

ДОЛГОВА ВАЛЕНТИНА ИВАНОВНА

***Коррекционно-развивающая работа с
подростками, оставшимися без
попечения родителей***

УДК 151.8:371.015

ББК 88.88я7

Рецензенты:

Бароненко А.С., д.пед.н., профессор

Буторин Г.Г., д. психол.н., профессор

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

ISBN 5-8227-0152-3

Монография посвящена проблеме совершенствования профессиональной деятельности педагога-психолога, работающего с подростками, оставшихся без попечения родителей. Представлена модель психолого-педагогической коррекции самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, материалы формирующего эксперимента.

Адресовано студентам педагогических вузов, практическим психологам, социальным работникам и широкому кругу читателей.

Исследование выполнено при поддержке Аналитической ведомственной целевой программы «Развитие научного потенциала высшей школы РФ (2009-2010)», проект 3.1.1 / 6700 «Формирование инновационной культуры студентов педагогического вуза».

ISBN 5-8227-0152-3

© Долгова В.И., 2010

© АТОКСО, 2010

Введение

В настоящее время потребность в развитии психологически здоровой, высоко социализированной зрелой личности, способной адаптироваться к любым изменяющимся условиям и готовой адекватно оценивать свои возможности и окружающую действительность, является основной в процессе становления и процветания общества страны в целом.

Развитие личности детей с интеллектуальной недостаточностью, лишенных родительского попечительства, их интеграция в социум представляет собой особо острую проблему современного общества. Так как дети данной категории не способны адекватно оценивать свою личность, отношение к ней и окружающую действительность в целом, то это влечет за собой проблемы регуляции собственного поведения, а, следовательно, снижение адаптационных возможностей детей в социум. В этом заключается актуальность данного исследования. Согласно официальной статистике на 2010 год в России насчитывается от 2 до 5 миллионов беспризорных детей и более 700 тысяч детей-сирот. Количество детей, растущих вне семейных условий, на сегодняшний день превышает численность сирот, оставшихся без родителей, после Первой и Второй мировых войн. Дети с интеллектуальной недостаточностью составляют примерно 1-3% от общей детской популяции. Большинство из них учится в школах-интернатах. Одной из приоритетных психолого-педагогических задач таких школ является становление позитивной и адекватной самооценки ребенка. Однако в условиях изоляционного характера процесса обучения, воспитания, а также интеллектуальной недостаточности накладывается отпечаток на развитие личности ребенка и его способности к полной социализации. Все это еще и усугубляется педагогической оценкой детей, которая, как правило, ниже самооценки самого ребенка.

В психолого-педагогической литературе в настоящее время накоплено большое количество информации относительно самооценки детей, оставшихся без родительского попечительства разного возраста. Данное исследование

посвящено проблеме коррекции самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей. По данным Генпрокуратуры, из 15 тысяч подростков, ежегодных выпускников сиротских учреждений России, в течение года 5 тысяч попадают на скамью подсудимых, 3 тысячи остаются без жилья и 1,5 тысячи заканчивают жизнь самоубийством. А так как наше исследование направлено на рассмотрение детей юношеского возраста, то это как раз выпускники или близкие к выпуску воспитанники школы-интерната, которых может ждать такая же судьба. Если при этом учитывать интеллектуальную недостаточность, то количество случаев попасть на скамью подсудимых, остаться без жилья и без денег или закончить жизнь самоубийством возрастает. Эта проблема связана с неготовностью детей с интеллектуальной недостаточностью, воспитывающихся в интернате, адекватно оценивать себя, свои поступки, действия, а также отношение окружающих к собственной персоне и в целом жить самостоятельно. Неприспособленность выпускников учреждений к жизни в «большом мире», эмоциональная уязвимость и нестойкость во многом обуславливаются специфическим характером их самооценки и самоотношения.

Исходя из вышесказанного определена цель исследования: теоретически обосновать и опытно-экспериментальным путем провести коррекцию самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей.

Объектом исследования является самооценка детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей.

Предмет исследования: коррекция самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей.

Гипотеза исследования: самооценка детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей, изменится при проведении программы коррекции.

Исходя из цели, объекта, предмета и гипотезы были сформулированы следующие задачи исследования нашей работы:

1) провести анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования;

2) выявить особенности самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей;

3) теоретически обосновать модель психолого-педагогической коррекции самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей;

4) определить этапы, методы и методики исследования;

5) дать полную характеристику выборки и провести анализ результатов исследования;

6) составить и реализовать программу коррекции самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей;

7) провести анализ результатов исследования и определить результативность опытно-экспериментальной работы;

8) разработать рекомендации для воспитателей и учителей.

Методы и методики исследования: анализ литературы по проблеме исследования, наблюдение, тестирование, анамнестический метод, метод математической статистики (Т-Вилкоксона), методики исследования: «Исследование самооценки» (Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан), «Нахождение количественного уровня самооценки» (С.А. Будасси, модифицированный вариант), Тест Куна «Кто Я?» (М.Кун, Т. Маркпатленд; в модификации Т.В. Румянцевой).

Исследование проведено при поддержке Аналитической ведомственной целевой программы «Развитие научного потенциала высшей школы РФ (2009-2010)», проект 3.1.1 / 6700 «Формирование инновационной культуры студентов педагогического вуза». Экспериментальная часть исследования выполнена на базе специальной (коррекционной) школы-интерната для детей сирот и детей,

оставшихся без попечения родителей с отклонениями в развитии VIII вида №9 г.Челябинска. В исследовании принимали участие дети 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшиеся без попечения родителей в количестве 14 человек.

Глава I. Особенности самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей как психолого-педагогическая проблема

1.1. Феномен «самооценки» в психолого-педагогических исследованиях

Становление и развитие личности обусловлено постепенным включением человека в многообразные социальные отношения, что формирует целостную структуру его личности, которая определяется как системное образование, совокупность социально значимых психических свойств, отношений и действий индивида, сложившихся в процессе онтогенеза и определяющих его поведение. Отечественные психологи центральную роль в общем контексте формирования личности отдают самооценке. Принятые личностью, ценности составляют ядро самооценки, определяют специфику ее функционирования как механизма саморегуляции и самосовершенствования личности. Самооценка задействована во всех сферах жизнедеятельности человека. Самооценка является сложным продуктом труда, познания и общения, возникающим как средство организации своего поведения, деятельности и целесообразности отношений с окружающими людьми.

В психологии проблемой изучения самооценки занимались многие отечественные ученые: у нас в стране — Б.Г. Ананьев, Л.И. Божович, М.И. Лисина, Л.И. Липкина, В.В. Столин, И.С. Кон, И.И. Чеснокова, за рубежом — У. Джеймс, Ч. Кули, Дж. Мид, Э. Эриксон, К. Роджерс и другие. В исследованиях раскрываются проблемы изучения самооценки с точки зрения ее роли и функций в целостной структуре личности, онтогенеза самооценки, возможностей и закономерностей ее формирования [70].

Существует множество определений самооценки. Так, например, в «Справочнике по психологии и психотерапии детского и подросткового возраста» самооценка определяется как важный фактор саморегуляции

личности, влияющий на взаимоотношения с окружающими, критичность, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам; оценка личностью самого себя, своих возможностей, качеств, способностей, места в системе отношений с другими людьми[59, С.576]. В Большом психологическом словаре Мещерякова самооценка выступает как относительно устойчивое структурное образование, компонент Я-концепции, самосознания, и как процесс самооценивания, включающий наряду со знанием о себе, ценность, значимость, которой индивид наделяет себя в целом и отдельные стороны своей личности, деятельности и поведения

[5, С.442]. В словаре практического психолога дается следующее определение самооценки – это 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 критичность, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам. Тем самым самооценка влияет на эффективность деятельности человека и дальнейшее развитие его личности [66, С. 508].

Анализируя и синтезируя определения самооценки из трех разных словарей, можно выделить то общее, что отмечает каждый из трех источников – это оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. А далее каждый из исследователей самооценки актуализирует в ее определении разные стороны. В самооценке видят: проекцию осознаваемых качеств на внутренний эталон; сопоставление собственных характеристик с ценностными шкалами; форму отражения отношения к себе; личностное суждение о собственной ценности; позитивную или негативную установку на себя и другое [48, С. 357].

Самооценка тесно связана с уровнем притязаний личности, то есть, стремлением к достижению целей той степени сложности, на которую человек считает себя способным. В основе уровня притязания личности лежит такая оценка своих способностей, сохранение которой стало для человека

потребностью [66, С. 641]. Известно, что в экспериментальной психологии характеристики самооценки нередко устанавливаются по параметрам притязаний. По мнению Бороздиной Л.В. уровень притязаний считается проявлением самооценки в действии личности [6, С. 21].

Расхождение между притязаниями и реальными возможностями человека ведет к тому, что он начинает неправильно себя оценивать, вследствие чего его поведение становится неадекватным - возникают эмоциональные срывы, повышенная тревожность, агрессивность и другое. Люди с реалистичным уровнем притязаний отличаются уверенностью в своих силах, настойчивостью в достижении цели, большей продуктивностью, критичностью в оценке достигнутого.

Теперь обратимся к рассмотрению различных точек зрения, взглядов отечественных и зарубежных авторов на понятие «самооценка»:

И.М. Верещагина, А.К. Дусавицкий, В.Н. Лозоцева, В.Д. Сайко рассматривают самооценку на уровне аффективного процесса, как механизм переработки знаний о себе, инструментальный показатель развитости образа Я [69].

А.Е. Захаров, Е.И. Савонько, Л.С. Славина определяют самооценку в качестве стороны самосознания личности, которая является сложным продуктом труда, познания и общения, и возникает как средство организации своего поведения, деятельности и целесообразных отношений с окружающими людьми [там же].

И.И. Чеснокова рассматривает самооценку как субъективное и личностное образование психики, которое формируется при более или менее активном участии самой личности, так как она несет на себе отпечаток качественного своеобразия ее психического мира. Она является своеобразным итогом самопознания и отражает его уровень развития [там же].

С точки зрения И.С. Кона, самооценка выступает как когнитивный процесс оценивания человеком своих объективных знаний и качеств, служащий средством психологической защиты[25, С.67]. В данном случае очень сложно согласиться с точкой зрения Кона. Самооценка возможно и когнитивный процесс, но о том, что это средство психологической защиты можно поспорить.

Л.В. Бороздина отождествляет самооценку со специальной функцией самосознания, наличием критической позиции индивида по отношению к тому, чем он обладает, но это не констатация имеющегося потенциала, а именно его оценка с точки зрения определенной системы ценностей [6, С. 21].

Г.К. Валицкая и Ю.Б. Гиппенрейтер определяют самооценку как продукт отражения субъектом информации о себе в соотношении с определенными ценностями и эталонами, существующий в единстве осознаваемого и неосознаваемого, аффективного и когнитивного, общего и частного, реального и демонстрируемого компонентов [69].

Г.А. Карпова определяет самооценку как эмоционально-оценочное отношение личности к себе, к знанию, проверенному чувством самоодобрения, самопорицания, самооценивания положительного или отрицательного [там же].

Зарубежными психологами Г. Салливенем, З. Фрейдом, Э. Фроммом и К. Хорни самооценка рассматривается как механизм, обеспечивающий согласованность требований индивида по отношению к себе и требований к внешним условиям, как функция целостной личности и связывается с аффективно-потребностной сферой индивида [74].

У. Джеймс, Куперсмит и М. Розенберг по-разному определяют самооценку. Так, У. Джеймс определял самооценку как отношение уровня притязаний к уровню достижения. Куперсмит определяет самооценку как личностное суждение о собственной ценности, выражаемое в установках, свойственных индивиду, как отношение индивида к себе, которое складывается

постепенно и приобретает привычный характер и проявляется как одобрение или неодобрение, степень которого определяет убежденность индивида в своей самооценности, значимости. А М. Розенберг рассматривает самооценку как совокупность всех представлений индивида о себе, позитивную или негативную установку, направленную на специфический объект «Я»[75]. Таким образом, самооценка отражает степень развития у индивида чувства самоуважения, самооценности и позитивного отношения ко всему тому, что относится к его образу Я.

Понятие самооценки было детально исследовано Р.Бернсом. Ученый рассматривал самооценку в составе системы, известной как «Я-концепция личности». По мнению Бернса, Я-концепция - это совокупность всех представлений индивида о себе, сопряженная с их оценкой. Описательную составляющую Я-концепции часто называют образом Я или картиной Я. Составляющую, связанную с отношением к себе или отдельным своим качествам, называют самооценкой или принятием себя.

Я-концепция: 1) познавательная, описательная (образ Я); 2) эмоциональная, оценивающая (самооценка); 3) поведенческая (реакцией на эти составляющие является поведение (действия) индивидуума).

Я-концепция рассматривается как динамическая совокупность личностных установок, направленных на саму личность. Самооценка не застывшее образование, она постоянно меняется, поскольку и сама личность изменяется, меняются ее представления о себе и отношение к себе. Так как образов Я очень много (реальное, идеальное, зеркальное и др.), считается, что высокая степень совпадения реального-Я с идеальным-Я есть важный показатель психического здоровья и высокой самооценки. При формировании самооценки важно, как, по мнению человека, его оценивают другие. Наконец, реальные достижения личности в самых разнообразных видах деятельности существенно влияют на формирование самооценки: чем больше достижения, тем выше самооценка. Таким образом, Я-концепция - результат взаимодействия

биологических, психологических и психосоциальных влияний в ходе развития. Это основа чувства самооценности, весьма важного для формирования поведения человека и восприятия им собственного положения в обществе [3, С. 30].

Таким образом, анализируя взгляды отечественных и зарубежных авторов на феномен самооценки, следует отметить, что каждый из них опирается на различные компоненты личности. Одни авторы рассматривают самооценку как когнитивный процесс, другие как эмоционально-оценочное отношение, третьи как систему компонентов, то есть совокупность эмоциональной, когнитивной, аффективной сфер индивида. Одни авторы называют это отражением информации о себе, другие оцениванием своих возможностей, достижений, качеств и т.д., а некоторые определяют как отношение индивида к себе. Но нет никаких сомнений в том, что самооценка – компонент самосознания, неотъемлемая часть Я-концепции, тесно связанная с уровнем притязаний. Самооценка является ядром личности и влияет на эффективность деятельности и развитие личности в целом. Действительно, интересен тот факт, что самооценку можно рассматривать и как средство психологической защиты, так как желание индивида иметь положительный образ «Я» нередко побуждает его преувеличивать свои достоинства и преуменьшать недостатки. Достаточно рационален подход Лисиной к определению самооценки. Она писала, что аффективную часть образа, абстрагированную от знания, называют самооценкой ребенка. А когнитивную часть именуют представлением ребенка о себе, таким образом, подчеркивая связь по происхождению и по природе с познавательными процессами индивида [34, С. 256]. То есть, по мнению Лисиной, самооценка не является когнитивным компонентом, она полностью зависит от эмоционального состояния ребенка и не определена знаниями ребенка о своей личности. С той же позиции рассматривает самооценку Р.Бернс, как части Я-концепции, играющей эмоциональную и оценивающую роль. Но, по мнению большинства авторов, с которым сложно не согласиться, природа самооценки проявляется в

единстве двух ее компонентов – когнитивного и эмоционального. Эмоциональный компонент – симпатия и антипатия, самоуважение, оценка, основанная на эмоциях, аффективных состояниях. Когнитивный компонент – это знание человека о себе, самоконтроль, самоуверенность, самоснисходительность, самопрезентация, самообвинение и т.д. Известен тот факт, что ранее появился эмоциональный компонент самооценки, который складывается на основе оценки других людей, а затем когнитивный, который возникает в результате опыта индивидуальной деятельности ребенка [там же, С. 257].

Традиционно выделяется: общая самооценка (исследование образа Я, самоуважения, чувства собственного достоинства) и частная самооценка (конкретные, локальные самооценки, которые отражают отношение к отдельным качествам личности) [74]. Помимо частной и общей самооценки выделяют следующие ее модальности: 1) реальная или прямая самооценка (то, как индивид воспринимает свои актуальные способности и достижения); 2) идеальная самооценка (идеальное Я) - представления индивида о том, каким он хотел бы стать; 3) зеркальная самооценка (представления индивида о том, как его видят другие) [69].

Самооценка выполняет регуляторную и защитную функции. Регуляторная функция отвечает за поведение личности, обеспечивает сформированность ее когнитивного компонента, в основе которого лежит развитая рефлексия. Защитная функция служит средством психологической защиты. Исследователи выделяют и другие функции самооценки: побудительную, функцию сохранения внутренней стабильности и континуальности «Я», функцию «зеркала» (отображения себя), функцию самовыражения и самореализации, интракоммуникации, функцию переработки знаний о себе на уровне аффективного процесса. Однако они, чаще всего, признаются частными по отношению к регуляторной и репрезентируют то или иное свойство самооценки. Особенности порождения, формирования и

функционирования самооценки отражают ее динамические характеристики: уровень (высота), обоснованность, рефлексивность и устойчивость. Чеснокова подчеркивает, что именно уровень, рефлексивность и адекватность самооценки во многом определяют характер поведения и взаимоотношений человека [75]. Макарова характеризует самооценку по следующим параметрам: 1) уровень (высокая, средняя, низкая); 2) соотношение с реальной успешностью (адекватная и неадекватная, или завышенная и заниженная); 3) особенности строения (конфликтная и бесконфликтная) [35, С. 183].

Таким образом, мы рассмотрели феномен «самооценки» в психолого-педагогической литературе. Проанализировали различные взгляды отечественных и зарубежных авторов на понятие самооценки, ее функции, структуру и характеристики, куда входит уровень самооценки. Задача нашего исследования - определение уровня самооценки, который является результатом взаимодействия нескольких процессов, а, следовательно, по уровню можно всегда судить о том, что стоит за высокой или низкой самооценкой. А также уровень определяет тип самооценки: завышенная, заниженная, адекватная. Так как наше исследование направлено на рассмотрение детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей и их уровень самооценки, то далее необходимо акцентировать внимание на особенностях самооценки детей данной категории.

1.2. Особенности самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей

Самооценка является важной составляющей самосознания, определяющей не только отношение к себе, но и создающей основу для построения отношений с другими. Необходимость самооценки проистекает из волевой функции сознания, которая ставит перед нами уникальную задачу -

сделать себя компетентными в преодолении жизненных трудностей. Мы достигаем этого, живя осознанно, ответственно и целостно.

По данным Л.И. Божович, правильное формирование самооценки - один из важнейших факторов развития личности ребенка [4, С. 259]. Поэтому очень важно, прежде, чем перейти к особенностям самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей, рассмотреть необходимые сведения, относящиеся к психологии самооценки нормально развивающихся детей в данном возрасте.

Для детей 15-17 лет характерна устремленность в будущее, которая только тогда благотворно влияет, когда есть удовлетворенность настоящим. При благоприятных условиях развития юноша стремиться в будущее не потому, что ему плохо в настоящем, а потому что впереди будет еще лучше [27, С. 15]. Самооценка в ранней юности выше, чем в подростковом возрасте. Вообще юность – период стабилизации личности. В это время складывается устойчивость взглядов на мир и свое место в нем – мировоззрение. Центральным новообразованием периодом становится самоопределение: профессиональное и личностное. Старшеклассник решает, кем быть и каким быть в будущей жизни [24, С. 83]. Юноша, познавая окружающую действительность, возвращается к себе и задается мировоззренческими вопросами: «Какой Я?», «Что я значу в этом мире?», «Какое место я занимаю в нем?», «Каковы мои возможности?». Он ищет четких, определенных ответов и в своих взглядах категоричен, недостаточно гибок, поэтому говорят о юношеском максимализме [там же, С. 87].

В самооценке дети 15-17 лет проявляют известную осторожность. Они охотнее говорят о своих недостатках, чем о достоинствах. Завышенная самооценка заметно обнаруживается в преувеличении своих умственных способностей [27, С.15]. И.С.Кон подметил: «Чем важнее для личности оцениваемое свойство, тем вероятнее включение в процесс самооценки механизмов психологической защиты» [24, С. 87]. По данным Я.П.Коломинского, старшеклассники, отвергнутые сверстниками, склонны

преувеличивать свой групповой статус, пусть своё положение в коллективе более благоприятным, чем оно есть на самом деле. Так же, как и завышенная самооценка, заниженная самооценка неблагоприятно действует на юношу. Возникает чувство неуверенности, страха, апатии. В этой ситуации таланты и способности не будут развиваться, и могут вообще не проявляться [22, С. 330].

Возрастные особенности самооценки детей 15-17 лет, выделенные Лейтес, на основе психологических наблюдений: «Девятиклассники нередко обнаруживают некоторую неудовлетворенность настоящим, расположенность к критичности и как бы осознают свою предуготовленность к более значительным делам. Чрезмерность притязаний может приводить к своеобразному разладу с окружающими. Показательно также, что у наиболее успешно занимающихся учеников старших классов часто можно встретить явное преувеличение своих умственных сил, наивная самоуверенность, отсутствие представления о границах своих возможностей»[цит. по 20, С.33]. Сфера взаимоотношений с людьми становится областью, по-новому значительной, пробуждающей пристрастия, неведомые прежде, 15-17-летних отличают особый интерес к человеческому достоинству, тяга к серьезной дружбе и любви. Для них очень характерен интерес личности товарищей по классу. Склонность к анализу отличительных особенностей окружающих людей, к оценке их недостатков и достоинств происходит одновременно с побуждением и углублением интереса к собственной личности, к самоанализу. Новый уровень психической зрелости часто проявляется в особой нетерпимости к личностным слабостям окружающих, в своеобразной взыскательности в отношениях с людьми[1, С.416-420]. Преувеличение значения собственной личности может обуславливать некоторые отрицательные черты поведения. Так, нередко в этом возрасте очень заметно проявляется эгоизм: юноши и девушки перестают считаться с мнением взрослых, а их заботу о себе принимать как должное. Юные себялюбцы часто становятся упрямыми, бесцеремонными и в отношениях с посторонними. С

переоценкой своей личности связано иногда и чрезмерное критиканство – готовность видеть в окружающих по преимуществу недостатки. Очень характерна для подростков 15-17 лет склонность к самоанализу и сознательному саморегулированию. Пора личных дневников, составление режимов дня, дел. Уже многие учащиеся занимаются самовоспитанием [28, С.21].

Таким образом, самооценка детей 15-17 лет находится в стадии завершения становления, что проявляется в стабильности образа Я и устойчивости самосознания. Реальное оценивание себя как личность, имеющую достоинства и недостатки. Теперь юноша осознает свою непохожесть, уникальность, неповторимость. Также данному возрасту свойственно чувство одиночества, характеризующееся неопределенностью, расплывчатостью, беспокойством и ощущением внутренней пустоты, свойственна переоценка своих возможностей – юношеский максимализм, часто вызванный как психологическая защита, либо как равнение на стереотипы представлений о том, какие должны быть мужчины и женщины. А также следует отметить, что огромное влияние на самооценку в этом возрасте оказывает социальное окружение – отношения с родителями, сверстниками, учителями, так как их оценка и поведение формируют у ребенка отношение к себе.

Эти данные, относящиеся к норме, могут помочь понять очень многие особенности формирования личности ребенка с интеллектуальной недостаточностью. Теперь рассмотрим психологические особенности самооценки детей данной категории.

Самооценка умственно отсталого ребенка в обычных условиях воспитания непрерывно подвергается резким и контрастным воздействиям. В семье, пока он мал, особенно в те периоды, когда обнаруживается та или иная болезнь нервной системы, его не только жалеют, но и радуются малейшему успеху, малейшему достижению. Сам ребенок склонен также высоко себя оценивать. У него возникают повышенные притязания к вниманию со стороны взрослых, их одобрению и ласке. Ни с чем не сравнимый по тяжести моральный ущерб личности умственно отсталого ребенка наносится в том

случае, если он по ошибке попадает в массовую школу и начинает там обучение. Если ребенок находится в массовой школе краткий срок, это оказывается тяжелым эпизодом, который затем в значительной мере забывается. Но если неправильно направленный в массовую школу ребенок задерживается там на годы, длительный, многократный неуспех приводит к возникновению и закреплению отрицательных качеств личности [38, С. 141]. Нередко этот ущерб, этот удар усугубляется разными видами осложнений в семье. Так, например, бывает, что отец не может скрыть раздражения и горькой досады на «неудачного» ребенка, а мать, пытаясь компенсировать это недовольство, чрезмерно «захваливает» своего ребенка. В других семьях источником унижений становится младший, психически полноценный ребенок, который, подрастая, перегоняет своего умственно отсталого брата (или сестру) и, не понимая ситуации, беспрерывно подчеркивает свое превосходство [43, С. 15].

Анализируя очень интересные данные, относящиеся к самооценке умственно отсталых детей, полученные в исследовании Де-Греефе, Л.С.Выготский дает им свое толкование. Воспользовавшись простой, но остроумной экспериментальной методикой, Де-Греефе исследовал самооценку дебилов. Он показывал ребенку три кружка и уславливался с ним о том, что один кружок означает его самого, второй - его товарища, а третий - его учителя, и просил провести линии от этих кружков вниз так, чтобы самая длинная досталась самому умному, вторая - второму и так далее. Как правило, в этом эксперименте ребенок с интеллектуальной недостаточностью проводил самую длинную линию от кружка, который обозначал его самого. Этот симптом повышенной самооценки детей, обнаруженный Де-Греефе, Л.С. Выготский предложил назвать именем автора. Л.С. Выготский соглашается с Де-Греефе в том, что эта не критичность ребенка, эта повышенная самооценка связана с общим интеллектуальным недоразвитием. Однако он дополняет и эксперименты Де-Греефе, и их толкование.

Л.С. Выготский пишет, что повышенная самооценка, которая очень часто встречается у детей данной категории, является проявлением общей эмоциональной окрашенности оценок и самооценок маленького ребенка, общей незрелости личности [цит. по 52, С. 50].

Л.С. Выготский указывает, что возможен еще и иной механизм образования симптома повышенной самооценки. Она может возникать как псевдокомпенсаторное характерологическое образование в ответ на низкую оценку со стороны окружающих. Он считает, что именно на почве слабости, на почве чувства малоценности и возникает псевдокомпенсаторная переоценка своей личности [там же, С. 51].

Студенты дефектологического факультета Московского государственного педагогического института имени В.И. Ленина по несколько иной методике экспериментально исследовали самооценку детей, обучающихся в одноименных классах вспомогательной и массовой школы. Оказалось, что во II и III классах самооценка учащихся вспомогательной школы была намного выше, чем у учеников массовой. Далее (от IV до VI класса) это различие становилось все меньше. И лишь в VII - VIII классах снова намечались резкие различия в характере самооценки - уровень ее у старшеклассников вспомогательной школы становился очень высоким. Возможно, что эти экспериментальные данные могут получить объяснение в свете теории Л.С. Выготского. У малышей высокая самооценка имеет аффективную обусловленность, с годами самооценка становится более адекватной. В старшем возрасте формируется псевдокомпенсаторная повышенная самооценка [73].

Неустойчивость самооценки, наблюдающаяся у некоторых умственно отсталых детей, приводит к тому, что на них оказывает отрицательное влияние оценочная ситуация (ситуация опроса, контроля и т.д.). Этому посвящено специальное исследование Б.И. Пинского. Сравнивая качество выполнения двигательного задания в обычных условиях и в условиях «оценочной

ситуации», он обнаружил, что у детей с интеллектуальной недостаточностью количество ошибок при выполнении ими заданий в условиях оценочной ситуации возрастает, хотя темп работы остается таким же, как и в обычной ситуации. Следовательно, активности, направленной на улучшение работы, они не проявили, а ухудшение работы под влиянием оценочной ситуации все же было [39, С. 24-25]. У некоторых из них обнаруживается пониженная и хрупкая самооценка - дети очень зависимы от внешней оценки. У других, более глубоко отсталых, самооценка завышена - дети мало реагируют на внешнюю оценку. Следует также отметить феномен кажущейся независимости от внешней оценки. Это явление может возникнуть даже у ранимых и низко оценивающих себя детей, но привыкших к неудачам и создавшим себе своего рода защитный барьер от внешней оценки [21, С. 38].

По мнению Н.Г. Корельской, самооценка детей с интеллектуальной недостаточностью часто неадекватная, завышенная, но к старшим классам появляется критичность, дети начинают правильно себя оценивать [69]. Подростки с интеллектуальной недостаточностью адекватно оценивают свои успехи в учебной деятельности. По мере взросления и расширения социального опыта у многих умственно отсталых школьников старших классов возрастает осознанность собственного дефекта. Им доступны самовосприятие, самоанализ, описание своей внешности и личности [67, С. 254].

