



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

**ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ**

**КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ**

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ САМООЦЕНКИ**  
**СТАРШЕКЛАССНИКОВ**

**Выпускная квалификационная работа**  
**по направлению 44.04.02 Психолого-педагогическое образование**

**Направленность (профиль) программы магистратуры**  
**«Педагогическая психология»**

Выполнил (а):  
Студент (ка) группы ЗФ-310/128-2-1  
Соколова Виктория Евгеньевна

Работа \_\_\_\_\_ к защите  
рекомендована/не рекомендована

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2016г.

зав. кафедрой ТиПП

\_\_\_\_\_ Кондратьева О.А.

Научный руководитель:  
к.псх.н, доцент  
Кондратьева Ольга Александровна

**Челябинск**  
**2017**

## Содержание

	Введение	3
Глава I	Теоретические предпосылки исследования психолого-педагогической коррекции самооценки старшекласников	6
1.1.	Феномен «самооценка» в психолого-педагогической литературе	6
1.2.	Особенности проявления самооценки старшекласников	13
1.3.	Модель психолого-педагогической коррекции самооценки старшекласников	20
Глава II	Организация исследования самооценки старшекласников	33
2.1.	Этапы, методы и методики исследования	33
2.2.	Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего исследования	40
Глава III	Опытнo-экспериментальное исследование психолого-педагогической коррекции самооценки старшекласников	46
3.1.	Программа психолого-педагогической коррекции самооценки старшекласников	46
3.2.	Анализ результатов опытнo-экспериментального исследования	52
3.3.	Технологическая карта внедрения	58
	Заключение	68
	Список использованной литературы	72
	Приложения	79

## Введение

Переход на новые образовательные стандарты актуализирует подготовку компетентного специалиста, целеустремленного, умеющего оценивать свои поступки и действия, обладающего адекватной самооценкой. Данный факт находит отражение в Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации», который ориентирует образовательные организации на «создание условий для самореализации каждого человека, свободное развитие его способностей». В связи с этим особо значимым становится развитие адекватной самооценки в старшем школьном возрасте, который, по мнению педагогов и психологов в значительной степени определяет социальную адаптацию личности и представляется регулятором ее поведения, общения и деятельности. Именно адекватная самооценка является той личностной характеристикой, которая способствует успешному обучению на последующих ступенях среднего и высшего образования.

Анализ психолого-педагогической литературы свидетельствует о том, что проблеме изучению самооценки посвящено существенное количество исследований в отечественной и зарубежной психологии. Так, структура самооценки рассматривается в работах Б.Г. Ананьева, Р. Бернса и др. Вопросы социально-психологической природы самооценки, её роли в психической жизни личности рассматривали С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев и др. Генезис самооценки в связи с развитием самосознания нашел свое отражение в работах И.С. Кона, А.В. Петровского и др. Особенности соотношения самооценки школьников и эффективности их учебной деятельности раскрываются в работах А.В. Захаровой, А.И. Липкиной и др. Вместе с тем следует отметить, что работ, посвященных психолого-педагогической коррекции самооценки старших школьников не достаточно.

Актуальность, практическая значимость, недостаточная теоретическая и методическая разработанность обусловили выбор темы исследования: «Психолого-педагогическая коррекция самооценки старшеклассников».

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить психолого-педагогическую коррекцию самооценки старшеклассников.

Объект исследования: самооценка старшеклассников.

Предмет исследования: психолого-педагогическая коррекция самооценки старшеклассников.

Гипотеза исследования: уровень самооценки старшеклассников возможно изменится, если разработать и реализовать модель психолого-педагогической коррекции, включающую теоретический, диагностический, коррекционно-развивающий, аналитический компоненты.

Задачи исследования:

1. Изучить феномен «самооценки» в психолого-педагогической литературе.
2. Раскрыть особенности проявления самооценки старшеклассников.
3. Разработать и внедрить модель психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников.
4. Определить этапы, методы и методики исследования.
5. Охарактеризовать выборку и анализ результатов констатирующего исследования.
6. Разработать и реализовать программу психолого-педагогической коррекции старшеклассников.
7. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования.
8. Составить технологическую карту внедрения. Разработать практические рекомендации родителям и педагогам по коррекции самооценки старшеклассников.

Для решения поставленных задач были использованы следующие методы исследования:

- 1) теоретические: анализ психолого-педагогической литературы,

моделирование, синтез, обобщение;

2) эмпирические: эксперимент (констатирующий и формирующий), психодиагностические методики: методика «Исследования самооценки личности С.А. Будасси», методика «Самооценка личности старшеклассника» Г.Н. Казанцевой, методика Т. В. Дембо-С. Я. Рубинштейна, мод. А.М. Прихожан;

3) методы математической статистики: Т-критерий Вилкоксона.

Теоретическая значимость работы заключается в систематизации сведений о проблеме коррекции самооценки старшеклассников, разработке и реализации модели психолого-педагогической коррекции старшеклассников.

Практическая значимость исследования заключается в разработке и апробации программы психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников, которая может быть использована в практике психологической службы образовательной организации.

Материалы исследования прошли апробацию в выступлениях на конгрессе МАНВО «Психофизиологические, психологические и педагогические проблемы освоения инновационных технологий» (gisap.eu; 02.09.2015 - 03.09.2015), «Психофизиологические, психологические, педагогические проблемы развития личности школьника» (gisap.eu; 15.01.2017 - 15.02.2017), Международной научно-практической конференции «Актуальные проблемы психолого-педагогического сопровождения личности» (e-koncept.ru; 29.11.2016), публикации научных статей.

База исследования: МБОУ СОШ №16 г. Еманжелинска. В исследовании принимали участие ученики 10-х классов в количестве 28 человек.

## Глава I. Теоретические предпосылки исследования психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников

### 1.1. Феномен «самооценка» в психолого-педагогической литературе

Проблема самооценки, как элемента формирования самосознания, исследуются многими психологами и является одним из важнейших вопросов исследования личности.

Наибольший интерес для нас представляют труды ученых, в которых речь идет о генезисе самооценки в связи с развитием самосознания. Это работы Л.И. Божович, Б.Г. Ананьева, И.С. Кона, А.В. Петровского и др. [1, с.7, 46, с. 105]. В них самооценка, как правило, изучалась в русле общих проблем, связанных с формированием и развитием самосознания.

Вопросы социально-психологической природы и нравственной основы самооценки, её структуры и роли в психической жизни личности рассматривали А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн и др. [33; с.249; 57, с.301].

Анализ психолого-педагогической литературы позволил отметить разные подходы к определению данного понятия среди ученых. Так, Р. Бернс, определяет это понятие как «составляющую, связанную с отношением к себе или к отдельным своим качествам, называют самооценкой или принятием себя» [4, с. 34].

По мнению А.Г. Спиркина, самооценка есть «отношение к себе», которое наряду с «познанием себя» входит в самосознание [62, с. 95].

Как утверждает И. С. Кон, самооценка взрослых, по большинству показателей более реалистична и объективна, чем юношеская, а юношеская - чем подростковая, в чем сказываются значительный жизненный опыт, умственное развитие и стабилизация уровня притязаний [31, с. 198].

Б.Г. Ананьев в своих исследованиях отмечает, что самооценка является сложным процессом опосредованного познания себя, развернутого во времени, связанного с движением от единичных, ситуативных образов через интеграцию подобных ситуативных образов в целостное образование - понятие собственного

Я. В развитии самосознания ребенка Б.Г. Ананьев выделяет ориентирующую и стимулирующую функцию оценок и делает попытку определить источники формирования самооценки и охарактеризовать развитие самооценки на определенных возрастных этапах. Таким образом, Борис Герасимович выделяет ориентирующую и стимулирующую функцию оценок и делает попытку определить источники формирования самооценки, охарактеризовать развитие самооценки на определенных возрастных этапах [1, с. 134].

С.Л. Рубинштейн под самооценкой понимает стержневое образование личности, которое строится на оценках индивида другими и его оценивании этих других. Самооценка рассматривается в виде основной структуры личности. Основу самооценки представляют ценности, принятые личностью и на внутриличностном уровне определяют механизм саморегуляции поведения. В концепции С.Л. Рубинштейна самосознание человека является результатом познания, для которого требуется осознание реальной обусловленности своих переживаний. Самосознание связано с самооценкой, которая существенно обусловлена мировоззрением, определяющим нормы оценки [57, с. 412].

Учеными отмечается и тот факт, что самооценка является одной из характеристик эмоционально-оценочного компонента «Я-концепции». Степень адекватности «Я-концепции» выясняется при изучении одного из основных его аспектов - самооценки личности.

В области изучения самооценки отдельное место занимают работы А.И. Липкиной. Анна Израилевна отмечает, что самооценка - это отношение человека к своим способностям, возможностям, личностным качествам, а также к внешнему облику [34, с. 26].

По мнению А.И. Липкиной самооценка близко связана с уровнем притязаний личности. Уровень притязаний - это желаемый уровень самооценки личности (уровень образа «Я»), проявляющийся в степени трудности цели, которую индивид ставит перед собой. Стремление к повышению самооценки в том случае, когда человек имеет возможность выбрать степень трудности

очередного действия, порождает конформизм двух тенденций: с одной стороны - стремление повысить притязания, чтобы пережить максимальный успех, а с другой стороны - снизить притязания, чтобы избежать неудачи. В случае успеха уровень притязаний, как правило, повышается, человек проявляет готовность решать более трудные задачи, при неуспехе - соответственно - снижается. Формирование уровня притязаний определяется не только предвосхищением успеха или неудачи, но, прежде всего тем, что иногда смутно осознается и плохо учитывается прошлый успех или неудача.

Следует отметить, что процесс формирования общей самооценки противоречив и неравномерен. Это обусловлено тем, что частные оценки, на основе которых формируется самооценка, могут находиться на разных уровнях адекватности и устойчивости. Кроме того, они могут по-разному взаимодействовать между собой: быть согласованными, взаимно дополнять друг друга или противоречивыми, конфликтными.

Учеными отмечается, что самооценка часто служит средством психологической защиты. Желание иметь положительный образ «Я» нередко побуждает индивида преувеличить свои достоинства и преуменьшить недостатки.

По мнению ученых так же отмечается, что с определенным уровнем самооценки по-разному проявляется поведение школьника. Так, завышенная самооценка приводит к тому, что человек склонен переоценивать себя в ситуациях, которые не дают для этого повода. В результате он нередко озлобляется, проявляет подозрительность, сталкивается с противодействиями окружающих, отвергающих его претензии, мнительность или нарочитое высокомерие, агрессию, и может утратить необходимые межличностные контакты, замкнуться. Слишком низкая самооценка может свидетельствовать о развитии комплекса неполноценности. Устойчивой неуверенности в себе, отказа от инициативы, безразличия, самообвинения и тревожности [6; с. 271].

Адекватность самооценки повышается, как отмечается учеными, с



возрастом. Ученые, проводя свои исследования и изучая учащихся средних школ, установили, что высокая самооценка определяется заинтересованностью родителей в ребенке, достижениям в учебе [10; с. 12].

Следует отметить, что слишком низкая или очень высокая самооценки могут стать внутренним источником конфликтов личности.

Для характеристики позиции личности, как отмечается учеными, недостаточно иметь сведения о самом себе, важно иметь представление о том, какова, по мнению данной личности, оценка, которую личность заслужила в данной группе и которую, как она предполагает, ей могут дать товарищи (ожидаемая оценка). Она выявляется с помощью аналогичной экспериментальной процедуры и также может быть низкой, средней, высокой, может больше приближаться к уровню самооценки или меньше, наконец, может быть разной по отношению к различным референтным группам.

Учеными отмечается, что, являясь устойчивой по отношению к своему коллективу, ожидаемая оценка существенно изменяется, становится неустойчивой, колеблющейся, когда личность входит в новый коллектив, образует новые коммуникации. Три показателя: самооценка, ожидаемая оценка, оценка личностью группы входит в структуру личности, и хочет человек того или нет, он объективно вынужден считаться с этими субъективными индикаторами своего самочувствия в группе, успешности или не успешности своих достижений, позиции по отношению к себе и окружающим. Он должен считаться с ними даже тогда, когда не подозревает о наличии этих показателей, ничего не знает о действии психологического механизма оценок и самооценки. С его показаниями человек сверяется, вступая в общение, активно действуя. Эта проверка происходит преимущественно бессознательно, а личность подстраивается к режимам поведения [39; с. 175].

Самооценка возникает на основе обобщающей работы процесса самосознания, которая проходит различные этапы и находится на различных уровнях развития в ходе становления самой личности. Поэтому самооценка

постоянно изменяется, совершенствуется. Процесс установления самооценки не может быть конечным, поскольку сама личность постоянно развивается, а, следовательно, меняются ее представления, понятия о себе. Все это приводит к изменению содержания, способа выработки самооценки и меры ее участия в регуляции поведения личности [6; с. 69].

Для построения целостной картины понятия самооценки, необходимо изучить структуру, виды и функции самооценки, что позволит нам глубже определить её сущность.

Как рассматривает А. А. Реан, структура самооценки представлена двумя компонентами – когнитивным и эмоциональным. Первый отражает знания человека о себе, второй – его отношение к себе. В процессе самооценивания это компоненты функционируют в неразрывном единстве: ни тот ни другой не может быть представлен в чистом виде [55, с. 156].

Б. С. Братусь приводит структуру самооценки, предложенную В. Н. Павленко, в которой выделяет две основные подструктуры: общую оценку собственной ценности («я» как ценность) и оценку себя с точки зрения удовлетворенности какими-либо конкретными качествами, возможностями, способностями, достижениями. Первую подструктуру можно тогда условно рассматривать как ценностную форму самооценки, вторую — как операционально-техническую. Исходя из предложенного деления, теоретически возможны следующие четыре варианта соотношения названных подструктур [7, с. 109]:

а) высокая оценка себя как ценности сочетается с высокой степенью удовлетворенности своими (операционально-техническими) возможностями;

б) низкая оценка себя как ценности сочетается с низкой степенью удовлетворенности своими возможностями;

в) высокая оценка себя как ценности сочетается с низкой степенью удовлетворенности своими возможностями;

г) низкая оценка себя как ценности сочетается с высокой степенью

удовлетворенности своими возможностями.

И.И. Чеснокова в структуре самооценки выделяла два компонента - когнитивный и эмоциональный, функционирующих в неразрывном единстве. Первый отражает знания человека о себе разной степени оформленности и обобщенности, второй - отношение к себе, накапливающийся "аффект на себя". Знания о себе человек приобретает в социальном контексте, и они неизбежно "обрастают" эмоциями [67, с. 58].

Виды самооценки изучали И. С. Кон, И. В. Маркова, Л. Д. Столяренко, Б. Г. Ананьев, С. Л. Рубинштейн и другие.

А. К. Маркова выделяла виды самооценки по следующим параметрам [36, с. 7]:

- 1) уровень (высокая, средняя, низкая);
- 2) соотношение с реальной успешностью (адекватная и неадекватная, или завышенная и заниженная).

И. С. Кон, исследуя аппарат самооценки, обнаружил следующую закономерность: индивид может оценивать себя не только совокупно, но и частично, т.е. фиксировать внимание на каком-либо своем качестве, свойстве, черте. Это наблюдение позволило ему прийти к выводу о том, что самооценка может быть общей и частной (конкретной). Общая самооценка, как отмечает Игорь Семенович, отражает целостное отношение человека к самому себе, его принятие или непринятие себя. Частная самооценка отражает отношение человека к результатам своей деятельности, личностным чертам. Именно она, считает исследователь, тесно связана с уровнем притязаний, т.е. со степенью трудности задач, которые человек выбирает для себя в той или иной области деятельности [31, с. 259].

По Л. Д. Столяренко, самооценка может быть оптимальной и неоптимальной. При оптимальной, адекватной самооценке субъект правильно соотносит свои возможности и способности, достаточно критически относится к себе, стремится реально смотреть на свои неудачи и успехи, старается ставить

перед собой достижимые цели, которые можно осуществить на деле. К оценке достигнутого он подходит не только со своими мерками, но и старается предвидеть, как к этому отнесутся другие люди: товарищи по работе и близкие. Иными словами, адекватная самооценка является итогом постоянного поиска реальной меры, т.е. без слишком большой переоценки, но и без излишней критичности к своему общению, поведению, деятельности, переживаниям [65, с. 172]. Такая самооценка является наилучшей для конкретных условий и ситуаций.

К оптимальной относятся самооценка «высокий уровень» и «выше среднего уровня» (человек заслуженно ценит, уважает себя, доволен собой). Также «средний уровень» (человек уважает себя, но знает свои слабые стороны и стремится к саморазвитию, самосовершенствованию).

Самооценка может быть неоптимальной, т. е. чрезмерно завышенной или слишком заниженной.

Слишком высокая или слишком низкая самооценка нарушают процесс самоуправления, искажают самоконтроль. Особенно это заметно в общении, где лица с завышенной и заниженной самооценкой выступают причиной конфликтов. При завышенной самооценке конфликты возникают из-за пренебрежительного отношения к другим людям и неуважительного обращения с ними, слишком резких и необоснованных высказываний в их адрес, нетерпимости к чужому мнению, проявлению высокомерия и зазнайства. Низкая критичность к себе мешает им даже замечать, как они оскорбляют других высокомерием и непререкаемостью суждений. При заниженной самооценке конфликты могут возникать из-за чрезмерной критичности этих людей. Они очень требовательны к себе и еще более требовательны к другим, не прощают ни одного промаха или ошибки, склонны постоянно подчеркивать недостатки других. И хотя это делается из самых лучших побуждений, все же становится причиной конфликтов в силу того, что немногие могут терпеть систематическое «пиление». Когда в тебе видят только плохое и постоянно указывают на это, то

возникает неприязнь к источнику таких оценок, мыслей и действий [52, с. 205].

Общая самооценка на разных уровнях развития характеризуется различной полнотой отражения психического мира личности, ее физических данных; разной мерой последовательности, скоординированности, интегрированности частных самооценок, стабильности и динамичности как системы. Частные самооценки различаются не только спецификой отражаемого в них содержания, но и степенью значимости для личности, мерой обобщенности и эмансипированности от внешних оценок. Показатели, относящиеся к той и иной форме функционирования самооценки, представлены, как правило, в виде оппозиций. Так самооценка определяется как адекватная – неадекватная, высокая – низкая, стабильная – динамичная, реальная – демонстрируемая, осознаваемая – неосознаваемая, точная – неточная, уверенная – неуверенная. Многие исследователи, занимающиеся вопросами самооценки, сходятся во мнении о том, что самооценка выполняет регуляторную и защитную функцию. Первая регулирует поведение, деятельность, развитие личности, ее взаимоотношения с другими людьми, вторая – обеспечивает стабильность и автономность личности, в некоторых случаях может приводить к возникновению эмоциональных барьеров, ведущих к игнорированию или искажению опыта.

Таким образом, самооценка - достаточно сложное образование человеческой психики. Содержание самооценки многоаспектно, так же как сложна и многоаспектна сама личность. В своем исследовании придерживаемся определения самооценки, как оценки человеком самого себя, своих достоинств и недостатков, возможностей, качеств, своего места среди других людей.

## 1.2. Особенности проявления самооценки старшеклассников

Важным периодом в развитии самооценки является старший школьный возраст (ранняя юность). Рассмотрим возрастные особенности развития

самооценки старшеклассников.

Старший школьный возраст, или, как его называют, ранняя юность, охватывает период развития детей от 15 до 17 лет (по Д.Б. Эльконину) [71, с. 211].

Юношеский возраст определяется в психологии как период в развитии человека, соответствующий переходу от подросткового возраста к самостоятельной взрослой жизни. В это время школьник оказывается на пороге реальной взрослой жизни. Уже не ребенок, но еще и не взрослый. К концу этого возраста он приобретает ту степень идейной и психической зрелости, которая достаточна для начала самостоятельной жизни, дальнейшего учения в вузе или производственной работы после окончания школы [13; с. 74].

В старшем школьном возрасте завершается формирование сложной системы социальных установок, причем оно касается всех компонентов установок: когнитивного, эмоционального и поведенческого. Правда, период ранней юности характеризуется большими противоречиями, внутренней несогласованностью и изменчивостью многих социальных установок [20, с. 524].

Что касается эмоциональной сферы, то у старшеклассника она характеризуется большей устойчивостью эмоциональных переживаний, появлением чувства любви, способностью к сопереживанию, развитием эстетических чувств. В юношеском возрасте возникает более совершенное владение выражением своих эмоций и чувств. Старшеклассник не только умеет их скрывать, но и маскировать [8, с.293].

В старшем школьном возрасте возникает потребность в интимной дружбе. Часто дружба старшеклассников перетекает в любовь, которая имеет в этот период чистый, нежный вид. Благодаря появлению нового чувства старшие школьники меняются ради своих избранников в лучшую сторону, преодолевают страхи и застенчивость, стремятся развивать свои физические качества.

В этом возрасте идет совершенствование познавательных процессов. В частности, развитие абстрактно-логического мышления, усложнение

понятийного мышления, большая устойчивость внимания и усовершенствование мнестических способностей. Все это приводит к повышению учебной мотивации и становлению более продуктивной учебной деятельности.

Учебная деятельность старших школьников значительно отличается по характеру и содержанию от учебной деятельности подростков. Основное отличие в том, что учебная деятельность старшеклассников предъявляет гораздо более высокие требования к их умственной активности и самостоятельности. Для того чтобы глубоко усваивать программный материал, необходим достаточно высокий уровень развития обобщающего, понятийного мышления.

Что касается отношения старших школьников к учению, то и здесь наблюдаются определенные сдвиги. Учение приобретает непосредственный жизненный смысл, так как старшеклассники отчетливо сознают, что необходимым условием полноценного участия в будущей трудовой жизни общества является наличный фонд знаний, умений и навыков, полученное в школе умение самостоятельно приобретать знания [23, с.31].

Завершение основных направлений формирования самосознания происходит в старшем школьном возрасте. Заключительный этап формирования самооценки - появление абстрактного мышления и развитие абстрактной логики вплоть до юношеского возраста. По Э.Х. Эриксону, это пятая стадия, которая характеризуется становлением Эго-идентичности либо непризнанием. Э.Х. Эриксон уделил очень большое внимание юношескому возрасту, считая его центральным в формировании психологического и социального благополучия человека. Положительное качество, связанное с успешным выходом из кризиса периода юности, - это верность, т.е. способность сделать свой выбор, найти свой путь в жизни и оставаться верным взятым на себя обязательствам, принять общественные устои и придерживаться их [71, с. 161].

Содержание мотивационно-волевой сферы старшеклассника изменяется в корне. Старшие школьники обращены вовне, как и младшие, но при этом они интегрирует получаемую информацию и формируют свою собственную точку

зрения на происходящие события. Принимаемые решения и формируемые мотивы приобретают у школьников все большую социальную направленность [48, с.69]. Также у старшеклассников развиваются такие качества, как терпеливость в достижении цели и решении задач, целенаправленность. Формируется моральный компонент воли.

Из этого следует, что в период старшего школьного возраста происходит завершение основных психических новообразований. Этот период характеризуется повышенной противоречивостью, сенситивностью, несогласованностью. Основная задача старшеклассника - выбор своего дальнейшего профессионального пути и установление стабильных дружеских отношений.

В юности первостепенной задачей является найти себя, приобрести идентичность. С развитием интеллекта старшие школьники развивают эго-идентичность - целостное, связанное представление о себе. Представления человека о самом себе во взрослом периоде жизни должны быть согласованными, иначе произойдет фрагментация личности, и человек будет страдать от смешения ролей. Я-концепция включает в себя как реальное, так и идеальное «Я». Человек, воспринимающий эти два «я» как не слишком далеко отстоящие друг от друга, скорее станет зрелым и приспособленным к жизни, чем тот, который ставит свое реальное «я» намного ниже «я» идеального [34, с.37]. Самооценка формируется в течение всей жизни человека. К концу ранней юности наблюдается устойчивая самооценка у школьника, практически не зависящая от оценок окружающих людей.

Для старшеклассника межличностное общение и взаимодействие является неотъемлемым компонентом нормальной адаптации в классе. Поэтому проблема межличностных отношений в старшем школьном возрасте является одной из центральных в формировании личности школьника.

