4.5
2	3	1	1	1.5
7	3	-4	4	8.5
6	4	-2	2	4.5
2	3	1	1	1.5
8	3	-5	5	10
7	3	-4	4	8.5
6	4	-2	2	4.5
6	3	-3	3	7
5	3	-2	2	4.5
Сумма				55

Сумма по столбцу рангов равна $\Sigma=55$

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+10)10}{2} = 55$$

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

$$T = \sum R_t = 1.5 + 1.5 = 3$$

Находим критические значения для T-критерия Вилкоксона для n=10:

$$T_{кр} = 5 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр} = 10 \quad (p \leq 0.05)$$

Расчет T –критерия Вилкоксона по методике «Самооценка личности»

О.И. Мотков

До измерения, тдо	После измерения, тпосле	Разность (тдо-тпосле)	Абсолютное значение разности
3.66	3.70	0.04	0.04
3.79	3.72	-0.07	0.07
2.41	3.20	0.79	0.79
3.87	3.20	-0.67	0.67
3.54	2.99	-0.55	0.55
2.95	2.99	0.04	0.04
3.5	3.20	-0.3	0.3
3.04	2.99	-0.05	0.05
3.95	2.99	-0.96	0.96
3.16	2.99	-0.17	0.17
2.66	2.90	0.24	0.24
4.58	3.00	-1.58	1.58
3.41	2.99	-0.42	0.42
2.91	3.10	0.19	0.19
2.91	2.91	0	0
4.08	2.99	-1.09	1.09
2.7	2.90	0.2	0.2
4.16	320	315.84	315.84
4.41	3.20	-1.21	1.21
3.45	2.90	-0.55	0.55
3.54	3.20	-0.34	0.34

Исключим нулевые сдвиги. Так как в матрице имеются связанные ранги (одинаковый ранговый номер) 1-го ряда, произведем их переформирование. Переформирование рангов производится без изменения важности ранга, то есть между ранговыми номерами должны сохраниться соответствующие соотношения (больше, меньше или равно).

Таблица 21

Номера мест в упорядоченном ряду	Расположение факторов по оценке эксперта	Новые ранги
1	0.04	1.5
2	0.04	1.5
3	0.05	3
4	0.07	4
5	0.17	5
6	0.19	6
7	0.2	7
8	0.24	8
9	0.3	9
10	0.34	10
11	0.42	11
12	0.55	12
13	0.55	13
14	0.67	14
15	0.79	15
16	0.96	16
17	1.09	17
18	1.21	18
19	1.58	19
20	315.84	20

Таблица 22

До измерения, тдо	После измерения, тпосле	Разность (тдо-тпосле)	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
3.66	3.70	0.04	0.04	1.5
3.79	3.72	-0.07	0.07	4
2.41	3.20	0.79	0.79	15
3.87	3.20	-0.67	0.67	14
3.54	2.99	-0.55	0.55	12
2.95	2.99	0.04	0.04	1.5
3.5	3.20	-0.3	0.3	9
3.04	2.99	-0.05	0.05	3
3.95	2.99	-0.96	0.96	16
3.16	2.99	-0.17	0.17	5
2.66	2.90	0.24	0.24	8
4.58	3.00	-1.58	1.58	19
3.41	2.99	-0.42	0.42	11
2.91	3.10	0.19	0.19	6
4.08	2.99	-1.09	1.09	17
2.7	2.90	0.2	0.2	7
4.16	320	315.84	315.84	20
4.41	3.20	-1.21	1.21	18
3.45	2.90	-0.55	0.55	13
3.54	3.20	-0.34	0.34	10
Сумма				210

Сумма по столбцу рангов равна $\Sigma=210$

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+20)20}{2} = 210$$

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

$$T = \sum R_i = 1.5 + 15 + 1.5 + 8 + 6 + 7 + 20 = 59$$

Находим критические значения для T-критерия Вилкоксона для $n=20$:

$$T_{кр} = 43 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр} = 60 \quad (p \leq 0.05)$$

**Расчёт T-критерия Вилкоксона по методике Т. В. Дембо С. Я. Рубинштейна
мод. А. М. Прихожан**

До тдо	измерения, тдо	После измерения, тпосле	Разность (тдо- тпосле)	Абсолютное значение разности
	71.5	74	2.5	2.5
	83	70	-13	13
	29	74	45	45
	57	66	9	9
	78	74	-4	4
	55	67	12	12
	72	74	2	2
	66	72	6	6
	91	74	-17	17
	73	74	1	1
	43	44	1	1
	96.5	98	1.5	1.5
	74	79	5	5
	76	98	22	22
	65	70	5	5
	89.5	98	8.5	8.5
	19	34	15	15
	79	80	1	1
	64	70	6	6
	64	66	2	2
	89	90	1	1

Исключим нулевые сдвиги.

Так как в матрице имеются связанные ранги (одинаковый ранговый номер) 1-го ряда, произведем их переформирование. Переформирование рангов производится без изменения важности ранга, то есть между ранговыми номерами должны сохраниться соответствующие соотношения (больше, меньше или равно).

Таблица 24

Номера мест в упорядоченном ряду	Расположение факторов по оценке эксперта	Новые ранги
1	1	2.5
2	1	2.5
3	1	2.5
4	1	2.5
5	1.5	5
6	2	6.5
7	2	6.5
8	2.5	8
9	4	9
10	5	10.5
11	5	10.5
12	6	12.5
13	6	12.5
14	8.5	14
15	9	15
16	12	16
17	13	17
18	15	18
19	17	19
20	22	20
21	45	21

Таблица 25

До измерения, t до	После измерения, t после	Разность (tдо-тпосле)	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
71.5	74	2.5	2.5	8
83	70	-13	13	17
29	74	45	45	21
57	66	9	9	15
78	74	-4	4	9
55	67	12	12	16
72	74	2	2	6.5
66	72	6	6	12.5
91	74	-17	17	19
73	74	1	1	2.5
43	44	1	1	2.5
96.5	98	1.5	1.5	5
74	79	5	5	10.5
76	98	22	22	20
65	70	5	5	10.5
89.5	98	8.5	8.5	14
19	34	15	15	18
79	80	1	1	2.5
64	70	6	6	12.5
64	66	2	2	6.5
89	90	1	1	2.5
Сумма				231

Сумма по столбцу рангов равна $\Sigma=231$

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+21)21}{2} = 231$$

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

$$T = \sum R_i = 17 + 9 + 19 = 45$$

Находим критические значения для T-критерия Вилкоксона для $n=21$:

$$T_{кр} = 49 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр} = 67 \quad (p \leq 0.05)$$