Виноградова в «Практикуме по психологии умственно отсталого ребенка» делает акцент на том, что детям свойственна не критичность к своим и чужим поступкам и действиям, низкий уровень самосознания. Умственно отсталые дети не могут критически оценить свои возможности, склонности, результаты собственного труда. Изначально, как уже говорилось, все названные недостатки обусловлены органическим поражением головного мозга. В ходе специальных исследований было выявлено, что в старшем возрасте преимущественно завышенная самооценка. Это часто объясняется стремлением компенсировать дефект и неумением объективно оценить свои возможности.

Повышенная самооценка может возникать как псевдокомпенсаторное характерологическое образование в ответ на низкую оценку со стороны окружающих. Нарушение уровня притязаний у умственно отсталых детей, объясняется неумением оценить свои возможности, спланировать свою деятельность и предвидеть ее результаты [10, С. 78].

Таким образом, мы рассмотрели различные точки зрения и исследования самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью разных авторов, которые в основном утверждают о завышенном уровне самооценки детей данной категории. Хотя присутствуют мнения об адекватности и заниженной самооценки, с чем очень сложно согласиться. Некоторые авторы утверждают, что заниженная самооценка характерна тем детям, которые очень зависимы от внешней среды и чувствительны к оценке окружающих, но это достаточно редкое явление в случае интеллектуальной недостаточности, так как дети чаще всего не могут адекватно оценить отношение окружающих к своей личности. Также заниженная или адекватная самооценка в случаях детей с интеллектуальной недостаточностью может быть связана с осознанием дефекта, но не с пониманием его. Дети осознают, что они не такие как все, что у них стоит «какой-то» диагноз, но не один из них не понимает его специфики. Отсюда возможно либо реальное отношение к своему отличию от нормальных сверстников, либо заниженный уровень оценивания себя как отличного от сверстников. В определении природы завышенной самооценки среди авторов различных исследований возникли некоторые расхождения в поиске ее причин. Так, одни авторы утверждают о некритичности ребенка с интеллектуальной недостаточностью в силу его дефекта (органического поражения головного мозга), его самодовольности, что порождает неадекватное оценивание своих возможностей и действий, и повышает самооценку. Другие авторы утверждают, что завышенная самооценка у детей с интеллектуальной недостаточностью - результат псевдокомпенсаторного переоценивания своей личности, возникший вследствие понимания своей малоценности или в ответ на низкую оценку извне. Но категория детей нашего исследования – это не только

дети с интеллектуальной недостаточностью, но и дети-сироты или дети, оставшиеся без попечения родителей. Таким образом, необходимо рассмотреть особенности самооценки детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, которые также отличаются от нормы.

Исследования показывают, что подростки - воспитанники и выпускники сиротских учреждений испытывают затруднения в осознании себя и своего места в мире, проявляют неуверенность в понимании собственного Я (неспособности строить жизненные планы, страху перед взрослением и переменами; размыванию, неумению мобилизовать свои внутренние ресурсы и сосредоточиться на какой-то главной деятельности; формированию «негативной идентичности», отказу от самоопределения и выбору отрицательных образцов для подражания) [71].

Очень низкая или завышенная самооценка, характерная для воспитанников детских домов - основа личностных отклонений и невротических расстройств. Следствием депривации потребности ребенка в родительской любви является отсутствие у него чувства уверенности в себе, которое, возникнув на ранних стадиях возрастного развития, впоследствии становится устойчивой характеристикой личности воспитанников детского дома. Для того, чтобы совладеть с чувствами изоляции и беспомощности сироты могут становиться враждебными, у них может развиваться нереалистичный образ самого себя (завышенная самооценка) - с тем, чтобы компенсировать чувство неполноценности, они допускают агрессивное поведение не только по отношению к окружающим, но и обращая агрессию во внутрь. Дети-сироты имеют сложности в оценивании самих себя и своих психических качеств и это обусловлено, прежде всего, особенностями психического и физического здоровья, воспитания их в условиях несвободы, т.е. в ограниченном по контактам с другими пространстве. Степень отдаленности или открытости (закрытости) воспитательного учреждения во многом определяет развитие воспитанников и их отношение к самому себе. У

ребенка в детском доме круг общения значительно уже по сравнению со сверстниками в норме, и он может быть определен одной территорией и одними и теми же лицами. А значит и представление ребенка-сироты о себе будет менее объективным, т.к. нет активной рефлексии от окружения на определение личностных качеств [там же].

Для детей сирот характерно отрицание образа себя, что порождает низкую самооценку. У таких детей возникает ощущение заброшенности, отторгнутости. Оно приводит к напряженности и недоверию к людям и, как итог, к реальному неприятию себя и окружающих. В ходе дальнейших взаимоотношений с окружающими негативное отношение к себе усиливается. Причиной формирования отрицательного образа «Я», кроме материнской депривации, является недостаток безусловной любви, т. е. любви не за что-то, а просто, потому что он, ребенок, есть [74].

Синтезируя особенности самооценки детей с интеллектуальной недостаточностью и детей-сирот, можно сделать вывод о том, что уровень самооценки детей-сирот 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью различен. Самооценка может быть завышенной, чтобы компенсировать чувство неполноценности, а также вследствие некритичности к собственной личности. Только компенсация детей-сирот носит осознанный характер, а у детей с интеллектуальной недостаточностью неосознанный, так как дети не воспринимают адекватно свой дефект. Также следует учитывать тот факт, что дети-сироты с интеллектуальной недостаточностью живут в замкнутом пространстве и их окружают дети с тем же дефектом, отношение и требования учителей и воспитателей соответствуют их возможностям и способностям. Поэтому дети не видят разницы в своих способностях и возможностях, отличных от способностей и возможностей нормальных сверстников, так как обучаются дифференцированно от них. Единственное отличие, которое дети с интеллектуальной недостаточностью осознают – это отсутствие семьи, дома, близких людей. Что может породить заниженную самооценку, но это будет зависеть от особенностей личности, характера, темперамента и степени

нарушения, которая очень часто встречается у детей-сирот и реже у детей с интеллектуальной недостаточностью. Детям, оставшимся без попечения родителей, характерна неуверенность в себе, отрицание образа себя, так как есть осознание ненужности, обделенности и брошенности. По тем же причинам может быть сформирована низкая самооценка у детей с интеллектуальной недостаточностью. Они вряд ли понимают особенности своего дефекта, его характер и неизлечимость, но очень хорошо понимают, что не имеют самого главного счастья – семьи.

Таким образом, мы рассмотрели особенности самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей с разных сторон и пришли к выводу о том, что уровень самооценки детей данной категории различен. Это зависит от множества факторов (условия воспитания, темперамент, особенности характера, типа личности, социального окружения и т.д.), которые необходимо рассматривать в синтезе с особенностями дефекта и фактом отсутствия семьи.

1.3. Теоретическое обоснование модели коррекции самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей

Определение модели подразумевает представление, которое отражает, имитирует, дублирует или некоторым образом иллюстрирует образец отношений, наблюдаемых в данных или в природе. Также модель можно трактовать как идеал, стандарт, пример, установленный как достойный имитации или копирования. Важно отметить, что любая модель строится на основании совокупности определенных свойств, методов и форм, видов и принципов и включает в себя этапы и структурные блоки. Таким образом, модель предмета нашего исследования будет включать в себя идеальный вариант, образец структуры коррекции самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей. Здесь же будут обозначены принципы, виды, формы и методы коррекции, ее этапы и структурные блоки.

Термин «коррекция» буквально означает «исправление»[42, С.4]. Данное определение включает в себя исправление недостатков, неправильностей, не требующих коренных изменений корректируемого процесса или явления[5, С.220]. Значительно уже понятие психологическая коррекция - это система мероприятий, направленная на исправление недостатков психологии или поведения человека с помощью специальных средств психологического воздействия; психокоррекционные воздействия направлены на изменение поведения и развитие личности клиента[66, С.397].

Постановка целей коррекционной работы прямо связана с теоретической моделью психического развития и определяется ею. На этом основании выделяют три основных направления и области постановки коррекционных целей: 1. Оптимизация социальной ситуации развития. 2. Развитие видов деятельности ребенка. 3. Формирование возрастно-психологических новообразований. Выбор методов и техник коррекционной работы, определение критериев оценки ее успешности в конечном счете будут определяться ее целями. При конкретизации целей коррекции необходимо руководствоваться следующими правилами: цели коррекции должны формулироваться в позитивной, а не в негативной форме. Определение целей коррекции не должно начинаться со слова «не», не должно носить запретительного характера, ограничивающего возможности личностного развития и проявления инициативы клиента. Цели коррекции должны быть реалистичны и соотнесены с продолжительностью коррекционной работы и возможностями переноса клиентом нового позитивного опыта, и усвоенных на коррекционных занятиях способов действий, в реальную практику жизненных отношений. Нужно помнить, что эффекты коррекционной работы проявляются на протяжении достаточно длительного временного интервала: в процессе коррекционной работы; к моменту ее завершения; и, наконец, примерно полгода спустя можно окончательно говорить о закреплении или об утере клиентом позитивных эффектов коррекционной работы[там же, С.9-15].

Психологическая коррекция должна содействовать всестороннему развитию личности ребенка. Поэтому она основывается на следующих

основных принципах, взятых нами для реализации программы коррекции самооценки:

1)единство коррекции и развития. Это значит, что решение о необходимости коррекционной работы принимается только на основе психолого-педагогического анализа внутренних и внешних условий развития ребенка.

2)единство возрастного и индивидуального в развитии. Это означает индивидуальный подход к ребенку в контексте его возрастного развития. Коррекционная работа предполагает знание основных закономерностей психического развития, понимание значений последовательных возрастных стадий для формирования личности ребенка. Существуют возрастные ориентиры нормального развития и отклонения от нормы. Но при этом следует учитывать, что для каждого конкретного ребенка возраст выступает как индивидуальный вариант развития. Различны индивидуальные темпы как развития в целом, так и отдельных его свойств, процессов и качеств, своеобразие эмоциональной сферы и силы переживаний ребенком различных жизненных ситуаций и многое другое. Поэтому коррекционная работа должна быть ориентирована на некий образец, норму нормального развития, но не должна своей целью ставить «подгонку» под этот ориентир каждого ребенка.

3)единство диагностики и коррекции развития. Задачи коррекционной работы могут быть поняты и поставлены только на основе полной диагностики и оценки ближайшего вероятностного прогноза развития. Деятельность, направленную на решение задач психологической коррекции, можно назвать диагностико-коррекционной или диагностико-развивающей работой.

4)деятельностный принцип осуществления коррекции. Этот принцип основан на признании того, что именно активная деятельность самого ребенка является движущей силой развития, что на каждом этапе существует так называемая ведущая деятельность, в наибольшей степени способствующая развитию ребенка в данном периоде онтогенеза, что развитие любой человеческой деятельности требует специального формирования. Этот принцип

предполагает проведение коррекционной работы через организацию соответствующих видов деятельности самого ребенка в сотрудничестве со взрослым.

5) подход в коррекционной работе к каждому ребенку как к одаренному. Этот принцип означает, что дети, с которыми проводится психокоррекционная работа, не должны восприниматься как дети «второго» сорта. Они требуют не снисходительности, не жалости, не снижения общего уровня обучения, а коррекции своего развития до оптимальной нормы [46, С. 47-49].

Осипова предлагает помимо вышеперечисленных принципов, такие как: принцип коррекции «сверху вниз» и «снизу вверх», а также принцип системности развития психической деятельности. Принцип коррекции «сверху вниз», выдвинутый Л. С. Выготским, раскрывает направленность коррекционной работы. В центре внимания психолога стоит завтрашний день развития, а основным содержанием коррекционной деятельности является создание «зоны ближайшего развития» для клиента (у Л. С. Выготского такими клиентами выступали дети). Коррекция по принципу «сверху вниз» носит опережающий характер и строится как психологическая деятельность, нацеленная на своевременное формирование психологических новообразований. При реализации принципа коррекции «снизу вверх» в качестве основного содержания коррекционной работы рассматриваются упражнение и тренировка уже имеющихся психологических способностей. Главной задачей коррекции «снизу вверх» становится вызывание любыми способами заданной модели поведения и ее немедленное подкрепление [42, С.9-15].

Также для реализации программы коррекции самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей, необходимо опираться на следующие принципы:

1) принцип гуманизма и ненасильственного взаимодействия, добровольности и этичного отношения к личности;

- 2) принцип сотрудничества, конструктивного общения, личностно-ориентированного взаимодействия;
- 3) принцип систематичности, последовательности и постепенности;
- 4) принцип комплексности методов психологического воздействия;
- 5) принцип активного привлечения ближайшего социального окружения к участию в коррекционной программе;
- 6) принцип возрастания сложности;
- 7) принцип учета объема и степени разнообразия материала;
- 8) принцип учета эмоциональной сложности материала [68, С.40].

Для составления программы коррекции самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей мы использовали следующие виды, из предложенной Осиповой классификации психокоррекционных мероприятий. По содержанию коррекции - коррекция личности и поведенческих аспектов. По форме работы с клиентом различают коррекцию: индивидуальную; групповую: в закрытой естественной группе (семья, класс, сотрудники и т.д.); в открытой группе для клиентов со сходными проблемами; смешанную форму (индивидуально-групповую) [42, С.6]. Познание подростком себя происходит в ходе групповой работы через соотнесение себя с другими, через восприятие себя другими (посредством обратной связи), через результаты собственной деятельности, через восприятие своего внешнего облика и внутренних переживаний. Именно поэтому для достижения максимального эффекта программы коррекции самооценки, нами была выбрана групповая коррекция.

Наличие программы в нашем случае свидетельствует о программированной коррекции. По продолжительности наша коррекция длительная (продолжается полтора месяца, в центре внимания личностное содержание проблем). По масштабу решаемых задач наша психокоррекция специальная, что подразумевает комплекс приемов, методик и организационных форм работы с группой клиентов одного возраста,

являющихся наиболее эффективными для достижения конкретных задач формирования личности, отдельных ее свойств или психических функций, проявляющихся в отклоняющемся поведении и затрудненной адаптации [42, С.8].

Методы, которыми пользуется психологическая коррекция, составляют огромное количество и это зависит от цели и задач коррекции, а также от возраста ребенка, особенностей его интеллектуального и личностного развития, а также от состояния проблемы на данный момент. Мы приведем пример нескольких методов, которые возможно использовать для коррекции самооценки: беседа, ролевая игра, тренинги межличностной коммуникации, релаксационные упражнения, арттерапия, психогимнастика, игротерапия, групповая дискуссия, социальная терапия.

Программа должна основываться на принципе постепенности, поэтапности: каждый последующий этап должен логически вытекать из предыдущего. Благодаря этому человек постепенно углубляется в процесс осознания себя, приоткрывая разные стороны своего «я», что является основанием для продуктивного общения. В процессе программы коррекции развиваются техники самопознания: анализ, обратная связь и рефлексия. Описывая структуру самооценки, можно выделить три блока: 1) оценка человеком самого себя, знание о себе, отношение к собственной личности; 2) оценка личности других людей; 3) отношение к оценке другими людьми твоей личности. Эти три компонента взаимосвязаны. Если человек неправильно, неадекватно оценивает себя, вряд ли он сможет правильно оценить других людей, а, следовательно, нормально относиться к оценке его личности другими людьми. Отсюда и появляется та неадекватность в самооценке, которая отражается в нарушениях поведения и характеризует личность как психологически незрелую. Таким образом, стратегическую линию программы можно представить в виде четырех этапов: 1)получение новой информации о себе; 2)переосмысление представлений о своем образе «Я»; 3)выстраивание нового типа отношений с самим собой и окружающими; 4)закрепление

позитивного опыта общения и избавление от неконструктивных способов реагирования.

Каждое занятие должно состоять из трех частей: 1) Вводная часть; 2) Основная часть; 3) Завершение. К вводной части относится приветствие, в этой же части узнается о выполнении домашнего задания: как справились, какие трудности возникали, какие чувства испытывали и т.д. и в завершении данной части озвучивается тема и цели занятия. К основной части относится совокупность упражнений и приемов, направленных на достижение поставленной нами цели и реализацию задач программы коррекции самооценки. В последней части занятия – завершение, проводится рефлексия «здесь и теперь» процесса работы, также уточнение состояния участников группы и в конце дается задание, которое направлено либо на закрепление полученных в прошедшей встрече знаний и умений, либо на подготовку к следующей встрече. В каждом занятии проводится разминка, чтобы настроить участников группы на работу, снять напряжение и усталость. Разминочные упражнения, игры в основном проводятся в середине занятия, их количество зависит от состояния участников.

Все, что было описано выше, относится к разработке и реализации программы коррекции, но наша задача описать модель коррекции самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей. А модель коррекции самооценки включает три блока: 1) диагностический; 2) коррекционный; 3) диагностический. В последнем блоке, целью которого является проверка эффективности проделанной работы, проводится повторное диагностическое исследование на основе методик, использованных до коррекции. Также оценку эффективности проводят с точки зрения двух критериев: 1) для детей основным критерием оценки успешности своего участия в программе является эмоциональное удовлетворение от занятий и изменение эмоционального баланса в целом в пользу положительных чувств и переживаний; 2) для психолога основным критерием является достижение поставленных целей и задач.

Мы можем представить все структурные блоки коррекции самооценки детей данной категории и их содержание в виде схемы:

Модель коррекции самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей

родителей

1 блок - диагностический

2 блок - коррекционный

3 блок – диагностический
(проверка эффективности коррекции)

Методы
исследо

Методики
исследова

Принципы
коррекции

формы
коррекции

Методы
коррекции

Методы
исследо

Методики
исследо

анализ
литерату
ры по
проблем
е
исследо
вания;
наблуде
ние;
анамнес

«Исследование самооценки» (Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан)

«Нахождение количественного уровня самооценки» (С.А. Булласси, модифицированный)

Тест Куна «Кто Я?» (М.Кун, Т. Маркпатленд; в модификации Т.В. Румянцевой)

единство коррекции и развития; единст
во возрастного и индивидуального;
единство диагностики и коррекции;
деятельностный принцип; подход в
коррекционной работе к каждому
ребенку как к одаренному. Принцип
коррекции «снизу вверх»; принцип
гуманизма, добровольности, сотрудни
чества, систематичности, последователь

коррекция
личности и
поведенческих
аспектов;
групповая (в
открытой
группе):

беседа, ролевая
игра, тренинги
межличностной
коммуникации,
релаксационные
упражнения, арт-
терапия, психогим
настика, игротера

наблуде
ние;
тестирова
ние;
метод
математи
ческой
статис

«Исследование самооценки» (Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан)

«Нахождение количественного уровня самооценки» (С.А. Булласси, модифицированный)

Тест Куна «Кто Я?» (М.Кун, Т. Маркпатленд; в модификации Т.В. Румянцевой)

программа коррекции самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей

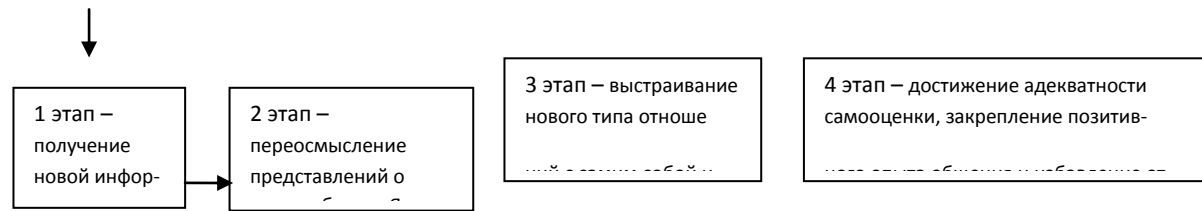


Рис.1. Модель коррекции самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей

Таким образом, мы рассмотрели основные составляющие, на основе которых будет составляться программа коррекции самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей. Также определили методы, виды и формы коррекции, обозначили принципы коррекции, этапы программы коррекции и структуру занятия. В схеме мы представили три блока коррекции самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей. Следовательно, модель коррекции самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей графически представлена в виде схемы и теоретически обоснована.

Выводы по Главе I

Проведя анализ психолого-педагогической литературы, мы выяснили, что самооценка является компонентом самосознания, важным регулятором поведения, включающим наряду со знанием о себе, оценку человеком самого себя, своих возможностей, способностей, нравственных качеств и места среди людей. От нее зависят взаимоотношения человека с окружающими, его критичность, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам. Тем самым самооценка влияет не только на эффективность деятельности человека, но и на дальнейшее развитие его личности.

Рассмотрев особенности самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей, обнаружены расхождения в точках зрения авторов по данному вопросу. Одни авторы утверждают, что самооценка может быть завышенной, чтобы компенсировать чувство неполноценности, а также вследствие некритичности к собственной личности. Другие авторы утверждают о заниженной самооценке, которая вызвана осознанием детьми своей неполноценности - интеллектуальной и социальной (отсутствие семьи). Также есть точка зрения, утверждающая наличие адекватной самооценки у лиц с интеллектуальной недостаточностью,

что связано с возрастом. Именно поэтому наше исследование направлено на выявление уровня самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей и его коррекцию. Далее последовало теоретическое обоснование модели коррекции самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей и представление ее в виде схемы. Таким образом, в заключении первой главы, мы смогли из анализа литературы по проблеме исследования сделать вывод о понятии «самооценка», об особенностях и уровне самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей и теоретически обосновать модель коррекции.

Глава II. Исследование уровня самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей

2.1. Этапы, методы и методики исследования

Данное исследование проводилось в три этапа:

1 этап – поисково-подготовительный: изучалась и анализировалась психолого-педагогическая литература по проблеме самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей. Уточнялись основные понятия данной темы. Анализировались различные точки зрения по проблеме исследования. Работа опирается на синтез двух линий психологических исследований. Она вписывается в рамки возрастнопсихологического подхода, который раскрывает закономерности развития личности, как в норме, так и при патологии в онтогенезе, а также основывается на общепсихологической теории, конкретно на опыте изучения проблемы самооценки. Поэтому работа опирается как на труды отечественных классиков психологии развития: Л.И. Божович, Л.С. Выготского, М.И. Лисиной, Д.Б. Эльконина, так и на работы исследователей проблемы самооценки: Р. Бернс, Л.В. Бороздина, М.Э. Боцманова, А.В. Захарова, Г.А. Карпова, И.С. Кон, И.И. Чеснокова и ряда других. Таким образом, мы изучили теорию, касающуюся понятия самооценки и особенностей самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей, чтобы иметь представление об объекте исследования и о категории исследуемых, а также определить критерии для подбора методов и методик исследования. Таким образом, прежде чем перейти к эмпирической части квалификационной работы, мы познакомились с различными взглядами, теориями, исследованиями, касающимися понятия «самооценка», подробно изучили возрастные особенности самооценки раннего юношеского возраста (дети 15-17 лет), особенности самооценки детей с интеллектуальной

недостаточностью, оставшихся без попечения родителей того же возраста. Результаты работы на данном этапе позволили иметь полное представление о проблеме данного исследования, определить ее актуальность, сформулировать гипотезу, цель и задачи исследования. Подробно информация поисково-подготовительного этапа изложена в первой главе работы.

2 этап – опытно-экспериментальный: организация и проведение данного исследования. На данном этапе подбирались методы и методики для исследования уровня самооценки. Важно учитывать возможность использования данных методик с детьми с интеллектуальной недостаточностью. Такие дети лучше всего справляются только с проективными методиками, не требующими осознания и понимания задания. Основным методом исследования является наблюдение, для сбора эмпирических данных в исследовании использовался метод тестирования. В нашем случае в соответствии с целью и задачами исследования, проводился констатирующий и формирующий эксперименты, которые позволяют установить наличное состояние уже имеющихся явлений, выявление существующих психических особенностей и отклонений от нормы и активно, целенаправленно воздействовать на испытуемых для того, чтобы выработать определенные свойства или качества. В качестве конкретных методик исследования выступали: «Исследование самооценки» (Дембо-Рубинштейн в модификации Прихожан), «Нахождение количественного уровня самооценки» (С.А.Будасси, модифицированный вариант), Тест Куна «Кто Я?» (М.Кун, Т. Маркпатленд; в модификации Т.В.Румянцевой). После того как определены методы и методики, можно перейти к реализации данного исследования. Оно проводилось на базе специальной (коррекционной) школы-интернат для детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей с отклонениями в развитии VIII вида №9 г.Челябинске, где выборку составили 14 человек из 3 и 9 групп. Результаты данного этапа нашли свое отражение во втором параграфе второй главы нашей работы. Там же, исходя из полученных в ходе первого эксперимента данных, мы выделили группу лиц, нуждающихся в

коррекции самооценки. После чего была разработана программа коррекции для детей данной категории, направленная на достижение адекватности самооценки. Программа коррекции самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей изложена в первом параграфе третьей главы.

3 этап – контрольно-обобщающий: обработка и анализ, полученных после коррекции, данных, сравнение полученных результатов с результатами первичного исследования (исследование уровня самооценки до коррекции) и подтверждение гипотезы нашего исследования. На данном этапе были использованы: метод математической статистики Т-Вилкоксона, анализ и синтез полученных данных, графические материалы, представленные таблицами и рисунками. В завершении этапа - вывод по результатам опытно-экспериментального исследования и заключение, основанное на результатах проделанной работы, подтверждении поставленной цели, задач и гипотезы исследования.

Методы исследования:

Метод анализа литературы по проблеме исследования используется нами для всестороннего изучения предмета исследования в тесном взаимодействии с представителями разных научных направлений и авторами разных теорий. Данный метод включает в себя анализ теоретических положений разных авторов, анализ научных исследований, проведенных в области данной темы. Именно анализ литературы служит основой для формирования гипотез, которые затем проверяются другими методами исследования.

Одним из основных методов в психологии является наблюдение, которое также было использовано в проведении нашего опытно-экспериментального исследования. Наблюдение – это метод изучения психических особенностей индивидов на основе фиксации проявлений их

поведения. Научное наблюдение от житейского отличается следующими свойствами: целенаправленностью, систематичностью, планомерностью, аналитичностью, регистрацией результатов и оперированием системой однозначных понятий [11, С.4]. Предметом наблюдений служат вербальные и невербальные акты поведения, имеющие место в определенной ситуации или среде. Таким образом, данный метод нами был выбран как сопутствующий, дополнительный в диагностической ситуации и основной в ситуации коррекционной работы. Для диагностики мы использовали карту наблюдения (см. Приложение 1, таблица 1) как дополнительный информационный материал для исследования уровня самооценки, так как результаты данного метода достаточно субъективны и менее достоверны. В нашей работе наблюдение было включенное, скрытое, внешнее, однократное, выборочное, констатирующее, свободное, поисковое.

Тестирование – стандартизированное испытание, предназначенное для установления количественных (и качественных) индивидуально-психологических различий [11, С. 59].

Тестирование в строгом смысле слова есть психодиагностическая процедура. В зависимости от предмета измерения выделяют тесты: интеллекта, способностей, достижений, личности, межличностные. По характеру тестовых заданий различают вербальные, образные, практические и комбинированные. По форме предъявления заданий тесты подразделяются на бланковые, аппаратные, рисуночные и устные. В зависимости от количества испытуемых – индивидуальные и групповые, по времени выполнения – тесты скорости и результативности. Использование метода тестов для исследований требует наличия как общепсихологических знаний, так и компетентности в области теории и практики измерения [там же, С. 72].

В нашем исследовании были использованы тесты личности, направленные на изучение различных аспектов личностного развития. В нашем случае это уровень самооценки. Тесты были как вербальные, образные, так и

комбинированные, направленные не на скорость, а на результат. Количество испытуемых в разных психодиагностических методиках варьировалось – либо индивидуально, либо небольшая группа. Таким образом, данный метод исследования выбран для проведения методик исследования.