В старшем школьном возрасте общение можно разделить на профессионально ориентированное и ценностно-ориентированное. Так как перед



школьником стоит задача выбора своего профессионального жизненного пути, то в межличностное взаимодействие подключаются значимые взрослые, разбирающиеся в основных тонкостях той или иной специальности. Но не только проблемы профессионального характера интересуют школьников при общении с взрослым, а также возможности найти понимание своих проблем, сочувствие, поддержку и помощь в их решении.

Значимость мнения сверстников не исключается, в общении с ними старшеклассники в центр проблем ставят вопросы своего «Я», которое анализируется в различных аспектах.

Коллектив старшеклассников отличается своей позицией старшего в школе. Общение в классе становится ценностно-ориентированным. Возникают различные группы, союзы. Конфликты в этом возрасте возникают преимущественно на ценностной основе, имеют длительный характер и, как правило, скрыты от взрослых.

Развившееся тело, стремление «я» к интегрированности с новой силой обостряет потребность в подтверждении реальности собственного «я». Появляется готовность к установлению особого отношения к другим - потребность в дружбе [6, с.221].

В старшем школьном возрасте дружеские отношения становятся типичными. Школьники уже различают дружбу и приятельство, их выбор друзей не так хаотичен, как в подростковом возрасте, и ограничивается двумя-тремя друзьями. Старшеклассники одновременно могут входить в несколько групп: диаду, небольшую приятельскую (5-6 человек), большую компанию (до 12-15 человек). Для общения в этих группах характерно то, что предмет их занятий выступает лишь как повод, фон общения. Прежде всего, это поиск приятельских отношений.

Со сверстниками старшеклассники предпочитают проводить свой досуг, их посвящают в свои любимые занятия, с ними делятся своими мыслями. По некоторым данным в свои любимые занятия учащиеся посвящают в основном

товарищей и друзей, реже - родителей и совсем редко - учителей. Установлено также, что мнением классного коллектива очень дорожит примерно половина юношей, а мнением учителей только треть [50, с.235].

Дружба, как и все межличностные отношения, подвержена кризисам, связанным с потерей уверенности в другом человеке. Преодоление кризисов такого рода - сложный момент в развитии человека, часто для его разрешения нужен посредник [48, с. 52].

Межличностные отношения старшего школьника - многоаспектный феномен, включающий в себя взаимоотношения со сверстниками, со значимыми взрослыми, с учителями. В общении с одноклассниками школьник удовлетворяет свою коммуникативную потребность, учится социальному взаимодействию, формирует приятельские или дружеские отношения. В общении со значимым взрослым и учителем удовлетворяется потребность в профессиональных знаниях.

Общение является неотъемлемым компонентом жизни человека, в частности, в старшем школьном возрасте общение играет огромную роль. В процессе общения старшеклассник учится навыкам социального взаимодействия, формирует умение отстаивать свои права. Благодаря межличностному общению развиваются коммуникативные навыки, старшеклассник усваивает основы полоролевой принадлежности, признаки пола, идентифицирует себя с ним. Огромное влияние межличностные отношения оказывают на формирование самооценки школьника.

С.Л. Рубинштейн, характеризуя процесс развития самосознания старших школьников, проводит его через ряд ступеней - от наивного неведения в отношении себя к все более определенной и иногда резко колеблющейся самооценке [57, с.505].

В процессе развития самосознания центр внимания юношей все более переносится от внешней стороны личности к ее внутренней стороне, от более или менее случайных черт - к характеру в целом.

А.А. Реан, обобщая результаты многочисленных исследований самооценки, ее структуры, динамики пишет: «Юношеский возраст очень важен в развитии ребенка, в формировании у него самооценки как основного регулятора поведения и деятельности, оказывающей непосредственное влияние на процесс дальнейшего самопознания, самовоспитания и в целом развития личности [55, с.132].

Как отмечает О.Н. Молчанова, в самооценке старшеклассника следующие преобразования [39, с. 159]:

- начиная от младшего школьного возраста к старшему возрасту содержательный аспект самооценки старшеклассников углубляется и переориентируется с учебной деятельности на взаимоотношения с товарищами и на свои физические качества;
- в связи с увеличением критичности старшеклассника к себе его самооценка становится более адекватной;
- старшеклассник способен констатировать как свои положительные, так и отрицательные качества;
- в самооценке становится более выражены моральные качества, способности и воля;
- происходит дальнейшая эмансипация самооценки от внешних оценок, но оценка значимых других оказывает огромное влияние на характер самооценки старшего школьника;
- влияние родителей на самооценку снижается и повышается влияние сверстников как референтной группы;
- самооценка оказывает влияние на успешность деятельности и социально-психологический статус старшего школьника в коллективе, регулирует процесс общения.

Следует отметить, что именно старшие школьники с адекватной самооценкой имеют большое поле интересов, активность их направлена на различные виды деятельности, а также на межличностные контакты, которые

умеренны и целесообразны, направлены на познание других и себя в процессе общения. Старшие школьники с тенденцией к сильному завышению самооценки проявляют достаточную ограниченность в видах деятельности и большую направленность на общение, причем малосодержательное. Учеными отмечается, что самооценка старшего школьника является познавательно - оценочной деятельностью, развернутой во внешнем словесном и интерперсональном плане. Самооценка старшеклассника формируется в общении со сверстниками благодаря наблюдениям, подражаниям, разговорам о своих качествах, поступках, отношениях. У многих она завышена, и уровень их притязаний к родителям, учителям, сверстникам выше реальных возможностей [72, с. 136].

Таким образом, с учетом вышесказанного отметим следующее: старший школьный возраст является важным периодом в формировании и развитии самооценки; адекватная самооценка в значительной степени определяет социальную адаптацию личности; особенностями развития самооценки старших школьников являются кризис идентичности, увеличение адекватности самооценки, высокий уровень самокритичности.

### 1.3. Модель психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников

Моделирование является одной из важнейших задач современной педагогики и психологии, так как возрастает значимость проектирования и внедрения новых инновационных технологий, соответствующих передовым теоретическим идеям отечественной науки.

Моделирование, по мнению докторов педагогических наук Е.В. Яковлева и Н.О. Яковлевой, это «воспроизведение характеристик некоторого объекта на другом объекте, специально созданном для его изучения, который называется

при этом моделью» [74, с.148]. Именно моделирование позволяет описать основные характеристики исследуемого процесса и дает целостное представление о нем.

Педагогическое моделирование (создание модели) - это разработка целей (общей идеи) создания педагогических систем, процессов или ситуаций и основных путей их достижения. Как отмечает доктор психологических наук В.И. Долгова, «в процессе изучения модель выступает в качестве самостоятельного квазиобъекта, позволяющего при исследовании получить некоторые знания о самом объекте» [15, с. 27]. Отметим, что под «моделью» учеными понимается такой материальный или мысленно представляемый объект, который в процессе исследования замещает объект-оригинал так, что его непосредственное изучение дает новые знания об объекте-оригинале.

Одним из основных этапов моделирования является целеполагание, реализованное с помощью метода «дерево целей». «Дерево целей» психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников представлено на рисунке 1.

Дерево целей – это иерархическое визуальное представление достижения целей; принцип, при котором главная цель достигается за счет совокупности второстепенных целей.

Соответственно, наверху находится главная, генеральная цель. Поскольку достижение генеральной цели является достаточно сложной задачей, то производят декомпозицию цели - разложение цели на несколько более мелких целей, совокупное достижение которых приводит к достижению основной цели. Далее процесс повторяют для каждой более мелкой цели нижнего уровня до тех пор, пока в результате декомпозиции цель не станет достаточно простой, чтобы быть достижимой, реалистичной и возможной для исполнения точно в соответствии с содержанием и в запланированное время.

При построении «дерева целей» его проектирование идет по методу «от общего к частному». Прекращение декомпозиции цели на более мелкие

прекращается в тот момент, когда дальнейший процесс является нецелесообразным в рамках рассмотрения главной цели [49, с. 104].

Алгоритм построения «дерева целей» содержит: определение генеральной (общей) цели; разделение общей цели на подцели (подцели 1-го уровня); разделение подцелей 1-го уровня на подцели 2-го уровня; разделение подцелей 2-го уровня на более детальные составляющие (подцели 3-го уровня).

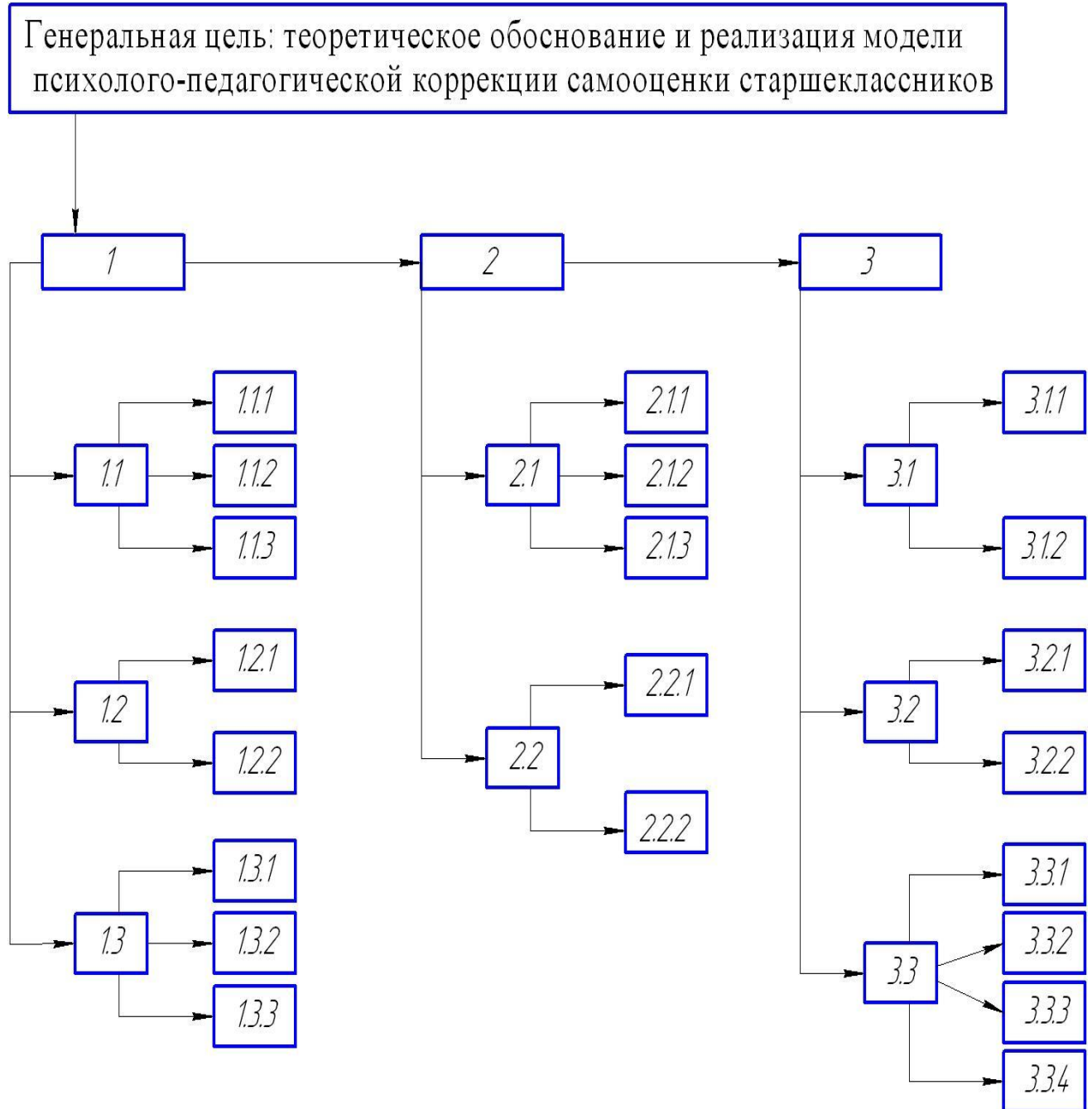


Рисунок 1. Дерево целей психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников

Генеральная цель: теоретически обосновать и реализовать модель психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников.

1. Теоретически обосновать проблему изучения психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников.

1.1. Проанализировать состояние проблемы самооценки в психолого-педагогической литературе.

1.1.1. Изучить понятие «самооценка» в психолого-педагогической литературе.

1.1.2. Раскрыть структуру самооценки.

1.1.3. Определить виды самооценки.

1.2. Выявить особенности самооценки старшеклассников.

1.2.1. Определить возрастные особенности старшеклассников.

1.2.2. Рассмотреть особенности проявления самооценки старшеклассников.

1.3. Теоретически обосновать модель психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников.

1.3.1. Рассмотреть понятия: моделирование, «дерево целей», психолого-педагогическая коррекция.

1.3.2. Разработать «дерево целей».

1.3.3. Разработать блоки модели психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников.

2. Организовать исследование самооценки старшеклассников.

2.1. Определить этапы, методы и методики исследования.

2.1.1. Определить этапы опытно-экспериментального исследования.

2.1.2. Определить методы опытно-экспериментального исследования.

2.1.3. Определить методики опытно-экспериментального исследования.

2.2. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.

2.2.1. Охарактеризовать выборку исследования.

2.2.2. Проанализировать результаты исследования самооценки

старшекласников.

3. Выполнить опытно-экспериментальное исследование психолого-педагогической коррекции самооценки старшекласников.

3.1. Разработать и реализовать программу психолого-педагогической коррекции самооценки старшекласников.

3.1.1. Определить цели и задачи программы.

3.1.2. Определить структуру программы психолого-педагогической коррекции самооценки старшекласников.

3.2. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования.

3.2.1. Проанализировать результаты диагностики самооценки старшекласников после реализации программы.

3.2.2. Выполнить математическую обработку результатов исследования с помощью Т-критерия Вилкоксона.

3.3. Разработать технологическую карту внедрения.

3.3.1. Составить технологическую карту внедрения для психологической службы образовательной организации.

3.3.2. Составить рекомендации для педагогов.

3.3.3. Составить рекомендации для родителей.

3.3.4. Составить рекомендации для старшекласников.

Для осуществления коррекционных воздействий необходимы создание и реализация типовой модели коррекции [23, с. 27]:

Типовая модель коррекции основана на организации практических действий на различных основах; направлена на овладение различными компонентами действий и поэтапное формирование различных действий.

Моделирование в психологии – построение моделей осуществления тех или иных психологических процессов с целью формальной проверки их работоспособности [53, с. 104].

Рассмотрим этапы построения модели.



Первый этап построения модели предполагает наличие некоторых знаний об объекте-оригинале. Познавательные возможности модели обуславливаются тем, что модель отображает (воспроизводит, имитирует) какие-либо существенные черты объекта-оригинала. Поэтому любая модель замещает оригинал лишь в строго ограниченном смысле. Из этого следует, что для одного объекта может быть построено несколько «специализированных» моделей, концентрирующих внимание на определенных сторонах исследуемого объекта или же характеризующих объект с разной степенью детализации.

На втором этапе модель выступает как самостоятельный объект исследования. Одной из форм такого исследования является проведение «модельных» экспериментов, при которых сознательно изменяются условия функционирования модели и систематизируются данные о ее «поведении». Конечным результатом этого этапа является множество (совокупность) знаний о модели.

На третьем этапе осуществляется перенос знаний с модели на оригинал, т.е. формирование множества знаний. Одновременно происходит переход с «языка» модели на «язык» оригинала. Процесс переноса знаний проводится по определенным правилам. Знания о модели должны быть скорректированы с учетом тех свойств объекта-оригинала, которые не нашли отражения или были изменены при построении модели.

Четвертый этап - практическая проверка получаемых с помощью моделей знаний и их использование для построения обобщающей теории объекта, его преобразования или управления им.

Психолого-педагогическая коррекция — это форма совместной профессиональной деятельности педагога, психолога и родителей, основанная на системе психологических воздействий с целью исправления нарушений психического развития ребенка с опорой на знание возрастной, социокультурной и индивидуальной норм развития.

Коррекционная работа также направлена на создание условий для

полноценного психического развития каждого ребенка в образовательном учреждении и семье. При постановке коррекционных целей психолог руководствуется знаниями закономерностей психического развития ребенка как активного процесса, реализуемого в сотрудничестве с взрослым, представлениями о структуре и динамике возраста, деятельностной теорией в формировании возрастных новообразований, психологической информацией о социокультурной ситуации развития конкретного ребенка.

Психокоррекции подлежат недостатки, не имеющие органической основы и не представляющие собой такие устойчивые качества, которые формируются довольно рано и в дальнейшем практически не изменяются.

Психокоррекция ориентирована на клинически здоровую личность людей, имеющих в повседневной жизни психологические трудности, проблемы, жалобы невротического характера, а также на людей, чувствующих себя хорошо, однако желающих изменить свою жизнь либо ставящих перед собой цель развития личности [43, с. 99].

Психокоррекционные воздействия направлены на изменение поведения и развитие личности клиента.

Основное отличие психокоррекции от воздействий, направленных на психологическое развитие человека, заключается в том, что психокоррекция имеет дело с уже сформированными качествами личности или видами поведения и направлена на их переделку, в то время как основная задача развития состоит в том, чтобы при отсутствии или недостаточном развитии сформировать у человека нужные психологические качества.

Обсудим более подробно блоки представленной на рисунке 2 модели психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников.

Теоретический блок характеризуется анализом психолого-педагогической литературы по проблеме изучения самооценки старшеклассников, осуществлением моделирования, выбором методик.

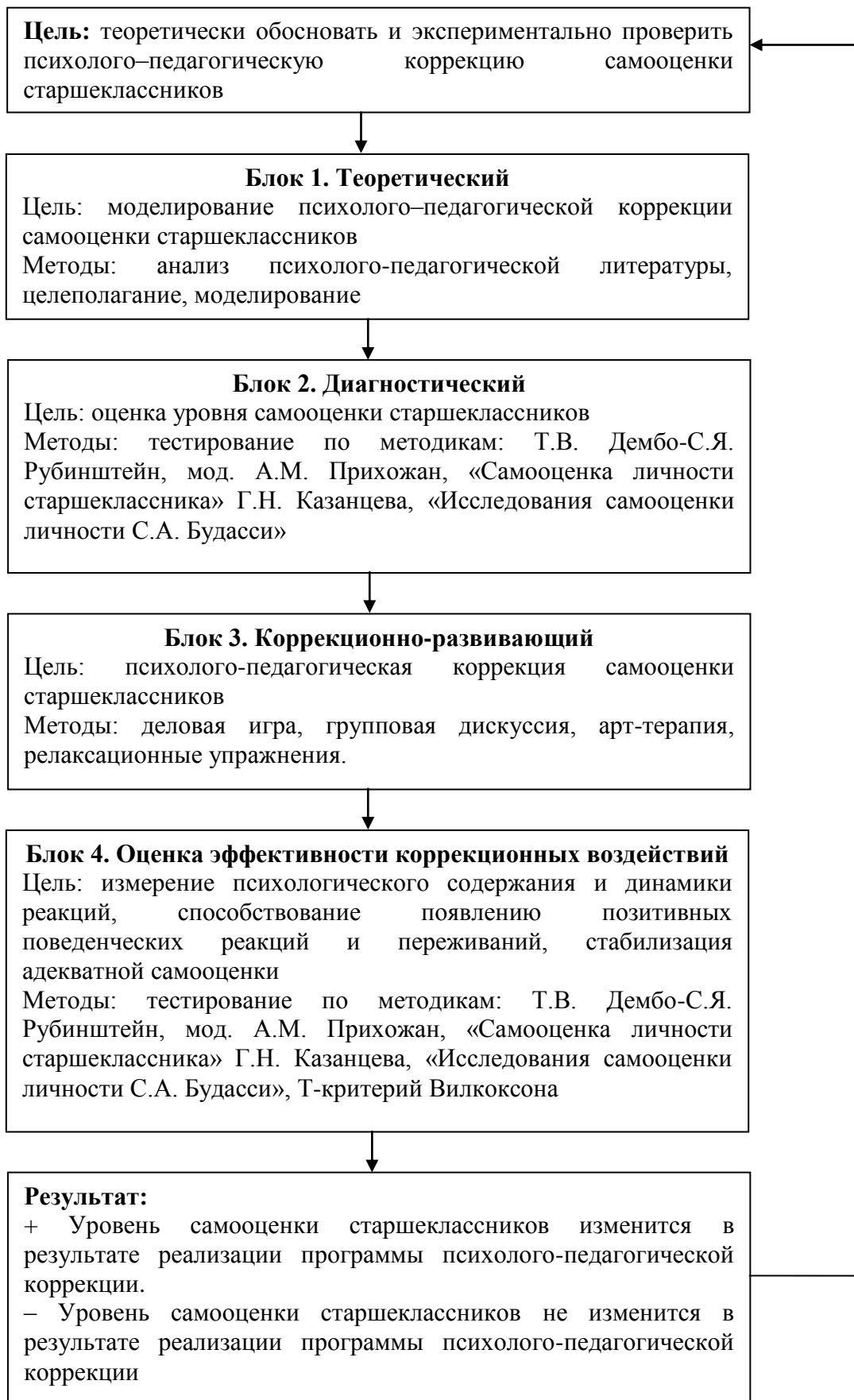


Рисунок 2. Модель психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников

Диагностический блок включает в себя систему мероприятий, позволяющих выявить уровень самооценки старшеклассников. Проведение диагностики с помощью следующих методик: методика «Исследования самооценки личности С.А. Будасси», методика «Самооценка личности старшеклассника» (Г.Н. Казанцева), методика Т.В. Дембо-С.Я. Рубинштейн модификация А.М. Прихожан.

Коррекционно-развивающий блок включает разработку и реализацию программы психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников.

Программа направлена на осознание собственных положительных и отрицательных сторон, на формирование навыков уверенного поведения, на способствование формированию навыка быстрого принятия решений, на формирование положительного самоотношения, на развитие понимания собственной индивидуальности и индивидуальности других детей.

Деловая игра — это имитация рабочего процесса, моделирование, упрощенное воспроизведение реальной производственной ситуации. Перед участниками игры ставятся задачи, аналогичные тем, которые они решают в ежедневной профессиональной деятельности [63, с. 42].

Применение деловых игр позволяет отработать профессиональные навыки участников. Кроме того, это дает возможность оценить:

- уровень владения этими навыками;
- особенности мыслительных процессов (стратегическое, тактическое, аналитическое мышление, умение прогнозировать ситуацию, умение принимать решения и пр.);
- уровень коммуникативных навыков;
- личностные качества участников.

Арт-терапия (от англ. art, искусство) — направление в психотерапии и психологической коррекции, основанное на искусстве и творчестве. В узком смысле слова, под арт-терапией обычно подразумевается терапия

изобразительным творчеством, имеющая целью воздействие на психоэмоциональное состояние пациента [49, с. 61].

Главная цель арт-терапии состоит в гармонизации психического состояния через развитие способности самовыражения и самопознания. Ценность применения искусства в терапевтических целях состоит в том, что с его помощью можно на символическом уровне выразить и исследовать самые разные чувства и эмоции: любовь, ненависть, обиду, злость, страх, радость и т. д. Методика арт-терапии базируется на убеждении, что содержания внутреннего «Я» человека отражаются в зрительных образах всякий раз, когда он рисует, пишет картину или лепит скульптуру, в ходе чего происходит гармонизация состояния психики.

Арт-терапия позволяет:

- «Выпустить пар» - то есть, дать социально приемлемый выход агрессивности и другим негативным чувствам.
- Облегчить процесс терапии. Неосознаваемые внутренние конфликты и переживания часто бывает легче выразить с помощью зрительных образов, чем высказать в процессе вербальной коррекции, поскольку невербальное общение лучше ускользает от цензуры сознания.
- Проработать мысли и чувства, которые клиент привык подавлять. Иногда невербальные средства являются единственно возможными для выражения сильных переживаний.
- Сконцентрировать внимание на ощущениях и чувствах. Арт-терапия дает хорошую возможность для экспериментирования с кинестетическими и зрительными ощущениями.

Большинство людей привыкло к психическому и мышечному напряжению, воспринимают его как естественное состояние, не замечают его вредных последствий. Освоив релаксацию, можно научиться это напряжение регулировать, приостанавливать и расслабляться по собственной воле, по своему желанию.

Выполнять упражнения релаксационной гимнастики желательно в отдельном помещении, без посторонних глаз. Цель упражнения - полное расслабление мышц. Полная мышечная релаксация оказывает положительное влияние на психику и повышает душевное равновесие. Психическая саморелаксация может вызвать состояние “идейной пустоты”: минутное отрешение от окружающего мира, которое даёт необходимый отдых мозгу [38, с. 23].

Дискуссия от латинского «discussion» (рассмотрение, исследование): способ организации совместной деятельности с целью интенсификации процесса принятия решения в группе. Это метод обучения, повышающий интенсивность и эффективность процесса восприятия за счет активного включения обучаемых в коллективный поиск истины [44, с.237].

Групповая дискуссия относится к методам групповой психокоррекции. Наряду с термином «групповая дискуссия» употребляются такие понятия, как «свободная дискуссия», «неструктурированная дискуссия», и др. Традиционно групповую дискуссию относят к вербальным методам, так как основным средством взаимодействия здесь является вербальная коммуникация, а в центре анализа находится преимущественно вербальный материал. Подобное деление несколько условно, так как анализ невербального поведения согласованности или противоречивости вербальной и невербальной коммуникации составляет существенный аспект групповой дискуссии.

Дискуссия - это один из эффективных способов активизации группы для решения многих других задач, достижение иных аффектов и результатов. Обычно дискуссия протекает часа за полтора.

Применяется этот метод в целях обучения, развития, установления взаимоотношений в группе, а также в психотерапевтических целях.

По процедуре групповая дискуссия представляет собой коллективное обсуждение какой-либо проблемы, конечной целью которого является достижение определенного общего мнения по ней. В ходе дискуссии происходит

коллективное сопоставление мнений, оценок, информации по обсуждаемой проблеме. Психологическая ценность дискуссии состоит в том, что благодаря принципу обратной связи и мастерству руководителя каждый участник получает возможность увидеть, как по-разному можно подойти к решению одной и той же проблемы, как велики индивидуальные различия людей в восприятии и интерпретации одних и тех же ситуаций [44, с.241].

Блок оценки эффективности коррекционных воздействий содержит проведение повторной диагностики, анализ и обработку полученных результатов с помощью Т-критерия Вилкоксона.

Особенностью разработанной модели являются: открытость, поскольку содержательное наполнение модели зависит, прежде всего, от требований образовательной организации, от первоначального уровня сформированности самооценки старшеклассников; уровневость, поскольку коррекционно-развивающая программа предполагает сформированность различных уровней самооценки старшеклассников и предоставляет возможность перехода с одного уровня на другой; гибкость, поскольку предполагается вариативность содержания разработанной модели, вариативность в выборе форм и методов; динамичность, поскольку возможно внесение коррективов с учетом полученных результатов исследования.

Таким образом, разработанная модель психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников содержит теоретический, диагностический, коррекционно-развивающий, аналитический компоненты. Планомерная последовательность, реализация компонентов, обеспечивает достижение цели психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников.

### Выводы по I главе

В психолого-педагогической литературе самооценка трактуется как оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. Относясь к ядру личности, самооценка является важным регулятором ее поведения. От самооценки зависят взаимоотношения человека с окружающими, его отношения к успехам и неудачам. Тем самым самооценка влияет на эффективность деятельности человека и дальнейшее развитие его личности. Самооценка – компонент самосознания, включающий наряду со знаниями о себе оценку человеком самого себя, своих способностей, нравственных качеств и поступков.

Старший школьный возраст является важным периодом в формировании и развитии самооценки; адекватная самооценка в значительной степени определяет социальную адаптацию личности; особенностями развития самооценки старших школьников являются кризис идентичности, увеличение адекватности самооценки, высокий уровень самокритичности.

Моделирование в психологии предполагает построение моделей осуществления тех или иных психологических процессов с целью формальной проверки их работоспособности.

Дерево целей – это иерархическое визуальное представление достижения целей; принцип, при котором главная цель достигается за счет совокупности второстепенных целей.

Модель психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников включает теоретический, диагностический, коррекционно-развивающий, аналитический компоненты.



## Глава II. Организация исследования самооценки старшеклассников

### 2.1. Этапы, методы и методики исследования

Экспериментальная работа по изучению самооценки старшеклассников проводилась на базе МБОУ СОШ №16 г. Еманжелинска Челябинской области в 10 классе. Состав класса 28 человек, 15 мальчиков, 13 девочек.

Экспериментальная работа состояла из нескольких этапов:

На первом этапе – поисково – подготовительном был проведен анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования, выдвинута гипотеза, сформулированы цели и задачи исследования, проанализировано понятие «самооценка», выявлены возрастные особенности проявления самооценки старшеклассников, разработана модель психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников.

На опытно-экспериментальном этапе определялась база исследования, подбирались методики изучения самооценки с учетом особенностей старшеклассников и темы исследования, проводился констатирующий эксперимент, обрабатывались и анализировались полученные результаты, разработана и реализована психолого-педагогическая программа коррекции самооценки старшеклассников, проводилось повторное исследование с целью проверки эффективности психолого-педагогического воздействия.

На контрольно-обобщающем этапе обобщались результаты исследования, формулировались выводы, уточнялись основные положения гипотезы, разрабатывались практические рекомендации по коррекции самооценки старшеклассников.

Исследование психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников проводилось с помощью комплекса методов и методик:

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

2. Эмпирические: эксперимент, психодиагностические методики: методика Т.В. Дембо-С.Я. Рубинштейн модификация А.М. Прихожан, методика

«Исследования самооценки личности» С.А. Будасси, методика «Самооценка личности старшеклассника» Г.Н. Казанцева.

### 3. Методы математической статистики: Т-критерий Вилкоксона.

Анализ (от греч. analysis — разложение, расчленение) - рассмотрение, изучение чего-либо, основанное на расчленении (мысленном, а также часто и реальном) предмета, явления на составные части, разборе свойств какого-либо предмета или явления [10, с. 45].

Аналитические методы настолько распространены в науке, что термин анализ стал употребляться как синоним исследования вообще. Процедуры анализа входят во всякое научное исследование и обычно образуют первую (нередко и последнюю) его стадию. Но и на других ступенях познания анализ сохраняет свое значение.

В психологии анализ рассматривается как познавательный процесс, который осуществляется на различных уровнях отражения действительности в мозге человека и животных. Анализ присутствует уже на чувственной ступени познания и, в частности, включается в процессы ощущения и восприятия: в своих более простых формах он присущ животным, причем аналитико-синтетическая деятельность даже высших животных непосредственно включена в их внешние действия. анализ сенсорной информации осуществляют анализаторы.

Синтез – (от греч. synthesis - соединение, сочетание) - соединение различных элементов, сторон объекта в единое целое (систему), которое осуществляется как в практической деятельности, так и в процессе познания. В этом значении термин синтез, противопоставляется анализу, с которым он неразрывно связан; синтез и анализ дополняют друг друга, каждый из них осуществляется с помощью и посредством др. [30, с. 137].

Анализ и синтез лежат не только в основе всех видов человеческой деятельности, но в своих элементарных формах - в основе поведения высших животных. Синтез, как мыслительная операция, произволен от предметного

соединения частей объектов в целое и исторически формируется в процессе общественно-производственной деятельности людей.

Обобщение (англ. *generalization*) — одна из основных характеристик познавательных процессов, состоящая в выделении и фиксации относительно устойчивых, инвариантных свойств предметов и их отношений. Простейший вид обобщения, выполненный в плане непосредственного восприятия, позволяет человеку отображать свойства и отношения предметов независимо от частных и случайных условий их наблюдения. Наряду с этим человеку присущи 2 типа опосредствованного обобщения, в процессе которого особую роль играют сравнения, анализ и синтез, включающие применение средств языка [51, с. 307].

В основе 1-го типа опосредствованного обобщения лежит действие сравнения. Сравнивая с определенной точки зрения предметы некоторой группы, человек находит, выделяет и обозначает словом их внешне одинаковые, общие свойства, которые могут стать содержанием понятия об этой группе или классе предметов. Такие обобщения и понятия называются эмпирическими. Отделение общих свойств от частных и обозначение их словом позволяют человеку в сокращенном, сжатом виде охватывать чувственное многообразие предметов, сводить их в определенные классы, а затем оперировать понятиями без непосредственного обращения к отдельным предметам. Один и тот же реальный предмет может быть включен как в узкие, так и широкие по объему классы. Это позволяет наметить шкалу общности признаков. Функция эмпирического обобщения состоит в упорядочении многообразия предметов, в их классификации. С помощью классификационных схем каждый новый предмет можно опознать как относящийся к определенной группе. Эмпирическое обобщение характерно для начальных этапов познания.

2-й тип опосредствованного обобщения осуществляется путем анализа эмпирических данных о каком-либо объекте с целью выделения существенных внутренних связей, определяющих этот объект как целостную систему. Такое обобщение и соответствующее ему понятие называется теоретическим. Это

понятие первоначально фиксирует внутренние связи абстрактно, лишь как генетически исходный пункт целостной системы. Затем, оперируя теоретическим понятием, человек соотносит в единое целое частные особенности объекта. Знание о нем становится все более детализированным и полным, конкретным. При таком восхождении от абстрактного к конкретному происходит мысленное воспроизведение объекта. Этот тип обобщения соответствует развитому состоянию науки, ее теоретическому этапу.

Метод эксперимента (англ. *experimental method*) состоит в организации целенаправленного наблюдения, когда по плану исследователя изменяется частично ситуация, в которой находятся участники эксперимента — испытуемые. Применение метода эксперимента целесообразно в тех случаях, когда исследователю известны подлежащие проверке элементы гипотезы [14, с. 129].

Различают 2 вида эксперимента — естественный и лабораторный. Существенно, что лица, участвующие в естественном эксперименте, не знают о том, что они выступают в роли испытуемых; он часто и проводится в обычной обстановке учебной или трудовой деятельности. Вследствие его специфики в нем применимо лишь ограниченное число сигнальных и регистрирующих устройств, а потому его результаты в значительной доле выражаются в описательной форме.

2-й вид эксперимента обычно проводится в специально оборудованных сигнальными и регистрирующими устройствами помещениях — лабораториях. Испытуемый может не знать о всем замысле исследования, но знает, в качестве кого он участвует в эксперименте. В современных лабораториях данные эксперимента прямо поступают для обработки на ЭВМ, а результаты обработки — к исследователю, который по мере надобности может воздействовать на условия, в которых протекает деятельность испытуемых.

Констатирующий эксперимент - это эксперимент, устанавливающий наличие какого-либо непреложного факта или явления. Эксперимент становится

констатирующим, если исследователь ставит задачу выявления наличного состояния и уровня сформированности некоторого свойства или изучаемого параметра, иначе говоря, определяется актуальный уровень развития изучаемого свойства у испытуемого или группы испытуемых [17, с. 48].

Цель констатирующего эксперимента - измерение наличного уровня развития, получение первичного материала для организации формирующего эксперимента. Формирующий (преобразующий, обучающий) эксперимент ставит своей целью активное формирование или воспитание тех или иных сторон психики, уровней деятельности и т.д.; используется при изучении конкретных путей формирования личности ребёнка, обеспечивая соединение психологических исследований с педагогическим поиском и проектированием наиболее эффективных форм учебно-воспитательной работы [18, с. 13].

Моделирование — исследование объектов познания на их моделях; построение и изучение моделей реально существующих объектов, процессов явлений с целью получения объяснений этих явлений, а также для предсказания явлений, интересующих исследователя [22, с. 7].

Методика диагностика самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан 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 инструкции и задание.

Обработка производилась следующим образом: по 6 шкалам (не учитывает первая шкала «здоровье») вычисляются процент отмеченного качества, затем, полученные результаты по всем шкалам складывались, и число делилось на 6. Таким образом, интегральная самооценка являлась средним арифметическим показателей всех шести шкал. Нормой, или адекватной

самооценкой, считается уровень от 45 до 74%, неадекватно высоким – от 75 и выше, заниженной будет считаться самооценка с уровнем ниже 45%.

Методика «Самооценка личности старшеклассника» (Г.Н. Казанцева).

Тест-опросник включает 32 суждения, по которым возможно пять вариантов ответов, каждый из которых кодируется баллами по следующей схеме: очень часто - 4 балла; часто - 3 балла; иногда - 2 балла; редко - 1 балл; никогда - 0 баллов. Тест используется как индивидуально, так и в группе.

Обработка результатов производилась по подсчету общего количества баллов по всем суждениям:

- 0-25 баллов – высокий уровень самооценки;
- 26-45 баллов – средний уровень самооценки;
- 46-128 баллов – низкий уровень самооценки.

Методика С.А. Будасси, которая позволяет проводить количественное исследование самооценки личности, т.е. ее измерение. В основе данной методики лежит способ ранжирования.

С помощью коэффициента ранговой корреляции может быть сопоставлено представление о себе индивида в последовательном ряде эталонных качеств, т.е. может быть определено «Я-идеальное». Это представление человека о себе, выраженное рядом качеств в той последовательности, в какой они кажутся выраженными человеку у него самого. Вместе с тем последовательность эталонных качеств, которая определяла бы для самого человека его «Я-идеальное», а также сравнение этих двух последовательных рядов, даст возможность определить, насколько «Я-реальное» совпадает/ не совпадает с «Я-реальным», т.е. насколько человек определяет себя соответствующим или не соответствующим идеалу. Форма бланка, который выдавался испытуемым, приводится в приложении 1.

Обрабатывались полученные результаты с помощью коэффициента корреляции  $\rho = 1 - 6\sum d^2 : n(n^2 - 1)$ , где  $n$  – количество качеств. Норматив:  $\rho =$  до 0,3 – низкая самооценка;  $\rho =$  от 0,4 до 0,6 – адекватная самооценка;  $\rho =$  выше 0,7 –

завышенная самооценка.

T-критерий Вилкоксона — непараметрический статистический критерий, используемый для проверки различий между двумя выборками парных измерений. Впервые предложен Френком Уилкоксоном [49, с. 76].

Критерий предназначен для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых. Он позволяет установить не только направленность изменений, но и их выраженность, то есть способен определить, является ли сдвиг показателей в одном направлении более интенсивным, чем в другом.

Критерий применим в тех случаях, когда признаки измерены, по крайней мере, в порядковой шкале. Целесообразно применять данный критерий, когда величина самих сдвигов варьирует в некотором диапазоне (10—15 % от их величины). Это объясняется тем, что разброс значений сдвигов должен быть таким, чтобы появлялась возможность их ранжирования. В случае если сдвиги незначительно различаются между собой и принимают какие-то конечные значения (например, +1, -1 и 0), формальных препятствий к применению критерия нет, но, ввиду большого числа одинаковых рангов, ранжирование утрачивает смысл, и те же результаты проще было бы получить с помощью критерия знаков [63, с. 81].

Суть метода состоит в том, что мы сопоставляем абсолютные величины выраженности сдвигов в том или ином направлении. Для этого сначала все абсолютные величины сдвигов ранжируются, а потом суммируются ранги. Если сдвиги в ту или иную сторону происходят случайно, то и суммы их рангов окажутся примерно равны. Если же интенсивность сдвигов в одну сторону больше, то сумма рангов абсолютных значений сдвигов в противоположную сторону будет значительно ниже, чем это могло бы быть при случайных изменениях.

Ограничения в применении T-критерия Вилкоксона:

1. Минимальное количество испытуемых, прошедших измерения в двух

условиях - 5 человек. Максимальное количество испытуемых - 50 человек, что диктуется верхней границей имеющихся таблиц.

2. Нулевые сдвиги из рассмотрения исключаются, и количество наблюдений  $n$  уменьшается на количество этих нулевых сдвигов (при условии, если флажок «Учитывать нулевой сдвиг?» не установлен). Можно обойти это ограничение (установив флажок «Учитывать нулевой сдвиг?»), сформулировав гипотезы, включающие отсутствие изменений, например: "Сдвиг в сторону увеличения значений превышает сдвиг в сторону уменьшения значений и тенденцию сохранения их на прежнем уровне" [63, с. 85].

Таким образом, исследование психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников состояло из трех этапов поисково-подготовительного этапа, опытно-экспериментального и контрольно-обобщающего. Подобранный комплекс методов и методик исследования позволил определить уровень сформированности самооценки старшеклассников.

## 2.2. Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего исследования

В исследовании приняли участие ученики 10-го класса МБОУ СОШ №16 г. Еманжелинска Челябинской области в количестве 28 человек. Основной состав класса сохранился с прошлого года. Подавляющее большинство детей воспитываются в полных семьях, в доброжелательной атмосфере.

К учебному процессу в коллективе сформирован познавательный интерес. Свидетельством тому является ответственное отношение к учению. В классе нет неуспевающих: 2 отличника, 16 человек учатся на «4» и «5». Особого внимания заслуживают слабоуспевающие ученики. Им необходима постоянная



помощь в организации дополнительных занятий по ряду предметов. В основном класс нацелен на учебу, серьезно относится к школьным предметам.

Но и есть гиперактивные дети, которые мешают на уроке. Поэтому необходим постоянный контроль поведения.

В этом году сформирован сплоченный дружный коллектив. Дети активно участвуют во всех внеклассных мероприятиях. Практически на весь класс можно опереться в проведении мероприятий. Особо выделяется группа учеников, являющиеся активом класса. Из этих детей можно легко составить Совет дела, потому что они умеют объединять одноклассников, увлекать их своими идеями. Но есть и такие дети, которых трудно приобщить к каким-либо внеурочным мероприятиям. С ними приходится работать индивидуально.

Класс имеет достаточный уровень развития культурных навыков воспитанности. Особенно ярко это проявляется во время проведения экскурсий и классных мероприятий.

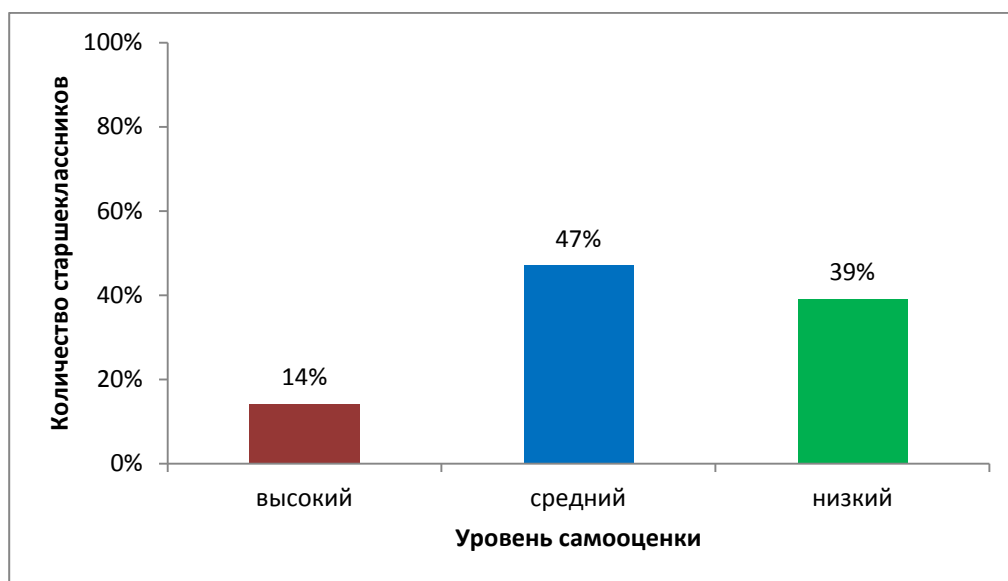


Рисунок 3. Результаты исследования самооценки старшеклассников по методике Т.В. Дембо-С.Я Рубинштейн мод. А.М. Прихожан

Для выявления выраженности самооценки старшеклассников 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 1 приложение 2 и на рисунке 3.

По результатам первичной диагностики (констатирующий эксперимент) с помощью методики Т.В. Дембо-С.Я. Рубинштейна, мод. А.М. Прихожан были получены следующие результаты: у 47% (13) учеников средний уровень самооценки, она отражает наиболее реальное представление о своих возможностях. У 14% (4) 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 39% (11) старшеклассников 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.

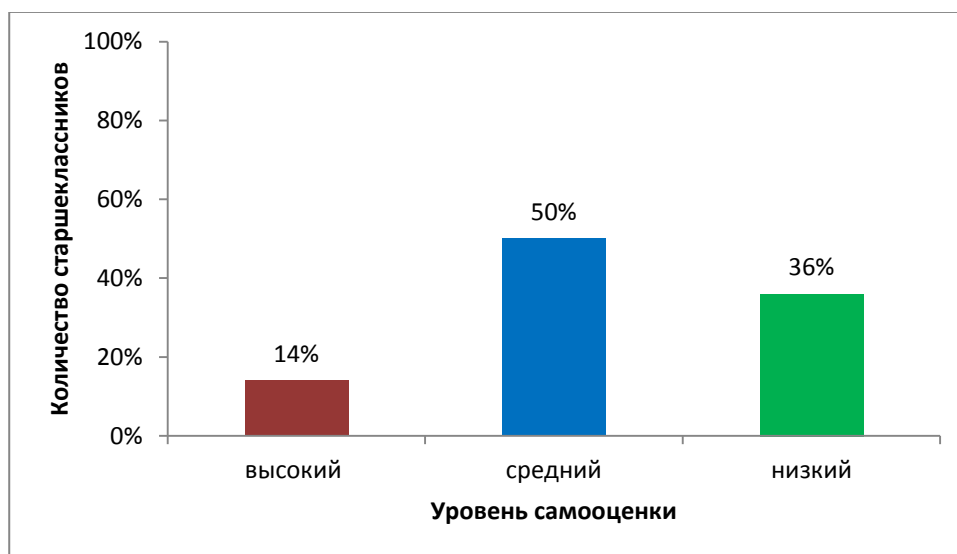


Рисунок 4. Результаты исследования самооценки старшеклассников по методике «Самооценка личности старшеклассника» Г.Н. Казанцевой

Для диагностики самооценки личности старшеклассников использовалась методика «Самооценка личности старшеклассника» Г.Н. Казанцевой. Результаты представлены в таблице 2 приложение 2 и на рисунке 4.

Средний (адекватный) уровень самооценки отмечен у 50% (14) учеников, значит, старшеклассники редко страдают от «комплекса неполноценности» и время от времени стараются подладиться под мнения других. У 14% (4) старшеклассников определен высокий уровень самооценки, может свидетельствовать о том, что ученики оказываются не отягощенным «комплексом неполноценности», неправильно реагируют на замечания других и редко сомневаются в своих действиях. У 36% (10) учеников низкий уровень самооценки, отмечается, что ученики могут болезненно переносит критику в свой адрес, стараются всегда считаться с мнениями других и часто страдают от «комплекса неполноценности».

Для диагностики самооценки личности старшеклассников использовалась методика «Нахождение количественного выражения уровня самооценки» С. А. Будасси. В тесте ученики выделяют «Я – реальное» и «Я – идеальное». Результаты представлены в таблице 3 приложение 2 и на рисунке 5.

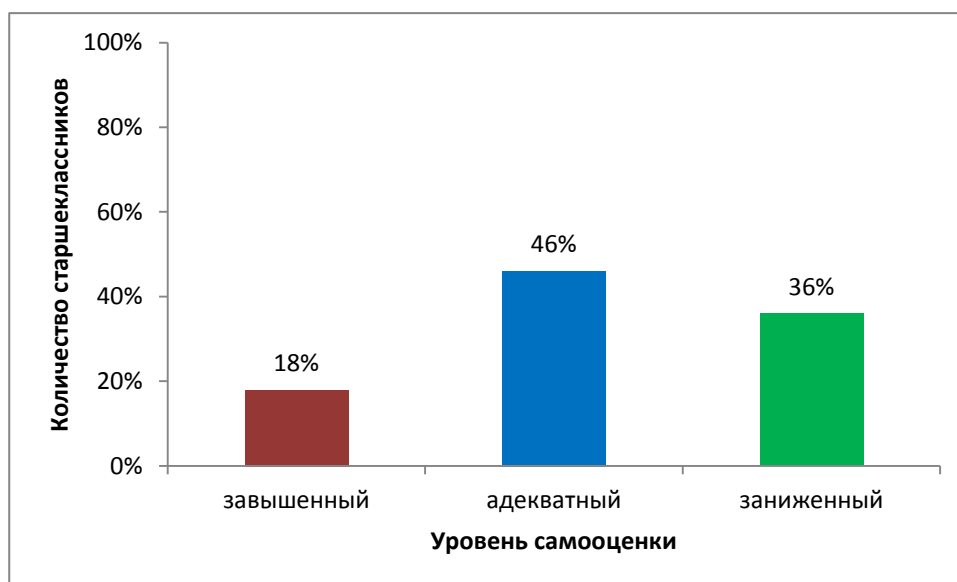


Рисунок 5. Результаты исследования самооценки старшеклассников по методике «Нахождение количественного выражения уровня самооценки» С. А. Будасси

В классе с адекватным уровнем самооценки имеются 46% (13) учеников,

для них характерно уверенность, решительность, твердость, умение находить и принимать решения, последовательно их реализовывать.