Анамнестический метод – метод, с помощью которого получают совокупность сведений о развитии болезни, условиях жизни, перенесенных заболеваниях и др., собираемых с целью их использования для диагноза, прогноза, лечения и профилактики[10, С.52]. Данный метод в нашем исследовании является одним из основных, т.к. категория испытуемых нашего исследования - дети с интеллектуальной недостаточностью, оставшиеся без попечения родителей. Интеллектуальная недостаточность бывает разной степени, ей сопутствуют различные заболевания и дополнительные нарушения, а также следует помнить, что деструктивные социальные условия, условия воспитания этих детей различны, что является основным критерием при организации и проведении опытно-экспериментального исследования. Анамнестический метод необходим, в первую очередь, для составления выборки испытуемых, затем, для организации условий проведения исследования, для подбора психодиагностических методов и методик исследования, упражнений психокоррекции и для более полного и глубокого анализа полученных данных. Основная информация анамнеза испытуемых в нашем исследовании изложена во втором параграфе второй главы, там же данные анамнестического метода нашли применение при анализе результатов первичного исследования. Затем, опираясь на информацию данного метода, составлялась программа коррекции и проводился анализ повторного исследования.

Метод математической статистики. Математическая статистика - наука о математических методах систематизации и использования статистических данных для научных и практических выводов. Во многих своих разделах математическая статистика опирается на теорию вероятностей, позволяющую

оценить надёжность и точность выводов, делаемых на основании ограниченного статистического материала (например, оценить необходимый объём выборки для получения результатов требуемой точности при выборочном обследовании) [69]. Математическая обработка – это оперирование со значениями признака, полученными у испытуемых в психологических исследованиях[57, С.8]. Данный метод включает в себя различные направления и виды обработки данных. В нашем случае необходим метод проверки статистической гипотезы, а конкретнее, критерий Т-Вилкоксона. Данный критерий мы выбрали в связи с тем, что он применим для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых. С помощью этого критерия мы сможем определить является ли сдвиг показателей в каком-то одном направлении более интенсивным, чем в другом. В нашем случае это сравнение показателей до коррекции и после проведения программы коррекции с помощью данного критерия в одной и той же выборке детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей.

Методики исследования:

Для того, чтобы доказать или опровергнуть гипотезу необходимо провести психологическое исследование с применением методик, направленных на исследование уровня самооценки. Но методики должны быть содержательными и информативными, чтобы провести качественный анализ данных. Таким образом, для исследования уровня самооценки было решено применить методики Дембо-Рубинштейн в модификации А.М.Прихожан «Исследование самооценки», «Нахождение количественного уровня самооценки» С.А. Будасси, модифицированный вариант, Тест Куна «Кто Я?» (М.Кун, Т. Маркпатленд; в модификации Т.В. Румянцевой). Каждая из методик дает возможность определить не только уровень самооценки, но и уровень притязаний, а также отношение человека к собственной личности. Таким образом, методики, использованные в нашем исследовании, в совокупности

достаточно информативны и надежны, а главное, дают возможность исследовать детей с интеллектуальной недостаточностью.

«Исследование самооценки» по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан (приложение 1).

Цель методики: исследовать самооценку личности

Данная методика основана на непосредственном оценивании (шкалировании) школьниками ряда личных качеств, таких как здоровье, способности, характер и т. д. Испытуемому выдается бланк, на котором изображено семь линий, высота каждой — 100 мм, с указанием верхней, нижней точек и середины шкалы. При этом верхняя и нижняя точки отмечаются заметными чертами, середина — едва заметной точкой.

Методика может проводиться как фронтально — с целым классом (или группой), так и индивидуально. При фронтальной работе необходимо проверить, как каждый ученик заполнил первую шкалу. Надо убедиться, правильно ли применяются предложенные значки, ответить на вопросы. После этого испытуемый работает самостоятельно. Время, отводимое на заполнение шкалы вместе с чтением инструкции, 10—12 мин. [75]. В нашей работе исследование проводилось как фронтально, так и индивидуально и в силу дефекта время увеличивалось в два раза.

В результате обработки результатов мы получаем уровень притязаний и уровень самооценки. Уровень притязаний: реалистический уровень притязаний, характеризует результат от 60 до 89 баллов. Оптимальный — сравнительно высокий уровень — от 75 до 89 баллов. Результат от 90 до 100 баллов обычно удостоверяет нереалистическое, некритическое отношение детей к собственным возможностям. Результат менее 60 баллов свидетельствует о заниженном уровне притязаний. 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. Количество баллов ниже 45 указывает на заниженную самооценку (недооценку себя)[там же].

«Нахождение количественного уровня самооценки» по С.А. Будасси, модифицированный вариант (Приложение 1).

Цель методики - выявить количественное выражение уровня самооценки.

В данной методике дети должны назвать те качества личности, которые им известны, а затем проранжировать их по важности у человечества - от наиболее важного к наименее важному, записать в колонку Ранг I. Затем по выраженности этих качеств у себя лично и записать в колонку Ранг II. После заполнения двух колонок, исследователь сам подсчитывает разность между первым и вторым показателем (или наоборот) – d и записывает результаты в третью колонку. Далее разность возводится в квадрат и заполняется четвертая колонка. И в завершении высчитывается сумма разностей, возведенных в квадрат – Σ и подсчитывается коэффициент ранговой корреляции Спирмена. По полученным результатам далее можно судить об уровне самооценки:

- $(-\infty; -0,33]$ свидетельствует о заниженной самооценке;
- $[0,33; \infty)$ свидетельствует о завышенной самооценке;
- $[-0,33; 0,33]$ самооценка адекватная [72].

Таким образом, методика по С.А. Будасси в целом, и в данном случае ее модифицированный вариант, больше всего направлена на ценности и идеалы детей, что заставляет их оценивать себя и других по определенным качествам, также есть возможность проследить, какие качества для ребенка являются наиболее значимыми, а какие он совершенно игнорирует, что дает дополнительную информацию. Но, самое главное, данная методика позволяет определить количественный уровень самооценки, что необходимо для нашего исследования. Методика по С.А. Будасси может проводиться фронтально, но в нашем случае этот вариант не подходит. Мы использовали работу с каждым индивидуально, чтобы помочь детям вспомнить качества личности, проследить

за правильностью ранжирования и получить дополнительную информацию в процессе беседы с ребенком.

Тест Куна «Кто Я?» (М. Кун, Т. Маркпатленд; в модификации Т.В. Румянцевой) (Приложение 1).

Цель теста: изучение содержательных характеристик идентичности личности. В нашем случае тест Куна предназначен для определения уровня самооценки испытуемых.

Инструкция: «В течение 12 минут вам необходимо дать как можно больше ответов на один вопрос, относящийся к вам самим: «Кто Я?». Постарайтесь дать как можно больше ответов. Каждый новый ответ начинайте с новой строки (оставляя некоторое место от левого края листа). Вы можете отвечать так, как вам хочется, фиксировать все ответы, которые приходят к вам в голову, поскольку в этом задании нет правильных или неправильных ответов». Когда клиент заканчивает отвечать, его просят: «Пронумеруйте все сделанные вами отдельные ответы-характеристики. Слева от каждого ответа поставьте его порядковый номер. Теперь каждую свою отдельную характеристику оцените по четырехзначной системе: 1) «+» - знак «плюс» ставится, если в целом вам лично данная характеристика нравится; 2) «-» - знак «минус» - если в целом вам лично данная характеристика не нравится; 3) «±» - знак «плюс-минус» - если данная характеристика вам и нравится, и не нравится одновременно; 4) «?» - знак «вопроса» - если вы не знаете на данный момент времени, как вы точно относитесь к характеристике, у вас нет пока определенной оценки рассматриваемого ответа. Знак своей оценки необходимо ставить слева от номера характеристики. У вас могут быть оценки как всех видов знаков, так и только одного знака или двух-трех. После того как вами будут оценены все характеристики, подведите итог: сколько всего получилось ответов, сколько ответов каждого знака».

Данный тест является нестандартизированным самоотчётом. Тест Куна уникален при полном обследовании личности, но в нашем случае,

использование данной методики было необходимо для определения уровня самооценки. Вследствие чего была использована лишь часть информации, данной тестом Куна «Кто Я?» - анализ самооценки идентичности, который позволяет определить уровень самооценки. Самооценка считается адекватной, если соотношение «+» к «-» составляет 65-80% на 35-20%. Самооценка считается неадекватно завышенной, если количество «+» к «-» составляет 85-100%, то есть человек отмечает, что у него или нет недостатков, или их число достигает 15%. Самооценка считается неадекватно заниженной, если количество «-» к «+» составляет 50-100%, то есть человек отмечает, что у него или нет достоинств, или их число достигает 50% от общего числа «+» и «-». Самооценка является неустойчивой, если «+» к «-» составляет 50-55%. Использование знака «плюс-минус» («±») говорит о степени его уравновешенности, о «взвешенности» его позиции относительно эмоционально значимых явлений. Выделяют людей эмоционально-полярного типа (те, кто совсем не используют при оценивании знак «плюс-минус»), уравновешенного (если количество знаков «±» достигает 10-20% от общего числа знаков) и сомневающегося типа (если количество знаков «±» превышает 30-40% от общего числа знаков). Наличие знака «?» при оценке идентификационных характеристик говорит о способности человека переносить ситуацию внутренней неопределенности, а значит, косвенно свидетельствует о способности человека к изменениям, готовности к переменам. Данный знак оценки используется людьми достаточно редко. Наличие трех и более знаков «?» при самооценивании предполагает у человека наличие кризисных переживаний. В целом использование человеком при самооценивании знаков «±» и «?» является благоприятным признаком[62, С. 183].

Обобщая вышесказанное можно сделать вывод, что выбор методик действительно оправдан и поможет определить ложность, либо истинность поставленной нами гипотезы. Несмотря на то, что некоторые методики простые, некоторые не имеют направленности только на исследование уровня

самооценки, они достаточно информативны и дают основную информацию для анализа самооценки и рассмотрения данного феномена с разных сторон.

2.2. Характеристика выборки и анализ результатов исследования

В соответствии с выбранной темой исследования, выборка состоит из категории детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей. Из всей генеральной совокупности детей с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей, исследование было проведено в специальной (коррекционной) школе-интернат для детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей с отклонениями в развитии VIII вида №9 г. Челябинска. Возраст, необходимый для исследования - дети 15-17 лет, таким образом, в выборку вошли дети 3 и 9 групп школы-интерната №9 – это дети 15-17 лет, учащиеся 7-10 классов, количество которых составляет 14 человек. Данное исследование является частичным, а выборка малая, так как количество детей, имеющих два дефекта в совокупности, ограничено – это первая причина маленькой выборки. Также группы в школе-интернат составляют максимум 14 человек, из которых присутствуют не все – часть находится на лечении, кто-то сбежал, часть просто не желает принимать участие в исследовании, а некоторые дети не способны к выполнению каких-либо заданий в силу сложности дефекта.

При составлении выборки мы опирались на следующие факторы:

- 1) наличие интеллектуальной недостаточности (по международной статистической классификации болезней – это диагнозы F-70 - F-79);
- 2) возраст детей – 15-17 лет;
- 3) отсутствие у ребенка семьи (дети-сироты) или ребенок, оставшийся без попечения родителей (лишение родителей прав на ребенка, отказ родителей от ребенка, тюремное заключение родителей).

Таким образом, выборка составляет 14 человек, в состав которой вошли дети с интеллектуальной недостаточностью (по МКБ-10 – дети легкой и

умеренной умственной отсталости – F-70 и F-71), 15-17 летнего возраста и оставшиеся без попечения родителей, вследствие лишения родителей прав на ребенка, тюремного заключения родителей, либо в связи с их отказом от ребенка, а также вследствие смерти родителей.

В выборку вошли дети с разными уровнями интеллекта и степенью дефекта, а также с различными сопутствующими заболеваниями. К тому же дети с разного рода семейными обстоятельствами, которые послужили их помещению в данное учреждение. Возрастная характеристика – дети 15-17 лет. Полового подразделения нет. Таким образом, можно судить об однородности выборки и ее репрезентативности.

Исследование самооценки по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан (Приложение 2, таблица 2) показали следующие результаты:

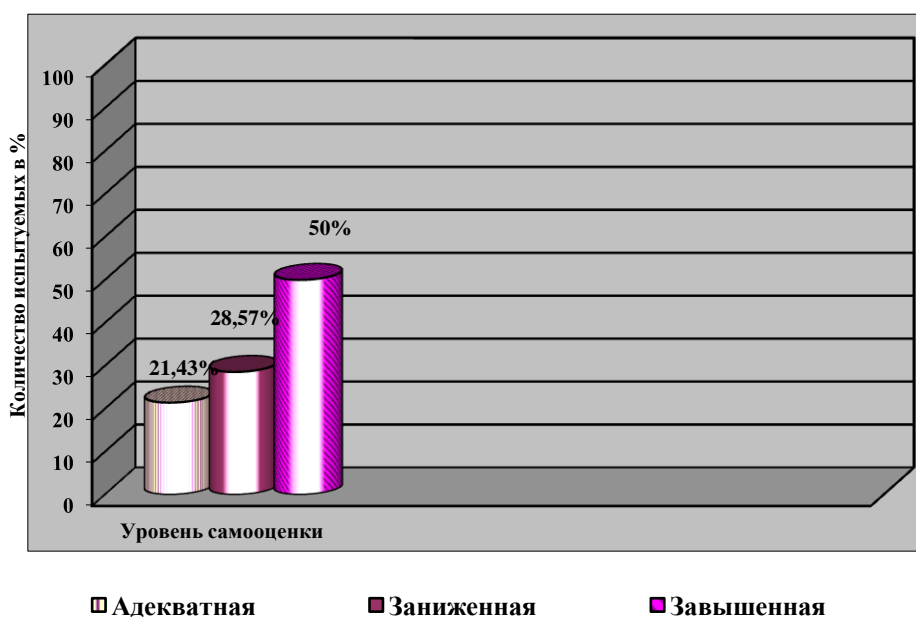


Рис.2. Показатели результатов исследования самооценки по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М.Прихожан

Из 14 человек по данной методике у трех адекватная самооценка – 21,43%. Адекватная самооценка – это наиболее оптимальная оценка своей личности, для которой характерна способность индивида к критике в свой адрес, что не совсем характерно для детей данной категории. Также человек с адекватной самооценкой правильно относится к своим неудачам и успехам,

ставит реальные цели, что не свойственно детям с интеллектуальной недостаточностью. Они, действительно, не могут правильно оценить свое поведение, поступки, деятельность, а их цели и мечты слишком далеки от реальности. Завышенная самооценка отмечается у 7 детей - 50%, а заниженная – 28,57%. Высокий уровень самооценки 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. Заниженная самооценка (недооценка себя) свидетельствует о крайнем неблагополучии в развитии личности. Как правило, эти дети 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. А вот завышенная и заниженная самооценка как раз свойственна детям с таким нарушением. Это можно отметить, наблюдая за детьми и в процессе беседы с ними.

Обращаясь к методике Дембо-Рубинштейн, необходимо обратить внимание, что дети некритично относятся к себе и своим возможностям, они, действительно, считают, что способны многое сделать. Рассматривая ответы детей по каждой шкале, особое внимание на себя обращает тот факт, что дети достаточно высоко оценивают свои ум и способности, здоровье, авторитет у сверстников, уверенность в себе. Зато не очень высокие показатели по шкалам – внешность, умение делать многое своими руками и характер. Есть вероятность того, что дети не особо понимают содержание данных шкал, хотя с уверенностью говорят, что знают и все понимают. А вот содержание шкал «внешность», «характер» наиболее знакомы и просты для их понимания.

Результаты исследования по методике С.А. Будасси «Нахождение количественного уровня самооценки», модифицированный вариант (Приложение 2, таблица 3):

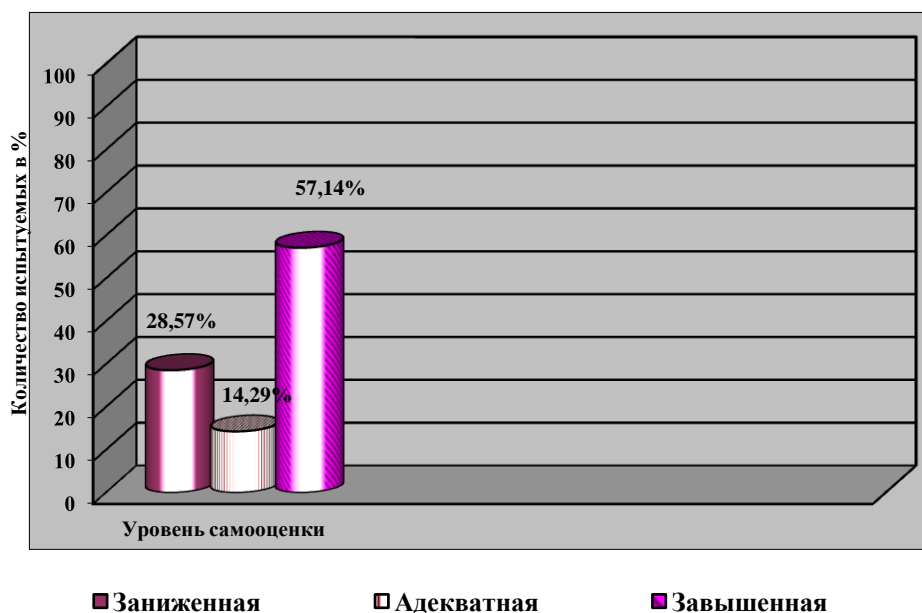


Рис.3. Показатели результатов исследования самооценки по методике С.А. Будасси «Нахождение количественного уровня самооценки»

Из рис. 3 видно, что большинству детей свойственна завышенная самооценка – 57,14%. На ее основе у человека возникает неправильное представление о себе, идеализированный образ своей личности и возможностей, своей ценности для окружающих, для общего дела. В таких случаях человек идет на игнорирование неудач ради сохранения привычной высокой оценки самого себя, своих поступков и дел. Происходит острое эмоциональное «отталкивание» всего, что нарушает представление о себе. Восприятие реальной действительности искажается, отношение к ней становится неадекватным – чисто эмоциональным. Рациональное зерно оценки выпадает полностью. Поэтому справедливое замечание начинает восприниматься как придирка, а объективная оценка результатов работы – как несправедливо заниженная. Человек с завышенной самооценкой не желает признавать, что все это – следствие собственных ошибок, лени, недостатка знаний, способностей или неправильного поведения. Возникает тяжелое

эмоциональное состояние – аффект неадекватности, главной причиной которого является стойкость сложившегося стереотипа завышенной оценки своей личности. Это, действительно, свойственно детям данной категории. Наблюдения и общение с ними позволяет сделать вывод, что дети абсолютно не критичны к собственной личности, они не видят своих недостатков и слишком эмоционально относятся к замечаниям и придиркам со стороны, не желая слушать мнения окружающих по поводу своей личности. Также завышенная самооценка в нашем случае может быть связана с тем, что есть дети, которые всю жизнь воспитывались в интернате, и не имеют опыт общения с детьми с нормой, что создает у них идеализированный образ собственной личности – умной, красивой и на все способной.

Испытуемым в составе 4 человека свойственна заниженная самооценка – 28,57%. Оценка ниже реальных возможностей личности обычно приводит к неуверенности в себе, робости и отсутствию дерзаний, невозможности реализовать свои способности. Такие люди не ставят перед собой труднодостижимых целей, ограничиваются решением обыденных задач, слишком критичны к себе. В нашем случае критичность у таких детей вряд ли присутствует, скорее всего, это установка, заложенная с детства родителями, учителями, либо сверстниками, которую ребенок принял за правильную оценку и до сих пор оценивает себя так, как когда-то сказали. С мнением Выготского по поводу псевдокомпенсации согласиться очень сложно. Дети, действительно, не могут реально, адекватно оценить себя, свои возможности. Так как, если бы дети могли правильно оценить свои способности в 15-17 летнем возрасте, они ставили бы реальные цели, например, в случае выбора профессии, но дети в этом плане абсолютно не адекватны, они выбирают профессии, которые не соответствуют их интеллектуальному развитию и невозможны в силу диагноза. Некоторые из них знают, какой стоит диагноз и при этом говорят о том, что хотели бы вылечиться, что опять же говорит о непонимании и неосознанности данной ситуации. В нашей выборке испытуемых, действительно, есть дети, которым свойственна адекватная самооценка и их количество составляет

14,29%. В основном это могут быть дети, у которых пограничная форма между умственной отсталостью и ЗПР, более старшего возраста. Адекватная самооценка состоит в способности реалистично осознавать и оценивать как свои достоинства, так и недостатки. За ней стоит позитивное отношение к себе, самоуважение, принятие себя, ощущение собственной полноценности.

Таким образом, результаты исследования по методике Будасси позволяют сделать вывод о том, что уровень самооценки детей с интеллектуальной недостаточностью 15-17 лет, оставшихся без попечения родителей, различен и зависит от уровня развития ребенка, степени нарушения, воспитания в семье и в интернате, а также от индивидуальных особенностей ребенка.

По тесту Куна «Кто Я?» (М. Кун, Т. Маркпатленд; в модификации Т.В. Румянцевой) мы получили следующие результаты (Приложение 2, таблица 4):

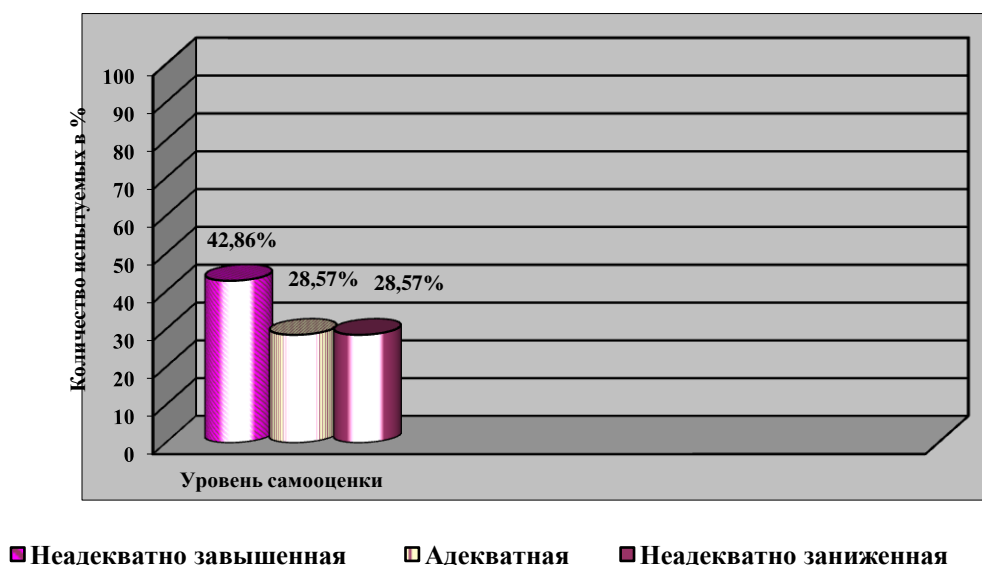


Рис.4. Показатели результатов исследования самооценки по тесту Куна «Кто Я?» (М. Кун, Т. Маркпатленд; в модификации Т.В. Румянцевой)

Из рис. видно, что у 42,86% испытуемых самооценка неадекватно завышена. Такие дети ставят перед собой более высокие цели, чем те, которых могут реально достигнуть, у них высокий уровень притязаний, не соответствующий их реальным возможностям. Человек с завышенной самооценкой характеризуется также неспособностью принимать на себя

ответственность за свои неудачи, отличается высокомерным отношением к людям, конфликтностью, постоянной неудовлетворенностью своими достижениями, эгоцентризмом. Неадекватная самооценка своих возможностей и завышенный уровень притязаний обуславливают чрезмерную самоуверенность. Все это целиком и полностью описывает детей данной категории. Они действительно с легкостью вступают в конфликты друг с другом, либо со взрослыми. Особое отношение у них к «домашним», которых они не принимают, потому что у них есть все (родители, близкие люди, родной дом, забота, тепло и любовь), а главное, свобода, которой нет у детей школы-интерната №9, которой они так желают. Таким образом, анализ самооценки идентичности по тесту Куна дает основание полагать, что большинству детей с интеллектуальной недостаточностью 15-17 лет, оставшихся без попечения родителей свойственна неадекватно завышенная самооценка.

Далее рассмотрим адекватную самооценку, что по тесту Куна свойственна всего 28,57% испытуемым. Адекватная самооценка состоит в способности реалистично осознавать и адекватно оценивать как свои достоинства, так и недостатки. Также адекватная самооценка выражается в том, что человек ставит перед собой реально достижимые и соответствующие собственным возможностям цели и задачи, способен брать на себя ответственность за свои неудачи и успехи, уверен в себе, способен к жизненной самореализации. Уверенность в себе позволяет человеку регулировать уровень притязаний и правильно оценивать собственные возможности применительно к различным жизненным ситуациям.

Количество детей с заниженной, также как с адекватной самооценкой, составляет 28,57%. Люди с заниженной самооценкой обычно ставят перед собой более низкие цели, чем те, которых могут достигнуть, преувеличивая значение неудач. Ведь низкая самооценка предполагает неприятие себя, самоотрицание, негативное отношение к своей личности, которые обусловлены недооценкой своих успехов и достоинств. При заниженной самооценке человек характеризуется другой крайностью, противоположной самоуверенности, -

чрезмерной неуверенностью в себе. Неуверенность, часто объективно не обоснованная, является устойчивым качеством личности и ведет к формированию у человека таких черт, как смирение, пассивность, «комплекс неполноценности».

По методике Куна «Кто Я?», которая в нашем исследовании использована частично, опять же большинство имеют неадекватно завышенную самооценку. Также, исходя из анализа данных по тесту Куна, хочется обратить внимание на то, что большинство детей относится к эмоционально-полярному типу. Для таких людей характерен максимализм в оценках, перепады в эмоциональном состоянии. Это, как правило, эмоционально-выразительные люди, у которых отношения с другими людьми зависят от того, насколько нравится им человек или не нравится. Данная информация полностью соответствует детям данной категории и свидетельствует опять же о завышенной, неадекватной самооценке. Еще одна особенность, которую можно отметить при анализе результатов по тесту Куна – дети живут сегодняшним днем и не направлены на построение реальных планов, перспектив на будущее, что говорит о неготовности к самостоятельной жизни. Таким образом, результаты теста Куна дали нам большой объем нужной, дополнительной информации, позволяющей судить об уровне самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей.

Также в нашем исследовании, как дополнительный метод при получении данных об уровне самооценки, использовалась карта наблюдения (Приложение 1, таблица 1). В данной карте за критерии были взяты внешние проявления поведения, проявления вербальных и невербальных форм общения. За основу были взяты проявления неадекватно завышенной самооценки, которая наиболее свойственна испытуемым нашего исследования. А для точности определения уровня заниженной, завышенной или адекватной самооценки были выбраны такие характеристики, как «часто», «редко», «иногда» и «никогда». С помощью взятых нами критериев достаточно наглядна картина поведения ребенка с неадекватно завышенной самооценкой, если почти по всем

признакам характеризуется как часто выраженный признак поведения. Также ясна картина поведения ребенка с неадекватно заниженной самооценкой, где основная характеристика признака «никогда», «редко» или «иногда». Ну и дети с адекватной самооценкой получают такие характеристики по карте наблюдения, как «иногда» и меньшее количество характеристик «редко», «часто» и «никогда». Исходя из анализа карты наблюдения (Приложение 2, таблица 6), можно отметить, что большее количество испытуемых с неадекватно завышенной самооценкой и меньшее количество с неадекватно заниженной и адекватной самооценкой.

Синтезируя данные всех методик и карты наблюдения, как дополнительного источника информации, мы пришли к выводу, что большему количеству детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей свойственна неадекватная самооценка - завышенная, либо заниженная и меньшему количеству адекватная самооценка. Следующей задачей нашей работы является определение количества детей для проведения программы коррекции самооценки и подтверждение гипотезы нашего исследования.

Таким образом, из выборки, число которой составляет 14 человек, мы исключаем тех испытуемых, чья самооценка по методикам исследования является адекватной. Их количество составляет 4 человека. То есть для реализации программы коррекции мы взяли 10 человек, чья самооценка неадекватно завышена или неадекватно занижена. Следовательно, выборка для опытно-экспериментального исследования коррекции самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей, составит 10 человек.

Выводы по Главе II

В ходе организации опытно-экспериментального исследования были разработаны этапы, подобраны оптимальные методы и методики для проведения исследования. В качестве конкретных методик по изучению уровня самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей выступали: «Исследование самооценки» (Дембо-Рубинштейн в модификации А.М.Прихожан), «Нахождение количественного уровня самооценки» (С.А. Будасси, модифицированный вариант), Тест Куна «Кто Я?» (М. Кун, Т. Маркпатленд; в модификации Т.В.Румянцевой), а также дополнительным источником информации об уровне самооценки стала карта наблюдения.