С завышенным уровнем – 18% (5) старшеклассников, они ставят перед собой более высокие цели, чем те, которые они могут реально достигнуть, у них высокий уровень притязаний, не всегда соответствующий их возможностям. Здоровые качества личности: достоинство, гордость, самолюбие - перерождаются в высокомерие, тщеславие, эгоцентризм.

С заниженным уровнем – 36% (10) учеников, для них характерно чрезмерной неуверенностью в себе, смирение, пассивность, “комплекс неполноценности” Это отражается и во внешнем виде человека: голова втянута в плечи, походка нерешительная, он хмур, не улыбочив.

Результаты трех методик диагностики были сведены в таблицу 4 приложение 2 и обобщены (рисунок 6).

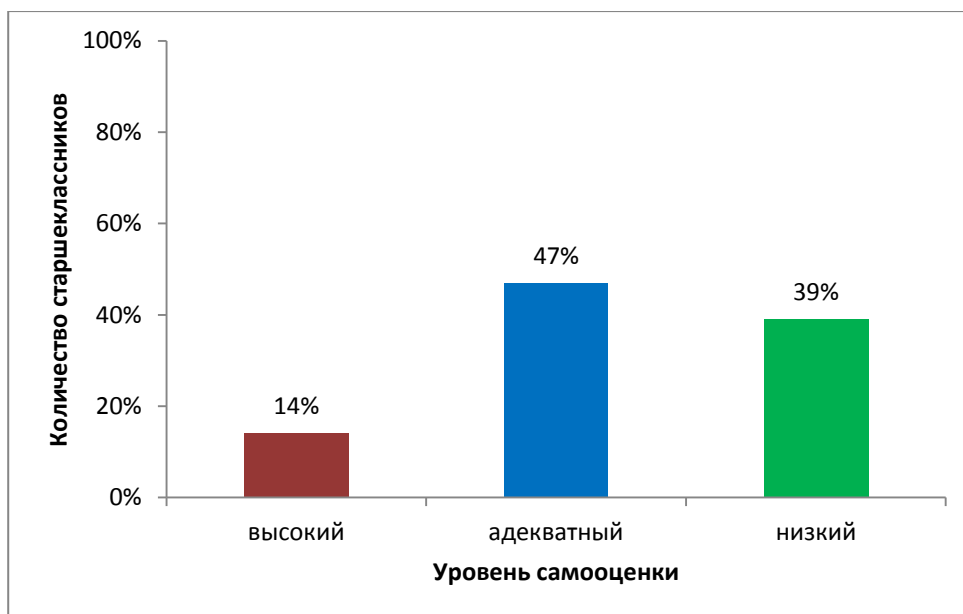


Рисунок 6. Обобщенные результаты исследования самооценки старшеклассников по трем методикам

Таким образом, результаты диагностики показывают, что 47% (13) учеников имеют адекватный уровень самооценки; 53% (15) старшеклассников имеют неадекватную самооценку, они приглашены к участию в программе психолого-педагогической коррекции.

## Выводы по II главе

В качестве испытуемых были выбраны ученики 10 класса МБОУ СОШ № 16. Количество участников – 28 человек.

Экспериментальная работа состояла из нескольких этапов: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный, контрольно-обобщающий.

В ходе исследования использовались следующие методы и методики:

– теоретические: анализ психологической, педагогической и методической литературы, целеполагание, моделирование;

– эмпирические: констатирующий и формирующий эксперименты, тестирование; психодиагностические методики: методика Т. В. Дембо С. Я. Рубинштейна мод. А. М. Прихожан; методика «Самооценка личности старшеклассника» Г.Н. Казанцева; методику «Нахождение количественного выражения уровня самооценки» С. А. Будасси.

– методы математической статистики: Т-Критерий Вилкоксона.

По методике Т. В. Дембо С. Я. Рубинштейна мод. А. М. Прихожан средний уровень самооценки отмечен у 47% (13) учеников, у 14% (4) учеников – высокий уровень. 39% (11) старшеклассников имеют низкий уровень.

По методике «Самооценка личности старшеклассника» Г.Н. Казанцевой средний (адекватный) уровень отмечен у 50% (14) учеников, у 14% (4) старшеклассников высокий уровень самооценки, у 36% (10) учеников – низкий уровень.

По методике «Нахождение количественного выражения уровня самооценки» С. А. Будасси 46% (13) учеников определен адекватный уровень самооценки, у 18% (5) учеников – завышенный уровень, у 36% (10) старшеклассников – заниженный уровень.

Обобщение результатов диагностики самооценки старшеклассников по 3 методикам, показало что: 47% (13) учеников имеют адекватный уровень самооценки; у 53% (15) старшеклассников отмечена неадекватная самооценка, они приглашены к участию в программе психолого-педагогической коррекции.

## Глава III. Опытнo-экспериментальное исследование психолого-педагогической коррекции самооценки старшекласcников

### 3.1. Программа психолого-педагогической коррекции самооценки старшекласcников

Цель программы: психолого-педагогическая коррекция самооценки старшекласcников.

Задачи:

1. Осознание собственных положительных и отрицательных сторон.
2. Формирование навыков уверенного поведения.
3. Способствование формированию навыка быстрого принятия решений.
4. Формирование положительного самоотношения.
5. Развитие понимания собственной индивидуальности и индивидуальности других детей.

Продолжительность программы: 10 занятий по 40 минут.

Программа рассчитана на 1 месяц, периодичность коррекционно-развивающих занятий 2 раза в неделю.

Целевая аудитория: группа детей в количестве 28 человек старшего школьного возраста.

Программа психолого-педагогической коррекции самооценки старшекласcников составлена на основе следующих работ Р. Р. Коуркиной, С.В. Петрушкина, Д. И. Дудиной и др.

Структура программы:

#### 1. Диагностический блок.

Цель: диагностика психолого-педагогической коррекции самооценки старшекласcников, формирование общей программы психологической коррекции.

#### 2. Коррекционный блок.

Цель: проведение занятий по коррекции самооценки старшекласcников

### 3. Блок оценки эффективности коррекционных воздействий.

Цель: проверка динамики изменений уровня самооценки старшеклассников.

Диагностические методики, используемые в программе:

- 1) Методика Т. В. Дембо-С. Я. Рубинштейна, мод. А.М. Прихожан;
- 2) Методика «Самооценка личности старшеклассника» Г.Н. Казанцева;
- 3) Методика «Исследования самооценки личности С.А. Будасси».

Место проведения: в учебно-образовательном процессе (групповые занятия в рамках коррекционно-развивающего направления работы педагога-психолога).

Групповая работа должна проводиться в достаточно просторном, хорошо проветренном помещении, в интерьере комнаты должны преобладать спокойные неяркие цвета.

Коррекционно-развивающее занятие включает в себя следующие элементы: ритуал приветствия, разминка, основное содержание занятия, рефлексия, ритуал прощания.

Рассмотрим структуру коррекционно-развивающего занятия.

Ритуал приветствия-прощания является важным моментом работы с группой, позволяющим спланировать учащихся, создавать атмосферу группового доверия и принятия, что в свою очередь чрезвычайно важно для плодотворной работы. Ритуал предлагается и исполняется на первом занятии, и задача педагога-психолога неукоснительно выполнять его на каждом занятии, наблюдая за тем, чтобы в него были включены все участники.

Разминка выполняет важную функцию настройки на продуктивную групповую деятельность и может проводиться не только в начале занятия, но и между отдельными упражнениями. Определенные разминочные упражнения позволяют активизировать школьников, поднять настроение, другие, напротив направлены на снятие чрезмерного эмоционального возбуждения.

Основное содержание занятия представляет собой совокупность

психотехнических упражнений и приемов, направленных на решение задач данного развивающего или психокоррекционного комплекса. Последовательность упражнений должна предполагать чередование деятельности, смену психофизического состояния учащегося: от подвижного к спокойному, от интеллектуальной игры к релаксационной технике и др. Упражнения должны также располагаться в порядке от сложного к простому.

Рефлексия занятия предполагает ретроспективную оценку занятия в двух аспектах: эмоциональном (понравилось или не понравилось, было хорошо, было плохо и почему) и смысловом (почему это важно, зачем мы это делали). Рефлексия только что прошедшего занятия предполагает, что участники сами отвечают на вопрос, зачем это нужно, как это может помочь в жизни, дают эмоциональную обратную связь друг другу.

Рассмотрим занятия, направленные на коррекцию самооценки старшеклассников.

Занятие 1. «Знакомство с учащимися».

Цель: установление контакта с участниками, создание доверительной атмосферы, достижение взаимопонимания.

Упражнение 1. «Приветствие».

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

Упражнение 2. Рисунок «Карта моей души».

Цель: создание доверительной атмосферы

Упражнение 3. «Ладонка».

Цель: опыт получения и выражения позитивной обратной связи. Возможность выражения положительных эмоций по отношению друг к другу.

Занятие 2. «Искренний комплимент».

Цель: усиление позитивного отношения к себе, ориентацию школьника на свои положительные стороны.

Упражнение 1. «Приветствие».



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

Упражнение 2. «Полет белой птицы».

Цель: возможность усилить позитивное отношение к себе, укрепляя тем самым фундамент самооценки старшеклассника.

Упражнение 3. «Комплименты».

Цель: помочь ребенку увидеть свои положительные стороны, дать почувствовать, что его понимают и ценят другие дети.

Занятие 3. «Я адекватный».

Цель: развитие умений адекватно реагировать на критику в свой адрес.

Упражнение 1. «Приветствие».

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

Упражнение 2. «Самооценка».

Цель: осознание возможности формирования адекватной самооценки.

Упражнение 3. «Горячий стул».

Цель: посмотреть на себя со стороны и адекватно реагировать на критику в свой адрес.

Занятие 4. «Открытие нового мира».

Цель: обучить школьников позитивно мыслить и использовать механизм самоподдержки.

Упражнение 1. «Приветствие».

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

Упражнение 2. «Игра «пустыня».

Цель: обучить старшеклассников позитивно мыслить.

Упражнение 3. «Афоризмы».

Цель: учить ребят позитивно мыслить и использовать механизм самоподдержки.

Занятие 5. «Радуга».

Цель: акцентировать внимание школьника на позитивных моментах.

Упражнение 1. «Приветствие».

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

Упражнение 2. «Образ настроения» (под музыку).

Цель: развитие положительных эмоций.

Занятие 6. «Энергия радости».

Цель: развитие уверенности и раскованности в общении со сверстниками.

Упражнение 1. «Приветствие».

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

Упражнение 2. «Ритм».

Цель: почувствовать внутренний ритм другого человека и как можно полнее отразить его

Упражнение 3. «Шутливое письмо».

Цель: развить уверенность и раскованность в общении со сверстниками.

Занятие 7. «Я, ты и мы».

Цель: стимулировать старшеклассников на активное восприятие других людей.

Упражнение 1. «Приветствие».

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

Упражнение 2. «Общий рисунок».

Цель: сплочение коллектива, позитивное восприятие.

Упражнение 3. «Ассоциации».

Цель: стимулирование участников на активное восприятие других людей.

Занятие 8. «Герой».

Цель: развитие самоуверенности через вхождение в роли сказочного

героя.

Упражнение 1. «Приветствие».

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

Упражнение 2. «Король»

Цель: побывать в роли сказочного героя и почувствовать себя уверенно.

Занятие 9. «Избавиться от ненужного».

Цель: развитие умения выявлять и ликвидировать страхи.

Упражнение 1. «Приветствие».

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

Упражнение 2. «Нарисуй свой страх».

Цель: умение ликвидировать свои страхи.

Занятие 10. «Путь к успеху».

Цель: вербальное подведение итогов занятий, выражение эмоционального отношения участников группы друг к другу и к руководителю.

Упражнение 1. «Приветствие».

Цель: установление контакта с участниками. Создание доверительной атмосферы, достижение взаимопонимания в целях работы программы. Правила

Упражнение 2. «Лесенка».

Цель: развитие навыков уверенного поведения.

Упражнение 3. «Прощание».

Цель: вербальное подведение итогов занятий, выражение эмоционального отношения участников группы друг к другу и к руководителю.

Таким образом, для психолого-педагогической коррекции старшеклассников нами была разработана комплексная программа, направленная на осознание собственных положительных и отрицательных сторон, на формирование навыков уверенного поведения, на способствование формированию навыка быстрого принятия решений, на формирование

положительного самоотношения, на развитие понимания собственной индивидуальности и индивидуальности других детей.

### 3.2. Анализ результатов опытно-экспериментального исследования

С целью проверки эффективности реализации программы психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников была проведена повторная диагностика уровня самооценки старшеклассников. Оценка эффективности проводилась на основании сравнения показателей «До» и «После» реализации программы психолого-педагогической коррекции.

Результаты повторного исследования уровня самооценки старшеклассников по методике диагностики Т.В. Дембо-С.Я. Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан представлены в таблице 5 приложение 4.

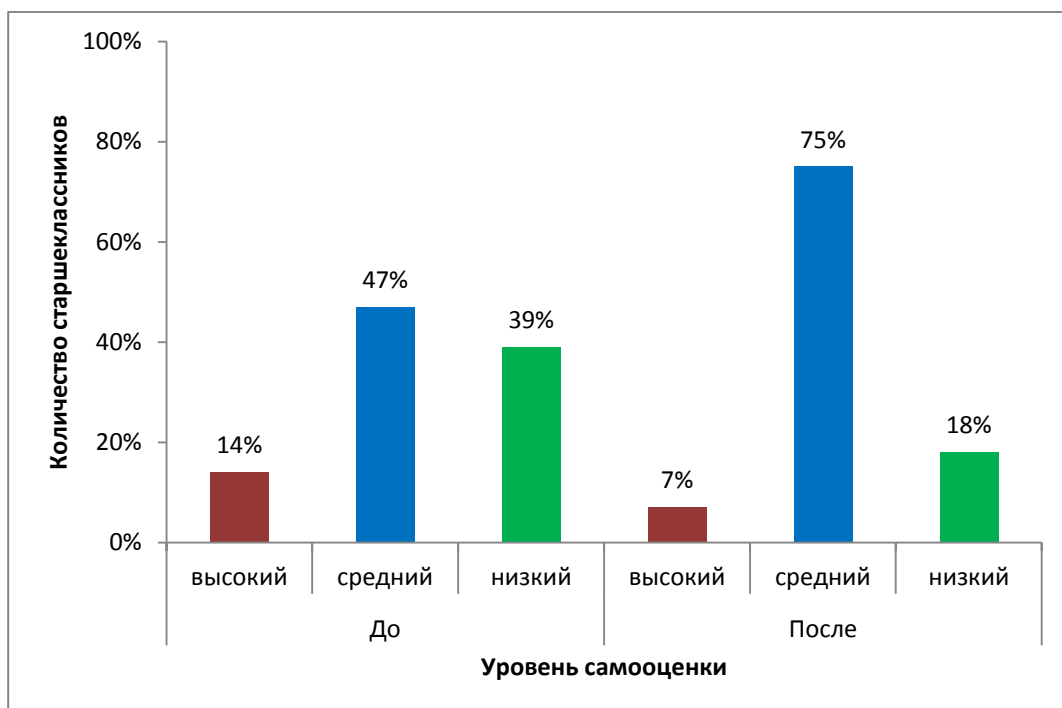


Рисунок 7. Результаты исследования самооценки старшеклассников по методике

Т.В. Дембо-С.Я Рубинштейн мод. А.М. Прихожан

Как видно на рисунке 7, после реализации программы психолого-

педагогической коррекции произошли следующие изменения: на 28% (8) повысился средний уровень самооценки учеников, низкий уровень самооценки изменился на 21% (6), высокий уровень самооценки изменился на 7% (2) учеников. Старшеклассники научились ставить перед собой достижимые цели, осуществимые на деле, правильно оценивать результаты своей деятельности, научились уважать себя, однако знают личные слабые стороны, стремясь к саморазвитию.

Результаты повторного исследования уровня самооценки старшеклассников по методике диагностики «Самооценка личности старшеклассника» Г.Н. Казанцевой приведены в таблице 6 приложение 4.

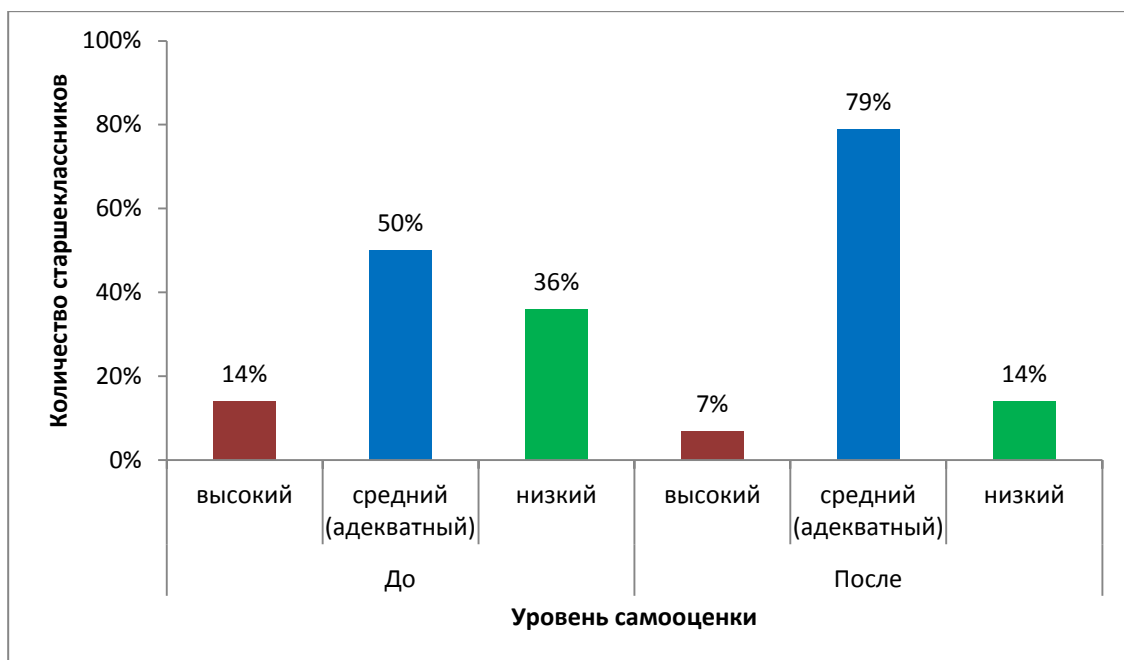


Рисунок 8. Результаты исследования самооценки старшеклассников по методике «Самооценка личности старшеклассника» Г.Н. Казанцевой

Как видно на рисунке 8, после реализации программы психолого-педагогической коррекции произошли следующие изменения: средний (адекватный) уровень самооценки старшеклассников повысился на 29% (8), высокий уровень самооценки изменился на 7%(2), низкий уровень самооценки изменился на 22% (6). Старшеклассники научились адекватно реагировать на критику в свой адрес, уверены в своих силах, без особого труда принимают

решения, не боятся перемен, радуются достигнутым успехам, поражения же воспринимают как ценный опыт.

Результаты повторного исследования уровня самооценки старшеклассников по методике диагностики «Нахождение количественного выражения уровня самооценки» С. А. Будасси представлены в таблице 7 приложение 4.

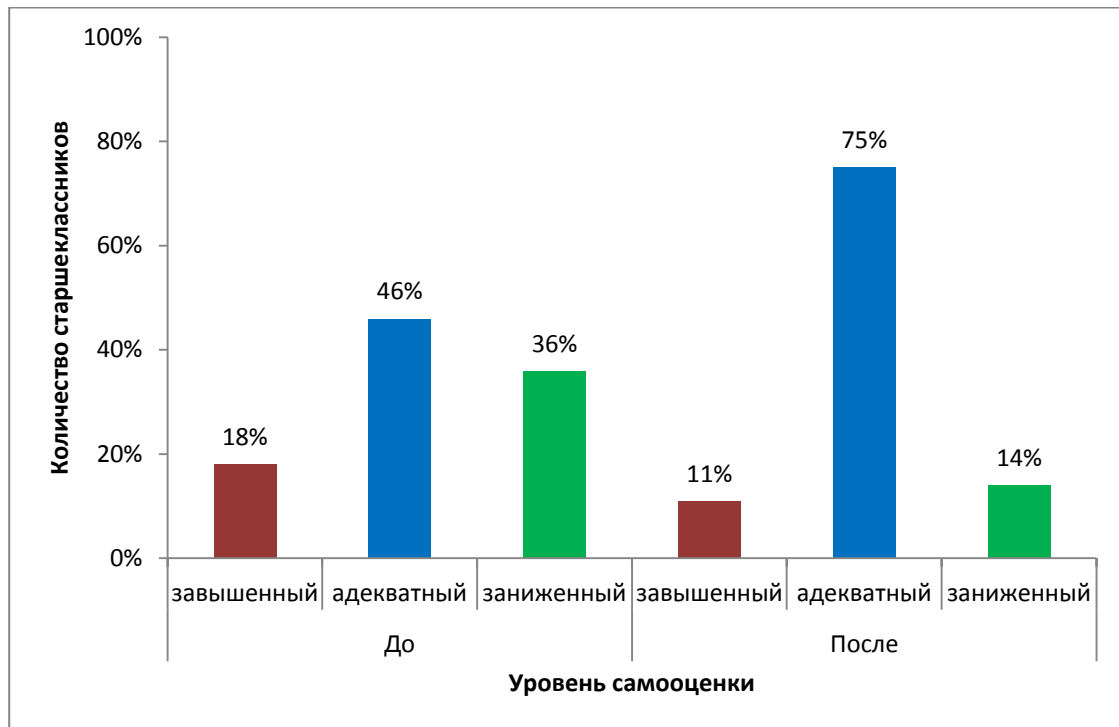


Рисунок 9. Результаты исследования самооценки старшеклассников по методике «Нахождение количественного выражения уровня самооценки» С. А. Будасси

Как видно на рисунке 9, после реализации программы психолого-педагогической коррекции произошли следующие изменения: адекватный уровень самооценки повысился на 29% (9), завышенный уровень самооценки изменился на 11% (3), заниженный уровень самооценки изменился на 22% (6). У старшеклассников стали проявляться такие качества как уверенность, решительность, твердость, умения принимать решения, последовательно их реализовывать.

Таким образом, обобщенные результаты диагностики (Приложение 4, таблица 8, рис.10) показывают, что на 28% (9) повысился адекватный уровень самооценки старшеклассников, изменился высокий уровень самооценки

учеников с 14% (4) до 7% (2), а низкий с 39% (11) до 14% (4), это обозначает, что уровень самооценки старшеклассников после проведения программы стал адекватнее, чем был до проведения программы.