В процессе исследования участвовало 14 человек, воспитанники 3 и 9 группы школы-интерната №9. Исследование уровня самооценки в данной выборке испытуемых позволило получить данные, которые подробно раскрыты во втором параграфе. Обобщая результаты исследования по трем проведенным методикам можно сделать вывод, что у детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью преобладает неадекватно завышенный уровень самооценки – 42,86 % (6 человек) и неадекватно заниженный – 28,57% (4 человека), и 28,57% (4 человека) составляет адекватную самооценку (см. Приложение 2, Таблица 5). Следовательно, уровень самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей, различен, с преобладанием неадекватного. Таким образом, для проведения коррекционной работы мы должны взять тех испытуемых, чья самооценка является неадекватной. То есть выборку для реализации программы коррекции самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей, составили 10 человек с неадекватно заниженной и завышенной самооценкой.

Глава III. Опытнo-экспериментальное исследование коррекции самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей

3.1. Программа коррекции самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей

Целью коррекционной работы является достижение адекватности самооценки – реалистичная оценка своих возможностей, наличие критичности, правильное отношение к себе и умение адекватно реагировать на критику извне.

В соответствии с поставленной целью для реализации программы коррекции были определены следующие задачи:

- 1) достичь осознания ребенком своих характерных особенностей, предпочтений; понимания того, что каждый человек уникален и неповторим;
- 2) способствовать формированию позитивной позиции по отношению к окружающему миру, людям и себе;
- 3) помочь в овладении детьми системой понятий и представлений, необходимых для психологического анализа своей личности, группы и социально-психологических ситуаций;
- 4) мотивировать ребенка к познанию своих сильных и слабых сторон во взаимодействии с другими людьми;
- 5) развить понимание ребенка себя как личности и умения находить способы личностного развития, снятия внутриличностных конфликтов и напряжений;

6) сформировать умения организации оптимального общения, эмоциональной и поведенческой саморегуляции, а также умения анализировать ситуации;

7) развить навыки рефлексии и обратной связи.

Для достижения максимального эффекта программы коррекции самооценки, нами была выбрана групповая коррекция, и, следовательно, объектом коррекции является группа. Количественный состав группы – 10 человек, куда вошли дети с интеллектуальной недостаточностью 15-17 лет с разными уровнями интеллекта и степенью дефекта, а также с различными сопутствующими заболеваниями. К тому же дети с разного рода семейными обстоятельствами, которые послужили их помещению в данное учреждение. А главным критерием этой группы является наличие неадекватно заниженной и неадекватно завышенной самооценки.

Программа состоит из 10 занятий по 45 мин., которые проводятся два раза в неделю. Соответственно программа рассчитана на пять недель.

Занятие 1 - «Давайте знакомиться!».

Цели: знакомство; выяснить, как участник группы воспринимает себя, какие стороны своей личности он оценивает как положительные, какие считает недостатками.

Вводная часть:

Упражнение 1. Приветствие (3 мин.).

Цели: знакомство; создание благоприятной атмосферы для дальнейшей работы и информирование о цели и задачах программы коррекции.

Упражнение 2. Игра «Имя» (2 мин.).

Цели: узнать и запомнить имена всех участников тренинга; снять возможные затруднения при обращении друг к другу.

Упражнение 3. Правила работы в группе (7 мин.).

Цель: установление принципов работы в группе.

Основная часть:

Упражнение 4. «Кто Я?» (15 мин.).

Цель: выяснить, как участник группы воспринимает себя, какие стороны своей личности он оценивает как положительные, какие считает недостатками, хочет ли меняться.

Разминка:

Упражнение 6. Игра «Молекулы» (3 мин.).

Цель: снятие напряжения, усталости, сплочение группы и создание доброжелательной атмосферы.

Упражнение 5. Игра «Представление» (10 мин.)

Цели: формирование установок на выявление позитивных личностных и других качеств; умение представить себя.

Завершение:

Рефлексия (5 мин.).

Задание на самопознание: нарисовать автопортрет.

Занятие 2 – «Я такой, какой я есть».

Цель: способствовать выработке объективной самооценки.

Вводная часть:

Упражнения 1. «Приветствие с пожеланиями группе» (2 мин.).

Цель: установление психологического контакта и настрой участников на работу

Основная часть:

Упражнение 2. «На какой я ступеньке?» (5 мин.).

Цель: самодиагностика личности, определение уровня самооценки.

Упражнение 3. «Три имени» (13 мин.).

Цель: развитие саморефлексии, формирование установки на самопознание.

Разминка:

Упражнение 4. Напряженная поза «Арка Лоуэна» (3 мин.).

Цель: осознание тела и высвобождение напряжения через дрожь и произвольные движения.

Упражнение 5. «Автопортрет» (15 мин.).

Цель: презентация участниками группы своей личности, формирование представления о себе.

Завершение:

Рефлексия (7 мин.).

Задание на самопознание: «Мои достоинства».

Занятие 3 – «Мир во мне».

Цель: углубление знаний друг о друге через раскрытие качеств каждого участника, формирование навыков самоанализа, самопонимания и самокритики.

Вводная часть:

Упражнений 1. «Давайте поздороваемся» (3 мин.).

Цель: установление психологического контакта.

Основная часть:

Упражнение 2. «Я-реальное и я-идеальное» (15 мин.).

Цель: помощь участникам в выстраивании адекватной самооценки.

Упражнение 3. «Качества» (15 мин.).

Цель: выработка у участников более объективной самооценки.

Разминка:

Упражнение 4. Напряженная поза «Кольцо Лоуэна» (3 мин.).

Цель: помочь расширить сферу осознания тела и высвободить напряжение через дрожь и произвольные движения.

Упражнение 5. «Его сильная сторона» (6 мин.).

Цель: выработка умения говорить и выслушивать комплименты.

Завершение:

Рефлексия (3 мин.).

Задание на самопознание: Завести журнал успеха.

Занятие 4 – «Мир вокруг меня».

Цели: развитие умений видеть, чувствовать, адекватно воспринимать других людей, их поведение, ситуации, возникающие в процессе общения.

Вводная часть:

Упражнение 1. «Веселое приветствие» (3 мин.)

Цель: снятие напряжения, установление психологического контакта.

Оборудование: магнитофон, сборник музыкальных композиций танцевального характера на CD.

Основная часть:

Упражнение 2. «Мимика и жесты» (7 мин.).

Цель: развитие умения правильно воспринимать и использовать невербальные средства общения.

Упражнение 3. «Фраза» (5 мин.).

Цель: формирование умения определять состояние другого человека.

Упражнение 4. «Диалог руками» (5 мин.).

Цель: определение и развитие умений чувствовать, понимать другого человека.

Упражнение 5. «Мир музыки» (7 мин.).

Цель: познание внутреннего мира других людей.

Оборудование: магнитофон или музыкальный центр.

Упражнение 6. «Видение других» (6 мин.).

Цели: определение умения участников адекватно воспринимать других людей; коррекция восприятия участниками других людей.

Разминка:

Упражнение 7. «Мой сосед справа» (4 мин.).

Цель: развитие межличностного доверия и чувствительности к невербальным средствам общения.

Оборудование: музыкальный центр или магнитофон, сборник танцевальной музыки на CD.

Завершение:

Рефлексия (6 мин.).

Задание на самопознание: Написать мини-сочинение «Каким я вижу каждого участника группы».

Занятие 5 – «Я глазами мира».

Цель: предоставить участникам возможность увидеть себя глазами других людей, соотнести самооценку и оценку членами группы.

Вводная часть:

Упражнение 1. «Приветствие с клубком» (2 мин.).

Цель: установление психологического контакта.

Оборудование: клубок ниток для вязания.

Основная часть:

Упражнение 2. «Анализ ассоциаций» (15 мин.).

Цели: дать возможность каждому члену группы узнать, как его воспринимают другие участники; сопоставить разное видение членами группы одного и того же человека; коррекция собственного восприятия других людей.

Упражнение 3. «Черное и белое кресло» (10 мин.).

Цель: формирование более адекватной самооценки, самопознание участников.

Оборудование: два кресла или стула со спинкой, ткань, материал белого и черного цвета.

Разминка:

Упражнение 4. Игра «Колокол» (2 мин.).

Цель: снять напряжение и усталость.

Упражнение 5. «Мнение» (10 мин.).

Цель: фиксация внимания участников на своих личностных особенностях и восприятии себя, развитие умения слушать и давать обратную связь.

Завершение:

Рефлексия (6 мин.)

Задание на самопознание: Подумать, кто в группе больше всего нуждается в поддержке и помощи, найти способ поддержать его.

Занятие 6 – «Встреча двух миров».

Цели: помочь каждому участнику осознать основные способы и приемы взаимодействия с другими людьми, способы реагирования в сложных ситуациях, умение регулировать процесс общения.

Вводная часть:

Упражнение 1. «Приветствие» (2 мин.).

Цель: установление психологического контакта и настрой участников на работу.

Основная часть:

Упражнение 2. «Созвучие» (7 мин.).

Цели: развитие эмпатического понимания.

Упражнение 3. «Ролевая игра» (15 мин.).

Цели: расширение поведенческого репертуара детей за счет социально одобряемых и соответствующих социальным ожиданиям форм поведения; формирование регуляции эмоциональных состояний, преодоление неуверенности в себе.

Разминка:

Упражнение 4. «Ролевая гимнастика» (8 мин.).

Цели: снятие напряжения и усталости.

Упражнение 5. «Картина» (8 мин.).

Цель: формирование направленности ребенка на сверстника, расширение и обогащение позитивного опыта совместной деятельности

Оборудование: 5 листов бумаги и пять карандашей.

Завершение:

Рефлексия (7 мин.).

Задание на самопознание: Упражнение «Подарок».

Занятие 7 – «Я глазами группы».

Цели: формирование восприятия своих личностных черт, умения посмотреть на себя со стороны, формирование адекватной самооценки.

Вводная часть:

Упражнение 1. «Эксклюзивное приветствие» (3 мин.).

Цель: установление психологического контакта.

Основная часть:

Упражнение 2. «Встречные мнения» (15 мин.).

Цель: способствовать формированию адекватного уровня самоуважения.

Упражнение 3. «Обо мне наоборот» (15 мин.).

Цель: создание предпосылки отойти от привычных самооценок; приобретение нового эмоционального опыта, изменение самоотношения, воздействие на уровень притязаний.

Разминка:

Упражнение 4. «Корона уверенности» (2 мин.)

Цель: снятие напряжения и усталости, повышение уверенности в себе.

Упражнение 5. «Чемодан» (7 мин.).

Цель: создать мотивацию для дальнейшей работы над собой, над познанием собственного «Я».

Завершение:

Рефлексия (3 мин.).

Задание на самопознание: записать перечень продолжений фразы: «Я – подарок для...».

Занятие 8 – «Встреча с самим собой».

Цель: формирование навыка самоанализа, самопонимания и самокритики, формирование адекватной самооценки.

Вводная часть:

Упражнение 1. Игра «Король комплиментов» (5 мин.).

Цель: повышение самооценки, создание доверительных и близких взаимоотношений между участниками, а также развитие умения говорить и принимать комплименты.

Основная часть:

Упражнений 2. «Зеркало» (10 мин.).

Цель: развитие принятия своей личности, формирования положительного отношения и уважения к себе.

Упражнение 3. «Комиссионный магазин» (15 мин.).

Цель: формирование навыков самоанализа и самокритики, выявление значимых личностных качеств.

Разминка:

Упражнение 4. «Распускание панцирей» (3 мин.).

Цель: раскрепощение человека и обретение чувства уверенности.

Упражнение 5. «Образ Я» (7 мин.).

Цель: соединение вербального и невербального компонентов выразительной самооценочной позиции.

Завершение:

Рефлексия (5 мин.).

Задание на самопознание: ответить на вопрос: «Что полезного вы получили на занятиях?»

Занятие 9 - «Я – это Я».

Цели: формирование правильного представления о себе, адекватной самооценки и объективного отношения к качествам своей личности.

Вводная часть:

Упражнение 1. Игра «Спасибо, что ты рядом!» (2 мин.).

Цель: позитивный настрой участников, установление психологического контакта.

Основная часть:

Упражнение 2. «Формула любви к себе» (5 мин.).

Цель: осознание значимости и неповторимости своей личности.

Упражнение 3. «Я люблю себя» вариант А (5 мин.).

Цель: отработка умения выражать любовь к себе, умения говорить об этом и верить в уникальность своего существования.

Разминка:

Упражнение 4. Медитация «Здравствуй, я любимый» (8 мин.).

Цель: самовнушение, снятие напряжения и повышение чувства уверенности.

Упражнение 5. «Я люблю себя» вариант Б (10 мин.).

Цель: нахождение оптимального способа проявления любви к себе.

Упражнение 6. «Хвастовство» (10 мин.).

Цель: формирование навыков самораскрытия.

Завершение:

Рефлексия (5 мин.).

Задание на самопознание: сочинить сказку «Я через десять лет».

Занятие 10 – «Заглянем в будущее».

Цели: разработка нового отношения к себе, адекватного восприятия своей личности и формирование умения применять полученный опыт в будущем.

Вводная часть:

Упражнение 1. «Приветствие с пожеланиями группе» (2 мин.).

Цель: установление психологического контакта.

Основная часть:

Упражнение 2. «Декларация собственной самооценности» (8 мин.).

Цель: утверждение значимости и ценности каждой личности.

Упражнение 3. «Я в будущем» (20 мин.).

Цель: осознание полученного опыта и его значимости для будущего.

Упражнение 5. «Связующая нить» (5 мин.).

Цели: формирование чувства собственной значимости.

Завершение:

Упражнение 6. Рефлексия «здесь и теперь» (10 мин.).

Цели: анализ изменений, произошедших с каждым из участников; анализ полученного опыта и отработанных знаний и умений; анализ адекватности самооценки; анализ возможности самостоятельной работы по формированию адекватного отношения к себе и самосовершенствованию.

Таким образом, в данном параграфе мы представили программу коррекции. Упражнения, представленные в программе, были взяты из изданий таких авторов, как Е.В. Дендеберя, Р. Кьелл, А.Г.Лидерс, М.А. Свистун, М. Смит, Н.А. Юлина. Подробное описание занятий и полное содержание упражнений можно найти в Приложении 3.

3.2. Анализ результатов исследования

Для подтверждения выдвинутой нами гипотезы, что самооценка детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей, изменится при проведении программы коррекции, мы провели несколько этапов исследования. На первом этапе осуществлялась диагностика самооценки и ее уровня у детей данной категории на базе школы-интернат №9. Выборка состояла из 14 человек, исследование проводилось по методикам «Исследование самооценки» (Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан), «Нахождение количественного уровня самооценки» (С.А. Будасси, модифицированный вариант), Тест Куна «Кто Я?» (М.Кун, Т. Маркпатленд; в модификации Т.В. Румянцевой). На втором этапе, для реализации программы

коррекции, мы составили выборку, в которую вошли дети с неадекватной самооценкой (заниженной или завышенной) по результатам диагностики. Количество таких детей составило десять человек. Затем с данной выборкой была проведена коррекция самооценки по программе, изложенной в предыдущем параграфе. Для проверки эффективности программы коррекции самооценки и подтверждения гипотезы нашего исследования, мы провели повторную диагностику по тем же методикам исследования уровня самооценки с выборкой из десяти человек и получили нижеследующие данные.

По методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан (приложение 2, таблица 7) преобладает адекватная самооценка, она составляет 50% выборки. Меньшее количество составляет заниженная самооценка - 20% и 30% испытуемым свойственна завышенная самооценка.

Исходя из результатов исследования по методике С.А. Будасси «Нахождение количественного уровня самооценки», модифицированный вариант (Приложение 2, таблица 8), получены следующие уровни самооценки: адекватная самооценка составляет 40% испытуемых, а заниженная и завышенная находятся на одном уровне и составляют 30%.

По тесту Куна «Кто Я?» (М. Кун, Т. Маркпатленд; в модификации Т.В. Румянцевой) мы получили следующие результаты (Приложение 2, таблица 9): 40% - неадекватно заниженная самооценка; и одинаковому количеству испытуемых соответствует завышенная и адекватная самооценка – 30%.

Таким образом, исходя из комплексного анализа результатов вторичного исследования уровня самооценки, мы видим, что в большей степени преобладает адекватная самооценка и в меньшей - заниженная и завышенная, хотя до коррекции в выборке не присутствовали дети с адекватной самооценкой. Следовательно, сдвиг произошел в положительную сторону, и программа оказалась эффективной.

Для наглядности полученных данных мы сравнили результаты диагностики группы испытуемых до коррекции и после коррекции и представили их в рисунках.

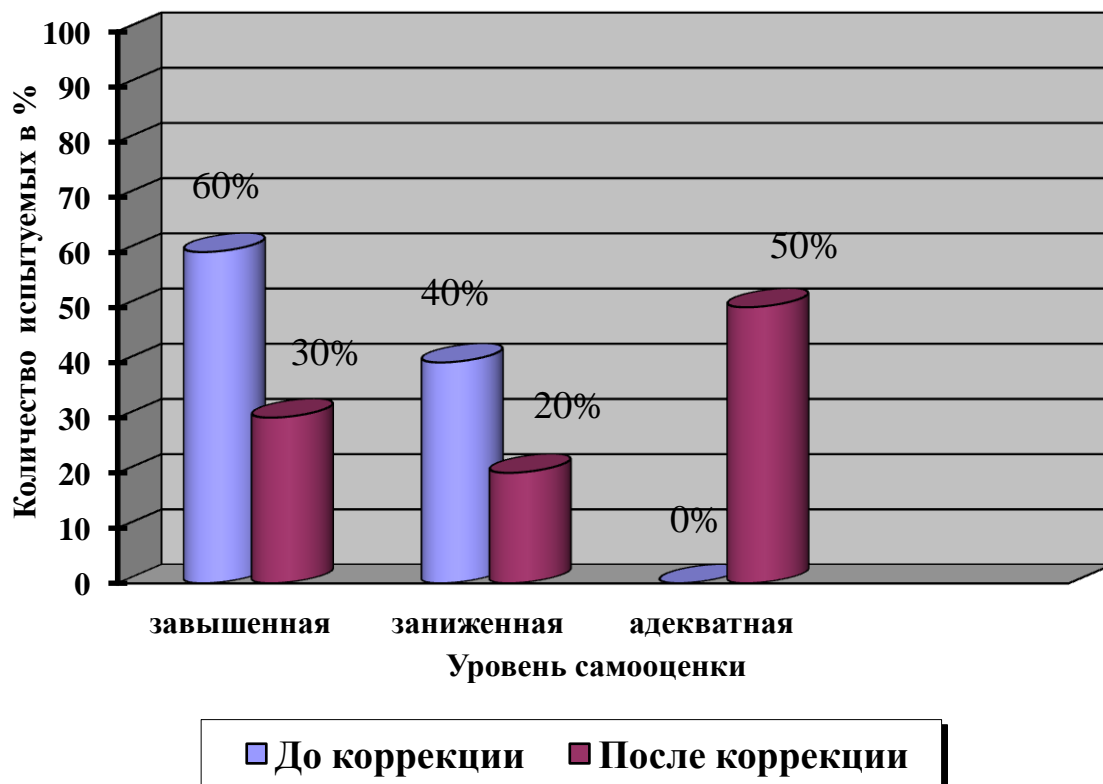


Рис. 5. Сравнение показателей результатов исследования уровня самооценки «до» и «после» проведения программы коррекции по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М.Прихожан

На рис. мы видим, как и насколько изменился уровень самооценки. Таким образом, есть дети, чья самооценка изменилась в положительную сторону: завышенная стала адекватной, либо ее показатели стали более низкими, чем раньше; заниженная самооценка стала адекватной, либо ее показатели стали чуть выше, чем до коррекции. Также есть дети, чья самооценка изменилась в отрицательную сторону – заниженная стала еще ниже. Это может свидетельствовать о неготовности ребенка к коррекционной программе, о большом количестве защитных механизмов или внутриличностных конфликтов, которые мешали ребенку раскрыться и целиком погрузиться в работу над своей самооценкой. Возможно, у ребенка

установка из детства, которую невозможно изменить за шесть недель. По этим же и многим другим причинам есть испытуемые, чья самооценка не изменилась совсем.

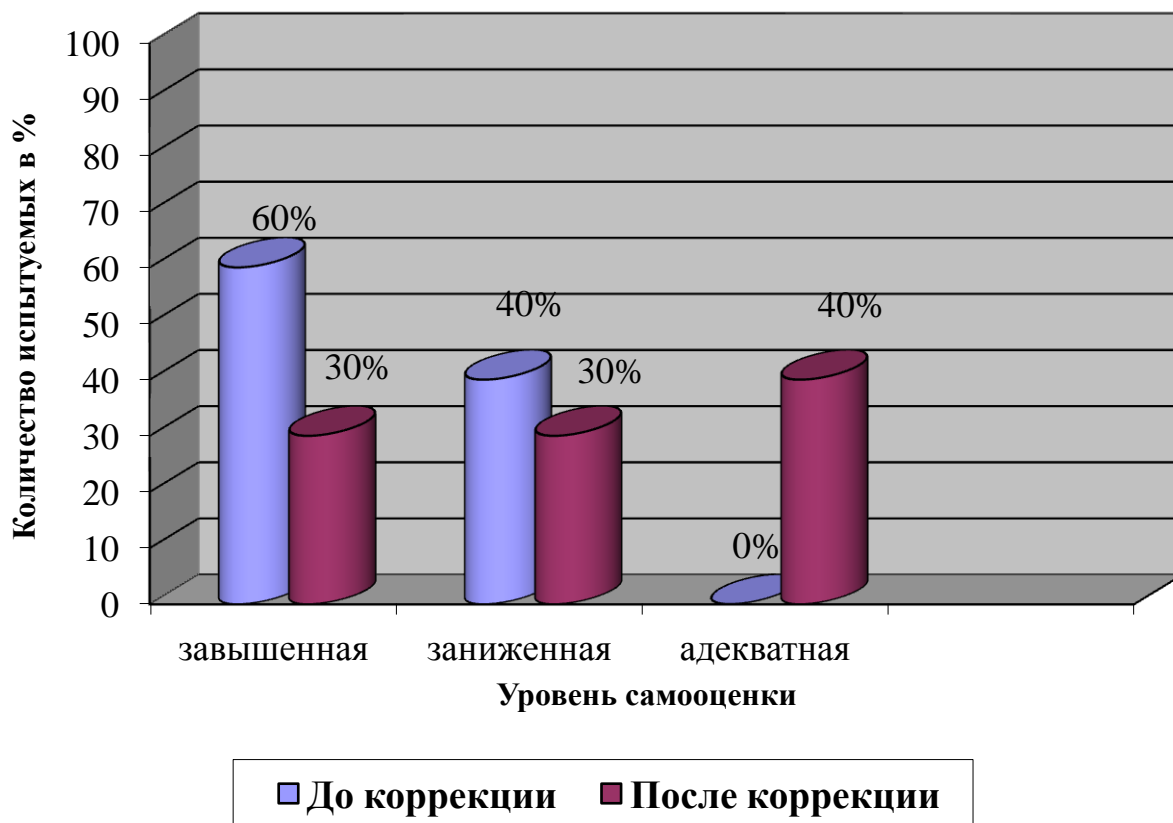


Рис. 6. Сравнение показателей результатов исследования уровня самооценки «до» и «после» проведения программы коррекции по методике С.А. Будасси «Нахождение количественного уровня самооценки»

Анализируя результаты исследования до и после коррекции, полученные по методике С.А. Будасси «Нахождение количественного уровня самооценки», можно также увидеть разницу показателей и явные изменения в положительную сторону (Рис. 6). Количество испытуемых с адекватной самооценкой стало меньше, но, тем не менее, преобладает. Опять же есть дети, чья самооценка (завышенная или заниженная), изменилась в положительную сторону, то есть стала адекватной, либо ее показатели изменились в лучшую сторону – показатели заниженной самооценки стали выше, а завышенной ниже. Но есть и дети, чья самооценка изменилась в отрицательную сторону, то есть завышенная стала еще выше, а заниженная еще ниже.

График для сравнения показателей уровня самооценки по тесту Куна:

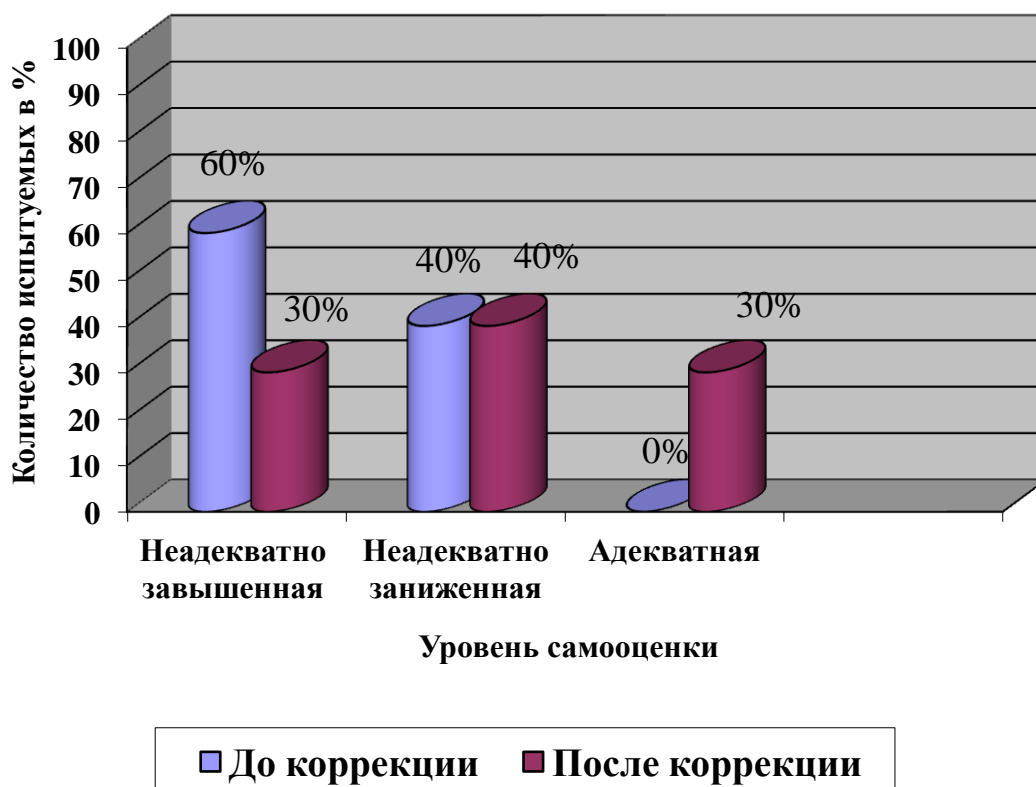


Рис. 7. Сравнение показателей результатов исследования уровня самооценки «до» и «после» проведения программы коррекции по тесту Куна «Кто Я?» (М. Кун, Т. Маркпатленд; в модификации Т.В. Румянцевой)

После коррекции данная методика демонстрирует нам следующие результаты: испытуемых с адекватной самооценкой меньше, чем с неадекватно заниженной и одинаково с неадекватно завышенной. Но если сравнивать выборку этих же испытуемых с результатами до коррекции, где дети с адекватной самооценкой отсутствовали, то результаты коррекции значительны, что можно увидеть на рис.7. Если же сравнивать с результатами других методик, то по методике Куна больше испытуемых, чья самооценка изменилась в отрицательную сторону или осталась на том же уровне. У остальных, а это большинство, самооценка изменилась в положительную сторону, то есть неадекватно завышенная стала адекватной, либо показатели неадекватно завышенной стали ниже. Возможно, преимущество неадекватно заниженной самооценки связано с непониманием инструкции методики. Так как ребенок,

понимая, что если он напишет только хорошие качества, то могут подумать, что он чрезмерно самоуверен и самовлюблен, старается написать больше отрицательных сторон своей личности. Необходимо учитывать и то, что, несмотря на дефект, они достаточно критичны к себе, к тому же в возрасте 15-17 лет даже дети данной категории склонны недооценивать себя и реально оценивать свои возможности, а главное, они осознают свой дефект и естественно видят в нем свой недостаток.

Обобщая результаты, полученные по всем методикам после коррекции (Приложение 2, таблица 10) и до коррекции (Приложение 2, таблица 5), а также, сравнивая их между собой, можно сделать вывод, что уровень самооценки изменился. Существенные изменения произошли в уровнях самооценки после коррекции. Отсутствие детей с адекватной самооценкой до коррекции и их преимущество после коррекции свидетельствует о том, что программа коррекции оказалась эффективной. Изменения произошли в уровнях неадекватно завышенной и неадекватно заниженной самооценки. Количество испытуемых после коррекции с неадекватно завышенной и заниженной самооценкой уменьшилось. После реализации коррекционной программы особенно заметно изменение в неадекватно завышенной самооценке, где разница между результатами до и после составляет 30%. Небольшая разница наблюдается в значениях до и после коррекции по неадекватно заниженному уровню самооценки - 10%. Наиболее существенные изменения мы видим в показателях адекватной самооценки, их разность составляет 40%.

Итак, по результатам повторной диагностики и анализа полученных данных, мы наблюдаем, что показатели констатирующего и формирующего экспериментов в экспериментальной группе имеют явные различия. Но для того, чтобы доказать гипотезу, необходимо подтвердить теоретические предположения. Таким образом, следующим этапом станет математическая обработка результатов исследования. Для доказательства гипотезы было решено использовать критерий Т-Вилкоксона. Так как именно этот критерий

применяется для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке. Мы применяем критерий Т-Вилкоксона, так как нам необходимо выяснить, эффективна ли данная коррекционная программа. Выборка в нашем случае достаточно маленькая, а данный критерий позволяет определить интенсивность сдвигов в выборке с минимальным количеством – 5 человек. Преимущество критерия Т-Вилкоксона в сравнении с G-критерием знаков в том, что он применим и наиболее эффективен в случае, если сдвиги варьируются в достаточно широком диапазоне. Так как у нас уровень самооценки варьируется от неадекватно заниженной до неадекватно завышенной, и значения в диапазоне от 0 до 100 или -0,33 до +0,33, то лучше применять критерий Т-Вилкоксона.

Суть метода состоит в том, что мы сопоставляем выраженность сдвигов в том и ином направлениях по абсолютной величине. Для этого мы сначала ранжируем все абсолютные величины сдвигов, а потом суммируем ранги. Если сдвиги в положительную и в отрицательную сторону происходят случайно, то суммы рангов абсолютных значений их будут примерно равны. Если же интенсивность сдвига в одном из направлений перевешивает, то сумма рангов абсолютных значений сдвигов в противоположную сторону будет значительно ниже, чем это могло бы быть при случайных изменениях.

Типичным сдвигом будет сдвиг в более часто встречающемся направлении, а нетипичным, или редким, сдвигом - сдвиг в более редко встречающемся направлении.

Таким образом, придерживаясь алгоритма подсчета критерия для начала составляется список испытуемых. Составляется таблица, где записываются в один столбик значения «До», в другой столбик значения «После», после чего вычисляется разность между значениями «До» и «После», которая записывается в третий столбик. Далее определяем, что будет типичным сдвигом, а что нетипичным и формулируем гипотезу.

В нашем случае типичным сдвигом будет направление в сторону адекватной самооценки, а нетипичным в сторону неадекватной. Таким образом, гипотезы Т-критерия Вилкоксона будут следующие:

H_0 – интенсивность сдвигов в направлении адекватной самооценки не превосходит интенсивности сдвигов в направлении неадекватной самооценки (завышенной или заниженной).

H_1 – интенсивность сдвигов в направлении адекватной самооценки превосходит интенсивность сдвигов в направлении неадекватной самооценки (завышенной или заниженной).

После того как гипотезы сформулированы в таблицу записывается абсолютная величина разности отдельным столбцом. Затем этим значениям присваиваются ранги по правилам ранжирования. Для того чтобы проверить правильность ранжирования, можно воспользоваться формулой:

$$\sum r = N*(N+1)/2, \text{ где } N - \text{ количество испытуемых}$$

Далее нас интересуют ранги, соответствующие сдвигам в нетипичном направлении. Подсчитывая сумму этих рангов, мы получаем значение $T_{\text{эмп.}}$.

$$T_{\text{эмп.}} = \sum(R) \text{ нетипичных сдвигов}$$

где R – ранг.

Таким образом, исходя из математической обработки данных по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М.Прихожан, мы получаем:

$$T_{\text{эмп.}} = 1,5 + 1,5 = 3$$

Далее мы определяем значения $T_{\text{кр.}}$ по таблице, когда $n = 9$, т.к. есть нулевой сдвиг [14, С.93].

$$T_{\text{кр.}} : \begin{cases} 0,05 = 8 \\ 0,01 = 3 \end{cases}$$

Исходя из значений $T_{кр.}$ мы видим, что значение $T_{эмп.} = 3$ и значение $T_{кр.}$ при погрешности $0,01 = 3$ совпадают.

Так как значение $0,01 < 0,05$ и зона значимости находится слева, то ось значимости будет направлена в левую сторону, таким образом, получаем:

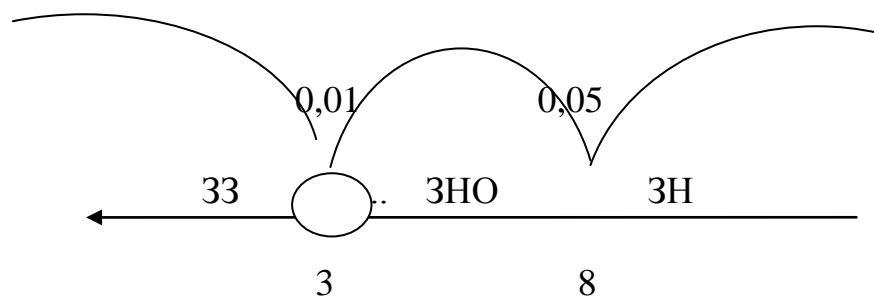


Рис. 8. Ось значимости критерия Т-Вилкоксона по методике «Исследование самооценки» по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан

$T_{эмп.}$ совпало со значением $T_{кр.}$ при погрешности $0,01$ и попало в зону значимости, а, следовательно, мы подтверждаем гипотезу H_1 , то есть интенсивность сдвигов в направлении адекватной самооценки превосходит интенсивность сдвигов в направлении неадекватной самооценки (завышенной или заниженной).

Таким образом, мы подтверждаем гипотезу об изменении уровня самооценки после проведения программы коррекции у детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей.

Описание критерия, алгоритм подсчета, а также таблицы данных и расчеты по каждой из методик можно найти в Приложении 4.

Исходя из математической обработки результатов исследований всех методик по Т-критерию Вилкоксона, эмпирическое значение в каждой из методик ниже критического и значения попадают в зону значимости, а, следовательно, мы принимаем альтернативную гипотезу. Это говорит о том, что интенсивность сдвигов в сторону адекватной самооценки превосходит

интенсивность сдвигов в сторону неадекватной самооценки (завышенной или заниженной). То есть адекватная самооценка преобладает над неадекватной, что и было поставлено основной целью коррекции – достижение адекватности. В выборку для проведения коррекционной программы не вошли дети с адекватной самооценкой, то есть все десять человек имели либо завышенную, либо заниженную самооценку. После коррекции число детей с адекватной самооценкой превысило число детей с неадекватно завышенной и неадекватно заниженной самооценкой. Отсюда можно сделать вывод о том, что самооценка детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей изменилась после проведения коррекционной программы. А, следовательно, гипотеза исследования доказана. Самооценка детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей, изменится при проведении программы коррекции.

3.3. Рекомендации

После выводов, сделанных на основе результатов исследования, а также проведенной программы коррекции, необходимо дать рекомендации для учителей и воспитателей. Рекомендации были составлены с учетом дефекта и социальных условий развития, а также, опираясь на результаты проведенной коррекционной программы. В нашем случае категория детей - дети, оставшиеся без попечения родителей, а, следовательно, рекомендации будут предназначены для воспитателей, которые заменяют детям родителей.

Прежде, чем дать рекомендации, мы должны познакомить учителей и воспитателей с психологическими особенностями детей данной категории, включая информацию о важности выполнения рекомендаций по преодолению неадекватности самооценки и созданию оптимальных условий развития для детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей.

Рекомендации для воспитателей:

1. Принимайте ребенка таким, какой он есть.
2. Сравнивайте ребенка только с самим собой – вчерашние изменения с сегодняшними, успехи и недостатки с его же достижениями и промахами.
3. Ругайте за конкретный поступок, не переходя на оценку личности в целом. Например: «Ударив сегодня утром девочку, ты поступил очень плохо», а не «Ты плохой мальчик, потому что сегодня утром ударил Катю».
4. Помните, что отрицательная оценка – враг интереса и творчества.
5. Существуют слова и выражения, способные постепенно повышать или понижать самооценку. К числу тех, которые следует исключить из употребления, относятся: «О чем ты только думаешь», «Неужели тебе трудно запомнить, что...», «Сколько раз надо повторять...», «Неужели ты не видишь, что...», «Все люди..., а ты...», «Что ты ко мне пристала» и т.д. И наоборот, полезно говорить: «Посоветуй мне, пожалуйста...», «Какие у тебя замечательные друзья», «Общаясь с тобой, можно многому научиться...».
6. Необходимо учить ребенка уважать себя, любить себя таким, какой он есть, и поддерживать в желании ребенка измениться в лучшую сторону. Здесь возможна помощь воспитателя в написании ребенком «журнала успеха» или создании «сундучка достижений». Также воспитатель может контролировать и мотивировать ребенка на ежедневное повторение фразы, которую дети записывали на одном из коррекционных занятий: «Я подарок для..» и перечисление перечня, написанных им, продолжений данной фразы.
7. Контролировать ежедневное проговаривание фразы: «Я люблю тебя (и называть свое имя) и принимаю тебя таким, какой ты есть, со всеми достоинствами и недостатками. Я не буду бороться с тобой, и мне совершенно незачем побеждать тебя. Но моя любовь даст мне возможность развиваться и совершенствоваться, самому радоваться жизни и приносить радость в жизнь других».

8. Убедитесь в том, что ребенок поместил на видном месте список «Мои достоинства» и постепенно дополняет его.

9. Необходимо поощрять в ребенке независимость и ответственность. Поощрять хозяйственную работу по группе, помощь в приготовлении еды. Он должен чувствовать, что частью подготовки к самостоятельности является возможность оставаться одному и при этом чувствовать уверенность в себе.

10. Надо учить ребенка брать на себя определенную ответственность за свои поступки и действия.

11. Давайте ребенку посильные задания и поручения и переходите к более сложным только после того, как он справится с предыдущими. Если у ребенка что-то не получается, предлагайте пробовать еще раз, давая аналогичные задания. Предлагайте свою помощь только в тех случаях, когда малыш начнет чувствовать безнадежность поиска решения ситуации.

12. Поощряйте инициативу, самостоятельность, искренне радуйтесь каждому, даже самому маленькому, успеху. Это вселяет в ребенка уверенность и окрыляет для новых достижений.

13. Воспитывайте веру ребенка в свои силы, высказывая предвосхищающую успех оценку, например: «Я знаю, что у тебя все получится!», «Если ты захочешь, то ты с этим легко справишься! Только оптимизм и вера в успех порождают в ребенке чувство защищенности, повышают самооценку, вселяют уверенность в собственных способностях.

14. Анализируйте вместе с ребенком негативные особенности его характера, его неудачи, делая правильные выводы. Чтобы не воспитать ребенка с завышенной самооценкой, который будет болезненно реагировать на естественные трудности и проблемы, возникающие на жизненном пути, обвиняя во всем окружающих.

Рекомендации для учителей:

1. Необходимо постоянно помнить о том, что дети данной категории не виноваты в том, что их интеллект не соответствует норме, а,

следовательно, не по своей вине они не могут переработать полученный на уроках материал и выполнить какое-либо задание.

2. Нужно быть терпеливым, снисходительным и сдержанным. Проявлять доброжелательное отношение и интерес к каждому ребенку.

3. Принимайте ребенка таким, какой он есть.

4. Сравнивайте ребенка только с самим собой – вчерашние изменения с сегодняшними, успехи и недостатки с его же достижениями и промахами, а не с одноклассниками.

5. Ругайте ребенка за конкретный поступок, не переходя на оценку личности в целом. Например: «Отвлекая Вову на уроке, ты поступаешь некрасиво, т.к. мешаешь другим ребятам заниматься», а не «Опять мешаешь другим! Безобразный мальчик!».

6. Помните, что отрицательная оценка – враг интереса и творчества.

7. Давайте ребенку посильные задания и поручения и переходите к более сложным только после того, как он справится с предыдущими. Если у ребенка что-то не получается, предлагайте пробовать еще раз, давая аналогичные задания. Предлагайте свою помощь только в тех случаях, когда малыш начнет чувствовать безнадежность поиска решения ситуации.

8. Учите детей самостоятельно решать задачи, выполнять упражнения и только при необходимости помогайте разобраться в трудностях заданий.

9. Существуют слова и выражения, способные постепенно повышать или понижать самооценку. К числу тех, которые следует исключить из употребления, относятся: «О чем ты только думаешь», «Неужели тебе трудно запомнить, что...», «Сколько раз надо повторять...», «Неужели ты не видишь, что...», «Все люди..., а ты...», «Что ты ко мне пристала» и т.д.

10. Помните, что дети с интеллектуальной недостаточностью очень чувствительны к оценке взрослых и ваше отношение и оценка их деятельности может сыграть важную роль в формировании адекватности самооценки личности.

Выводы по главе III

На основании принципов, форм и методов коррекционной работы, изложенных в третьем параграфе первой главы, нами была разработана программа коррекции самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей. Программа состоит из 10 занятий по 45 мин. каждое, рассчитана на пять недель, форма работы - групповая. В группу вошли дети с неадекватно завышенной и неадекватно заниженной самооценкой, исключая детей с адекватной самооценкой.

На следующем этапе проводилась оценка эффективности программы коррекции. Контрольно-обобщающий этап включает обработку и анализ, полученных после коррекции, данных: адекватная самооценка – 40%, завышенная и заниженная – 30% (см. Приложение 2, таблица 10). Подробное описание результатов исследования можно найти во втором параграфе данной главы. Там же графически представлены диаграммы, где отображены результаты до и после коррекции. Таким образом, сравнивая результаты констатирующего и формирующего экспериментов, мы наблюдаем явные различия между показателями, измеренными в двух разных условиях. Для доказательства этих различий мы применяем критерий Т-Вилкоксона. Расчет данного критерия подтвердил эффективность программы коррекции и утвердил наши предположения о том, что самооценка детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей изменится после проведения программы коррекции, а, следовательно, гипотеза нашего исследования доказана.

Заключение

Опираясь на данные официальной статистики на 2010 год о количестве детей с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей и анализ литературы по проблеме исследования, можно сделать вывод о том, что проблема самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей, является актуальной для общества страны в целом. Следовательно, коррекция самооценки детей данной категории является особо актуальной задачей, решение которой выступает важным условием увеличения количества детей, способных адекватно оценивать свои возможности и окружающую действительность и адаптироваться к любым изменяющимся условиям. Самооценка является главным компонентом Я-концепции и важным регулятором поведения человека, именно ей отводится центральная роль в общем контексте формирования личности. Самооценка задействована во всех сферах жизнедеятельности человека и определяет его психологическое здоровье в целом. Проблема развития личности детей с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей, также как проблема адаптации и интеграции таких детей в социум, занимает важное место в развитии общества в целом. Важно отметить, что неслучайно в выборку вошли дети 15-17 лет, которые в скором времени достигают совершеннолетия и выпускаются из интерната, а, следовательно, они должны быть, в первую очередь, психологически к этому готовы. Таким образом, мы доказали, что тема исследования действительно актуальна, и выбор детей с интеллектуальной недостаточностью именно 15-17 летнего возраста, оставшихся без попечения родителей, оправдан.

Гипотеза нашего исследования – самооценка детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей изменится при проведении программы коррекции, а также цель, объект и предмет исследования позволили сформулировать задачи исследования.

Теоретический этап квалификационной работы включает в себя анализ литературных источников по проблеме исследования. На данном этапе уточнялись основные понятия данной темы, анализировались различные точки зрения по проблеме исследования. Работа опирается на синтез двух линий психологических исследований. Она вписывается в рамки возрастнопсихологического подхода, который раскрывает закономерности развития личности, как в норме, так и при патологии в онтогенезе, а также основывается на общепсихологической теории, конкретно на опыте изучения проблемы самооценки. Поэтому работа опирается как на труды отечественных классиков психологии развития: Л.И. Божович, Л.С. Выготского, М.И. Лисиной, Д.Б. Эльконина, так и на работы исследователей проблемы самооценки: Р. Бернс, Л.В. Бороздина, М.Э. Боцманова, А.В. Захарова, Г.А. Карпова, И.С. Кон, И.И. Чеснокова и ряда других. Таким образом, мы изучили теорию, касающуюся понятия самооценки и особенностей самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей, чтобы иметь представление об объекте исследования и о категории исследуемых, а также определить критерии для подбора методов и методик исследования. На этом же этапе подробно изложены принципы, формы и методы коррекционной работы, на основании которых составлялась программа коррекции самооценки. Здесь же представлена схема основных этапов коррекции самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей.

На эмпирическом этапе осуществлялся подбор необходимых методов и методик исследования и применения их для определения уровня самооценки. Для опытно-экспериментального исследования нами взяты методы наблюдения и тестирования, а в качестве конкретных методик исследования выступали: «Исследование самооценки» (Дембо-Рубинштейн в модификации Прихожан), «Нахождение количественного уровня самооценки» (С.А.Будасси, модифицированный вариант), Тест Куна

«Кто Я?» (М.Кун, Т. Маркпатленд; в модификации Т.В.Румянцевой). После проведения первичной диагностики, мы обнаружили, что большинству детей в составе десять человек соответствует неадекватно завышенная и неадекватно заниженная самооценка. Таким образом, для реализации программы коррекции из четырнадцати человек в группу было взято десять человек, имеющих неадекватно завышенную и неадекватно заниженную самооценку по результатам первичной диагностики.

Следующим этапом стала разработка и реализация программы коррекции, цель которой стало достижение адекватности самооценки - реалистичная оценка своих возможностей, наличие критичности, правильное отношение к себе и умение адекватно реагировать на критику извне. После проведения коррекции для оценки эффективности проводилась повторная диагностика.

Этап обработки и анализа данных, полученных после коррекции в результате вторичной диагностики, является контрольно-обобщающим. Именно на данном этапе мы сравниваем показатели до и после коррекции и даем анализ полученных данных. Таким образом, по результатам вторичной диагностики мы видим различия в показателях до и после коррекции, но для доказательства этих различий необходимо воспользоваться методом математической обработки, а именно критерием Т-Вилкоксона. После расчета всех методик по данному критерию (Приложение 4) мы подтверждаем эффективность разработанной нами программы коррекции самооценки. Следовательно, гипотеза нашего исследования - самооценка детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей изменится при проведении программы коррекции, доказана.

Практическое применение данной квалификационной работы найдет свое отражение в работе специального психолога и педагога-психолога, а

также в научных трудах, посвященных проблеме детей с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей.

Список литературы

1. Абрамова, Г.С. Возрастная психология / Г.С. Абрамова. – Учеб. пособие для студ. вузов. - 4-е изд., стереотип. - М.: Издательский центр «Академия», 1999.-672 с.
2. Анн, Л.Ф. Психологический тренинг с подростками / Л.Ф. Анн. – СПб.: Питер, 2007. – 271с.
3. Бернс, Р. Развитие Я-концепции и воспитание / Р.С. Абрамова. – М.: Прогресс, 1986. – 420с.
4. Божович, Л.И. Проблемы формирования личности / Под ред. Д.И. Фельдштейна.2-ое изд. М.: Из-во «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «МОДЭК»,1997. –352с.
5. Большой психологический словарь / По ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко.3-е изд. М.: Прайм-Еврознак,2002. – 639с.
6. Бороздина, Л.В., Видинская Л. Притязания и самооценка // Вестн. Моск. ун-та. Серия 14. Психология. 1986. №3. с. 21-30.
7. Буторин, Г.Г. Основные разделы патопсихологии и психопатологии в таблицах и схемах: Учебное пособие / Г.Г. Буторин, Л.А. Бенько. – Челябинск: РИО ЧФ УРАО, 2005. – 149с.
8. Буторина, Н.Е. Ранние проявления психических расстройств в детском возрасте: Учебное пособие / Н.Е. Буторина, Г.Г. Буторин. – Челябинск: Издательство АТКСО, 2005. – 33с.
9. Варянен, В.А. Особенности личных взаимоотношений между учащимися старших классов вспомогательной школы: Дис.канд.Пед.Наук / В.А. Варянен. – М., 1971. – 206с.
10. Виноградова, А.Д. Практикум по психологии умственно отсталого ребенка / А.Д. Виноградова, Е.И. Липецкая, Ю.Т. Матасов, И.П. Ушакова. – М.: Просвещение, 1985. – 144с.

11. Горбатов, Д.С. Практикум по психологическому исследованию: Учебное пособие / Д.С. Горбатов. – Самара: Издательский дом «БАХРАХ – М», 2006. – 272с.
12. Граборов, А.Н. Основы олигофренопедагогики / А.Н. Граборов. – М.: Классикс Стиль, 2005. – 248с.
13. Дендеберя, Е.В. Как поднять самооценку / Е.В. Дендеберя. – Ростов на Дону: Феникс, 2003. – 346с.
14. Долгова, В.И. Будущему специалисту психологу: подготовка к итоговой аттестации./ В.И. Долгова, Л.В. Иванова, Е.Г. Капитанец, О.А. Шумакова. – Челябинск: Издательство «АТОКСО», 2008. – 100с.
15. Долгова, В.И. Диагностико-аналитическая деятельность специального психолога: традиции и инновации / В.И. Долгова, Е.Г. Капитанец, О.А. Шумакова. – Челябинск: Издательство «АТОКСО», 2008. – 115с.
16. Долгова, В.И. Коррекционно-психологическая работа специального психолога / В.И. Долгова, Е.Г. Капитанец, О.А. Шумакова. – Челябинск: Издательство «АТОКСО», 2008. – 104с.
17. Долгова, В.И. Коррекционно-развивающая деятельность специального психолога: современные психологические и педагогические технологии / В.И. Долгова, Е.Г. Капитанец, О.А. Шумакова. – Челябинск: Издательство «АТОКСО», 2008. – 118с.
18. Елисеев, О.П. Практикум по психологии личности / О.П. Елисеев. – СПб.: Питер, 2006. – 512 с.
19. Захаров, А.И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка / А.И. Захаров. – М.: Просвещение, 1993. – 192с.
20. Казакина, М.Г. Самооценка личности школьника и педагогические условия ее формирования / М.Г. Казакина. – Ленинград: ЛГПИ им. А.И.Герцена, 1981. – 68с.
21. Кожалиева, Т.Б. О возрастной динамике образа «Я» у умственно отсталых подростков // Дефектология. – 1997. - №4. – с.36-42

22. Коломинский, Я.Л. Психическое развитие детей в норме и патологии: психологическая диагностика, профилактика и коррекция / Я.Л. Коломинский, Е.А. Панько, С.А. Игумнов. – СПб.: Питер, 2004. – 480с.
23. Коломинский, Н.Л. О формировании самооценки и уровня притязаний учащихся вспомогательной школы // Дефектология. - 1997. - №6. – с.57-61
24. Кон, И.С. Психология ранней юности / И.С. Кон. – М.: Просвещение, 1989. – 255с.
25. Кон, И.С. Открытие «Я» / И.С. Кон. – М.: Политиздат, 1978. – 358с.
26. Кулагина, И.Ю. Возрастная психология. Полный жизненный цикл развития человека / И.Ю. Кулагина, В.Н. Колюцкий. - М.: ТЦ «Сфера», 2001. – 464с.
27. Куненков, С.А. Критерии, показатели и уровни развития самооценки в структуре Я-концепции подростков / С.А. Куненков. – М.: МОСУ, МАИ, 2004. – 33с.
28. Куненков, С.А. Оптимизация развития самооценки в структуре Я-концепции подростков / С.А. Куненков. – М.: МОСУ, МАИ, 2004. – 39с.
29. Курпатов, А.В. Обрети мир в своей душе / А.В. Курпатов. – М.: ЗАО «ОЛМА Медиа Групп», 2007. – 256с.
30. Кьелл, Р. Практические упражнения по групповой психотерапии и психокоррекции / Р.Кьелл. – Спб, 1992. – 44с.
31. Леви, В.Л. Искусство быть собой / В.Л. Леви. – М.: Издательство «Знание», 1980. – 208с.
32. Леви, В.Л. Искусство быть другим / В.Л. Леви. – М.: Издательство «Знание», 1981. – 384с.
33. Лидерс, А.Г. Психологический тренинг с подростками: Уч.пос. – М.: Академия, 2004. – 249с.

34. Лисина, М.И. Общение, личность и психика ребенка / Под ред. Рузской А.Г. – М.: Из-во «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «МОДЭК», 1997. – 384с.
35. Макарова, И.В. Психология / И.В. Макарова. – М.: ЮРАЙТ, 2004. – 456с.
36. Мерлин, В.С. Лекции по психологии мотивов человека / В.С. Мерлин. – Пермь: Пермский Государственный Педагогический Институт, 1971. – 119с.
37. Менчинская, Н.А. Проблемы обучения и психологического развития ребенка / Под ред. Е.Д. Божович – М.: Из-во «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «МОДЭК», 1997. – 384с.
38. Назаревич, О.С. Источники самооценки умственно отсталых школьников // Перспективы развития практической психологии. - 2001. – Вып.1. – с.141-143
39. Намазбаева, Ж.И. Развитие уровня притязаний и самооценки умственно отсталых детей // Дефектология. - 1978. - №1. – с.23-27
40. Немов, Р.С. Психология развития / Р.С. Немов. – М.: Просвещение, 1998. – 301с.
41. Орлов, Ю.М. Самопознание и самовоспитание характера / Ю.М. Орлов. – М.: Просвещение, 1987. – 224с.
42. Осипова, А.А. Общая психокоррекция: учеб. пособие для вузов / А.А. Осипова. – М.: Сфера, 2007. – 509с.
43. Основы специальной психологии / Под ред. Л.В. Кузнецовой – М.: Академия, 2004. – 527с.
44. Петровский, А.В. Проблема развития личности с позиций социальной психологии // Вопросы психологии. - 1984. - №4. – с.15-30
45. Проблемы формирования личности / Под ред. Д.И. Фельдштейна – М.: Изд-во «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «МОДЭК», 1997. – 176 с.

46. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми: Учеб. пособие для студентов сред. пед. учеб. заведений / Под ред. И.В. Дубровиной – М.: Издательский центр «Академия», 1998. – 160с.
47. Психологические особенности детей и подростков с проблемами в развитии. / Под ред. У.В.Ульенковой. – СПб.: Питер, 2007. – 304с.
48. Психология самосознания. Хрестоматия / Под ред. Д.Я. Райгородский – Самара: Издательский дом «БАХРАХ – М», 2003. – 672с.
49. Рогов, Е.И. Настольная книга практического психолога / Е.И. Рогов. - М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 1999. – 384с.
50. Романова, Е.С. Психодиагностика: Учебное пособие / Е.С. Романова. – СПб.: Питер, 2006. – 400с.
51. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2005. – 713с.
52. Рубинштейн, С.Я. Психология умственно отсталого школьника / С.Я. Рубинштейн. – М.: Просвещение, 1986. – 192с.
53. Руководство по работе с детьми с умственной отсталостью / Под ред. М. Пишчек – СПб.: Речь, 2006. – 276с.
54. Румянцева, Т.В. Психологическое консультирование: диагностика отношений в паре / Т.В. Румянцева. – СПб.: 2006. – с.82-103
55. Сатир, В. Психотерапия семьи / В.Сатир. – СПб.: Речь, 2006. – 278с.
56. Свистун, М.А. Программа социально-психологического тренинга общения для старшеклассников / М.А. Свистун. – Ярославль: 1992. – 25с.
57. Сидоренко, Е. В. Методы математической обработки в психологии / Е.В. Сидоренко. – СПб.: ООО «Речь», 2003. – 350с.
58. Смит, М. Тренинг уверенности в себе / М. Смит. – СПб.: Комплект, 1997. – 242с.