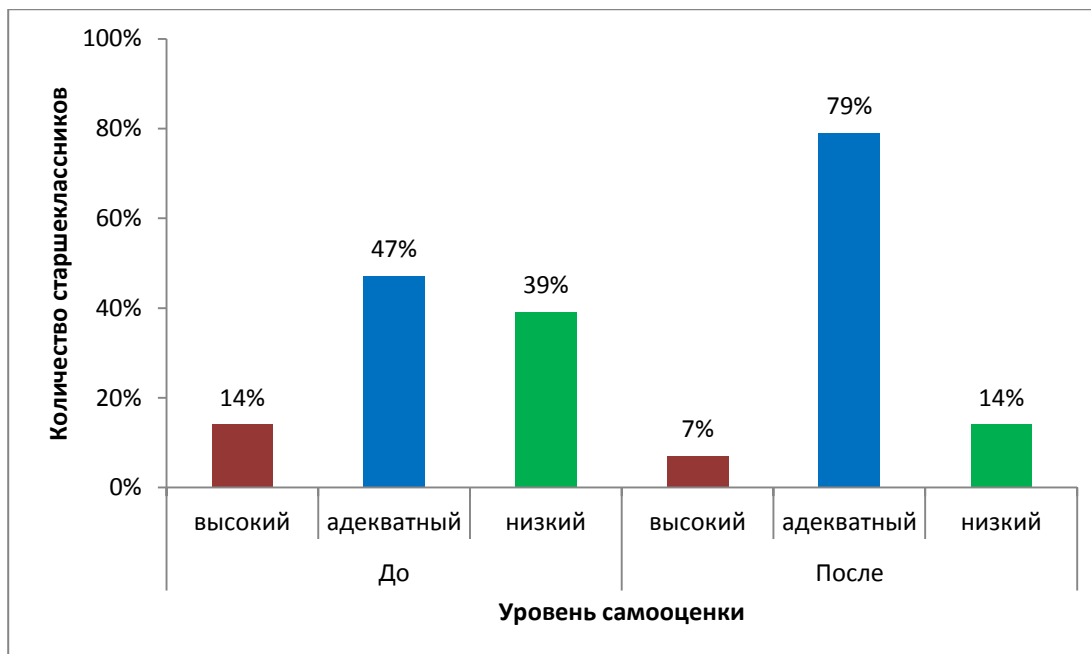


Рисунок 10. Обобщенные результаты исследования самооценки старшеклассников по трем методикам

Для проверки гипотезы исследования о том, что уровень самооценки старшеклассников, возможно, изменится, если разработать и реализовать модель психолого-педагогической коррекции, включающую теоретический, диагностический, коррекционно-развивающий, аналитический компоненты, была проведена математическая обработка данных по Т-критерию Вилкоксона для данных методики Т.В. Дембо-С.Я. Рубинштейн модификация А.М. Прихожан. (Приложение 4, таблица 9, рисунок 11.).

Гипотеза:

$H_0$  - Интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей самооценки не превышает интенсивность сдвигов в направлении уменьшения.

$H_1$  - Интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей самооценки превышает интенсивность сдвигов в направлении уменьшения.

Результат:  $T_{эмпирическое} = 100$ .

Критические значения  $T$  при  $n=28$

$T_{кр}=130$  для  $P \leq 0,05$ ;

$T_{кр}=101$  для  $P \leq 0,01$ .

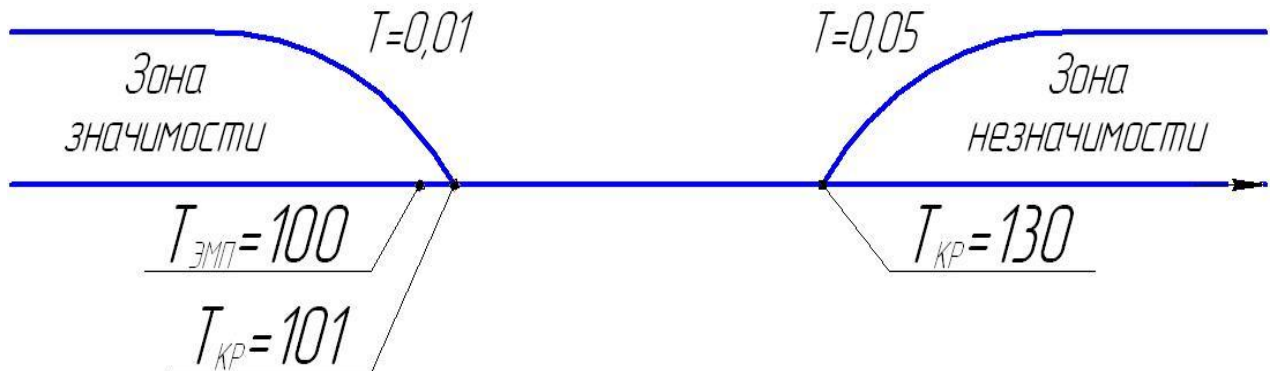


Рисунок 11. Ось значимости

Для проверки гипотезы исследования о том, что уровень самооценки старшеклассников, возможно, изменится, если разработать и реализовать модель психолого-педагогической коррекции, включающую теоретический, диагностический, коррекционно-развивающий, аналитический компоненты была проведена математическая обработка данных по  $T$ -критерию Вилкоксона для данных методики Г.Н. Казанцевой. (Приложение 4, таблица 10, рисунок 12).

Гипотеза:

$H_0$  - Интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей самооценки не превышает интенсивность сдвигов в направлении уменьшения.

$H_1$  - Интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей самооценки превышает интенсивность сдвигов в направлении уменьшения.

Результат:  $T$  эмпирическое = 85,5.

Критические значения  $T$  при  $n=28$

$T_{кр}=130$  для  $P \leq 0,05$ ;

$T_{кр}=101$  для  $P \leq 0,01$ .



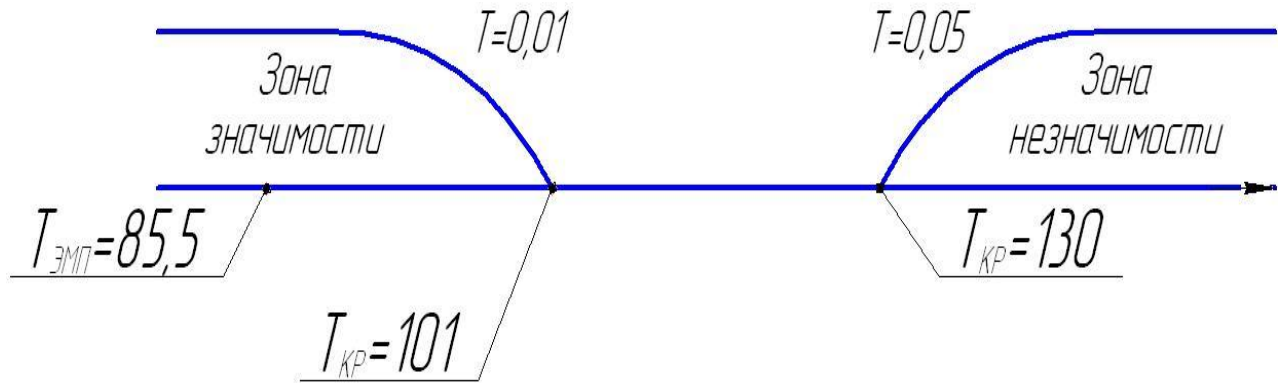


Рисунок 12. Ось значимости

Для проверки гипотезы исследования о том, что уровень самооценки старшеклассников, возможно, изменится, если разработать и реализовать модель психолого-педагогической коррекции, включающую теоретический, диагностический, коррекционно-развивающий, аналитический компоненты была проведена математическая обработка данных по T-критерию Вилкоксона для данных методики С.А. Будасси. (Приложение 4, таблица 11, рисунок 13).

Гипотеза:

$H_0$  - Интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей самооценки не превышает интенсивность сдвигов в направлении уменьшения.

$H_1$  - Интенсивность сдвигов в направлении увеличения показателей самооценки превышает интенсивность сдвигов в направлении уменьшения.

Результат: T эмпирическое = 93.

Критические значения T при  $n=28$

$T_{кр}=130$  для  $P \leq 0,05$ ;

$T_{кр}=101$  для  $P \leq 0,01$ .

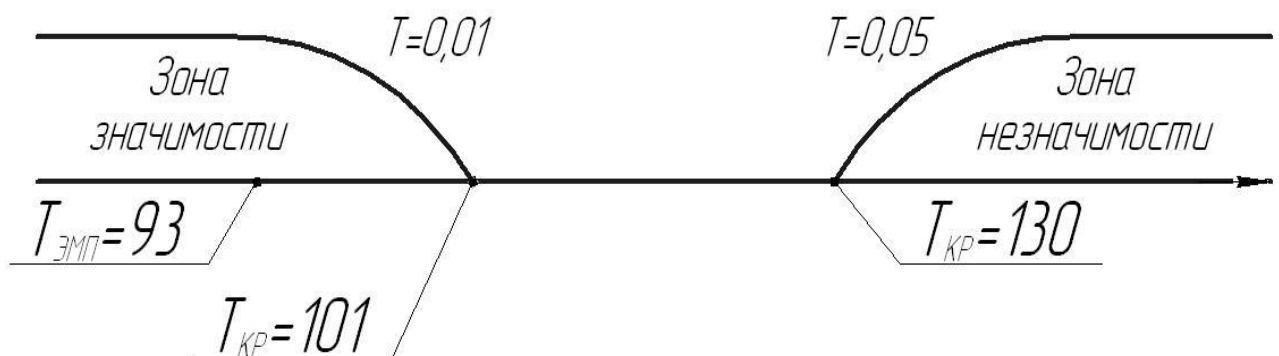


Рисунок 13. Ось значимости

Анализ «осей значимости» показал, что полученная величина Тэмп попадает в зону значимости. Это свидетельствует о том, что гипотеза  $H_1$  подтверждается.

Таким образом, разработанная и реализованная программа психолого-педагогической коррекции позволила получить положительную динамику самооценки старшеклассников.

С учетом сказанного сделаем вывод о том, что гипотеза исследования подтвердилась. Реализация разработанной модели психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников, включающей теоретический, диагностический, коррекционно-развивающий, аналитический компоненты, позволила изменить уровень их самооценки.

### 3.3. Технологическая карта внедрения.

Технологическая карта – это алгоритмическое предписание, включающее в себя целевой, содержательный, контролирующие-рефлексивный компоненты, планирующее деятельность учителя и ученика и приводящее в результате к прочным глубоким знаниям и умениям, устойчивым познавательным потребностям и интересам, активности образовательной деятельности [2, с.4].

Технологической карте присущи следующие отличительные черты: интерактивность, структурированность, алгоритмичность при работе с информацией, технологичность и обобщённость.

Составление технологических карт начинается с названия этапа, далее выделяются цели, т.е. записываются кратко чего необходимо достичь на определенном этапе внедрения. Следующим блоком является содержание, где раскрываются поставленные цели. Далее рассматриваются методы и формы, с помощью которых будет достигаться цель. В технологическую карту также

отмечается время проведения этапов и ответственные (психолог, директор, зам. директора по УВР, зам. директора по ВР, классные руководители) за ту или иную цель по результатам опытно-экспериментального исследования.

Разработана технологическая карта внедрения (приложение 5), состоящая из 7 этапов, для применения в деятельности психологической службы образовательной организации:

1. Целеполагание внедрения по теме программа психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников.
2. Формирование положительной психологической установки на внедрение.
3. Изучение предмета внедрения.
4. Опережающее освоение предмета внедрения.
5. Фронтальное освоение предмета внедрения.
6. Совершенствование работы над темой.
7. Распространение передового опыта освоения предмета внедрения.

Первый этап заключается в изучении необходимых документов по предмету внедрения, после нужно поставить цель внедрения. Далее разрабатываются этапы внедрения и программно-целевой комплекс внедрения.

На втором этапе вырабатывается состояние готовности к освоению предмета внедрения у администрации школы, родителей и старшеклассников. Сформируется положительная реакция на предмет внедрения у всего педагогического коллектива, родителей и старшеклассников.

Отличительная особенность третьего этапа - изучение всем коллективом необходимых документов о предмете внедрения, изучение содержания предмета внедрения, изучение методики внедрения темы.

Суть четвертого этапа – это создание творческой группы для опережающего внедрения темы, закрепление и углубление знаний и умений, полученных на предыдущем этапе. Обеспечение творческой группе условий для успешного освоения методики внедрения темы и проверка методики внедрения.

На пятом этапе происходит развитие знаний и умений, полученных на предыдущем этапе, обеспечение условий для фронтального внедрения, освоение всем коллективом предмета внедрения.

Шестой этап технологической карты внедрения требовал совершенствований знаний и умений, сформированных на предыдущем этапе, обеспечить условия совершенствования методики работы по предмету внедрения. Совершенствовать методику освоения темы.

Заключительный этап характеризует изучение и обобщение опытов внедрения по проблеме исследования, осуществление наставничества по проблеме внедрения предмета исследования, осуществление пропаганды передового опыта внедрения, сохранение и углубление традиций работы над темой, сложившихся на предыдущих этапах.

Таким образом, технологическая карта внедрения позволила администрации школы контролировать выполнение программы и достижение планируемых результатов, а также осуществлять необходимую методическую помощь. Использование технологической карты внедрения обеспечивает условия для повышения качества обучения.

С целью обеспечения системности психолого-педагогической коррекции самооценки составлены рекомендации родителям, педагогам, старшеклассникам.

#### Рекомендации родителям по психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников

- Не ограждайте ребенка от ежедневных дел и обязанностей, не решайте за него все проблемы, однако и не перегружайте его.
- Пусть ребенок примет участие в уборке, получит удовлетворение от труда и заслуженную похвалу. Старайтесь ставить перед ребенком задачи, которые ему под силу: он должен почувствовать себя ловким, умелым и приносящим пользу.
- Не перехваливайте ребенка, но и не забывайте поощрять, если он это

заслужил. Подбирайте адекватные виды похвалы и наказания, тогда и самооценка ребенка будет адекватной. Поддерживайте инициативу ребенка.

– Демонстрируйте сами пример адекватного поведения в случае успехов и неудач. Не нужно сравнивать своего ребенка с другими детьми.

– Лучше сравнивать его с самим собой: какой он был сегодня, и какой он будет завтра.

– Наказывайте и ругайте ребенка конкретно за какой-то поступок, а не в целом.

– Знайте, что негативная оценка плохо влияет на интерес и творческие успехи. Ведите доверительные беседы с ребенком, анализируя его поступки.

– Помните, что ребёнок – это самая большая ценность, любите и принимайте его таким, какой он есть.

– Уважайте в своём ребёнке личность, воспитывая в нём чувство достоинства, хвалите, поощряйте, одобряйте ребёнка, создавая положительную эмоциональную атмосферу вокруг него.

– Отмечайте даже незначительные успехи своего ребенка.

– Создавайте ситуации успеха.

– Дайте возможность выговориться ребёнку и тем самым превратить недовольство в душе в слова.

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

– Смоделируйте выход из ситуации.

– Чувства старшеклассников неминуемо приводят их к действиям. К каким? Это во многом зависит от их родителей. Позади неприемлемых действий стоят негативные чувства, причем поступок может быть совершен в юношеском возрасте, а чувства, спровоцировавшие его, могут быть заложены в раннем, чуть ли не младенческом возрасте.

– Помочь старшекласснику избежать опасного поведения и повысить его самооценку можно двумя способами: удовлетворять те интересы ребенка,

которые приемлемы, и помогать ему объяснять, называть свои негативные чувства.

– Кроме того, старшеклассники должны четко знать, что есть три момента, ограничивающие их деятельность:

- этого требует безопасность и есть угроза здоровью;
- это угрожает их или родительской собственности;
- этого требует закон и порядок социальной приемлемости.

#### Рекомендации старшеклассникам по психолого-педагогической коррекции самооценки

– Положительная сторона учебы в школе – ты начинаешь видеть свои сильнее и слабые стороны.

– Никогда не сравнивай себя с другими – веди свой собственный счет.

– Не рассчитывай на других – надейся только на себя.

– Не откладывай на завтра то, что можно сделать сегодня!

– Добивайся своей цели! Верь в себя! Не теряй надежды! Верь в то, чего ты добиваешься! Помни, все зависит от тебя, ты хозяин своей судьбы!

– Терпение – последний и верный ключ к успеху.

– Твоя успеваемость в большей мере зависит не от посторонних причин, а от самого себя, от твоего желания учиться, и добросовестного отношения к занятиям.

– Не обескураживайся, когда тебе указывают на твои недостатки, отнесись к этому спокойно и постарайся извлечь для себя урок.

– Не маловажно следить за своим внешним видом, однако не стоит это делать главным в жизни.

– Не стоит расстраиваться, если ты не выглядишь как фотомоделль или супермен, у тебя есть прекрасные качества и достоинства, которыми можно привлечь к себе внимание.

– Будь всегда самим собой. Стремясь быть, как все, ты прячешь свою

индивидуальность, которая заслуживает такого же уважения, как и любая другая.

- Думай хорошо, и тогда твои мысли созреют в добрые поступки.
- Нет ничего выше и прекраснее, чем давать счастье многим людям.
- Никто не знает предела своим возможностям. Не расстраивайся, если тебя по достоинству не оценили в настоящем. Преимущество мудрости в том, что ей принадлежит будущее.
- Уважай чувства и желания других людей, они имеют точно такое же значение, как и твои собственные.
- Не «разбрасывай» время. Это самое ценное, что есть у тебя!
- Относись к критическим замечаниям со стороны товарищей, родителей или учителей как к конструктивному совету и «руководству к действию», а не как к «досадной помехе» или «непониманию тебя».
- Общение с теми, у кого за плечами богатый жизненный опыт, предохранит тебя от однобокого взгляда на жизнь.
- Не живи как хочется, а живи, как надо. Люди должны жить по законам добра и гуманности.

#### Рекомендации педагогам по психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников

1. Принимайте ученика таким, какой он есть, учитывая его индивидуальные особенности (тип темперамента, характер, темп деятельности и др.), тип семейного воспитания, соматический статус. Работая с детьми всегда необходимо учитывать, что в силу своих особенностей у них не настолько хорошо развит кругозор, словарный запас и представления об окружающем. Все это необходимо учитывать, используя в больших объемах наглядность на занятиях, которая поможет ребенку лучше ориентироваться в учебном материале. Возможны дополнительные объяснения или уточнения. В силу своего статуса детям необходимо увеличение межличностных отношений, проведение

совместных со школой мероприятий. Чтобы у детей происходила социализация.

2. Создайте ребенку ситуацию успеха, в которой он может проявить себя (на уроке и во внеурочное время). Возможно, ребенку можно предложить выбор содержания обучения: выбор содержания домашнего задания, выбор задачи или упражнения для выполнения в классе, выбор уровня сложности задания, выбор методов обучения.

3. Стимулируйте познавательную активность ребёнка положительными подкреплениями. Любая заинтересованность ребенка должно поощряться, что приведет к заинтересованности и желанию работать. Об успехах ребенка сообщать родителям, другим учителям, но в меру, чтоб ребенок не зазнался.

4. 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. Часто в силу своей занятости или большого объема материала мы пропускаем сознательно или неосознанно вопросы детей, которые нам сейчас кажутся неуместными или не заслуживающие внимания, а для ребенка они могут иметь огромное значение. И самое главное - не подавлять интерес ребенка к познавательной активности, а наоборот поощрять, хвалить его за проявленный интерес и высказывание своей точки зрения.

5. Формируйте у ребёнка критичное отношение к своим поступкам, прививайте ему ответственность за свои действия. Часто излишняя похвала родителей или избыток внимания могут привести к тому, что ребенок перестает критиковать свои поступки. Всегда нужно объяснять, что ребенок уже достаточно взрослый и может сам отвечать за свои действия. А самое главное, относиться к ребенку как к самостоятельной личности, учитывать его мнение, возможно даже спрашивать совета.

6. Учитывайте зону ближайшего развития ребёнка, которая определяется содержанием таких задач, которые ребенок может решить лишь с помощью взрослого. После приобретения опыта совместной деятельности, он становится



способным к самостоятельному решению аналогичных задач. Необходимо учитывать возраст и особенности ребенка при подаче информации.

7. Поощряйте и стимулируйте ученика за реальные, пусть даже небольшие достижения. Каждого ребенка всегда найдется, за что похвалить, пусть это будет просто хорошее поведения на занятии или выполненное домашнее задание.

8. Помните, ребёнок верит взрослому, постарайтесь стать для него значимым, дайте ему возможность поверить в свою ценность и уникальность. Очень важно быть умнее и начитаннее ребенка не только в своей области, но и в других сферах, чтоб учитель мог, как поддержать разговор, так и рассказать ребенку, что то интересное и неизвестное.

Системная деятельность участников образовательного процесса обеспечит достижение и закрепление результатов психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников.

### Выводы по III главе

Теоретическое и эмпирическое изучение самооценки старшеклассников привело к необходимости разработки и апробации программы психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников.

Цель программы: психолого-педагогическая коррекция самооценки старшеклассников.

Коррекционно-развивающее занятие программы включает в себя следующие элементы: ритуал приветствия, разминка, основное содержание занятия, рефлексия, ритуал прощания.

Анализ результатов формирующего эксперимента также показал, что после реализации программы психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников произошли следующие изменения:

По методике диагностики Т.В. Демо-С.Я. Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан на 28% (8) повысился средний уровень самооценки учеников, низкий уровень самооценки снизился на 21% (6), высокий уровень самооценки снизился на 7% (2) учеников.

По методике «Самооценка личности старшеклассника» Г.Н. Казанцевой средний (адекватный) уровень самооценки старшеклассников повысился на 29% (8), высокий уровень самооценки снизился на 7%(2), низкий уровень самооценки – на 22% (6).

По методике «Нахождение количественного выражения уровня самооценки» С. А. Будасси адекватный уровень самооценки повысился на 29% (9), завышенный уровень самооценки снизился на 11% (3), заниженный уровень самооценки – на 22% (6).

Обобщенные результаты диагностики показывают, что на 28% (9) повысился адекватный уровень самооценки старшеклассников, изменился высокий уровень самооценки учеников с 14% (4) до 7% (2), а низкий с 39% (11) до 14% (4).

Для подтверждения достоверности различий между результатами одной и

той же выборки до и после реализации разработанной нами психолого-педагогической программы коррекции самооценки старшеклассников была проведена математическая обработка данных по Т-критерию Вилкоксона, которая подтвердила положительную динамику показателей.

Технологическая карта – это алгоритмическое предписание, включающее в себя целевой, содержательный, контролирующе-рефлексивный компоненты, планирующее деятельность учителя и ученика и приводящее в результате к прочным глубоким знаниям и умениям, устойчивым познавательным потребностям и интересам, активности образовательной деятельности.

С целью обеспечения системности психолого-педагогической коррекции составлены рекомендации родителям, педагогам, старшеклассникам.

Таким образом, гипотеза исследования в том, что уровень самооценки старшеклассников, возможно, изменится, если разработать и реализовать модель психолого-педагогической коррекции, включающую теоретический, диагностический, коррекционно-развивающий, аналитический компоненты, доказана.

## Заключение

Одной из актуальных проблем в настоящее время является развитие самооценки старшеклассников. Учеными отмечается, что самооценка является важным регулятором поведения, от нее зависят взаимоотношения человека с окружающими, его критичность, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам.

Анализ психолого-педагогической литературы показал, что самооценка трактуется как оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. Относясь к ядру личности, самооценка является важным регулятором ее поведения. От самооценки зависят взаимоотношения человека с окружающими, его отношения к успехам и неудачам. Тем самым самооценка влияет на эффективность деятельности человека и дальнейшее развитие его личности. Самооценка – компонент самосознания, включающий наряду со знаниями о себе оценку человеком самого себя, своих способностей, нравственных качеств и поступков.

Старший школьный возраст является важным периодом в формировании и развитии самооценки; адекватная самооценка в значительной степени определяет социальную адаптацию личности; особенностями развития самооценки старших школьников являются кризис идентичности, увеличение адекватности самооценки, высокий уровень самокритичности.

Моделирование в психологии предполагает построение моделей осуществления тех или иных психологических процессов с целью формальной проверки их работоспособности.

Дерево целей – это иерархическое визуальное представление достижения целей; принцип, при котором главная цель достигается за счет совокупности второстепенных целей.

Модель психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников включает в себя теоретический, диагностический, коррекционно-развивающий, аналитический компоненты.

В качестве испытуемых нами были выбраны ученики 10 класса МБОУ СОШ № 16. Количество участников – 28 человек.

Экспериментальная работа состояла из нескольких этапов: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный, контрольно-обобщающий.

В ходе исследования использовались следующие методы и методики:

- теоретические: анализ психологической, педагогической и методической литературы, целеполагание, моделирование;
- эмпирические: эксперимент констатирующий и формирующий, тестирование;
- метод математической статистики.

Методики: методика Т. В. Дембо С. Я. Рубинштейна мод. А. М. Прихожан; методика «Самооценка личности старшеклассника» Г.Н. Казанцева; методику «Нахождение количественного выражения уровня самооценки» С. А. Будасси.

По методике Т. В. Дембо С. Я. Рубинштейна мод. А. М. Прихожан средний уровень самооценки отмечен у 47% (13) учеников, у 14% (4) учеников – высокий уровень. 39% (11) старшеклассников имеют низкий уровень.

По методике «Самооценка личности старшеклассника» Г.Н. Казанцевой средний (адекватный) уровень отмечен у 50% (14) учеников, у 14% (4) старшеклассников высокий уровень самооценки, у 36% (10) учеников – низкий уровень.

По методике «Нахождение количественного выражения уровня самооценки» С. А. Будасси 46% (13) учеников определен адекватный уровень самооценки, у 18% (5) учеников – завышенный уровень, у 36% (10) старшеклассников – заниженный уровень.

Обобщение результатов диагностики самооценки старшеклассников по трем методикам показало, что: 47% (13) учеников имеют адекватный уровень самооценки; у 53% (15) старшеклассников отмечена неадекватная самооценка, они приглашены к участию в программе психолого-педагогической коррекции.

Теоретическое и эмпирическое изучение самооценки старшеклассников привело к необходимости разработки и апробации программы психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников.

Цель программы: психолого-педагогическая коррекция самооценки старшеклассников.

Коррекционно-развивающее занятие программы включает в себя следующие элементы: ритуал приветствия, разминка, основное содержание занятия, рефлексия, ритуал прощания.

Анализ результатов формирующего эксперимента также показал, что после реализации программы психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников произошли следующие изменения:

По первой методике диагностики Т.В. Демо-С.Я. Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан на 28% (8) повысился средний уровень самооценки учеников, низкий уровень самооценки снизился на 21% (6), высокий уровень самооценки снизился на 7% (2) учеников.

По методике «Самооценка личности старшеклассника» Г.Н. Казанцевой средний (адекватный) уровень самооценки старшеклассников повысился на 29% (8), высокий уровень самооценки снизился на 7%(2), низкий уровень самооценки – на 22% (6).

По методике «Нахождение количественного выражения уровня самооценки» С. А. Будасси адекватный уровень самооценки повысился на 29% (9), завышенный уровень самооценки снизился на 11% (3), заниженный уровень самооценки – на 22% (6).

Обобщенные результаты диагностики показывают, что на 28% (9) повысился адекватный уровень самооценки старшеклассников, изменился высокий уровень самооценки учеников с 14% (4) до 7% (2), а низкий с 39% (11) до 14% (4).

Для подтверждения достоверности различий между результатами одной и той же выборки до и после реализации разработанной нами психолого-

педагогической программы коррекции самооценки старшеклассников была проведена математическая обработка данных по T-критерию Вилкоксона, которая подтвердила положительную динамику показателей.

Гипотеза исследования в том, что уровень самооценки старшеклассников, возможно, изменится, если разработать и реализовать модель психолого-педагогической коррекции, включающую теоретический, диагностический, коррекционно-развивающий, аналитический компоненты, доказана.

Разработаны технологическая карта внедрения и психолого-педагогические рекомендации по коррекции самооценки. Они представляют практическую значимость и могут быть использованы родителями, педагогами, старшеклассниками с целью формирования психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников.

Таким образом, цель работы достигнута, задачи решены.

## Список использованной литературы

1. Ананьев Б.Г. Избранные труды по психологии: в 2 т. / Б.Г. Ананьев. - СПб.: Изд-во Санкт-Петербургского университета, 2007. - С. 272-284.
2. Безденежных В.В. Технологическая карта-прогноз как основа планирования инновационно-образовательного процесса/ В.В. Безденежных, Р.К. Коблова //Биология: Прил. к газ. «Первое сентября», 2000. – № 27. – 7 с.
3. Белобрыкина О.А. Влияние социального окружения на развитие самооценки/ О.А. Белобрыкина // Вопросы психологии. - 2001. - № 4
4. Бернс Р. Развитие Я - концепции и воспитание / Р. Бернс. - М.: Прогресс, 2006. - С. 30-66.
5. Битянова М. Как измерить отношения в классе. – М.: Чистые пруды, 2005. – 32с.
6. Божович Л.И. Проблемы формирования личности: Избранные психологические труды / Под ред. Д.И. Фельдштейна; вступительная статья Д.И. Фельдштейна. – 3-е изд. – М.: Московский психолого-социальный институт, Воронеж: НПО «МОДЭК», 2001. – 352 с.
7. Братусь Б. С. Аномалии личности / Б.С.Братусь. - М.: Мысль, 2001. – 301с.
8. Будасси С. А. Способ исследования количественных характеристик личности в группе// Вопросы психологии. 2007, № 4. Режим доступа: [http://www.voppsy.ru/J87\\_93.htm](http://www.voppsy.ru/J87_93.htm) ( дата обращения 11. 12. 2015).
9. Возрастная психология: Учеб. пособие для студ. Вузов / Под ред. Г.С. Абрамовой. - М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 672 с.
10. Возрастная и педагогическая психология: Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов по спец. № 2121 «Педагогика и методика нач. обучения»/М. В. Матюхина, Т. С. Михальчнк, Н. Ф. Прокина и др.; Под ред. М. В.Гамезо и др.-М.: Просвещение, 2001. – 256с.
11. Выготский Л.С. Психология. – М. ЭКСМО-Пресс, 2000. – 1008 с



12. Горбачевская Л.Л. Роль биологических и социальных факторов в успешности школьного обучения / Физиология человека. - 2010. - № 3. – 73 с.

13. Долгова В.И., Капитанец Е.Г., Смирнова О.А. Влияние детско-родительских отношений на самооценку дошкольников // Научно-методический электронный журнал Концепт. – 2015. – Т. 31. С. 116-120.

14. Долгова В.И. Готовность к инновационной деятельности в образовании: монография / В.И. Долгова. - М.: КДУ. - 2009. – 228 с.

15. Долгова В.И., Барышникова Е.В., Попова Е.В. Инновационные психолого-педагогические технологии в работе со старшеклассниками: монография. – М.: Издательство Перо, 2015. – 208 с.

16. Долгова В.И., Кондратьева О.А., Леонидова И.С. Исследование стратегий психологической защиты старшеклассников в период подготовки к итоговой государственной аттестации // Научно-методический электронный журнал Концепт. – 2015. – Т. 31. С. 151-155.

17. Долгова В.И. Коррекционно-развивающая работа с подростками, оставшимися без попечения родителей: монография. – Челябинск: АТОКСО, 2010. – 134 с.

18. Долгова В.И., Москвичев А.Г. К проблеме моделирования психолого-педагогической коррекции самочувствия, активности, настроения человека средствами историко-культурного контента памятника «АРКАИМ» // Человек в условиях интенсификации межличностных взаимодействий : сб. тр. Междунар. виртуальной Интернет-конференции - Лондон (Великобритания), 2013. – С. 28 – 30. - Режим доступа : <http://gisap.eu/ru/node/22472> (дата обращения 02.02.2016)

19. Долгова В.И., Капитанец Е.Г. Психолого–педагогическая коррекция агрессивного поведения старших подростков. - Челябинск: АТОКСО, 2010. – 111с.

20. Долгова В.И., Попова Е.В., Молоканов А.В. Психолого-педагогическая коррекция межличностных отношений у старших подростков //

Научно-методический электронный журнал Концепт. – 2015. – Т. 31. С. 91-95.

21. Долгова В.И., Аркаева Н.И. Смыслоразнозначные ориентации: формирование и развитие. - Челябинск: Искра, 2012. – 229 с.

22. Долгова В.И., Долгов П.Т., Крыжановская Н. В. Формирование психологической безопасности общения в подростковом и юношеском возрастах//материалы Всероссийской студенческой олимпиады по направлению "Педагогика и психология", (28-29 марта 2008 г.) Федеральное агентство по образованию РФ, Гос. образовательное учреждение высш. проф. образования "Челябинский гос. пед. ун-т – Челябинск, 2008.

23. Долгова В.И., Ордина И.П. Я-концепция одаренных старшеклассников: Монография – Режим доступа: <http://elib.cspu.ru/xmlui/handle/123456789/338>. (дата обращения 05.09.2016)

24. Дубровина И.В. Практическая психология образования / И.В. Дубровина. - СПб. Питер, 2004. – 592 с.

25. Елисеев О.П. Практикум по психологии личности / О.П. Елисеев. – СПб.: Питер, 2002. – 512с.

26. Захарова А.В. Уровень притязаний как показатель самооценки / А.В. Захарова // Новые исследования в психологии и возрастной физиологии. - М., 2009. - Вып.1. - С. 23-27.

27. Ильин Е.П. Психология общения и межличностных отношений. - СПб.: Питер, 2009. – 576с.

28. Кириллова О. А. Педагогические проблемы внедрения технологической карты в учебный процесс // Интернет- журнал «НАУКОВЕДЕНИЕ» 2014, № 6. Режим доступа: <http://naukovedenie.ru/PDF/64PVN614.pdf> (дата обращения 05.10.2016).

29. Ключникова Г.А. Методика изучения самооценки школьников / Г.А. Ключникова // Вопросы психологии. - 2000. - №1. - С. 25-29.

30. Коджаспирова Г.М. Педагогический словарь / Г.М. Коджаспирова, А.Ю. Коджаспиров. - М.: Издательский центр Академия, 2003. – 176 с.

31. Кон И.С. В поисках себя: Личность и ее самосознание / И.С. Кон. - М.: Политиздат, 2001. – 335 с.
32. Кулагина, И.Ю. Возрастная психология.: Полный жизненный цикл развития человека / И.Ю. Кулагина, В.Н. Колюцкий. - М.: Изд-во: «Сфера», 2001. – 257 с.
33. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. - М.: Смысл; Академия, 2005. – 352 с.
34. Липкина А.И. Самооценка школьника / А.И. Липкина. - М.: Знание, 2003. – 64 с.
35. Лобашов В.Д. Формирование познавательного интереса в процессе обучения / В.Д. Лобашов // Школьная технология. - 2010. - № 2. - С.118-129.
36. Маркова А.К. Формирование мотивации учения в школьном возрасте: Пособие для учителя. - М., Просвещение, 2001. – 96 с.
37. Мелешкова Н.О. Секреты самооценки / Н.О. Мелешкова. - 2009. - №9. - С. 100-101.
38. Микляева А.В. Школьная тревожность: программы групповой работы / А.В. Микляева, П.В. Румянцева // Педагогическая диагностика. - 2007. - № 1. С. 37-87.
39. Молчанова О.Н. Самооценка: теоретические проблемы и эмпирические исследования: учебное пособие / О.Н. Молчанова. - М.: Флинта, 2010. – 392 с.
40. Немов Р. С. Психология. Учебник / Р. С. Немов. – М.: КноРус, 2014. – 720 с.
41. Немов Р.С. Общие основы психологии.- М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – 688 с.
42. Новик И.Б. Моделирование как метод научного исследования / И.Б. Новик. - М.: Гардарики, 2005. – 149 с.
43. Осипова А. А. Общая Психокоррекция. Учебное пособие [Электронный ресурс] / А.А. Осипова. – М.: СФЕРА, 2000. Режим доступа:

[http://www.libok.net/writer/3963/kniga/11513/osipova\\_aa/obschaya\\_psihokorreksiya/read](http://www.libok.net/writer/3963/kniga/11513/osipova_aa/obschaya_psihokorreksiya/read) (дата обращения 10.04.2015).

44. Педагогическая психология: практикум: / под ред. Л.А. Регуш, В.И. Долговой, А.В. Орловой. – Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2012. – 304 с.

45. Петровский А.В. Возрастная и педагогическая психология [Электронный ресурс] / А.В. Петровский. – Режим доступа: [http://www.koob.ru/retrovskiy\\_a\\_v/](http://www.koob.ru/retrovskiy_a_v/) (дата обращения 30.11.2015).

46. Петровский А.В. Личность. Деятельность. Коллектив / А.В. Петровский. - М.: Политиздат, 2001. – 255 с.

47. Поддъяков Н.Н. Психическое развитие и саморазвитие ребенка /Н.Н. Поддъяков. - М.: Сфера, 2010. – 206 с.

48. Психология развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте / под ред. И.В. Дубровиной. - 3-е изд., стереотип. - М.: Академия, 2003. – 128 с.

49. Психологический словарь / авт. - сост. В.Н. Копорулина, М.Н. Смирнова, Н.О. Гордеева, Л.М. Балабанова; под общей ред. Ю.Л. Неймера. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.

50. Психология человека от рождения до смерти. // Под ред. А.А. Реана. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2002. – 656с.

51. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. -- 4-е изд./ Под ред. Р.С.Немова - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. - Кн. 1: Общие основы психологии. – 688 с.

52. Психология: Учебник для учащихся пед. училищ. / Под. ред. В.А.Крутецкого - М.: Просвещение, 2000. – 352 с.

53. Психотерапевтическая энциклопедия / под ред. Б.Д. Карвасарского — 2-е изд. - СПб.: Питер, 2002.

54. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. - СПб: Питер., 2000. – 278 с.

55. Реан А.А. Психология и психодиагностика личности / А.А Реан. -

СПб.: Прайм-Еврознак, 2008. – 255 с.

56. Реан А.А. Психология подростка/ А.А.Реан.- СПб - М.: Прайм-Еврознак, 2003. – 432с.

57. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии: учебное пособие / С.Л. Рубинштейн. - СПб.: Питер, 2007. – 713 с.

58. Общая психодиагностика / Под ред. А.А. Бодалева, В.В. Столина, В.С. Аванесова. - СПб.: Речь, 2000. – 440 с.

59. Овчарова Р.В. Практическая психология образования. – М.: Издательский центр Академия, 2003. – 448с.

60. Слостенин В.А., Исаев И.Ф., Шиянов Е.Н. Педагогика: учебное пособие. - М.: Академия, 2002. – 576 с.

61. Слободчиков В.И. Формирование Я-концепции / В.И. Слободчиков. // Начальная школа. 2002. - № 3.

62. Спиркин А.Г. Сознание и самосознание /А.Г. Спиркин. - СПб.: Питер, 2006. – 303 с.

63. Справочник практического психолога / под ред. С.Т. Посоховой. - М.: АСТ; СПб: Сова, 2005.

64. Столин В.В. Самосознание личности / В.В. Столин. - М.: Изд-во МГУ, 2003. – 284 с.

65. Столяренко Л.Д. Основы психологии: Учебное пособие для студ. вузов.--3-е, перераб. и доп. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2000. – 672с.

66. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» / Новосибирск: Норматика, 2013. – 128 с.

67. Федоренко, Е.Ю. Эмоциональное здоровье и успешность обучения в школе / Е.Ю. Федоренко //Народное образование. - 2010. - №2. - С. 200-204.

68. Чеснокова И.И. Проблема самосознания в психологии / И.И. Чеснокова. - М.: Наука, 2001. – 142 с.

69. Шаяхметова В.К. Исследование формирования самооценки младших подростков // Концепт. - 2015. - № 03 (март). - ART 15068. - URL: <http://e->

[koncept.ru/2015/15068.htm](http://koncept.ru/2015/15068.htm). - ISSN 2304-120X (дата обращения 29.11.2015).

70. Шаяхметова В.К., Минх Г.Р. Уровень самооценки младших подростков в период адаптации при переходе из младшего школьного звена в среднее // Концепт. - 2015. - Спецвыпуск №1.- ART 75015.- Режим доступа:<http://e-koncept.ru/2015/75015.htm>. - ISSN 2304-120X (дата обращения 29.11.2015).

71. Эльконин Д.Б. Некоторые аспекты психического развития в подростковом возрасте // Психология подростка / Под ред. Ю. И. Фролова. - М.: Роспедагентство, 2001. - С. 313-320.

72. Эриксон Э. Детство и общество. - СПб.: Летний сад, 2010. - 416 с.

73. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. Пер. с англ. - М.: Флинта, 2006. (Серия: Библиотека зарубежной психологии). – 342 с.

74. Яковлев Е.В. Педагогическое исследование: содержание и представление результатов [Электронный ресурс] / Е.В. Яковлев, Н.О. Яковлева. - Режим доступа: <http://elib.cspu.ru/xmlui/handle/123456789/278> (дата обращения 05.12.2015).

По методикам исследования опубликованы научные статьи

75. Кондратьева О.А., Соколова В. Е. Модель психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 7. – С. 16–20. – URL: <http://e-koncept.ru/2016/56081.htm>.

76. Кондратьева О.А., Соколова В.Е. Психолого-педагогическая коррекция самооценки старшеклассников // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 44. – С. 198–205. – URL: <http://e-koncept.ru/2016/56995.htm>.

### Методики диагностики самооценки старшеклассников

#### Методика Т.В. Демю-С.Я. Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан

Бланк ответов

Фино \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

#### 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.

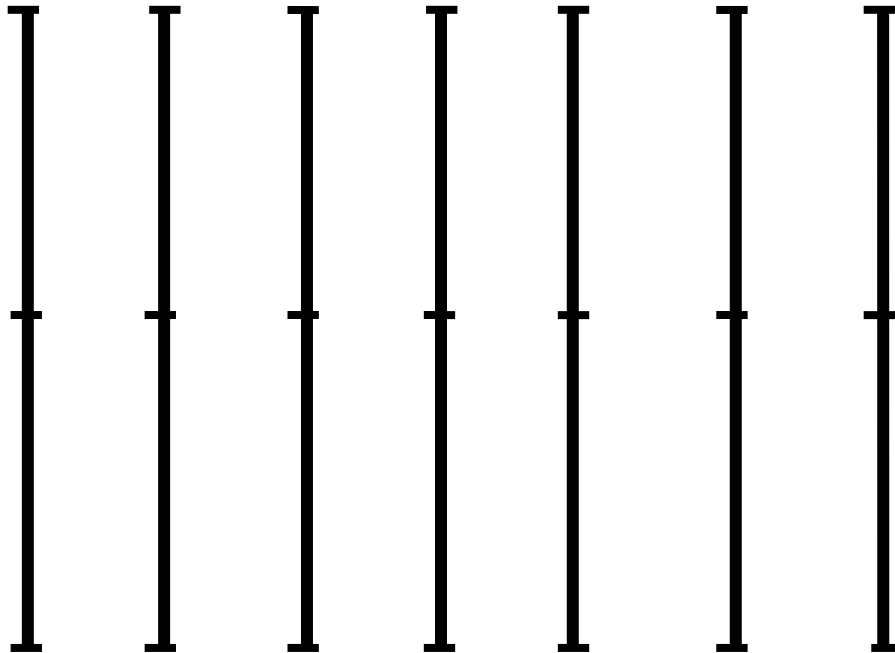
#### Обработка и интерпретация результатов

Обработка проводится по шести шкалам (первая, тренировочная — «здоровье» — не учитывается). Длина каждой линии, обозначающей шкалу, 100 мм, в соответствии с тем, на какой высоте испытуемый поставил отметку, его ответ получает количественную характеристику, (например, 54 мм = 54 баллам).

По каждой из шести шкал необходимо определить:

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

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



Здоровье Ум, способности Характер Авторитет Умение Внешность Уверенность в себе  
у сверстников много  
делать  
своими руками

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 к собственным возможностям. Результат менее 60 баллов свидетельствует о заниженном уровне притязаний, он — индикатор неблагоприятного развития личности.

Уровень самооценки.

Количество баллов от 45 до 74 («средняя» и «высокая» самооценка) 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 испытуемые 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 таблице приведены количественные характеристики уровня притязаний и самооценки для учащихся 7-10 классов городских школ.

Параметр	Уровень			
	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

### **Методика «Самооценка личности старшеклассника»**

**Г.Н. Казанцевой**

Инструкция. Вашему вниманию предлагается ряд суждений. По ним возможны пять вариантов ответа. Пожалуйста, выберите из них один по каждому суждению, в нужной графе отметьте его.

Тест используется как индивидуально, так и в группе.

Проведение исследования

Тест-опросник включает 32 суждения.

## Бланк протокола к методике «Самооценка личности старшеклассника»

№ п/п	Суждения	Очень часто (4)	Часто (3)	Иногда (2)	Редко (1)	Никогда (0)
1	Мне хочется, чтобы мои друзья подбадривали меня					
2	Постоянно чувствую свою ответственность за работу					
3	Я беспокоюсь о своем будущем					
4	Многие меня ненавидят					
5	Я обладаю меньшей инициативой, чем другие					
6	Я беспокоюсь за свое психическое состояние					
7	Я боюсь выглядеть глупцом					
8	Внешний вид других куда лучше, чем мой					
9	Я боюсь выступать с речью перед незнакомыми людьми					
10	Я часто допускаю ошибки					
11	как жаль, что я не умею правильно говорить с людьми					
12	Как жаль, что мне не хватает уверенности в себе					
13	Мне бы хотелось, чтобы мои действия одобрялись другими чаще					
14	Я слишком скромн					
15	Моя жизнь бесполезна					
16	У многих неправильное мнение обо мне					
17	Мне не с кем поделиться своими мыслями					
18	Люди ждут от меня очень многого					
19	Люди не особенно интересуются моими достижениями					
20	Я слегка смущаюсь					
21	Я чувствую, что многие не понимают меня					
22	Я не чувствую себя в безопасности					
23	Я часто волнуюсь и напрасно					
24	Я чувствую себя неловко, когда вхожу в комнату, где уже находятся люди					
25	Я чувствую себя скованным					
26	Я чувствую, что люди говорят обо мне за моей спиной					
27	Я уверен, что люди почти все воспринимают легче, чем я					
28	Мне кажется, что со мной должна случиться какая-нибудь неприятность					
29	Меня волнует мысль о том, как относятся ко мне люди					
30	Как жаль, что я не так общителен					
31	В спорах я высказываюсь только тогда, когда уверен в своей правоте					
32	Я думаю о том, чего ждет от меня общественность					

По ним возможны пять вариантов ответов, каждый из которых кодируется баллами по следующей схеме:

- Очень часто – 4 балла;
- часто – 3 балла;
- иногда – 2 балла;
- редко – 1 балл;
- никогда – 0 баллов.

#### Обработка и интерпретация результатов

Подсчитать общее количество баллов по всем суждениям:

- 0-25 баллов – высокий уровень самооценки;
- 26-45 баллов – средний уровень самооценки;
- 46-128 баллов – низкий уровень самооценки.

При высоком уровне самооценки человек оказывается не отягощенным «комплексом неполноценности», правильно реагирует на замечания других и редко сомневается в своих действиях.

При среднем он редко страдает от «комплекса неполноценности» и время от времени старается подладиться под мнения других.

При низком уровне самооценки человек болезненно переносит критику в свой адрес, старается всегда считаться с мнениями других и часто страдает от «комплекса неполноценности».

### **Методика «Нахождение количественного выражения уровня самооценки»**

**С. А. Будасси**

Процедура проведения методики

Испытуемый внимательно просматривает список слов, характеризующих отдельные качества личности. На основе предложенного списка респондент выписывает колонку Качества 20 значимых свойств личности, из которых 10 описывают идеального с точки зрения испытуемого человека, а другие 10 – отрицательные, то есть те, которые не в коем случае не должны быть у идеала.

После того, как заполнена колонка Качества, испытуемый начинает заполнять колонку  $X_1$ , работая со словами из колонки Качества. Он должен описать себя таким образом, чтобы на первом месте колонки  $X_1$  стояло то качество, которое ему присуще больше всего, на втором месте – присуще, но менее, чем то качество, которое записано под №1 и т. д. Под номером 20 должно стоять то качество, которое испытуемому свойственно менее всего. Очередность положительных и отрицательных качеств в данном случае не учитывается. Главное – максимально достоверно описать себя.

После того, как выполнен этот этап работы, испытуемый заполняет колонку  $X_2$ . В ней он должен описать свой идеал человека, поставив на первое место в колонке то качество, которое, на его взгляд, должно быть выражено у идеального человека больше всего, на втором – выражено, но менее, чем первое и т. д. Под №20 должно стоять то качество, которого в идеале практически не должно быть. Для заполнения данной колонки таблицы испытуемый должен работать только со словами из колонки Качества. Колонку  $X_1$  с описанием себя испытуемый должен закрыть листом бумаги на время заполнения колонки  $X_2$ .