59. Специальная психология / Под ред. В.И. Лубовского – М.: Академия, 2006. – 464с.
60. Справочник по психологии и психотерапии детского и подросткового возраста / Под ред. С.Ю. Циркина – СПб.: Питер, 2004. – 896с.
61. Столяренко, Л.Д. Основы психологии: Практикум / Л.Д. Столяренко. – Ростов н/Д, 2003. – 480с.
62. Тейлор, К. Психологические тесты и упражнения для детей. Книга для родителей и воспитателей / К. Тейлор. – М.: 2005. – 386с.
63. Фурманов, И.А. Психологические особенности детей, лишенных родительского попечительства / И.А. Фурманов, А.А. Аладьин, Н.В.Фурманова. – Минск: Тесей, 1999. – 159с.
64. Фурманов, И.А. Психологическая работа с детьми, лишенными родительского попечительства: кн. для психологов / И.А. Фурманов, А.А. Аладьин, Н.В.Фурманова. – Минск: Тесей, 1999. – 223с.
65. Цзен, Н.В. Психотехнические игры в спорте / Н.В. Цзен, Ю.В. Пахомов. – М.: ФиС, 1985. – 160с.
66. Шапарь, В.Б. Словарь практического психолога / В.Б. Шапарь. – М.: АСТ; Харьков: Торсинг, 2005. – 734 с.
67. Шпек, О. Люди с умственной отсталостью / О. Шпек. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 432с.
68. Юлина, Н.А. «Навстречу». Программа воспитания коммуникативной культуры школьников // Классный руководитель. – 2007. - №3. – с.39-70
69. [http // www.psi.lib.ru](http://www.psi.lib.ru)
70. [http // www.voppsy.ru](http://www.voppsy.ru)
71. [http // www.childpsi.ru](http://www.childpsi.ru)
72. [http // www.vsetesti-ru.livejournal.com](http://www.vsetesti-ru.livejournal.com)
73. [http // revolution.allbest.ru/psychology](http://revolution.allbest.ru/psychology)
74. [http // www.library.by](http://www.library.by)
75. [http // www.psychologist.ru](http://www.psychologist.ru)

76. [http // www.statistika.ru](http://www.statistika.ru)

Стимульный материал к методикам исследования

Методика «Исследование самооценки»

(Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан)

Цель методики: исследовать самооценку личности

Данная методика основана на непосредственном оценивании (шкалировании) школьниками ряда личных качеств, таких как здоровье, способности, характер и т. д. Испытуемому выдается бланк, на котором изображено семь линий, высота каждой — 100 мм, с указанием верхней, нижней точек и середины шкалы. При этом верхняя и нижняя точки отмечаются заметными чертами, середина — едва заметной точкой.

Методика может проводиться как фронтально — с целым классом (или группой), так и индивидуально. При фронтальной работе необходимо проверить, как каждый ученик заполнил первую шкалу. Надо убедиться, правильно ли применяются предложенные значки, ответить на вопросы. После этого испытуемый работает самостоятельно. Время, отводимое на заполнение шкалы вместе с чтением инструкции, 10—12 мин[75]. В нашей работе исследование проводилось как фронтально, так и индивидуально и в силу дефекта время увеличивалось в два раза.

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:

1. Здоровье
2. Ум, способности
3. Характер
4. Авторитет у сверстников
5. Умение многое делать своими руками, умелые руки
6. Внешность
7. 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 результатов:

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

1. По каждой из шести шкал определить:

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

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

Уровень притязаний

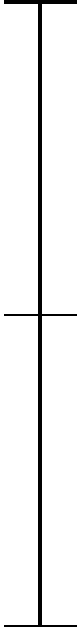
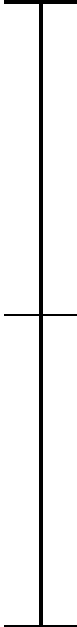
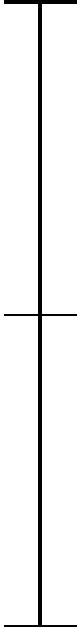
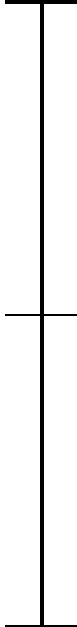
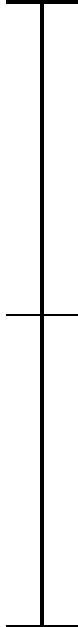
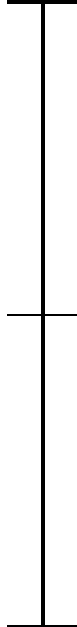
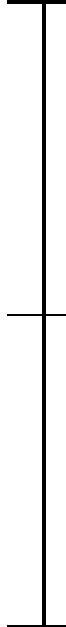
Норму, реалистический уровень притязаний, характеризует результат от 60 до 89 баллов. Оптимальный — сравнительно высокий уровень — от 75 до 89 баллов, подтверждающий оптимальное представление о своих возможностях, что является важным фактором личностного развития. Результат от 90 до 100 баллов обычно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

Высота самооценки

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

Количество баллов от 75 до 100 и выше свидетельствует о завышенной самооценке и указывает на определенные отклонения в формировании личности. Завышенная самооценка может подтверждать личностную незрелость, неумение правильно оценить результаты своей деятельности, сравнивать себя с другими; такая самооценка может указывать на существенные искажения в формировании личности — «закрытости для опыта», нечувствительности к своим ошибкам, неудачам, замечаниям и оценкам окружающих. Количество баллов ниже 45 указывает на заниженную самооценку (недооценку себя) и свидетельствует о крайнем неблагополучии в развитии личности. Эти ученики составляют «группу риска», их, как правило, мало. За низкой самооценкой могут скрываться два совершенно разных психологических явления: подлинная неуверенность в себе и «защитная», когда декларирование (самому себе) собственного неумения, отсутствия способности и тому подобного позволяет не прилагать никаких усилий.

**Бланк к методике «Исследование самооценки»
(Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан)**

1	2	3	4	5	6	7
						

Методика «Нахождение количественного уровня самооценки»
С.А. Будасси, модифицированный вариант

Цель методики - выявить количественное выражение уровня самооценки.

Инструкция: Испытуемому предлагается написать несколько качеств личности – от 3-х до 10-ти, которые ему известны. К примеру: 1. целеустремленность 2. самостоятельность 3. женственность 4. доброта 5. уважение к человеку и т.д. Далее, необходимо проранжировать место этих качеств по важности для человечества (расположить свойства по степени важности – от наиболее важного к наименее важному) и записать в колонку Ранг I. Затем, определить, как эти качества выражены у себя. От наиболее выраженного качества личности к наименее выраженному, записать в колонку Ранг II.

Обработка результатов теста

Необходимо подсчитать коэффициент ранговой корреляции по Спирмену:

$S = 1 - 6\sum d^2 / (n^3 - n)$, где

- n - количество качеств личности, написанных ребенком
- S – коэффициент ранговой корреляции Спирмена

По полученным результатам далее можно судить об уровне самооценки:

- Если S находится в пределах $(-\infty; -0,33]$, то это свидетельствует о заниженной самооценке, неприятии себя;
- Если S находится в пределах $[0,33; \infty)$, то это свидетельствует о завышенной самооценке;
- Если S находится в пределах $[-0,33; 0,33]$, то самооценка адекватная

Тест Куна «Кто Я?» (М.Кун, Т. Маркпатленд; в модификации Т.В. Румянцевой).

Назначение теста

Тест используется для изучения содержательных характеристик идентичности личности. Вопрос «Кто Я?» напрямую связан с характеристиками собственного восприятия человеком самого себя, то есть с его образом «Я» или Я-концепцией.

Инструкция к тесту

«В течение 12 минут вам необходимо дать как можно больше ответов на один вопрос, относящийся к вам самим: «Кто Я?». Постарайтесь дать как можно больше ответов. Каждый новый ответ начинайте с новой строки (оставляя некоторое место от левого края листа). Вы можете отвечать так, как вам хочется, фиксировать все ответы, которые приходят к вам в голову, поскольку в этом задании нет правильных или неправильных ответов. Также важно замечать, какие эмоциональные реакции возникают у вас в ходе выполнения данного задания, насколько трудно или легко вам было отвечать на данный вопрос».

Когда клиент заканчивает отвечать, его просят произвести первый этап обработки результатов - количественный:

«Пронумеруйте все сделанные вами отдельные ответы-характеристики. Слева от каждого ответа поставьте его порядковый номер. Теперь каждую свою отдельную характеристику оцените по четырехзначной системе:

- «+» - знак «плюс» ставится, если в целом вам лично данная характеристика нравится;
- «-» - знак «минус» - если в целом вам лично данная характеристика не нравится;
- «±» - знак «плюс-минус» - если данная характеристика вам и нравится, и не нравится одновременно;
- «?» - знак «вопроса» - если вы не знаете на данный момент времени, как вы точно относитесь к характеристике, у вас нет пока определенной оценки рассматриваемого ответа.

Знак своей оценки необходимо ставить слева от номера характеристики. У вас могут быть оценки как всех видов знаков, так и только одного знака или двух-трех. После того как вами будут оценены все характеристики, подведите итог:

- сколько всего получилось ответов,
- сколько ответов каждого знака».

Интерпретация результатов теста:

Данная методика позволяет сделать достаточно обширный анализ результатов и затрагивает множество сфер личности, подробно рассматривая каждый ее компонент, но нас интересует лишь уровень самооценки, следовательно, мы будем интерпретировать результаты самооценки идентичности, не углубляясь в анализ других компонентов личности.

Как анализировать самооценку идентичности?

Самооценка представляет собой эмоционально-оценочную составляющую Я-концепции. Самооценка отражает отношение к себе в целом или к отдельным сторонам своей личности и деятельности. Самооценка может быть адекватной и неадекватной.

Адекватность самооценивания выражает степень соответствия представлений человека о себе объективным основаниям этих представлений.

Уровень самооценки выражает степень реальных, идеальных или желаемых представлений о себе.

Самооценка идентичности определяется в результате соотношения количества оценок «+» и «-», которые получились при оценивании каждого своего ответа испытуемым (клиентом) на этапе количественной обработки.

Самооценка считается адекватной, если соотношение положительно оцениваемых качеств к отрицательно оцениваемым («+» к «-») составляет 65-80% на 35-20%.

Адекватная самооценка состоит в способности реалистично осознавать и оценивать как свои достоинства, так и недостатки, за ней стоит позитивное отношение к себе, самоуважение, принятие себя, ощущение собственной полноценности. Также адекватная самооценка выражается в том, что человек ставит перед собой реально достижимые и соответствующие собственным возможностям цели и задачи, способен брать на себя ответственность за свои неудачи и успехи, уверен в себе, способен к жизненной самореализации.

Уверенность в себе позволяет человеку регулировать уровень притязаний и правильно оценивать собственные возможности применительно к различным жизненным ситуациям. Человек с адекватной самооценкой свободно и непринужденно ведет себя среди людей, умеет строить отношения с другими, удовлетворен собой и окружающими. Адекватная самооценка является необходимым условием формирования уверенного полоролевого поведения.

Различают неадекватную завышенную самооценку – переоценку себя субъектом и неадекватную заниженную самооценку - недооценку себя субъектом.

Неадекватная самооценка свидетельствует о нереалистичной оценке человеком самого себя, снижении критичности по отношению к своим действиям, словам, при этом часто мнение о себе у человека расходится с мнением о нем окружающих.

Самооценка считается неадекватно завышенной, если количество положительно оцениваемых качеств по отношению к отрицательно оцениваемым («+» к «-») составляет 85-100%, то есть человек отмечает, что у него или нет недостатков, или их число достигает 15% (от общего числа «+» и «-»). Люди с завышенной самооценкой, с одной стороны, гипертрофированно оценивают свои достоинства: переоценивают и приписывают их, с другой стороны, недооценивают и исключают у себя недостатки. Они ставят перед собой более высокие цели, чем те, которых могут реально достигнуть, у них высокий уровень притязаний, не соответствующий их реальным возможностям. Человек с завышенной самооценкой характеризуется также неспособностью принимать на себя ответственность за свои неудачи, отличается высокомерным отношением к людям, конфликтностью, постоянной неудовлетворенностью своими достижениями, эгоцентризмом. Неадекватная самооценка своих возможностей и завышенный уровень притязаний обуславливают чрезмерную самоуверенность.

Самооценка считается неадекватно заниженной, если количество отрицательно оцениваемых качеств по отношению к положительно оцениваемым («-» к «+») составляет 50-100%, то есть человек отмечает, что у него или нет достоинств, или их число достигает 50% (от общего числа «+» и «-»). Люди с заниженной самооценкой обычно ставят перед собой более низкие цели, чем те, которых могут достигнуть, преувеличивая значение неудач. Ведь низкая самооценка предполагает неприятие себя, самоотрицание, негативное

отношение к своей личности, которые обусловлены недооценкой своих успехов и достоинств. При заниженной самооценке человек характеризуется другой крайностью, противоположной самоуверенности, - чрезмерной неуверенностью в себе. Неуверенность, часто объективно не обоснованная, является устойчивым качеством личности и ведет к формированию у человека таких черт, как смирение, пассивность, «комплекс неполноценности».

Самооценка является неустойчивой, если число положительно оцениваемых качеств по отношению к отрицательно оцениваемым («+» к «-») составляет 50-55%. Такое соотношение, как правило, не может длиться долго, является неустойчивым, дискомфортным.

Что стоит за применением человеком оценки «±» относительно своих характеристик?

Использование знака «плюс-минус» («±») говорит о способности человека рассматривать то или иное явление с двух противоположных сторон, говорит о степени его уравновешенности, о «взвешенности» его позиции относительно эмоционально значимых явлений.

Можно условно выделить людей эмоционально-полярного, уравновешенного и сомневающегося типа.

К людям эмоционально-полярного типа относятся те, кто все свои идентификационные характеристики оценивают только как нравящиеся или не нравящиеся им, они совсем не используют при оценивании знак «плюс-минус».

Для таких людей характерен максимализм в оценках, перепады в эмоциональном состоянии, относительно них можно сказать «от любви до ненависти один шаг». Это, как правило, эмоционально-выразительные люди, у которых отношения с другими людьми сильно зависят от того, насколько им человек нравится или не нравится.

Если количество знаков «±» достигает 10-20% (от общего числа знаков), то такого человека можно отнести к уравновешенному типу. Для них, по сравнению с людьми эмоционально-полярного типа, характерна большая стрессоустойчивость, они быстрее разрешают конфликтные ситуации, умеют поддерживать конструктивные отношения с разными людьми: и с теми, которые им в целом нравятся, и с теми, которые у них не вызывают глубокой симпатии; терпимее относятся к недостаткам других людей.

Если количество знаков «±» превышает 30-40% (от общего числа знаков), то такого человека можно отнести к сомневающемуся типу. Такое количество знаков «±» может быть у человека, переживающего кризис в своей жизни, а также свидетельствовать о нерешительности как черте характера (когда человеку тяжело принимать решения, он долго сомневается, рассматривая различные варианты).

Что стоит за применением человеком оценки «?» относительно своих характеристик?

Наличие знака «?» при оценке идентификационных характеристик говорит о способности человека переносить ситуацию внутренней неопределенности, а значит, косвенно свидетельствует о способности человека к изменениям, готовности к переменам. Данный знак оценки используется людьми достаточно редко: один или два знака «?» ставят только 20% обследуемых. Наличие трех и более знаков «?» при самооценивании предполагает у человека наличие кризисных переживаний.

В целом использование человеком при самооценивании знаков «±» и «?» является благоприятным признаком хорошей динамики консультативного процесса. Применяющие данные знаки люди, как правило, быстрее выходят на уровень самостоятельного решения собственных проблем.

Таблица 1

Карта наблюдения

Код испытуемого	Чрезмерная активность	Стремление привлечь к себе внимание любыми способами	Уверенная поза (спина прямая, голова прямо или приподнята)	На уроках на любой вопрос поднимает руку, даже если не знает ответ	Вмешивается в разговор, перебивает говорящего человека.	Стремиться сделать задание быстро и лучше других	Общается со всеми с позиции «сверху»	В поведении присутствует зазнайство, высокомерие и проявление грубости. О себе говорит часто и всегда с превосходством	Неудачи относит к сложившимся обстоятельствам (помешал товарищ, учебник забыл)	Яркость, демонстративность в одежде и привлечение внимания манерой поведения	Эмоционально реагирует на замечания и отказы
П.П.											
М.Е.											
Х.Т.											
Д.Я.											
Щ.Л.											
М.М.											
Ж.Н.											
Ф.Э.											

С.И.											
С.А.											
Х.И.											
А.Д.											
С.Н.											
К.В.											

Приложение 2

Результаты опытно-экспериментального исследования уровня самооценки

Таблица 2

Результаты диагностики уровня самооценки по методике

«Исследование самооценки» по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан

№	Код испытуемого	Баллы	Уровень самооценки
1	П.П.	61,7	Адекватная
2	М.Е.	43,2	Заниженная
3	Х.Т.	90,7	Завышенная
4	Д.Я.	76,4	Завышенная
5	Щ.Л.	86,3	Завышенная
6	М.М.	42,6	Заниженная
7	Ж.Н.	89,6	Завышенная
8	Ф.Э.	65,8	Адекватная
9	С.И.	69,6	Адекватная
10	С.А.	85,7	Завышенная
11	Х.И.	92,8	Завышенная
12	А.Д.	90,6	Завышенная
13	С.Н.	44,2	Заниженная
14	К.В.	41,8	Заниженная

Адекватная самооценка - 3 человека (21,43%)

Завышенная самооценка - 7 человек (50%)

Заниженная самооценка - 4 человека (28,57%)

Результаты диагностики уровня самооценки по методике
«Нахождение количественного уровня самооценки» по методике
С.А. Будасси, модифицированный вариант

№	Код испытуемого	Баллы	Уровень самооценки
1	П.П.	0,7	Завышенная
2	М.Е.	-0,5	Заниженная
3	Х.Т.	0,46	Завышенная
4	Д.Я.	0,625	Завышенная
5	Щ.Л.	0,57	Завышенная
6	М.М.	-0,39	Заниженная
7	Ж.Н.	0,65	Завышенная
8	Ф.Э.	-0,26	Адекватная
9	С.И.	0,75	Завышенная
10	С.А.	-0,03	Адекватная
11	Х.И.	0,8	Завышенная
12	А.Д.	0,6	Завышенная
13	С.Н.	-0,7	Заниженная
14	К.В.	-0,54	Заниженная

Адекватная самооценка - 2 человека (14,29%)

Завышенная самооценка - 8 человек (57,14%)

Заниженная самооценка - 4 человека (28,57%)

Результаты диагностики уровня самооценки по методике
Тест Куна «Кто Я?» (М. Кун, Т. Маркпатленд; в модификации Т.В. Румянцевой)

№	Код испытуемого	Отношение положительно оцениваемых качеств к отрицательно оцениваемым качествам (%)	Уровень самооценки
1	П.П.	76 / 24 %	Адекватная
2	М.Е.	45 / 55 %	Неадекватно заниженная
3	Х.Т.	100 / 0 %	Неадекватно завышенная
4	Д.Я.	85 / 15 %	Неадекватно завышенная
5	Щ.Л.	100 / 0 %	Неадекватно завышенная
6	М.М.	15 / 85 %	Неадекватно заниженная
7	Ж.Н.	90 / 10 %	Неадекватно завышенная
8	Ф.Э.	68 / 32 %	Адекватная
9	С.И.	72 / 28 %	Адекватная
10	С.А.	65 / 35 %	Адекватная
11	Х.И.	95 / 5 %	Неадекватно завышенная
12	А.Д.	100 / 0 %	Неадекватно завышенная
13	С.Н.	32 / 68 %	Неадекватно заниженная
14	К.В.	28 / 72 %	Неадекватно заниженная

Адекватная самооценка - 4 человека (28,57%)

Неадекватно завышенная самооценка - 6 человек (42,86%)

Неадекватно заниженная самооценка - 4 человека (28,57%)

Таблица 5

Обобщенные результаты исследования уровня самооценки по методикам: «Исследование самооценки» Дембо-Рубинштейн

№	Код испытуемого	1 метод.	2 метод.	3 метод.	Уровень самооценки
1	П.П.	Адекватная	Завышенная	Адекватная	Адекватная
2	М.Е.	Заниженная	Заниженная	Заниженная	Заниженная
3	Х.Т.	Завышенная	Завышенная	Неадекватно завышенная	Завышенная
4	Д.Я.	Завышенная	Завышенная	Неадекватно завышенная	Завышенная
5	Щ.Л.	Завышенная	Завышенная	Неадекватно завышенная	Завышенная
6	М.М.	Заниженная	Заниженная	Неадекватно заниженная	Заниженная
7	Ж.Н.	Завышенная	Завышенная	Неадекватно завышенная	Завышенная
8	Ф.Э.	Адекватная	Адекватная	Адекватная	Адекватная
9	С.И.	Адекватная	Завышенная	Адекватная	Адекватная
10	С.А.	Завышенная	Адекватная	Адекватная	Адекватная
11	Х.И.	Завышенная	Завышенная	Неадекватно завышенная	Завышенная
12	А.Д.	Завышенная	Завышенная	Неадекватно завышенная	Завышенная
13	С.Н.	Заниженная	Заниженная	Неадекватно заниженная	Заниженная
14	К.В.	Заниженная	Заниженная	Неадекватно заниженная	Заниженная

в модификации А.М. Прихожан;
«Нахождение количественного
уровня самооценки» С.А. Будасси,
модифицированный вариант;

Тест Куна «Кто Я?» (М. Кун, Т.
Маркпатленд; в модификации Т.В.
Румянцевой)

Завышенная:

6 человек – 42,86%;

Заниженная:

4 человека – 28,57%;

Адекватная:

4 человека - 28,57%

Таблица 6

Карта наблюдения

Код испытуемого	Чрезмерная активность	Стремление привлечь к себе внимание любыми способами	Уверенная поза (спина прямая, голова прямо или приподнята)	На уроках на любой вопрос поднимает руку, даже если не знает ответ	Вмешивается в разговор, перебивает говорящего человека.	Стремиться сделать задание быстро и лучше других	Общается со всеми с позиции «сверху»	В поведении присутствует зазнайство, высокомерие и проявление грубости. О себе говорит часто и всегда с <small>повышенной самооценкой</small>	Неудачи относит к сложившимся обстоятельствам (помешал <small>товарищ, учитель, заблудил</small>)	Яркость, демонстративность в одежде и привлечение внимания манерой <small>поведения</small>	Эмоционально реагирует на замечания и отказы
П.П.	иногда	иногда	часто	редко	редко	иногда	никогда	иногда	иногда	иногда	часто
М.Е.	часто	часто	часто	часто	часто	иногда	иногда	иногда	редко	иногда	часто
Х.Т.	часто	часто	часто	иногда	часто	редко	иногда	часто	часто	часто	часто
Д.Я.	редко	редко	редко	редко	редко	редко	иногда	часто	иногда	часто	часто
Щ.Л.	часто	часто	часто	иногда	редко	иногда	часто	часто	часто	часто	часто
М.М.	редко	никогда	редко	никогда	никогда	никогда	никогда	никогда	никогда	никогда	редко
Ж.Н.	редко	иногда	редко	редко	редко	иногда	никогда	никогда	никогда	иногда	редко
Ф.Э.	иногда	иногда	часто	иногда	иногда	иногда	иногда	иногда	редко	иногда	иногда

С.И.	иногда	редко	иногда	иногда	никогда	часто	иногда	редко	редко	никогда	часто
С.А.	иногда	редко	иногда	редко	часто	никогда	иногда	иногда	никогда	никогда	часто
Х.И.	редко	никогда	никогда	никогда	никогда	никогда	никогда	иногда	иногда	никогда	иногда
А.Д.	часто	часто	часто	иногда	часто	иногда	редко	часто	часто	иногда	часто
С.Н.	редко	никогда	никогда	никогда	редко	редко	редко	часто	часто	никогда	редко
К.В.	редко	редко	редко	никогда	никогда	никогда	редко	иногда	иногда	редко	часто

Таблица 7

Результаты диагностики уровня самооценки по методике
«Исследование самооценки» Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан

№	Код испытуемого	Баллы	Уровень самооценки
1	М.Е.	45	Адекватная
2	Х.Т.	82,8	Завышенная
3	Д.Я.	70,4	Адекватная
4	Щ.Л.	68,3	Адекватная
5	М.М.	42	Заниженная
6	Ж.Н.	72,5	Адекватная
7	Х.И.	89	Завышенная
8	А.Д.	85,6	Завышенная
9	С.Н.	46	Адекватная
10	К.В.	44,6	Заниженная

Адекватная самооценка - 5 человек (50%)

Завышенная самооценка - 3 человека (30%)

Заниженная самооценка - 2 человека (20%)

Таблица 8

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

С.А. Будасси, модифицированный вариант

№	Код испытуемого	Баллы	Уровень самооценки
1	М.Е.	-0,16	Заниженная
2	Х.Т.	0,38	Завышенная
3	Д.Я.	0,29	Завышенная

4	Щ.Л.	0,32	Завышенная
5	М.М.	-0,42	Заниженная
6	Ж.Н.	0,25	Завышенная
7	Х.И.	0,56	Завышенная
8	А.Д.	0,43	Завышенная
9	С.Н.	-0,54	Заниженная
10	К.В.	-0,39	Заниженная

Адекватная самооценка - 4 человека (40%)

Завышенная самооценка - 3 человека (30%)

Заниженная самооценка - 3 человека (30%)

Результаты диагностики уровня самооценки по методике

Тест Куна «Кто Я?»

(М. Кун, Т. Маркпатленд; в модификации Т.В. Румянцевой)

№	Код испытуемого	Отношение положительно оцениваемых качеств к отрицательно оцениваемым качествам (%)	Уровень самооценки
1	М.Е.	40 / 60 %	Неадекватно заниженная
2	Х.Т.	90 / 10 %	Неадекватно завышенная
3	Д.Я.	68 / 32 %	Адекватная
4	Щ.Л.	75 / 25 %	Адекватная
5	М.М.	14 / 86 %	Неадекватно заниженная
6	Ж.Н.	70 / 30 %	Адекватная
7	Х.И.	92 / 8 %	Неадекватно завышенная
8	А.Д.	97 / 3 %	Неадекватно завышенная
9	С.Н.	33 / 67 %	Неадекватно заниженная
10	К.В.	30 / 70 %	Неадекватно заниженная

Адекватная самооценка - 3 человека (30%)

Неадекватно завышенная самооценка - 3 человека (30%)

Неадекватно заниженная самооценка - 4 человека (40%)

Обобщенные результаты исследования уровня самооценки по методикам: «Исследование самооценки» Дембо-Рубинштейн

в модификации А.М.

Прихожан; «Нахождение количественного уровня самооценки» С.А. Будасси, модифицированный вариант;

Тест Куна «Кто Я?» (М. Кун, Т. Маркпатленд; в модификации Т.В. Румянцевой)

№	Код испытуемого	1 метод.	2 метод.	3 метод.	Уровень самооценки
1	М.Е.	Адекватная	Адекватная	Неадекватно заниженная	Адекватная
2	Х.Т.	Завышенная	Завышенная	Неадекватно завышенная	Завышенная
3	Д.Я.	Адекватная	Адекватная	Адекватная	Адекватная
4	Щ.Л.	Адекватная	Адекватная	Адекватная	Адекватная

5	М.М.	Заниженная	Заниженная	Неадекватно заниженная	Заниженная
6	Ж.Н.	Адекватная	Адекватная	Адекватная	Адекватная
7	Х.И.	Завышенная	Завышенная	Неадекватно завышенная	Завышенная
8	А.Д.	Завышенная	Завышенная	Неадекватно завышенная	Завышенная
9	С.Н.	Адекватная	Заниженная	Неадекватно заниженная	Заниженная
10	К.В.	Заниженная	Заниженная	Неадекватно заниженная	Заниженная

Завышенная:

3 человека – 30%;

Заниженная:

3 человека – 30%;

Адекватная:

_____ 4 человека – 40%

Программа коррекции самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей.

Занятие 1 - «Давайте знакомиться!».

Цели: знакомство; выяснить, как участник группы воспринимает себя, какие стороны своей личности он оценивает как положительные, какие считает недостатками.

Вводная часть:

Упражнение 1. Приветствие (3 мин.).

Цели: знакомство; создание благоприятной атмосферы для дальнейшей работы и информирование о цели и задачах программы коррекции.