#### Образец бланка к тесту

$X_1$	Качества	$X_2$	$d=X_1 - X_2$	$d^2$	$\Sigma d^2$
<b>1</b>	<b>1</b>				
<b>2</b>	<b>2</b>				
...	...				
<b>20</b>	<b>20</b>				

В колонке №4 респондент должен подсчитать разность номеров рангов по каждому выписанному качеству. Например: такое свойство как «аккуратность» в первой колонке стоит на 1 ранговом месте, а в третьей – на 7;  $d$  будет равно  $1-7=-6$ ; такое качество как «отзывчивость» и в первой, и в третьей колонке стоит на 3 ранговом месте. В этом случае  $d$  будет равно  $3-3=0$ ; такое качество как «беспечность» в первой колонке стоит на 20 ранговом месте, а в третьей – на 2. В этом случае  $d$  будет равно  $20-2=18$  и т. д.

В колонке № 5 нужно подсчитать  $d^2$  по каждому качеству.

В колонке № 6 подсчитывается сумма  $d^2$ , то есть:

$$\Sigma d^2 = d_1^2 + d_2^2 + d_3^2 + \dots + d_n^2;$$

## ТЕСТ

Аккуратность	Нежность
Беспечность	Непринужденность
Вдумчивость	Нервозность
Вспыльчивость	Нерешительность
Восприимчивость	Несдержанность
Гордость	Обаяние
Грусть	Обидчивость
Жизнерадостность	Осторожность
Заботливость	Отзывчивость
Завистливость	Педантичность
Застенчивость	Подвижность
Злопамятность	Подозрительность
Искренность	Принципиальность
Изысканность	Поэтичность
Капризность	Презрительность
Легковерие	Радушие
Медлительность	Развязанность
Мнительность	Рассудочность
Мстительность	Решительность
Настойчивость	Самозабвение
Сдержанность	Сострадательность
Стыдливость	Терпеливость
Трусость	Увлекаемость
Упорство	Уступчивость
Холодность	Энтузиазм

## ОБРАБОТКА И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ТЕСТА

Необходимо подсчитать коэффициент ранговой корреляции по Спирмену:

$$R = 1 - 6\sum d^2 / (n^3 - n), \text{ где}$$

- $n$  – количество сравниваемых пар

В случае  $n=20$  формула приобретает следующий вид:

$$R = 1 - 0,00075\sum d^2$$

Значения  $R$  будут находится в пределах  $[-1; +1]$ .

- если  $R$  находится в пределах  $[-1; 0]$ , то это свидетельствует о неприятии себя, о заниженной самооценке по невротическому типу;
- если  $R = 0,1; 0,2; 0,3$ , то самооценка заниженная;
- если  $R = 0,4; 0,5; 0,6$ , то самооценка адекватная;
- если  $R = 0,7; 0,8; 0,9$ , то самооценка завышена по невротическому типу;
- если  $R = 1$ , то самооценка завышенная.

## Приложение 2.

## Результаты исследования самооценки старшеклассников

Таблица 1.

Результаты методики Т.В. Дембо-С.Я. Рубинштейн

в мод. А.М. Прихожан

№ п/п	Шифр испытуемых	Самооценка	Уровень самооценки
1	А. В.	45%	Низкий
2	Ш. П.	72%	Средний
3	О. М.	70%	Средний
4	М. Д.	45%	Низкий
5	А. А.	34%	Низкий
6	Ж. О.	25%	Низкий
7	Я. Ю.	40%	Низкий
8	А. С.	76%	Высокий
9	Б. О.	80%	Высокий
10	В. К.	75%	Высокий
11	Б. А.	74%	Средний
12	И. Л.	68%	Средний
13	К. Т.	65%	Средний
14	Д. Е.	45%	Низкий
15	К. М.	40%	Низкий
16	М. С.	31%	Низкий
17	Д. К.	72%	Средний
18	Т. Ю.	69%	Средний
19	Р. А.	45%	Низкий
20	Ш. И.	65%	Средний
21	Д. Р.	68%	Средний
22	Н. Т.	79%	Высокий
23	О. В.	71%	Средний
24	П. К.	74%	Средний
25	К. А.	45%	Низкий
26	Л. И.	45%	Низкий
27	М. Е.	69%	Средний
28	П. А.	70%	Средний
Итого:			
-Средний			13 (47%)
-Низкий			11 (39%)
-Высокий			4 (14%)

Таблица 2.

## Результаты методики «Самооценка личности старшеклассника»

Г.Н. Казанцевой

№ п/п	Шифр испытуемых	Баллы	Уровень самооценки
1	А. В.	58	Низкий
2	Ш. П.	44	Средний (Адекватный)
3	О. М.	35	Средний (Адекватный)
4	М. Д.	103	Низкий
5	А. А.	75	Низкий
6	Ж. О.	110	Низкий
7	Я. Ю.	36	Средний (Адекватный)
8	А. С.	23	Высокий
9	Б. О.	19	Высокий
10	В. К.	25	Высокий
11	Б. А.	41	Средний (Адекватный)
12	И. Л.	30	Средний (Адекватный)
13	К. Т.	96	Низкий
14	Д. Е.	34	Средний (Адекватный)
15	К. М.	49	Низкий
16	М. С.	72	Низкий
17	Д. К.	27	Средний (Адекватный)
18	Т. Ю.	34	Средний (Адекватный)
19	Р. А.	98	Низкий
20	Ш. И.	27	Средний (Адекватный)
21	Д. Р.	31	Средний (Адекватный)
22	Н. Т.	10	Высокий
23	О. В.	39	Средний (Адекватный)
24	П. К.	44	Средний (Адекватный)
25	К. А.	79	Низкий
26	Л. И.	50	Низкий
27	М. Е.	43	Средний (Адекватный)
28	П. А.	41	Средний (Адекватный)
Итого:			
-Средний (Адекватный)			14 (50%)
-Низкий			10 (36%)
-Высокий			4 (14%)



Таблица 3.

Результаты методики «Нахождение количественного выражения уровня самооценки» С. А. Будасси

№ п/п	Шифр испытуемых	R	Уровень самооценки
1	А. В.	0,3	Заниженный
2	Ш. П.	0,5	Адекватный
3	О. М.	0,5	Адекватный
4	М. Д.	0,3	Заниженный
5	А. А.	0,2	Заниженный
6	Ж. О.	0,2	Заниженный
7	Я. Ю.	0,6	Адекватный
8	А. С.	1	Завышенный
9	Б. О.	1	Завышенный
10	В. К.	1	Завышенный
11	Б. А.	0,5	Адекватный
12	И. Л.	0,5	Адекватный
13	К. Т.	0,2	Заниженный
14	Д. Е.	0,3	Заниженный
15	К. М.	0,3	Заниженный
16	М. С.	0,6	Адекватный
17	Д. К.	0,9	Завышенный
18	Т. Ю.	0,5	Адекватный
19	Р. А.	0,2	Заниженный
20	Ш. И.	0,6	Адекватный
21	Д. Р.	0,5	Адекватный
22	Н. Т.	1	Завышенный
23	О. В.	0,6	Адекватный
24	П. К.	0,6	Адекватный
25	К. А.	0,3	Заниженный
26	Л. И.	0,2	Заниженный
27	М. Е.	0,6	Адекватный
28	П. А.	0,5	Адекватный
Итого:			
-Адекватный			13 (46%)
-Заниженный			10 (36%)
-Завышенный			5 (18%)

Обобщенные результаты диагностики уровня самооценки старшеклассников  
(по трем методикам)

№ п/п	Шифр испытуемых	Результаты по мет. Т.В. Дембо-С.Я. Рубинштейн	Результаты по мет. Н.Г. Казанцевой	Результаты по мет. С.А. Будасси	Обобщенный уровень самооценки
1	А. В.	Низкий	Низкий	Заниженный	Низкий
2	Ш. П.	Средний	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
3	О. М.	Средний	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
4	М. Д.	Низкий	Низкий	Заниженный	Низкий
5	А. А.	Низкий	Низкий	Заниженный	Низкий
6	Ж. О.	Низкий	Низкий	Заниженный	Низкий
7	Я. Ю.	Низкий	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
8	А. С.	Высокий	Высокий	Завышенный	Высокий
9	Б. О.	Высокий	Высокий	Завышенный	Высокий
10	В. К.	Высокий	Высокий	Завышенный	Высокий
11	Б. А.	Средний	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
12	И. Л.	Средний	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
13	К. Т.	Средний	Низкий	Заниженный	Низкий
14	Д. Е.	Низкий	Средний (Адекватный)	Заниженный	Низкий
15	К. М.	Низкий	Низкий	Заниженный	Низкий
16	М. С.	Низкий	Низкий	Адекватный	Низкий
17	Д. К.	Средний	Средний (Адекватный)	Завышенный	Адекватный
18	Т. Ю.	Средний	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
19	Р. А.	Низкий	Низкий	Заниженный	Низкий
20	Ш. И.	Средний	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
21	Д. Р.	Средний	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
22	Н. Т.	Высокий	Высокий	Завышенный	Высокий
23	О. В.	Средний	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
24	П. К.	Средний	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
25	К. А.	Низкий	Низкий	Заниженный	Низкий
26	Л. И.	Низкий	Низкий	Заниженный	Низкий
27	М. Е.	Средний	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
28	П. А.	Средний	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
Итого:					
-Адекватный			13 (47%)		
-Низкий			11 (39%)		
-Высокий			4 (14%)		

**Приложение 3.****Программа психолого-педагогической коррекции самооценки  
старшекласников**

Занятие 1. «Знакомство с учащимися».

Данное занятие направлено на установление контакта с участниками, создание доверительной атмосферы, достижение взаимопонимания. Основные упражнения: рисунок «Карта моей души» и упражнение «Ладонка», направленные на выражение положительных эмоций по отношению друг к другу.

Упражнение 1. «Приветствие».

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

Правила принимаются совместно и вывешиваются в комнате для занятий. Во время работы ведущий постоянно обращается к ним. Примерный перечень правил:

Добровольность участия при четком определении своей позиции: выполнение задания и проговорить только с согласия участника.

Правило «Стоп»: если не хочешь обсуждать тему всегда можно сказать «стоп».

Конфиденциальность. Все обсуждение только в кругу.

Правило «Здесь и теперь», говорить только о том, что происходит внутри группы.

Активность.

Искренность в общении.

Оценивается только поступок, а не личность человека.

Упражнение 2. Рисунок «Карта моей души».

Инструкция: 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).

Материалы: Бумага и цветные краски.

Упражнение 3. «Ладонка».

Инструкция: 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. Позитивная обратная связь, возможность выражения позитивных эмоций.

Цель: Опыт получения и выражения позитивной обратной связи. Возможность выражения положительных эмоций по отношению друг к другу.

Материалы: Бумага, карандаш, ручка.

Занятие 2. «Искренний комплимент».

Данное занятие направлено на усиление позитивного отношения к себе, ориентацию школьника на свои положительные стороны. Основные упражнения: упражнения «Полет белой птицы» и «Комплимент».

Упражнение 1. «Приветствие».

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

Правила принимаются совместно и вывешиваются в комнате для занятий. Во время работы ведущий постоянно обращается к ним. Примерный перечень правил:

1. Добровольность участия при четком определении своей позиции: выполнение задания и проговорить только с согласия участника.
2. Правило «Стоп»: если не хочешь обсуждать тему всегда можно сказать «стоп».
3. Конфиденциальность. Все обсуждение только в круге.
4. Правило «Здесь и теперь», говорить только о том, что происходит

внутри группы.

5. Активность.
6. Искренность в общении.
7. Оценивается только поступок, а не личность человека.

Упражнение 2. «Полет белой птицы».

Цель: Возможность усилить позитивное отношение к себе, укрепляя тем самым фундамент самооценки старшеклассников.

Инструкция:

Расположитесь максимально удобно, расслабленно, глаза закройте, руки свободно лежат вдоль туловища, ноги расслаблены. Представь, что ты лежишь на теплом желтом песке, над тобой спокойное, чистое небо. В небе плавно летит белая птица. Ты поднимаешься и летишь рядом с ней. Ты сам эта белая птица. Ты летишь в спокойном синем небе, под тобой спокойное синее море.

Вдали показался желтый песчаный берег, он приближается. Ты подлетаешь, опускаешься на теплый желтый песок, снова превращаешься в человека и лежишь на спине. Ты лежишь на теплом желтом песке, над тобой спокойное синее небо, ты расслаблен, ты отдыхаешь.

Ступней твоих ног коснулась приятная прохлада, приятная прохлада заполнила мышцы ног, мышцы легкие и бодрые. Приятная прохлада заполнила живот, мышцы спины. Мышцы легкие и бодрые. Приятная прохлада заполнила грудь, руки, тебе легче дышать, приятная прохлада заполнила шею и голову; голова ясная и чистая. Все тело заполнено приятной прохладой, голова ясная и чистая, мышцы легкие и бодрые, три глубоких вдоха, открываешь глаза, встаешь отдохнувшим!

Упражнение 3. «Комплименты».

Цель: помочь ребенку увидеть свои положительные стороны, дать почувствовать, что его понимают и ценят другие дети.

Инструкция: Стоя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, ребенок говорит: «Мне нравится в тебе...». Принимающий комплимент кивает

головой и отвечает: «Спасибо, мне очень приятно!» Упражнение продолжается по кругу.

После упражнения обсудить с детьми, что они чувствовали, что неожиданного они узнали о себе, понравилось ли им дарить комплименты.

### Занятие 3. «Я адекватный».

Данное занятие направлено на развитие умений адекватно реагировать на критику в свой адрес. Основные упражнения: упражнения «Самооценка» и «Горячий стул».

#### Упражнение 1. «Приветствие».

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

Правила принимаются совместно и вывешиваются в комнате для занятий. Во время работы ведущий постоянно обращается к ним. Примерный перечень правил:

1. Добровольность участия при четком определении своей позиции: выполнение задания и проговорить только с согласия участника.
2. Правило «Стоп»: если не хочешь обсуждать тему всегда можно сказать «стоп».
3. Конфиденциальность. Все обсуждение только в кругу.
4. Правило «Здесь и теперь», говорить только о том, что происходит внутри группы.
5. Активность.
6. Искренность в общении.
7. Оценивается только поступок, а не личность человека.

#### Упражнение 2. «Самооценка».

Цель: Осознание возможности формирования адекватной самооценки.

Инструкция: Сядьте в удобное кресло, закройте глаза, расслабьтесь и представьте себя победителем, неоспоримым лидером в той области, которая Вас интересует. Представьте последнюю конфликтную ситуацию и в

воображении заставьте других считаться с вами и вашим мнением. После этого откройте глаза и скажите себе: «Я все могу, у меня все получится». Вы сразу же почувствуете себя лучше.

Упражнение 3. «Горячий стул».

Цель: Посмотреть на себя со стороны и адекватно реагировать на критику в свой адрес.

Инструкция: Один из участников по желанию садится в центр круга, остальные говорят ему, с чем или кем он у них ассоциируется, какие чувства вызывает. Затем обсуждаются переживания участников во время упражнения.

Занятие 4. «Открытие нового мира».

Данное занятие направлено на обучение школьников позитивно мыслить и использовать механизм самоподдержки. Основные упражнения: игра «Пустыня» и упражнение «Афоризмы».

Упражнение 1. «Приветствие».

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

Правила принимаются совместно и вывешиваются в комнате для занятий. Во время работы ведущий постоянно обращается к ним. Примерный перечень правил:

1. Добровольность участия при четком определении своей позиции: выполнение задания и проговорить только с согласия участника.
2. Правило «Стоп»: если не хочешь обсуждать тему всегда можно сказать «стоп».
3. Конфиденциальность. Все обсуждение только в кругу.
4. Правило «Здесь и теперь», говорить только о том, что происходит внутри группы.
5. Активность.
6. Искренность в общении.
7. Оценивается только поступок, а не личность человека.

## Упражнение 2. «Игра «пустыня».

Инструкция: Представьте себе какую-нибудь пустыню, которую вы когда-нибудь видели или любую другую пустыню.

- Обратите внимание - какая она по величине? Какая она по цвету? Обратите внимание как она себя ведет?

- А теперь представьте себе какой-нибудь куб. И рассмотрите его поподробнее, где он расположен относительно пустыни? Какой он величины? Потрогайте его рукой - из чего он состоит? Ощутите его и запомните эти ощущения.

- А теперь представьте себе какую-нибудь лестницу? Как она расположена относительно куба, пустыни. Как она себя ведет?

- А теперь представьте себе растение? Какое это растение? Где оно расположено в вашей пустыни? Потрогайте его, какое оно? Запомните свои ощущения.

- А теперь представьте себе какой-нибудь источник. Обратите внимание на его силу, наполненность и воду в нем.

- Сделайте в образе все, что вы хотите. Как только закончите желаемое действие, возвращайтесь сюда».

После того как дан мотив. Дается возможность прорисовать то, что увидели.

- Рисуя, обратите внимание на то, что рисуйте активно, что более пассивно? Какие эмоции возникают. В какую часть рисунка вы вкладываете больше эмоций.

После того как все нарисовали рисунок, все садятся в круг и ведущий проясняет все моменты, касающиеся рисунка.

Все участники имеют возможность высказаться, после того как дана интерпретация.

## Упражнение 3. «Афоризмы».

Цель: учить ребят позитивно мыслить и использовать механизм



самоподдержки.

Инструкция: Упражнение проводится в форме групповой дискуссии, основой которой являются высказывания великих людей. Анализируя такого рода высказывания, участники игры могут прийти к осознанию огромных возможностей, которыми они обладают, чтобы направить свои мысли в нужное для саморазвития русло. Ниже приводится список возможных афоризмов, который по усмотрению психолога может быть дополнен или изменен.

Перечень афоризмов:

Единственное искусство быть счастливым - сознавать, что счастье твое в твоих руках (Ж.-Ж. Руссо).

Кто сам считает себя несчастным, тот становится несчастным (Сенека).

Кто не стремится, тот и не достигает; кто не дерзает, тот и не получает (В. Г. Белинский).

Уверовав в то, чем мы можем стать, мы определяем то, чем мы станем (М. де Монтень).

Никогда не ошибается тот, кто ничего не делает. Не бойтесь ошибаться, бойтесь повторять ошибки (Т. Рузвельт).

И после плохого урожая нужно сеять (Сенека).

Один видит в луже только лужу, а другой, глядя в лужу, видит звезды (Неизвестный автор).

Для того чтобы избежать критики, надо ничего не делать, ничего не говорить и никем не быть (Э. Хаббарт).

Когда человек перестает верить в себя, он начинает верить в счастливый случай (Э. Хови).

Верьте в свой успех. Верьте в него твердо, и тогда вы сделаете то, что необходимо для достижения успеха (Д. Карнеги).

Испробуй все возможности. Всегда важно знать, что ты сделал все, что мог (Ч. Диккенс).

Если ты не знаешь, в какую гавань держишь путь, то ни один ветер не

будет тебе попутным (Сенека).

#### Занятие 5. «Радуга».

Данное занятие направлено на акцентирование внимание школьника на позитивных моментах. Основные упражнения: упражнение «Образ настроения».

#### Упражнение 1. «Приветствие».

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

Правила принимаются совместно и вывешиваются в комнате для занятий. Во время работы ведущий постоянно обращается к ним. Примерный перечень правил:

1. Добровольность участия при четком определении своей позиции: выполнение задания и проговорить только с согласия участника.
2. Правило «Стоп»: если не хочешь обсуждать тему всегда можно сказать «стоп».
3. Конфиденциальность. Все обсуждение только в кругу.
4. Правило «Здесь и теперь», говорить только о том, что происходит внутри группы.
5. Активность.
6. Искренность в общении.
7. Оценивается только поступок, а не личность человека.

#### Упражнение 2. «Образ настроения» (под музыку).

Инструкция: Участникам предлагается выбрать пластилин того цвета, который ему нравится и вылепить из него «Мой мир», или «Мир моей души», «Пластилиновый город» и т.д. Ребенок может сам предложить тему для скульптуры. Затем попросите его придумать и рассказать историю о ней. Пластичность материала позволяет маленькому скульптору многократно изменять свое произведение - например, в процессе фантазирования он может добавить какие-то элементы или убрать, придать им новую форму. Таким образом, поправляется его эмоциональное самочувствие. Тренеру важно в

процессе рассказа акцентировать внимание ребенка на позитивных моментах и предложить ему внести в скульптуру новые изменения, которые сделают ее еще лучше и добрее.

#### Занятие 6. «Энергия радости».

Данное занятие предполагает развитие уверенности и раскованности в общении со сверстниками. Основные упражнения: упражнения «Ритм» и «Шутливое письмо».

#### Упражнение 1. «Приветствие».

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

Правила принимаются совместно и вывешиваются в комнате для занятий. Во время работы ведущий постоянно обращается к ним. Примерный перечень правил:

1. Добровольность участия при четком определении своей позиции: выполнение задания и проговорить только с согласия участника.
2. Правило «Стоп»: если не хочешь обсуждать тему всегда можно сказать «стоп».
3. Конфиденциальность. Все обсуждение только в кругу.
4. Правило «Здесь и теперь», говорить только о том, что происходит внутри группы.
5. Активность.
6. Искренность в общении.
7. Оценивается только поступок, а не личность человека.

#### Упражнение 2. «Ритм».

Цель: почувствовать внутренний ритм другого человека и как можно полнее отразить его

Инструкция: Два человека встают друг против друга и договариваются о своих ролях: один - ведущий, второй - «зеркало». Руки участников подняты на уровень груди и повернуты ладонями навстречу друг другу. Ведущий начинает

производить хаотичные движения руками, а «зеркало» пытается отразить их в том же ритме. Те, кто выполняет упражнение, несколько раз меняются ролями.

Упражнение 3. «Шутливое письмо».

Часто проблему решить легче, если подходить к ней не только оптимистически, но и с чувством юмора.

Цель: Развить уверенность и раскованность в общении со верстниками.

Инструкция: В ходе этого упражнения дети могут написать шутливое письмо знакомому, в общении с которым они испытывают трудности. Это письмо относится к разряду тех, которые можно писать, но не стоит отправлять.

Материалы: бумага, ручка.

Занятие 7. «Я, ты и мы».

Данное занятие направлено на стимулирование участников на активное восприятие других людей. Основные упражнения: упражнения «Общий рисунок» и «Ассоциации».

Упражнение 1. «Приветствие».

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

Правила принимаются совместно и вывешиваются в комнате для занятий. Во время работы ведущий постоянно обращается к ним. Примерный перечень правил:

1. Добровольность участия при четком определении своей позиции: выполнение задания и проговорить только с согласия участника.
2. Правило «Стоп»: если не хочешь обсуждать тему всегда можно сказать «стоп».
3. Конфиденциальность. Все обсуждение только в круге.
4. Правило «Здесь и теперь», говорить только о том, что происходит внутри группы.
5. Активность.
6. Искренность в общении.

7. Оценивается только поступок, а не личность человека.

Упражнение 2. «Общий рисунок».

Инструкция: Поделить класс на группы по 5-6 человек, дать ватман, и дать задание, чтобы рисунок был целостным, но каждый рисовал за себя. При этом сказать, что общаться запрещено.

Материалы: Бумага, цветные карандаши.

Упражнение 3. «Ассоциации».

Цель: Стимулирование участников на активное восприятие других людей.

Инструкция: Участникам предлагается выразить каждому члену группы с чем или с кем они ассоциируют его - свои ассоциации с яркими личностями (полит, деятелями, киноактерами, литературными героями), вещью, животным и т.д. Любой из участников может спросить, почему именно с этим лицом или предметом ассоциирует его.

Занятие 8. «Герой».

Данное занятие направлено на развитие самоуверенности через вхождение в роли сказочного героя. Основные упражнения: игра «Король».

Упражнение 1. «Приветствие».