Выполнение: психолог приветствует детей и предлагает членам группы сесть в круг лицом друг к другу. После того как все заняли свои места психолог рассказывает о том, какую помощь может оказать участие в данной коррекционной программе: «В возрасте 15-17 лет определить свое место в мире – значит, в первую очередь определить свои отношения с самим собой и с окружающими людьми. Таким образом, участие в коррекционной программе может помочь каждому из вас осознать свои сильные и слабые стороны, понять себя, найти способы развития положительных качеств, снять напряжение и избавиться от недовольства собой. Мы будем учиться любить и принимать себя такими, какие мы есть!». Далее психолог озвучивает тему и цели первого занятия.

Упражнение 2. Игра «Имя» (2 мин.).

Цели: узнать и запомнить имена всех участников тренинга; снять возможные затруднения при обращении друг к другу.

Выполнение: каждый участник по кругу называет последовательно имена всех, кто уже представился до него, последним называя свое имя.

Упражнение 3. Правила работы в группе (7 мин.).

Цель: установление принципов работы в группе.

Выполнение: предложить для свободного обсуждения правила работы в группе:

- Активность, ответственность каждого за результаты работы группы. Это правило подразумевает зависимость эффективности групповой работы от вклада каждого ее члена и необходимость работы не только для себя, на решение собственных проблем, но и на других, т.к. помощь другому является способом познания себя.
- Постоянство участия в работе. Правило определяет обязательность участия каждого члена группы в работе в течение всего времени, без перерывов.

- Закрытость группы. Имеется в виду, что все происходящее в группе не должно выноситься за ее пределы. Все, что проговаривается членами группы вне круга, должно приноситься в круг.
- Откровенность и искренность. Подразумевается, что члены группы должны попытаться отбросить все роли и быть самими собой, попробовать говорить то, что думают, и проявлять то, что чувствуют.
- Правило «Стоп!». Тот член группы, который не хочет отвечать на какой-либо вопрос, участвовать в какой-либо игре, процедуре из-за нежелания быть искренним или из-за неготовности к откровенности, имеет право сказать «Стоп!» и тем самым исключить себя из участия в процедуре. Это правило желательно использовать редко, т.к. оно ограничивает человека в познании себя.

При обсуждении правил групповой работы необходимо создать доброжелательную атмосферу, но с элементами напряжения, для динамики развития группы, быстрого включения каждого участника в работу над собой. При обсуждении можно выяснить у ребят, как они понимают каждое правило, насколько готовы и могут следовать этим правилам, какие у них возникают опасения и с чем они связаны. В заключении необходимо, чтобы каждый участник осознал необходимость введения этих правил и выразил готовность следовать им в процессе тренинга.

Основная часть:

Упражнение 4. «Кто Я?» (15 мин.).

Цель: выяснить, как участник группы воспринимает себя, какие стороны своей личности он оценивает как положительные, какие считает недостатками, хочет ли меняться.

Выполнение: раздать участникам по 5-7 карточек, на каждой из которых они должны написать по одному своему качеству, а затем сами участники ранжируют их по значимости. При обсуждении обратить внимание участников на то, какие характеристики себя у каждого из ребят преобладают – позитивные или негативные, что для каждого наиболее значимо в своей личности, насколько ярко проявляются качества, стоящие по рангу на последних местах, хотел бы ребенок избавиться от них или нет.

Разминка:

Упражнение 6. Игра «Молекулы» (3 мин.).

Цель: снятие напряжения, усталости, сплочение группы и создание доброжелательной атмосферы.

Выполнение: все игроки – «атомы», которые беспорядочно движутся, а по сигналу психолога объединяются в «молекулы», определенной психологом величины (по 2, 3, 4, 5 атомов). «Молекулы» большей или меньшей, по сравнению с заданной, величины должны в течение 10 секунд перестроиться. «Атомы», не вошедшие в состав «молекул», выбывают из игры.

Упражнение 5. Игра «Представление» (10 мин.)

Цели: формирование установок на выявление позитивных личностных и других качеств; умение представить себя.

Выполнение: Участникам дается следующее пояснение: в представлении вы должны постараться отразить свою индивидуальность так, чтобы все остальные участники сразу запомнили выступившего. Например, "Я высокий, сильный и уверенный в себе человек. Внешность у меня обыкновенная, зато волосы красивого цвета и слегка вьются, что является предметом легкой зависти многих женщин. Но главное, на что хочу обратить ваше внимание - со мной в любой компании интересно и весело, знаете, как правило играю роль тамады" или "Возраст у меня средний, внешность не броская, способности и возможности обыкновенные. Единственное, в чем я разбираюсь может быть лучше других и готова посвящать все свое время - это вкусно готовить и угощать. Обещаю всем яблочный пирог к чаю".

Завершение:

Рефлексия (5 мин.).

Дать понятие рефлексия и объяснить необходимость ее проведения в конце каждой встречи. Предложить каждому участнику высказать свое понимание происходящего в группе и с группой, описать свои чувства, переживания, мысли, возникающие в процессе групповой работы.

Задание на самопознание: нарисовать автопортрет.

Детям дается домашнее задание нарисовать себя, свой автопортрет.

Занятие 2 – «Я такой, какой я есть».

Цель: способствовать выработке объективной самооценки.

Вводная часть:

Упражнения 1. «Приветствие с пожеланиями группе» (2 мин.).

Цель: установление психологического контакта и настрой участников на работу.

Выполнение: участники группы здороваются друг с другом и высказывают пожелания группе в целом или каждому индивидуально.

Основная часть:

Упражнение 2. «На какой я ступеньке?» (5 мин.).

Цель: самодиагностика личности, определение уровня самооценки.

Выполнение: участникам раздается бланк с нарисованной на ней лесенкой из 10 ступеней. Дается инструкция: "Нарисуйте себя на той ступеньке, на которой, как вы считаете, сейчас находитесь".

После того, как все нарисовали, ведущий сообщает ключ к этой методике:

- 1-4 ступенька - самооценка занижена
- 5-7 ступенька - самооценка адекватна
- 8-10 ступенька - самооценка завышена

Упражнение 3. «Три имени» (13 мин.).

Цель: развитие саморефлексии, формирование установки на самопознание.

Выполнение: Каждому участнику выдается по три карточки. На карточках нужно написать три варианта своего имени (например, как вас называют родственники, сослуживцы и близкие друзья). Затем каждый член группы представляется, используя эти имена и описывая ту сторону своего характера, которая соответствует этому имени, а может быть послужила причиной возникновения этого имени.

Разминка:

Упражнение 4. Напряженная поза «Арка Лоуэна» (3 мин.).

Цель: осознание тела и высвобождение напряжения через дрожь и непроизвольные движения.

Выполнение: «Встаньте, расставьте ноги на расстояние примерно 45 см., носки слегка поверните вовнутрь, колени согните, насколько это возможно сделать, не отрывая пяток от пола, кулаки поставьте на поясницу и прогнитесь назад. Дышите животом, удерживайте позу в течение примерно минуты. Отметьте области напряжения в своем теле. Напряжение может быть в пояснице или в передней части бедер». Психолог может помочь определить, какие сложности возникают при выполнении прогиба. «Если вы удерживаете правильный прогиб, продолжаете дышать и стоите расслабленно, ваши ноги должны начать дрожать». Психолог должен объяснить, что данное упражнение позволяет почувствовать свое тело и высвободить напряжение через дрожь.

Упражнение 5. «Автопортрет» (15 мин.).

Цель: презентация участниками группы своей личности, формирование представления о себе.

Выполнение: представьте себе, что вам предстоит встреча с незнакомым человеком и нужно, чтобы он узнал вас. Опишите себя. Найдите такие признаки, которые выделяют вас из толпы. Опишите свой внешний вид, походку, манеру говорить, одеваться; может быть вам присущи обращающие на себя внимание жесты. Работа происходит в парах. В процессе выступления одного из партнеров другой может задавать уточняющие вопросы, для того, чтобы "автопортрет" был более полным. На обсуждение в парах отводится 5-6 минут. По окончании задания участники садятся в круг и делятся впечатлениями.

Завершение:

Рефлексия (7 мин.).

Выполнение: ведущий предлагает всем сесть в круг и просит каждого участника выразить свое состояние в данный момент, попытаться определить причины возникновения этого эмоционального состояния. А также просит проанализировать занятие.

Задание на самопознание: «Мои достоинства».

Психолог дает домашнее задание: «На большом листе составьте список "Мои достоинства" и поместите его на видном месте. Регулярно (сначала один раз в день, затем реже) дополняйте перечень своих достоинств. Для этого нужно очень тщательно изучать себя, свои особенности, пытливо, всматриваться в свои привычки, поступки. Если сами не можете найти у себя очередное достоинство, обратитесь сначала к самым близким людям, тем, кому вы особенно доверяете и чье мнение для вас значимо. Они вам помогут найти ваши достоинства. Такой же вопрос можно (и наверное, через какое-то время нужно) задать самым разным людям., Всё то доброе и хорошее, что они о вас будут говорить, включайте в список "Мои достоинства"».

Занятие 3 – «Мир во мне».

Цель: углубление знаний друг о друге через раскрытие качеств каждого участника, формирование навыков самоанализа, самопонимания и самокритики.

Вводная часть:

Упражнений 1. «Давайте поздороваемся» (3 мин.).

Цель: установление психологического контакта.

Выполнение: участникам предлагается поздороваться руками, локтями, глазами, спинами, коленками, носами, лбами и т.д.

Основная часть:

Упражнение 2. «Я-реальное и я-идеальное» (15 мин.).

Цель: помощь участникам в выстраивании адекватной самооценки.

Выполнение: участникам раздаются по 2 листа бумаги и карандаши. Ведущий просит нарисовать себя в «двух ипостасях»: Я-реальное и Я-идеальное. Дается 5 минут. После этого происходит обсуждение:

- Когда вы чувствовали большее напряжение: когда рисовали идеальное или реальное?

- Как вы думаете, что вам необходимо предпринять, чтобы эти два понятия стали едиными?

Упражнение 3. «Качества» (15 мин.).

Цель: выработка у участников более объективной самооценки.

Выполнение: каждый участник должен написать 5 положительных и 5 отрицательных своих качеств, затем проранжировать их. Следует обратить внимание на первые и последние качества. Обсуждение.

Разминка:

Упражнение 4. Напряженная поза «Кольцо Лоуэна» (3 мин.).

Цель: помочь расширить сферу осознания тела и высвободить напряжение через дрожь и произвольные движения.

Выполнение: «Расставьте ноги примерно на 25 см., слегка поверните носки внутрь и согнитесь в талии вперед. Держите колени согнутыми и коснитесь пальцами пола. Перенесите вес на пальцы ног. Не забывайте глубоко дышать через рот. Медленно выпрямите колени. Удерживайте позу примерно минуту. Ваши ноги начнут дрожать. Дрожь – естественная реакция тела на напряжения, она способствует высвобождению напряжения тела».

Упражнение 5. «Его сильная сторона» (6 мин.).

Цель: выработка умения говорить и выслушивать комплименты.

Выполнение: «Бросая по очереди друг другу этот мяч, будем говорить о безусловных достоинствах, сильных сторонах того, кому бросаем мяч. Будем внимательны, чтобы мяч побывал у каждого».

Завершение:

Рефлексия (3 мин.).

Выполнение: ведущий предлагает всем сесть в круг и просит каждого участника выразить свое состояние в данный момент, попытаться определить причины возникновения этого эмоционального состояния. А также просит проанализировать занятие.

Задание на самопознание: Завести журнал успеха.

Психолог просит каждого участника завести журнал успеха, куда ребенок будет записывать свои хорошие поступки и успехи и каждый день записывать в него свои достижения. Например: «Сказал спасибо повару», «Помог воспитателю с уборкой» и т.д. А также попросить кого-либо из ребят принести свои любимые музыкальные записи.

Занятие 4 – «Мир вокруг меня».

Цели: развитие умений видеть, чувствовать, адекватно воспринимать других людей, их поведение, ситуации, возникающие в процессе общения.

Вводная часть:

Упражнение 1. «Веселое приветствие» (3 мин.)

Цель: снятие напряжения, установление психологического контакта.

Оборудование: магнитофон, сборник музыкальных композиций танцевального характера на CD.

Выполнение: психолог включает любую танцевальную музыку, и дети начинают ходить по комнате (можно прыгать, танцевать). После слов психолога: «Раз, два, три, друга найди!» каждый ребенок должен найти себе пару и встать рядом с ней. Психолог командует: «Поздоровайся ушами, мизинцами, пятками, коленками...». Каждый раз во время музыкальной паузы ребенок должен встать рядом с новым игроком. Игру можно закончить, когда каждый поздоровается со всеми присутствующими.

Основная часть:

Упражнение 2. «Мимика и жесты» (7 мин.)

Цель: развитие умения правильно воспринимать и использовать невербальные средства общения.

Выполнение: попросить всех ребят разбиться на пары. Каждый из пары получает записку с заданием, например «написать письмо», «переставить мебель в классе» и т.д. Эти задания получивший записку должен передать напарнику жестами и мимикой. Второй должен выполнить понятое им перед всеми. Сравнивается написанное в записке с выполнением. Затем участники меняются ролями. После выполнения упражнения необходимо выяснить, насколько каждому участнику было сложно выполнять задание, рассказать о необходимости специального обучения пониманию психологического состояния человека по выразительным движениям, мимике, жестам и интонации.

Упражнение 3. «Фраза» (5 мин.)

Цель: формирование умения определять состояние другого человека.

Выполнение: психолог предлагает 2-3 участникам выйти за дверь и продумать, каким образом каждый из них может изобразить с помощью мимики, жестов и интонации состояние, в котором он находится в данном периоде жизни, произнеся при этом только одну фразу: «Быть лил не быть». (Фразу для произнесения могут придумать сами участники). Другой вариант: изобразить свое состояние на «гарабарском» языке. Каждый их участников выполняет это задание перед всеми членами группы, а те пытаются как можно полнее, точнее определить это состояние в процессе общего обсуждения.

Упражнение 4. «Диалог руками» (5 мин.)

Цель: определение и развитие умений чувствовать, понимать другого человека.

Выполнение: члены группы разбиваются на пары, закрывают глаза и пытаются понять состояние друг друга только через прикосновение рук. В процессе обсуждения

выясняется, как партнеры поняли друг друга, что показалось трудно почувствовать, а что легко, почему.

Упражнение 5. «Мир музыки» (7 мин.).

Цель: познание внутреннего мира других людей.

Оборудование: магнитофон или музыкальный центр.

Выполнение: предложить ребятам отдохнуть под музыку, записи которой принес один из участников. При этом можно танцевать, просто разговаривать, ходить по комнате, т.е. делать, что хочется. Затем начать разговор о том, какие еще, кроме вербального и невербального, существуют средства общения, с помощью которых мы можем приоткрыть внутренний мир другого человека (увлечения, любимые произведения литературы, искусства, фильмы, музыкальные произведения и т.д.). В разговоре вернуться к тем музыкальным произведениям, которые только что слышали. Обсудить, что они могут сказать о человеке, который их выбрал. Сравнить видение одного и того же человека и понимание им музыки разными участниками. В заключение выслушать владельца этих записей.

Упражнение 6. «Видение других» (6 мин.).

Цели: определение умения участников адекватно воспринимать других людей; коррекция восприятия участниками других людей.

Выполнение: один из участников садиться спиной к остальным. Он должен подробно описать внешний вид кого-либо из присутствующих – детали костюма, причёску, обувь, принять его характерную позу и попытаться определить его состояние.

Разминка:

Упражнение 7. «Мой сосед справа» (4 мин.).

Цель: развитие межличностного доверия и чувствительности к невербальным средствам общения.

Оборудование: музыкальный центр или магнитофон, сборник танцевальной музыки на CD.

Выполнение: включить быструю музыку, предложить ребятам встать в круг и потанцевать. По хлопку ведущего каждый должен имитировать то танцевальное движение, которое в момент сигнала выполнял сосед справа, затем танец продолжается и т.д. Игра заканчивается, когда каждому участнику вернется его собственное движение.

Завершение:

Рефлексия (6 мин.).

Выполнение: каждый участник делится впечатлениями о прошедшем занятии и анализирует свои чувства, свое эмоциональное состояние, а также делится тем, что он получил нового сегодня.

Задание на самопознание: Написать мини-сочинение «Каким я вижу каждого участника группы».

Каждому участнику психолог дает задание написать мини-сочинение о каждом участнике группы на тему: «Каким я вижу этого человека», используя метод ассоциаций. Например: «Я представляю Васю огромным дубом, потому что он всегда твердо стоит на своем...», а «Оля – это белочка...» и т.д.

Занятие 5 – «Я глазами мира».

Цель: предоставить участникам возможность увидеть себя глазами других людей, соотнести самооценку и оценку членами группы.

Вводная часть:

Упражнение 1. «Приветствие с клубком» (2 мин.).

Цель: установление психологического контакта.

Оборудование: клубок ниток для вязания.

Выполнение: группа встает в круг. Каждый участник высказывает свои пожелания группе и передает клубок следующему. Получившуюся паутинку из ниток вывешивают на видное место.

Основная часть:

Упражнение 2. «Анализ ассоциаций» (15 мин.).

Цели: дать возможность каждому члену группы узнать, как его воспринимают другие участники; сопоставить разное видение членами группы одного и того же человека; коррекция собственного восприятия других людей.

Выполнение: Собрать мини-сочинения у членов группы, предупредив, что авторов ассоциаций называть не будут. Предложить участникам в течение 1-2 минут внимательно посмотреть друг на друга. Затем попросить их принять удобную позу, закрыть глаза и попытаться во время зачитывания психологом ассоциаций (мини-сочинений) представить того участника, о котором идет речь. По окончании процедуры участники делятся своими впечатлениями. Ведущий может узнать, кого из участников было легко представить, кого сложно, и почему, какие ассоциации показались неожиданными.

Упражнение 3. «Черное и белое кресло» (10 мин.).

Цель: формирование более адекватной самооценки, самопознание участников.

Оборудование: два кресла или стула со спинкой, ткань, материал белого и черного цвета.

Выполнение: отдельно от круга, но так, чтобы всем было хорошо видно, поставить два кресла, одно из них накрыть белым материалом, другое – черным. Предложить одному из участников занять белое кресло, все остальные члены группы по очереди садятся в черное кресло и говорят участнику, занявшему белое кресло, о его недостатках, мешающих, по их мнению, ему в общении. Сидящий в белом кресле может попросить уточнить то или иное высказывание, задавать дополнительные вопросы, но не имеет права на отрицание или оправдание. Эту процедуру проводят с теми участниками группы, у которых наблюдается неадекватно завышенная самооценка. Члену группы с неадекватно завышенной самооценкой предлагают сесть в белое кресло, а с заниженной – в черное.

Разминка:

Упражнение 4. Игра «Колокол» (2мин.).

Цель: снять напряжение и усталость.

Выполнение: все участники вместе с психологом встают в круг, взявшись за руки. Делая вдох, все вместе резко выбрасывают руки вверх, затем на выдохе, также резко наклоняясь, опускают руки вниз, произнося «Бум-м-м!» (изображая колокол). Частоту ударов регулирует один из участников.

Упражнение 5. «Мнение» (10 мин.).

Цель: фиксация внимания участников на своих личностных особенностях и восприятии себя, развитие умения слушать и давать обратную связь.

Выполнение: участники делятся на две разные подгруппы, встают, образуя два концентрических круга. Члены группы, стоящие во внутреннем круге, поворачиваются лицом к участникам внешнего круга. Затем член каждой пары, стоящий во внутреннем круге, начинает тихо говорить партнеру, как он его воспринимает, какие чувства он вызывает, какие личные качества тот проявляет в группе и т.д. По сигналу ведущего внутренний круг сдвигается вправо на одного участника. Первая часть заканчивается, когда все участники вернуться в исходную позицию. Во второй части аналогично высказывают свое мнение члены группы, стоящей во внешнем круге. В заключительной части процедуры психолог предлагает участникам обсудить и проанализировать свои эмоции и чувства, переживания.

Завершение:

Рефлексия (6 мин.)

Выполнение: каждый участник делится впечатлениями о прошедшем занятии и анализирует свои чувства, свое эмоциональное состояние, а также делится тем, что он получил нового сегодня.

Задание на самопознание: Подумать, кто в группе больше всего нуждается в поддержке и помощи, найти способ поддержать его.

Психолог предлагает на основе анализа сегодняшнего занятия подумать, кто в группе больше всего нуждается в поддержке и помощи и самостоятельно найти и применить способ поддержать этого человека.

Занятие 6 – «Встреча двух миров».

Цели: помочь каждому участнику осознать основные способы и приемы взаимодействия с другими людьми, способы реагирования в сложных ситуациях, умение регулировать процесс общения.

Вводная часть:

Упражнение 1. «Приветствие» (2 мин.).

Цель: установление психологического контакта и настрой участников на работу.

Выполнение: участникам предлагается образовать круг и разделить на три равные части: «европейцев», «японцев», «африканцев». Каждый из участников идет по кругу и здоровается со всеми «своим» способом: «европейцы» пожимают руку, «японцы» кланяются, «африканцы» трутся носами. Упражнение проходит весело и эмоционально, заряжает группу энергией.

Основная часть:

Упражнение 2. «Созвучие» (7 мин.).

Цели: развитие эмпатического понимания.

Выполнение: выходят два партнера. Их задача: медленно удаляясь друг от друга в противоположные стороны, одновременно оглянуться, остановиться, идти и опять оглянуться. И так три раза.

Упражнение 3. «Ролевая игра» (15 мин.).

Цели: расширение поведенческого репертуара детей за счет социально одобряемых и соответствующих социальным ожиданиям форм поведения; формирование регуляции эмоциональных состояний, преодоление неуверенности в себе.

Выполнение: психолог предлагает участникам группы разыграть какие-либо жизненные ситуации. Ситуации могут быть выбраны самими участниками, в случае затруднения их предлагает ведущий. Примеры ситуаций для разыгрывания: «Тебя вызвали к директору школы за то, что ты сорвал урок» или «Тебе необходимо отпроситься у учителя с классного часа» и т.д. Перед игрой ее участники обсуждают детали сюжета. После игры обсуждение проигранной ситуации начинают с них. Психолог может задавать им вопросы: Какие чувства ты испытывал в этой ситуации при общении с партнером? Чего ты хотел добиться в данной ситуации? Какие приемы для достижения целей

использовали ты и твой партнер? и т.д. После обсуждения игры ее участниками слово предоставляется остальным членам группы. Психолог может предложить им следующие вопросы: Какие личностные особенности участников проявились в игре? Какие способы и приемы взаимодействия они использовали? Кто из них достиг своей цели и что этому способствовало? и т.д. После этого психолог анализирует игру, ход ее обсуждения, особенно обращая внимание на барьеры общения, которые могут быть связаны с самооценкой.

Разминка:

Упражнение 4. «Ролевая гимнастика» (8 мин.).

Цели: снятие напряжения и усталости.

Выполнение: все участники по очереди декламируют любое стихотворение (например, «У лукоморья дуб зеленый...»): с пулеметной скоростью; со скоростью улитки; как-будто вы страшно замерзли; как робот; как маленький ребенок; как строгий учитель и т.д.

Упражнение 5. «Картина» (8 мин.).

Цель: формирование направленности ребенка на сверстника, расширение и обогащение позитивного опыта совместной деятельности

Оборудование: 5 листов бумаги и пять карандашей.

Выполнение: участники разбиваются попарно. Каждой паре выдается лист бумаги и один карандаш. Держа карандаш вдвоем, без слов, за 5 минут они должны создать совместное произведение. Под рисунком написать название и поставить подписи. После окончания процедуры психолог может задать участникам следующие вопросы: Кто был инициатором создания именно этого сюжета? Кто являлся лидером? Учитывались ли желания каждого участника? Понимали ли друг друга участники в процессе совместной работы? Какие способы общения они использовали?

Завершение:

Рефлексия (7 мин.).

Выполнение: психолог участникам подумать для чего были необходимы упражнения, проведенные на занятии. Что нового вы получили и узнали о себе?

Задание на самопознание: Упражнение «Подарок».

Психолог предлагает детям проявить творчество и придумать необычный, сделанный своими руками подарок для каждого из участников. Подарки должны быть разными. Нельзя, например, рисунок подарить двум участникам.

Занятие 7 – «Я глазами группы».

Цели: формирование восприятия своих личностных черт, умения посмотреть на себя со стороны, формирование адекватной самооценки.

Вводная часть:

Упражнение 1. «Эксклюзивное приветствие» (3 мин.).

Цель: установление психологического контакта.

Выполнение: участникам предлагается поздороваться с каждым присутствующим любым необычным способом и подарить приготовленный для этого участника подарок.

Основная часть:

Упражнение 2. «Встречные мнения» (15 мин.).

Цель: способствовать формированию адекватного уровня самоуважения.

Выполнение: Группа собирает коллективные мнения об одном из участников, пожелавшем узнать их. А в это время участник о котором составляется коллективное мнение, уединившись в другой комнате, письменно излагает свои пожелания и предложения, связанные с тем, что напишет о нем сейчас группа. Коллективное мнение составляется участниками не анонимно, а вслух. Ведущий записывает все, что любой из игроков изрекает вслух про обсуждаемого. Когда коллективное мнение собрано, ведущий записывает весь получившийся текст. При этом участники могут договориться не сообщать основному участнику авторов отдельно взятых реплик. Приглашается тот о ком составлено коллективное мнение. Вошедший зачитывает свой текст, где изложены его ожидания. Затем ведущий зачитывает коллективное мнение. Два текста сопоставляются и группа обсуждает, насколько ожидания совпали в данном случае с реальностью. Анализ причин возникающих противоречий.

Упражнение 3. «Обо мне наоборот» (15 мин.).

Цель: создание предпосылки отойти от привычных самооценок; приобретение нового эмоционального опыта, изменение самоотношения, воздействие на уровень притязаний.

Выполнение: (данная игра является одним из проявлений идей Ф. Перлса. Здесь используется «горячее кресло»). Пусть «горячее кресло» занимает участник по имени М. Он получает три типа обратных связей, т.е. сообщений от группы (круги информации). Первый круг информации – это взаимосвязанная система микрорассказов про участника М., посвященная его достоинствам. Члены группы, передавая эстафету рассказывания друг другу, делятся впечатлениями о достоинствах, о положительных сторонах, о чертах характера и поступках М., способных вызвать восхищение, одобрение, чувство признательности окружающих. Причем члены группы стремятся к тому, чтобы из их рассказов, складывалась целостная картина, взаимосвязанная система качеств М. Вдобавок, принимая эстафету рассказывания, каждый следующий участник старается превзойти предшествующего рассказчика в описании достоинств М. Апофеозом восторга

по отношению к обладателю «горячего кресла» разряжается последний из игроков, замыкающий круг, М. слушает все молча. Второй круг информации организуется таким же образом, но эстафета рассказывания передается в обратном направлении. Только задачей рассказывающих теперь становится описание недостатков, мало привлекательных сторон М., неблагоприятных поступков и проявлений с его стороны. И вновь каждый следующий игрок стремится показать более мрачные и негативные черты М.

Третий круг информации может быть условно назван «анти – М.» Рассказ о достоинствах и недостатках, но при этом рассказчики должны придерживаться следующего условия. Имея в виду какое-либо достоинство М., они обязаны рассказывать о нем как о недостатке, и наоборот. Например, все знают М. как молчаливого человека, замкнутого. Следуя заданию, один из участников может сообщить группе о том, что М. известен ему как чрезвычайно разговорчивый, невероятно общительный, открытый человек. И так далее. Закончив третий круг информации, группа предоставляет возможность высказаться участнику, занимающему «горячее кресло». Для начала участник М. может обойти каждого из присутствующих и выразить свое отношение к нему невербально, с помощью средств тактильного контакта. Здесь же можно использовать мимические и пантомимические средства общения. Обсуждение.

Разминка:

Упражнение 4. «Корона уверенности» (2 мин.)

Цель: снятие напряжение и усталости, повышение уверенности в себе.

Выполнение: представьте себя посередине стадиона, где все зрители встали, чтобы громко вам поаплодировать. Вы широко улыбаетесь этому шквалу аплодисментов, а на голове у вас красуется великолепная корона.

Упражнение 5. «Чемодан» (7 мин.).

Цель: создать мотивацию для дальнейшей работы над собой, над познанием собственного «Я».

Выполнение: участники подписывают свой лист, таким образом, например, «чемодан Петрова Вовы». По команде ведущего каждый передает лист своему правому соседу. Его задача положить в «чемодан» какие-либо качество, способность, свойство недостающее владельцу чемодана. Затем этот лист – чемодан он передает своему правому соседу и получает новый от левого. Таким образом, по кругу, всеми участниками для каждого будет собран целый чемодан. Одно условие: участник написав, по его мнению не хватающее качество складывает лист так, чтобы не было видно написанного и осталось место для других «вещей в чемодане». Получив свой чемодан обратно игроки изучают его содержимое. Обсуждение.