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

Правила принимаются совместно и вывешиваются в комнате для занятий. Во время работы ведущий постоянно обращается к ним. Примерный перечень правил:

1. Добровольность участия при четком определении своей позиции: выполнение задания и проговорить только с согласия участника.
2. Правило «Стоп»: если не хочешь обсуждать тему всегда можно сказать «стоп».
3. Конфиденциальность. Все обсуждение только в кругу.
4. Правило «Здесь и теперь», говорить только о том, что происходит внутри группы.

5. Активность.
6. Искренность в общении.
7. Оценивается только поступок, а не личность человека.

#### Упражнение 2. «Король»

Цель: Побывать в роли сказочного героя и почувствовать себя уверенно.

Инструкция: Эта игра предоставляет детям возможность на некоторое время оказаться в центре внимания, при этом никого, не смущая и не обижая. Наиболее полезна она для стеснительных детей. Они получают право высказывать все свои желания, не боясь «потерять лицо». В роли короля они даже могут проявить определенную щедрость и открыть новые стороны в самих себе. Поскольку в игре четко заданы границы, все участвующие чувствуют себя в полной безопасности. Последующий анализ игры позволяет предотвратить возможное появление «жертв» в группе.

#### Занятие 9. «Избавиться от ненужного».

Данное занятие направлено на развитие умения выявлять и ликвидировать страхи. Основные упражнения: упражнение «Нарисуй свой страх».

#### Упражнение 1. «Приветствие».

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

Правила принимаются совместно и вывешиваются в комнате для занятий. Во время работы ведущий постоянно обращается к ним. Примерный перечень правил:

1. Добровольность участия при четком определении своей позиции: выполнение задания и проговорить только с согласия участника.
2. Правило «Стоп»: если не хочешь обсуждать тему всегда можно сказать «стоп».
3. Конфиденциальность. Все обсуждение только в круге.
4. Правило «Здесь и теперь», говорить только о том, что происходит

внутри группы.

5. Активность.
6. Искренность в общении.
7. Оценивается только поступок, а не личность человека.

Упражнение 2. «Нарисуй свой страх».

Материалы: Ребенку дается лист бумаги с нарисованными на нем квадратиками. Инструкция: Участники должны нарисовать свой страх (страхи) в каждом из квадратиков. Пока ребенок рисует, не комментируйте его работу и не направляйте его. Когда он закончит, попросите рассказать о своей картинке, при этом старайтесь как можно подробнее прояснить все детали и конкретизировать общие слова. После предложите вырезать квадратик с рисунками и спросите: что сам ребенок хочет с ними сделать? Скорее всего, он предложит уничтожить рисунки - например, разорвать их или сжечь. Пусть он осуществит это самостоятельно, вы не должны ему помогать. Оставшийся трафарет положите на чистый лист бумаги и предложите ребенку заполнить то место, которое освободилось от страхов, чем-нибудь приятным для него. Пусть он сам определит, что это будет - солнце, радость, друзья и т.д. Когда рисунок будет готов, поговорите с ребенком - как он себя чувствует сейчас, что изменилось в его состоянии?

Занятие 10. «Путь к успеху».

Данное занятие способствует вербальному подведению итогов занятий, выражению эмоционального отношения участников группы друг к другу и к руководителю. Основные упражнения: упражнения «Лесенка» и «Прощание».

Упражнение 1. «Приветствие».

Цель: Установление контакта с участниками. Создание доверительной атмосферы, достижение взаимопонимания в целях работы программы. Правила принимаются совместно и вывешиваются в комнате для занятий. Во время работы ведущий постоянно обращается к ним. Примерный перечень правил:

1. Добровольность участия при четком определении своей позиции:

выполнение задания и проговорить только с согласия участника.

2. Правило «Стоп»: если не хочешь обсуждать тему всегда можно сказать «стоп».
3. Конфиденциальность. Все обсуждение только в круге.
4. Правило «Здесь и теперь», говорить только о том, что происходит внутри группы.
5. Активность.
6. Искренность в общении.
7. Оценивается только поступок, а не личность человека.

#### Упражнение 2. «Лесенка».

Инструкция: Участникам предлагается нарисовать лесенку и попросите его поместить на этой лесенке всех знакомых ему детей. На трех верхних ступенях окажутся дети хорошие: умные, добрые, сильные, послушные - чем выше, тем лучше («хорошие», «очень хорошие», «самые хорошие»). А на трех нижних ступеньках - плохие. Чем ниже, тем хуже («плохие», «очень плохие», «самые плохие»). На средней ступеньке дети не плохие и не хорошие. После этого попросите ребенка показать, на какую ступеньку ребенок поместит себя, и объяснить, почему.

Обсуждение: «Ты такой на самом деле или хотел бы быть таким? Пометь, какой ты на самом деле и каким хотел бы быть». После этого спросите: «На какую ступеньку тебя поставила бы мама (папа, бабушка, и др.)».

Материалы: бумага, цветные карандаши.

#### Упражнение 2. «Прощание».

Цель: Вербальное подведение итогов занятий, выражение эмоционального отношения участников группы друг к другу и к руководителю.  
Инструкция: Участники группы по кругу имеют возможность высказать мнение, насколько эффективным им показались занятия, насколько они оправдали их ожидания, что нового открыли в области мотивации человеческого поведения и в межличностных отношениях и др.



## Приложение 4.

**Результаты опытно-экспериментального исследования психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников**

Таблица 5.

Результаты вторичной диагностики по методике  
Т.В. Дембо-С.Я. Рубинштейн в мод. А.М. Прихожан

№ п/п	Шифр испытуемых	Самооценка	Уровень самооценки
1	А. В.	38%	Низкий
2	Ш. П.	69%	Средний
3	О. М.	66%	Средний
4	М. Д.	39%	Низкий
5	А. А.	46%	Средний
6	Ж. О.	46%	Средний
7	Я. Ю.	37%	Низкий
8	А. С.	75%	Высокий
9	Б. О.	76%	Высокий
10	В. К.	69%	Средний
11	Б. А.	70%	Средний
12	И. Л.	59%	Средний
13	К. Т.	61%	Средний
14	Д. Е.	46%	Средний
15	К. М.	46%	Средний
16	М. С.	46%	Средний
17	Д. К.	66%	Средний
18	Т. Ю.	65%	Средний
19	Р. А.	41%	Низкий
20	Ш. И.	63%	Средний
21	Д. Р.	61%	Средний
22	Н. Т.	72%	Средний
23	О. В.	68%	Средний
24	П. К.	73%	Средний
25	К. А.	46%	Средний
26	Л. И.	38%	Низкий
27	М. Е.	66%	Средний
28	П. А.	55%	Средний
Итого:			
-Средний			21 (75%)
-Низкий			5 (18%)
-Высокий			2 (7%)

Таблица 6.

Результаты вторичной диагностики по методике «Самооценка личности  
старшеклассника» Г.Н. Казанцевой

№ п/п	Шифр испытуемых	Баллы	Уровень самооценки
1	А. В.	54	Низкий
2	Ш. П.	40	Средний (Адекватный)
3	О. М.	32	Средний (Адекватный)
4	М. Д.	99	Низкий
5	А. А.	26	Средний (Адекватный)
6	Ж. О.	44	Средний (Адекватный)
7	Я. Ю.	47	Низкий
8	А. С.	44	Средний (Адекватный)
9	Б. О.	15	Высокий
10	В. К.	33	Средний (Адекватный)
11	Б. А.	36	Средний (Адекватный)
12	И. Л.	27	Средний (Адекватный)
13	К. Т.	44	Средний (Адекватный)
14	Д. Е.	31	Средний (Адекватный)
15	К. М.	41	Средний (Адекватный)
16	М. С.	40	Средний (Адекватный)
17	Д. К.	29	Средний (Адекватный)
18	Т. Ю.	29	Средний (Адекватный)
19	Р. А.	44	Средний (Адекватный)
20	Ш. И.	26	Средний (Адекватный)
21	Д. Р.	29	Средний (Адекватный)
22	Н. Т.	9	Высокий
23	О. В.	33	Средний (Адекватный)
24	П. К.	41	Средний (Адекватный)
25	К. А.	77	Низкий
26	Л. И.	45	Средний (Адекватный)
27	М. Е.	37	Средний (Адекватный)
28	П. А.	44	Средний (Адекватный)
Итого:			
-Средний (адекватный)			22 (79%)
-Низкий			4 (14%)
-Высокий			2 (7%)

Таблица 7.

Результаты вторичной диагностики по методике  
«Нахождение количественного выражения уровня самооценки»

С. А. Будасси

№ п/п	Шифр испытуемых	R	Уровень самооценки
1	А. В.	0,1	Заниженный
2	Ш. П.	0,4	Адекватный
3	О. М.	0,4	Адекватный
4	М. Д.	0,1	Заниженный
5	А. А.	0,4	Адекватный
6	Ж. О.	0,5	Адекватный
7	Я. Ю.	0,5	Адекватный
8	А. С.	0,6	Адекватный
9	Б. О.	0,8	Завышенный
10	В. К.	0,6	Адекватный
11	Б. А.	0,4	Адекватный
12	И. Л.	0,4	Адекватный
13	К. Т.	0,4	Адекватный
14	Д. Е.	0,1	Заниженный
15	К. М.	0,4	Адекватный
16	М. С.	0,4	Адекватный
17	Д. К.	0,5	Адекватный
18	Т. Ю.	0,4	Адекватный
19	Р. А.	0,4	Адекватный
20	Ш. И.	0,5	Адекватный
21	Д. Р.	0,4	Адекватный
22	Н. Т.	0,9	Завышенный
23	О. В.	0,5	Адекватный
24	П. К.	0,5	Адекватный
25	К. А.	0,4	Адекватный
26	Л. И.	0,1	Заниженный
27	М. Е.	0,4	Адекватный
28	П. А.	0,4	Адекватный
Итого:			
-Адекватный			22 (79%)
-Заниженный			4 (14%)
-Завышенный			2 (7%)

Обобщенные результаты вторичной диагностики уровня самооценки  
старшеклассников (по трем методикам)

№ п/п	Шифр испытуемых	Результаты по мет. Т.В. Дембо-С.Я. Рубинштейн	Результаты по мет. Н.Г. Казанцевой	Результаты по мет. С.А. Будасси	Обобщенный уровень самооценки
1	А. В.	Низкий	Низкий	Заниженный	Низкий
2	Ш. П.	Средний	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
3	О. М.	Средний	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
4	М. Д.	Низкий	Низкий	Заниженный	Низкий
5	А. А.	Средний	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
6	Ж. О.	Средний	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
7	Я. Ю.	Низкий	Низкий	Адекватный	Низкий
8	А. С.	Высокий	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
9	Б. О.	Высокий	Высокий	Завышенный	Высокий
10	В. К.	Средний	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
11	Б. А.	Средний	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
12	И. Л.	Средний	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
13	К. Т.	Средний	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
14	Д. Е.	Средний	Средний (Адекватный)	Заниженный	Адекватный
15	К. М.	Средний	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
16	М. С.	Средний	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
17	Д. К.	Средний	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
18	Т. Ю.	Средний	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
19	Р. А.	Низкий	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
20	Ш. И.	Средний	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
21	Д. Р.	Средний	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
22	Н. Т.	Средний	Высокий	Завышенный	Высокий
23	О. В.	Средний	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
24	П. К.	Средний	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
25	К. А.	Средний	Низкий	Адекватный	Адекватный
26	Л. И.	Низкий	Средний (Адекватный)	Заниженный	Низкий
27	М. Е.	Средний	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
28	П. А.	Средний	Средний (Адекватный)	Адекватный	Адекватный
Итого:					
-Адекватный			22 (79%)		
-Низкий			4 (14%)		
-Высокий			2 (7%)		

Таблица 9.

Расчет Т-критерия Вилкоксона по данным методики  
Т.В. Дембо-С.Я. Рубинштейн в мод. А.М. Прихожан

№ п/п	Шифр испытуемых	Самооценка до	Самооценка после	Сдвиг	Абсолютная величина	Ранг
1	А. В.	45%	38%	-7%	7%	20,5
2	Ш. П.	72%	69%	-3%	3%	6,5
3	О. М.	70%	66%	-4%	4%	11,5
4	М. Д.	45%	39%	-6%	6%	16,5
5	А. А.	34%	46%	12%	12%	25
6	Ж. О.	25%	46%	21%	21%	28
7	Я. Ю.	40%	37%	-3%	3%	6,5
8	А. С.	76%	75%	-1%	1%	2
9	Б. О.	80%	76%	-4%	4%	11,5
10	В. К.	75%	69%	-6%	6%	16,5
11	Б. А.	74%	70%	-4%	4%	11,5
12	И. Л.	68%	59%	-9%	9%	23,5
13	К. Т.	65%	61%	-4%	4%	11,5
14	Д. Е.	45%	46%	1%	1%	2
15	К. М.	40%	46%	6%	6%	16,5
16	М. С.	31%	46%	15%	15%	26,5
17	Д. К.	72%	66%	-6%	6%	16,5
18	Т. Ю.	69%	65%	-4%	4%	11,5
19	Р. А.	45%	41%	-4%	4%	11,5
20	Ш. И.	65%	63%	-2%	2%	4
21	Д. Р.	68%	61%	-7%	7%	20,5
22	Н. Т.	79%	72%	-7%	7%	20,5
23	О. В.	71%	68%	-3%	3%	6,5
24	П. К.	74%	65%	-9%	9%	23,5
25	К. А.	45%	46%	1%	1%	2
26	Л. И.	45%	38%	-7%	7%	20,5
27	М. Е.	69%	66%	-3%	3%	6,5
28	П. А.	70%	55%	-15%	15%	26,5
Сумма рангов						406

## Расчет Т-критерия Вилкоксона по данным методики

Г.Н. Казанцевой

№ п/п	Шифр испытуемых	Баллы до	Баллы после	Сдвиг	Абсолютная величина	Ранг
1	А. В.	58	54	-4	4	13
2	Ш. П.	44	40	-4	4	13
3	О. М.	35	32	-3	-3	1,5
4	М. Д.	103	99	-4	1	4
5	А. А.	75	26	-49	49	25
6	Ж. О.	110	44	-66	66	28
7	Я. Ю.	36	47	11	11	22
8	А. С.	23	44	21	21	23
9	Б. О.	19	15	-4	4	13
10	В. К.	25	33	8	8	20,5
11	Б. А.	41	36	-5	5	16
12	И. Л.	30	27	-3	3	10
13	К. Т.	96	44	-52	52	26
14	Д. Е.	34	31	-3	-3	1,5
15	К. М.	49	41	-8	8	20,5
16	М. С.	72	40	-32	32	24
17	Д. К.	27	29	2	2	7
18	Т. Ю.	34	29	-5	5	16
19	Р. А.	98	44	-54	54	27
20	Ш. И.	27	26	-1	1	4
21	Д. Р.	31	29	-2	2	7
22	Н. Т.	10	9	-1	1	4
23	О. В.	39	33	-6	6	18,5
24	П. К.	44	41	-3	3	10
25	К. А.	79	77	-2	2	7
26	Л. И.	50	45	-5	5	16
27	М. Е.	43	37	-6	6	18,5
28	П. А.	41	44	3	3	10
Сумма рангов						406

## Расчет Т-критерия Вилкоксона по данным методики

С.А. Будасси

№ п/п	Шифр испытуемых	R до	R после	Сдвиг	Абсолютная величина	Ранг
1	А. В.	0,3	0,1	-0,2	0,2	20
2	Ш. П.	0,5	0,4	-0,1	0,1	8
3	О. М.	0,5	0,4	-0,1	0,1	8
4	М. Д.	0,3	0,1	-0,2	0,2	20
5	А. А.	0,2	0,4	0,2	0,2	20
6	Ж. О.	0,2	0,5	0,3	0,3	25
7	Я. Ю.	0,6	0,5	-0,1	0,1	8
8	А. С.	1	0,6	-0,4	0,4	27
9	Б. О.	1	0,8	-0,2	0,2	20
10	В. К.	1	0,6	-0,4	0,4	27
11	Б. А.	0,5	0,4	-0,1	0,1	8
12	И. Л.	0,5	0,4	-0,1	0,1	8
13	К. Т.	0,2	0,4	0,2	0,2	20
14	Д. Е.	0,3	0,1	-0,2	0,2	20
15	К. М.	0,3	0,4	0,1	0,1	8
16	М. С.	0,6	0,4	-0,2	0,2	20
17	Д. К.	0,9	0,5	-0,4	0,4	27
18	Т. Ю.	0,5	0,4	-0,1	0,1	8
19	Р. А.	0,2	0,4	0,2	0,2	20
20	Ш. И.	0,6	0,5	-0,1	0,1	8
21	Д. Р.	0,5	0,4	-0,1	0,1	8
22	Н. Т.	1	0,9	-0,1	0,1	8
23	О. В.	0,6	0,5	-0,1	0,1	8
24	П. К.	0,6	0,5	-0,1	0,1	8
25	К. А.	0,3	0,4	0,1	0,1	8
26	Л. И.	0,2	0,1	-0,1	0,1	8
27	М. Е.	0,6	0,4	-0,2	0,2	20
28	П. А.	0,5	0,4	-0,1	0,1	8
Сумма рангов						406

## Приложение 5.

## Технологическая карта внедрения

1-й этап «Целеполагание внедрения по теме программа психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников»

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
<b>1.1. Изучить необходимые документы по предмету внедрения</b>	Изучение и анализ анкет родителей, выявление старшеклассников с заниженной самооценкой	Анализ беседы, тестирование, консультирование.	Беседа с родителями, классными руководителями и старшеклассниками	1	Сентябрь	Психолог
<b>1.2. Поставить цели внедрения</b>	Обоснование целей и задач внедрения	Обсуждение	Педсовет	1	Сентябрь	Директор, зам. директора по УВР, психолог
<b>1.3. Разработать этапы внедрения</b>	Изучение и анализ содержания каждого этапа внедрения, его задач, принципов, условий, критериев и показателей эффективности	Анализ условий внедрения: анализ материально-технической базы, какова развивающая среда для внедрения, есть ли специалисты, каковы организационно-управленческие условия школы для внедрения программы	Совещание	1	Октябрь	Директор, зам. директора по УВР, психолог
<b>1.4. Разработать программно-целевой комплекс внедрения</b>	Анализ уровня подготовленности классных руководителей, обучающихся старшеклассников, анализ работы в школе по предметам внедрения	Анализ состояния программы внедрения, консультирование зам. директора по УВР и классных руководителей по группам (компенсирующей направленности)	Педсовет	1	Октябрь	Психолог



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

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
<b>2.1. Выработать состояние готовности к освоению предмета внедрения у администрации школы, родителей и старшеклассников</b>	Формирование готовности внедрить тему. Психологический подбор и расстановка субъектов внедрения	Обоснование практической значимости внедрения предмета исследования	Консультации для родителей, классных руководителей и для старшеклассников «роль самооценки будущей жизни старшеклассника»	2	Сентябрь	Психолог, зам. директора по ВР
<b>2.2. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения у всего педагогического коллектива, родителей и старшеклассников</b>	Пропаганда имеющегося передового опыта внедрения по проблеме исследования в других школах, психологический подбор и расстановка субъектов внедрение.	Методические консультации. Консультации для родителей, классных руководителей и самих старшеклассников	Размещение информации на сайте школы, на информационных стендах по школе, раздача брошюр для профилактики	1	Сентябрь, октябрь, ноябрь.	Психолог, классные руководители

## 3-й этап «Изучение предмета внедрения»

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
<b>3.1. Изучить всем коллективом необходимые документы о предмете внедрения</b>	Познакомить зам. директора по УВР, классных руководителей, родителей, старшеклассников с программой внедрения	Фронтально	Семинар, дискуссия для родителей и старшеклассников, круглый стол	2	декабрь	Психолог, зам. директора по ВР, классные руководители
<b>3.2. Изучить содержание предмета внедрения</b>	Изучение предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм, методов.	Фронтально, по подгруппам	Семинары, тренинги	1	Январь	Классные руководители, психолог
<b>3.3. Изучить методику внедрения темы</b>	Освоение системного подхода в работе над темой	Фронтально, по подгруппам	Семинары, тренинги	1	Февраль	Психолог

## 4-й этап «Опережающее освоение предмета внедрения»

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
<b>4.1. Создать творческую группу для опережающего внедрения темы</b>	Определение состава творческой группы. Распределение видов образовательной деятельности между субъектами внедрения	Обсуждение, наблюдение, тестирование	Дискуссии, семинар	3	Апрель	Психолог, зам. директора по ВР, классные руководители
<b>4.2. Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе</b>	Изучить теории предмета внедрения, методики внедрения.	Научно-исследовательская работа. Обсуждение. Тренинги.	Семинары инициативной группы, консультации	1	Апрель	Психолог
<b>4.3. Обеспечить творческой группе условия для успешного освоения методики внедрения темы</b>	Анализ создания условий для опережающего внедрения	Обсуждение. Экспертная оценка условий опережающего внедрения, экспертная оценка развивающей среды в школе	Педсовет, совещание	1	Май	Директор, зам. директора по ВР,
<b>4.4. Проверить методику внедрения</b>	Работа творческой группы по новой методике	Анализ состояния дел в школе, корректировка методики	Посещение открытых занятий в старших и подготовительных группах, на классных часах по предмету внедрения	4	1-е полугодие	Психолог, классные руководители

## 5-й этап «Фронтальное освоение предмета внедрения»

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
------	------------	--------	-------	------------	-------	---------------

<b>5.1. Мобилизовать классных руководителей на внедрение по проблеме исследования</b>	Анализ работы деятельности классных руководителей	Сообщение о результатах работы. Тренинги для классных руководителей «как нужно повышать самооценку старшеклассника»	Педсовет. психологический практикум	1	январь	Психолог
<b>5.2. Развить знания и умения на предыдущем этапе</b>	Совершенствование, дополнение знаний о предмете (по дополнительным методикам)	Обмен опытом, тренинги	Консультирование, семинар, практикум	1	Январь, февраль, март	Психолог
<b>5.3. Обеспечить условия для фронтального внедрения</b>	Анализ создания условий для фронтального внедрения	Изучение состояния дел в школе, обсуждения	Собрание	1	Май	Зам. директора по ВР, классные руководители
<b>5.4. Освоить всем коллективом предмет внедрения</b>	Фронтальное усвоение предмета внедрения	Наставничество, обмен опытом, анализ, корректировка технологии	Заседание методических объединений, консультации, практические занятия	1	Январь	Директор, психолог, зам. директора по УВР

## 6-й этап «совершенствование работы над темой»

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
<b>6.1. Совершенствовать знания и умения, сформированные на прошлом этапе</b>	Совершенствование знаний	Обмен опытом, анализ, тьюторство	Конференция	1	Январь	Психолог, зам. директора по ВР
<b>6.2. Обеспечить условия совершенствования методики работы по предмету внедрения</b>	Анализ зависимости конечного результата по 1-му условию от создания условий для внедрения	Обсуждение, доклад	Собрание, дискуссия, педсовет	1	Январь	Психолог, зам. директора по УВР
<b>6.3. Совершенствовать методику освоения темы</b>	Формирование единого методического обеспечения освоения темы	Обсуждение, доклад	Посещение занятий, классных часов, кружков	Не менее 5	Каждое полугодие	Психолог, зам. директора по ВР, классные руководители

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

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
<b>7.1. Изучить и обобщить опыты внедрения по проблеме исследования</b>	Изучения и обобщение внутри школьного опыта, работать по проблеме исследования.	Посещение, наблюдение, изучение, анализ.	Открытые занятия, буклеты, стенды	Не менее 4	Сентябрь, декабрь	Психолог
<b>7.2. Осуществить наставничество по проблеме внедрения предмета исследования</b>	Методическая и психологическая помощь по внедрению передового опыта в других ОУ Обучения классных руководителей других школ над темой	Наставничество, тренинги	Выступление на семинарах в других школах		Март, апрель, май	Психолог, зам. директора по ВР, классные руководители
<b>7.3. Осуществить пропаганду передового опыта внедрения</b>	Пропаганда опыта внедрения в работе	Выступление	Методические совещания, «круглые столы» по обмену работы, семинары в ОУ, выставки-презентации, педагогические экскурсии	1	Февраль	Классные руководители
<b>7.4. Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившихся на предыдущих этапах</b>	Осуждение динамики, работа над темой	Наблюдение, анализ	Семинар	1	Февраль	Зам. директора по УВР