Завершение:

Рефлексия (3 мин.).

Анализ пройденного занятия, обмен впечатлениями и чувствами участников друг с другом, обсуждение и обратная связь.

Задание на самопознание: записать перечень продолжений фразы: «Я подарок для...».

Психолог предлагает участникам группы подумать для кого они являются подарком и записать перечень продолжений фразы «Я подарок для...». Например, «Я подарок для животных», «Я подарок для моей кровати» и т.д.

Занятие 8 – «Встреча с самим собой».

Цель: формирование навыка самоанализа, самопонимания и самокритики, формирование адекватной самооценки.

Вводная часть:

Упражнение 1. Игра «Король комплиментов» (5 мин.).

Цель: повышение самооценки, создание доверительных и близких взаимоотношений между участниками, а также развитие умения говорить и принимать комплименты.

Выполнение: все участники рассаживаются по кругу. В центре стоит стул – трон. У каждого в руках вырезанные из картона сердечки. У некоторых сердечек в центре нарисована стрела, пронизывающая их. Выбранный по жребию (или просто вызвавшийся первым) участник садится на трон. Остальные по очереди говорят ему комплименты. После этого сидевший на троне подходит к каждому и вручает по сердечку. Пронзенное сердечко вручается тому, чей комплимент произвел наибольшее впечатление. Игра продолжается, пока на троне не побывают все участники. Затем определяется тот, кто набрал наибольшее количество пронзенных сердечек. Именно он становится королем или королевой комплимента.

Основная часть:

Упражнений 2. «Зеркало» (10 мин.).

Цель: развитие принятия своей личности, формирования положительного отношения и уважения к себе.

Оборудование: зеркало размером примерно 15×20.

Выполнение: По кругу передается зеркало. Задача каждого игрока – посмотреться в зеркало и попытаться воспринять себя отстраненно, как будто видишь не свое отражение, а лицо незнакомца, которое привлекло внимание. Сосредоточенно изучите этого человека и попытайтесь ответить на представленные вопросы. Вопросы для обсуждения: Что привлекательного вы видите в этом человеке? За что его можно любить? Что вызывает уважение, а может быть, восхищение? Когда зеркало обойдет весь круг, обсудить ту внутреннюю работу, которую многим пришлось совершить. Идеи, выносимые на

обсуждение: Сложно увидеть хорошее в себе, но, научившись это делать, полюбив себя, значительно проще увидеть нечто особенное в другом человеке. Приняв себя таким, какой ты есть, можно научить других такому же к себе отношению.

Упражнение 3. «Комиссионный магазин» (15 мин.).

Цель: формирование навыков самоанализа и самокритики, выявление значимых личностных качеств.

Выполнение: Предлагается поиграть в комиссионный магазин. Товары, которые принимает продавец - это человеческие качества, например: доброта, глупость, открытость. Участники записывают на карточку черты своего характера, как положительные, так и отрицательные. Затем предлагается совершить торг, в котором каждый из участников может избавиться от какого-то ненужного качества, или его части, и приобрести что-либо необходимое. Например, кому-то не хватает для эффективной жизни красноречия, и он может предложить за него какую-то часть своего спокойствия и уравновешенности. По окончании задания подводятся итоги и обсуждаются впечатления.

Разминка:

Упражнение 4. «Распускание панцирей» (3 мин.).

Цель: раскрепощение человека и обретение чувства уверенности.

Выполнение: Сядьте на корточки. Успокойте дыхание. Скажите себе: "Я спокоен. Я совершенно спокоен. Я уверенно смотрю в будущее. Мне нравятся новые ощущения. Я открыт для изменений". Старайтесь добиться такого состояния покоя, какое у вас бывает утром выходного дня, когда не надо никуда спешить.

Упражнение 5. «Образ Я» (7 мин.).

Цель: соединение вербального и невербального компонентов выразительной самооценочной позиции.

Выполнение: Каждому участнику предлагается произнести слово "Я" с только ему присущей интонацией, мимикой, жестами. Нужно сделать это так, чтобы одним словом как можно полнее выразить восприятие своего "Я", свою индивидуальность и свое место в мире.

Завершение:

Рефлексия (5 мин.).

Обмен чувствами и эмоциями после проведенного занятия. Обратная связь.

Задание на самопознание: ответить на вопрос: «Что полезного вы получили на занятиях?».

Психолог предлагает участникам в форме сочинения ответить на вопрос «Что полезного вы получили на занятиях?». В сочинении необходимо раскрыть, что было интересным, что было сложным, как возможно применить полученные на занятиях знания и опыт в реальной жизни, для чего эти упражнения необходимо вам, какие выводы можно сделать после проведенных занятий и т.д.

Занятие 9 - «Я – это Я».

Цели: формирование правильного представления о себе, адекватной самооценки и объективного отношения к качествам своей личности.

Вводная часть:

Упражнение 1. Игра «Спасибо, что ты рядом!» (2 мин.).

Цель: позитивный настрой участников, установление психологического контакта.

Выполнение: все участники стоят в кругу. Один из них встает в центр круга, другой подходит к нему, пожимает руку и говорит: «Спасибо, что ты рядом!». Они держатся за руки, а каждый участник подходит и со словами: «Спасибо, что ты рядом!» - берет за руку одного из стоящих в центре. Когда все играющие окажутся в центре круга, ведущий присоединяется к детям со словами: «Спасибо, что все вы рядом!».

Основная часть:

Упражнение 2. «Формула любви к себе» (5 мин.).

Цель: осознание значимости и неповторимости своей личности.

Выполнение: вспомните известный мультфильм про маленького серенького ослика, которому надоело быть осликом. И он стал вначале бабочкой, потом, если не ошибаюсь, птичкой, потом кем-то еще... пока, наконец, не понял, что для него самого и для всех других будет лучше, если он останется маленьким сереньким осликом. Поэтому, прошу вас, не забывайте каждый день подходить к зеркалу, смотреть себе в глаза, улыбаться и говорить: «Я люблю тебя (и называть свое имя) и принимаю тебя таким, какой ты есть, со всеми достоинствами и недостатками. Я не буду бороться с тобой, и мне совершенно незачем побеждать тебя. Но моя любовь даст мне возможность развиваться и совершенствоваться, самому радоваться жизни и приносить радость в жизнь других».

Упражнение 3. «Я люблю себя» вариант А (5 мин.).

Цель: отработка умения выражать любовь к себе, умения говорить об этом и верить в уникальность своего существования.

Выполнение: участники садятся по парам друг напротив друга и, глядя в глаза друг другу, говорят: «Я люблю себя». Обсуждение. Как Вы считаете, ваш партнер любит себя?

Разминка:

Упражнение 4. Медитация «Здравствуй, я любимый» (8 мин.).

Цель: самовнушение, снятие напряжения и повышение чувства уверенности.

Выполнение: Сядьте так, чтобы вам было удобно. Поставьте правую ногу так, что, если бы нога была живая, она могла бы сказать: «Спасибо, что ты обо мне позаботился, что ты поставил меня хорошо...». Свою левую ногу поставьте так, чтобы не было напряжения ни в ступне, ни в колене. И пусть руки лягут спокойно на колени. И правая рука, и левая. Взгляните на каждую свою руку по очереди. Каждая рука достойна того, чтобы о ней позаботиться и обратить на нее свое внимание, чтобы она почувствовала эту заботу. И левая рука пусть ляжет спокойно, пусть опустится кисть. И каждый палец почувствует ваше внимание, тепло, заботу. Пройдитесь по ним и погладьте своим вниманием каждый свой палец. Что вы сейчас чувствуете на кончике каждого своего пальца? Среднего, четвертого... Активнее работают кровеносные сосуды, чувствуется, как течет кровь, чувствуется легкое покалывание. Те же ощущения, отразившись от левой руки, появились в правой, правая рука сразу отозвалась. «Я чувствую жизнь в каждом из своих пальцев, течение теплой крови, покалывание. Кисти стали свободными и мягкими. Они просто лежат, отдыхают. Они благодарят меня за заботу о них, а я благодарю их. Я благодарю свои руки за то, что они сильные, они умелые. Мои руки умеют делать множество чудесных вещей. Они умеют работать, они сильные, они тонкие и нежные. Они бывают очень теплыми, ласковыми, нежными. Они умеют принимать тепло, они умеют дарить тепло. Это умеют мои руки, и эти руки я не поменяю ни на какие другие. Я люблю их. Спасибо вам, мои руки. Я дышу и чувствую, как воздух входит в меня, я принимаю его. И выдыхаю – воздух выходит из меня. Я рада, что у меня есть эта гармония с миром, то, что я могу принимать в себя воздух – и отпускать его. Дыхание ровное, спокойное, мне дышится легко. И вот луч внимания ласково и тепло скользит по моему лицу. Мягкая кисточка внимания скользит по моему лбу. Сбрасывается напряжение со лба, уходит напряжение с моих глаз, они теряют всякое выражение. Они отпускаются, расслабляются, отдыхают. Это не просто сделать – так много жизни вокруг них. Но я снимаю все проблемы и отпускаю свои щеки. Пусть отдохнет мое лицо. Как много работает лицо! Глаза смотрят, глаза ищут, глаза говорят, глаза спорят, глаза сопротивляются, глаза любят, глаза дают, глаза живут больше, чем что-либо другое в моем теле. Это зеркало моей души, это мои самые первые работники. Как много они делают! Спасибо вам, глаза! Вы соединяете меня с миром, вы показываете мне небо, вы показываете мне солнце, вы показываете мне весь мир. Мое лицо мое лицо – самая важная часть меня, визитная карточка моей личности. Мое лицо, которое работает со мной, которое счастливо со мной, которое преодолевает со мной жизненные трудности, – живет со мной дальше. Спасибо тебе, мое лицо! Мы всегда вместе. Мне хорошо с тобой. Спасибо тебе. И мои труженики – ноги. Я всегда забываю о них. Они с утра до вечера носят меня по жизни, ходят, бегают, держат меня. Мы сердимся на них, когда они нас подводят. Мы не ценим, что они, как лошади, день за днем выполняют самую тяжелую работу, тихо, не ожидая от нас никакой благодарности. Спасибо вам, мои ноги. И все мое тело – спасибо, что ты есть у меня, что ты даешь мне жизнь, что ты даешь мне возможность быть. Я хочу заботиться о тебе, я люблю тебя. Спасибо, что ты у меня есть.

Отдыхай... Я ощущаю в себе целый мир, огромный мир чувств, огромный мир переживаний, радости, желаний, страхов и тревог. Все богатство этого мира – это моя душа. Я благодарю свою душу за то, что она есть, потому что моя душа – это то, что умеет любить, моя душа – это то, что умеет плакать... И даже мои тревоги, мои страхи, вы защищаете меня! Так или иначе, но вы заботитесь обо мне. Спасибо вам, что вы есть в моей душе. Мой разум, мой ум, мой внутренний компьютер, который так много помнит, который осторожничает, вычисляет, – спасибо тебе, что ты всегда на страже, что ты всегда бодрствуешь и позволяешь мне видеть и понимать так много в окружающем мире. Спасибо тебе. Хорошо, что ты есть. И мой дух, мой светлый дух, который всегда выше меня, который всегда глубже меня, моя вертикаль, которая держит меня, ведет меня. Как хорошо, что я чувствую тебя! И только с тобой рядом, вместе с тобой я ощущаю себя настоящим человеком. Как много у меня есть! Как хорошо, что я вижу это! Как хорошо, что я знаю это! Я благодарен судьбе за себя. Эти богатства я не обменяю ни на что на свете. И это знание всегда будет со мной – самое главное знание на свете». Возвращаетесь в эту комнату, под вами стул – и вы удобно сидите на нем, глубоко вдохните, откройте глаза – и окажитесь здесь. Вы дышите ровно, дышите спокойно... и возвращайтесь потихоньку сюда.

Упражнение 5. «Я люблю себя» вариант Б (10 мин.).

Цель: нахождение оптимального способа проявления любви к себе.

Выполнение: Все сидят в кругу. Один стул свободный. Начинает тот, у кого свободный стул справа. Он должен пересесть на свободный стул и сказать: «Я люблю себя». Следующий, у кого справа оказался пустой стул, пересаживается и говорит: «Я тоже», третий участник говорит: «А я учусь у ... (называет имя любого участника)». Тот, чье имя назвали, бежит на пустой стул и рассказывает о том, как он проявляет любовь к себе, затем все по аналогии повторяется сначала. Обсуждение. Какой из предложенных способов проявления любви к себе показался вам наиболее интересным?

Упражнение 6. «Хвастовство» (10 мин.).

Цель: формирование навыков самораскрытия.

Выполнение: Участники садятся в большой круг и получают задание (время для подготовки 2-3 минуты) "Каждый должен похвастаться перед группой каким-либо своим качеством, умением, способностью, рассказать о своих сильных сторонах - о том, что он любит и ценит в себе". На выступление отводится - 1 минута. По окончании всех выступлений группа обсуждает ощущения, возникшие в процессе выполнения упражнения.

Завершение:

Рефлексия (5 мин.).

Психолог выясняет, какие чувства вызвали у детей сегодняшние упражнения, как это повлияло на их отношение к себе, на их самооценку.

Задание на самопознание: сочинить сказку «Я через десять лет».

Психолог дает участникам группы задание в свободной форме сочинить сказку о том, каким он будет через десять лет, обращая внимания на качества личности, приобретенные за это время успехи и достижения. А также постараться ответить на вопрос, как занятия, которые проводились в течении месяца могут найти отражение в будущем, через десять лет. Будут ли они необходимо? Что конкретно поможет?

Занятие 10 – «Заглянем в будущее».

Цели: разработка нового отношения к себе, адекватного восприятия своей личности и формирование умения применять полученный опыт в будущем.

Вводная часть:

Упражнение 1. «Приветствие с пожеланиями группе» (2 мин.).

Цель: установление психологического контакта.

Выполнение: участники группы здороваются друг с другом и высказывают пожелания группе в целом или каждому индивидуально.

Основная часть:

Упражнение 2. «Декларация собственной самооценки»(8 мин.).

Цель: утверждение значимости и ценности каждой личности.

Выполнение: психолог раздает каждому участнику лист с написанной декларацией собственной самооценки: «Я – это Я. Во всем мире нет никого в точности такого же, как Я. Есть люди, чем-то похожие на меня, но нет никого в точности такого же, как Я. Поэтому все, что исходит от меня, – это подлинно моё, потому что именно Я выбрала это. Мне принадлежит все, что есть во мне: мое тело, включая все, что оно делает; мое сознание, включая все мои мысли и планы; мои глаза, включая все образы, которые они могут видеть; мои чувства, какими бы они ни были, – тревога, удовольствие, напряжение, любовь, раздражение, радость; мой рот и все слова, которые он может произносить, – вежливые, ласковые или грубые, правильные или неправильные; мой голос, громкий или тихий; все мои действия, обращенные к другим людям или ко мне самой. Мне принадлежат все мои фантазии, мои мечты, все мои надежды и мои страхи. Мне принадлежат все мои победы и успехи. Все мои поражения и ошибки. Все это принадлежит мне. И поэтому Я могу очень близко познакомиться с собой. Я могу полюбить себя и подружиться с собой. И Я могу сделать так, чтобы все во мне содействовало моим интересам. Я знаю, что кое-что во мне озадачивает меня, и есть во мне что-то такое, чего я не знаю. Но поскольку я дружу с собой и люблю себя, Я могу осторожно и терпеливо открывать в себе источники того, что озадачивает меня, и узнавать все больше и больше разных вещей о себе самой. Все, что Я вижу и ощущаю, все, что Я говорю и что Я делаю, что Я думаю и чувствую в данный момент, – это мое. И это в точности позволяет мне узнать, где Я и кто Я в данный момент. Когда Я вглядываюсь в

свое прошлое, смотрю на то, что Я видела и ощущала, что Я говорила и что Я делала, как Я думала и как Я чувствовала, Я вижу, что не вполне меня устраивает. Я могу отказаться от того, что кажется неподходящим, и сохранить то, что кажется очень нужным, и открыть что-то новое в себе самой. Я могу видеть, слышать, чувствовать, думать, творить и действовать. Я имею все, чтобы быть близкой с другими людьми, чтобы быть продуктивной, вносить смысл и порядок в мир вещей и людей вокруг меня. Я принадлежу себе, и поэтому Я могу строить себя. Я – это Я, и Я – это замечательно». Зачитывает и обсуждает данную декларацию с участниками группы. После чего рекомендует детям каждый день читать это, осозная написанное.

Упражнение 3. «Я в будущем» (20 мин.).

Цель: осознание полученного опыта и его значимости для будущего.

Выполнение: Каждый участник рисует себя в будущем. Происходит защита участниками своего рисунка. Затем происходит обсуждение рисунков и написанных сказок. Участники имеют право не показывать рисунок, а просто поделиться своими мыслями и предположениями относительно своего будущего. Цель этого упражнения донести до детей осознание применения полученных в ходе коррекционной программы навыков и умений в будущем.

Упражнение 5. «Связующая нить» (5 мин.).

Цели: формирование чувства собственной значимости.

Выполнение: члены группы сидя в кругу, передают друг другу клубок ниток, сопровождая это высказываниями, начинающимися со слов типа: «Я благодарен тебе за то...», « Я рад знакомству с тобой, потому что время...» и т.п. Когда клубок вернется к тому, кто начинал, членам группы следует натянуть нить, закрыть глаза и погрузиться в состояние, способствующее принятию себя, других людей, окружающего мира.

Завершение:

Упражнение 6. Рефлексия «здесь и теперь» (10 мин.).

Цели: анализ изменений, произошедших с каждым из участников; анализ полученного опыта и отработанных знаний и умений; анализ адекватности самооценки; анализ возможности самостоятельной работы по формированию адекватного отношения к себе и самосовершенствованию.

Критерий Т-Вилкоксона.

Назначение Т - критерия Вилкоксона:

Критерий применяется для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых.

Он позволяет установить не только направленность изменений, но и их выраженность. С его помощью мы определяем, является ли сдвиг показателей в каком-то одном направлении более интенсивным, чем в другом.

Описание Т – критерия Вилкоксона.

Этот критерий применим в тех случаях, когда признаки измерены по крайней мере по шкале порядка, и сдвиги между вторым и первым замерами тоже могут быть упорядочены. Для этого они должны варьировать в достаточно широком диапазоне. В принципе, можно применять Т - критерий Вилкоксона и в тех случаях, когда сдвиги принимают только три значения: -1, 0 и +1, но тогда критерий Т вряд ли добавит что-нибудь новое к тем выводам, которые можно было бы получить с помощью критерия знаков. Вот если сдвиги изменяются, скажем, от -30 до +45, тогда имеет смысл их ранжировать и потом суммировать ранги.

Суть метода состоит в том, что мы сопоставляем выраженность сдвигов в том и ином направлениях по абсолютной величине. Для этого мы сначала ранжируем все абсолютные величины сдвигов, а потом суммируем ранги. Если сдвиги в положительную и в отрицательную сторону происходят случайно, то суммы рангов абсолютных значений их будут примерно равны. Если же интенсивность сдвига в одном из направлений перевешивает, то сумма рангов абсолютных значений сдвигов в противоположную сторону будет значительно ниже, чем это могло бы быть при случайных изменениях.

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

Ограничения в применении Т – 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".

Гипотезы T – критерия Вилкоксона:

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

H₁: Интенсивность сдвигов в типичном направлении превышает интенсивность

№	Код испытуемого	До коррекции	После коррекции	Разность тп. - тдо	Абсолютное значение	Ранговый номер разности
---	-----------------	--------------	-----------------	--------------------	---------------------	-------------------------

сдвигов в нетипичном направлении.

Алгоритм применения критерия T Вилкоксона для сопоставления двух показателей испытуемых.

- 1) Составить список испытуемых.
- 2) Вычислить разность между индивидуальными значениями во 2-м и 1-м замерах ("после" - "до"). Определить, что будет считаться "типичным" сдвигом, и сформулировать гипотезу.
- 3) Перевести разности в абсолютные величины и записать их отдельным столбцом.
- 4) Проранжировать абсолютные величины разностей, начиная с меньшего значения. Проверить совпадение полученной суммы рангов с расчетной.
- 5) Отметить кружками или другими знаками ранги, соответствующие сдвигам в "нетипичном" направлении, подсчитать сумму этих рангов .
- 6) Определить критические значения T для данного n по таблице [14, С.93]. Если T_{эмп.} меньше, то сдвиг в "типичную" сторону по интенсивности достоверно преобладает.
- 7) Критерий применяется для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых.

Расчетная таблица T-Вилкоксона по методике Дембо-Рубинштейн

1	М.Е.	43,2	45	1,8	1,8	1,5
2	Х.Т.	90,7	82,5	-8,2	8,2	7
3	Д.Я.	76,4	70,4	-6	6	6
4	Щ.Л.	86,3	68,3	-18	18	9
5	М.М.	42,6	39	-3,6	3,6	3
6	Ж.Н.	89,6	72,5	-17,1	17,1	8
7	Х.И.	92,8	89	-3,8	3,8	4
8	А.Д.	90,6	85,6	-5	5	5
9	С.Н.	44,2	46	1,8	1,8	1,5
10	К.В.	41,8	41,8	0	0	-
Сумма ранговых номеров разности						45

Из таблицы мы видим, что 0 сдвигов - 1, тогда количество испытуемых становится меньше на один, а, следовательно, $n = 9$.

Отрицательных значений 7 – типичные сдвиги

Положительных значений 2 - нетипичный сдвиг

Таким образом, придерживаясь алгоритма подсчета критерия, для начала составляется таблица, где в один столбик записываются значения «До», в другой столбик значения «После», после чего вычисляется разность между значениями «До» и «После», которая записывается в третий столбик. Далее определяем, что будет типичным сдвигом, а что нетипичным и формулируем гипотезу.

В нашем случае типичным сдвигом будет направление в сторону адекватной самооценки, а нетипичным в сторону неадекватной самооценки. Таким образом, гипотезы Т-критерия Вилкоксона будут следующие:

Но – интенсивность сдвигов в направлении адекватной самооценки не превосходит интенсивности сдвигов в направлении неадекватной самооценки (завышенной или заниженной).

H1 – интенсивность сдвигов в направлении адекватной самооценки превосходит интенсивность сдвигов в направлении неадекватной самооценки (завышенной или заниженной).

После того как гипотезы сформулированы в таблицу записывается абсолютная величина разности отдельным столбцом. Затем этим значениям присваиваются ранги по

правилам ранжирования. Для того чтобы проверить правильность ранжирования, можно воспользоваться формулой:

$$\sum r = N*(N+1)/2, \text{ где } N - \text{ количество испытуемых}$$

В нашем случае сумма ранговых номеров разности равна 45, подсчет по формуле $\sum r = 45$, следовательно, ранжирование произведено правильно.

Далее нас интересуют ранги, соответствующие сдвигам в нетипичном направлении. Подсчитывая сумму этих рангов, мы получаем значение Тэмп.

$$\text{Тэмп.} = \sum(R) \text{ нетипичных сдвигов}$$

где R – ранг.

Таким образом, исходя из математической обработки данных по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М.Прихожан, мы получаем:

$$\text{Тэмп.} = 1,5 + 1,5 = 3$$

Далее мы определяем значения Ткр. по таблице, когда $n = 9$, т.к. есть нулевой сдвиг [14, С.93].

$$\text{Ткр.} : \begin{cases} 0,05 = 8 \\ 0,01 = 3 \end{cases}$$

Так как значение $0,01 < 0,05$ и зона значимости находится слева, то ось значимости будет направлена в левую сторону, таким образом, получаем:

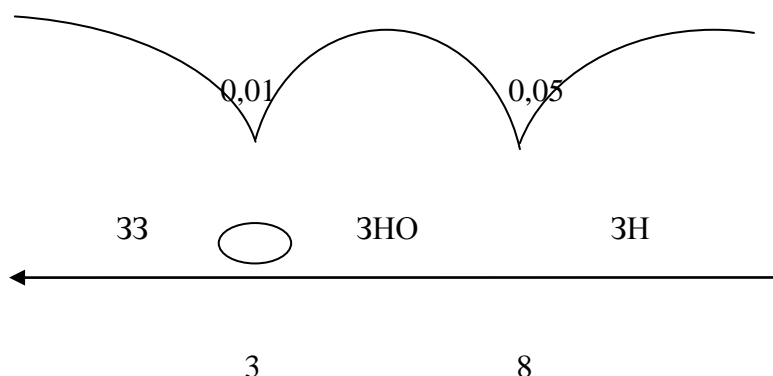


Рис. 9. Ось значимости критерия Т-Вилкоксона по методике «Исследование самооценки» по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан

Значение Тэмп. совпало со значением Ткр. при погрешности 0,01 и попало в зону значимости, а следовательно подтверждаем гипотезу Н1, то есть интенсивность сдвигов в направлении адекватной самооценки превосходит интенсивность сдвигов в направлении неадекватной самооценки (завышенной или заниженной).

Расчетная таблица T-Вилкоксона по методике «Нахождение количественного уровня

№	Код испытуемого	До коррекции	После коррекции	Разность тп. - тдо	Абсолютное значение	Ранговый номер разности
1	М.Е.	-0,5	-0,16	-0,34	0,34	9
2	Х.Т.	0,46	0,58	0,12	0,12	3
3	Д.Я.	0,625	0,29	-0,335	0,335	8
4	Щ.Л.	0,57	0,32	-0,25	0,25	7
5	М.М.	-0,39	-0,42	-0,03	0,03	1
6	Ж.Н.	0,65	0,25	-0,4	0,4	10

самооценки» (С.А.Будасси, модифицированный вариант)

7	Х.И.	0,8	0,56	-0,24	0,24	6
8	А.Д.	0,6	0,43	-0,17	0,17	5
9	С.Н.	-0,7	-0,54	-0,16	0,16	4
10	К.В.	-0,54	-0,39	-0,05	0,05	2
Сумма ранговых номеров разности						55

Из таблицы мы видим, что 0 сдвигов нет, тогда количество испытуемых остается тем же, а, следовательно, $n = 10$.

Отрицательных значений 9 – типичные сдвиги

Положительных значений 1- нетипичный сдвиг

Таким образом, придерживаясь алгоритма подсчета критерия для начала составляется список испытуемых. Составляется таблица, где записываются в один столбик значения «До», в другой столбик значения «После», после чего вычисляется разность между значениями «До» и «После», которая записывается в третий столбик. Далее определяем, что будет типичным сдвигом, а что нетипичным и формулируем гипотезу.

В нашем случае типичным сдвигом будет направление в сторону адекватной самооценки, а нетипичным в сторону неадекватной. Таким образом, гипотезы Т-критерия Вилкоксона будут следующие:

Но – интенсивность сдвигов в направлении адекватной самооценки не превосходит интенсивности сдвигов в направлении неадекватной самооценки (завышенной или заниженной).

Н1 – интенсивность сдвигов в направлении адекватной самооценки превосходит интенсивность сдвигов в направлении неадекватной самооценки (завышенной или заниженной).

После того как гипотезы сформулированы в таблицу записывается абсолютная величина разности отдельным столбцом. Затем этим значениям присваиваются ранги по правилам ранжирования. Для того чтобы проверить правильность ранжирования, можно воспользоваться формулой:

$$\sum r = N*(N+1)/2, \text{ где } N - \text{ количество испытуемых}$$

В нашем случае сумма ранговых номеров разности равна 55, подсчет по формуле $\sum r = 55$, следовательно, ранжирование произведено правильно.

Далее нас интересуют ранги, соответствующие сдвигам в нетипичном направлении. Подсчитывая сумму этих рангов, мы получаем значение Тэмп.

$$T_{\text{эмп.}} = \sum(R) \text{ нетипичных сдвигов}$$

где R – ранг.

Таким образом, исходя из математической обработки данных по методике С.А. Будасси «Нахождение количественного уровня самооценки», мы получаем:

$$T_{\text{эмп.}} = 3$$

Далее мы определяем значения $T_{\text{кр.}}$ по таблице, когда $n = 10$ [14, С.93].

$$T_{\text{кр.}}: \begin{cases} 0,05=10 \\ 0,01=5 \end{cases}$$

Так как значение $0,01 < 0,05$ и зона значимости находится слева, то ось значимости будет направлена в левую сторону, таким образом, получаем:

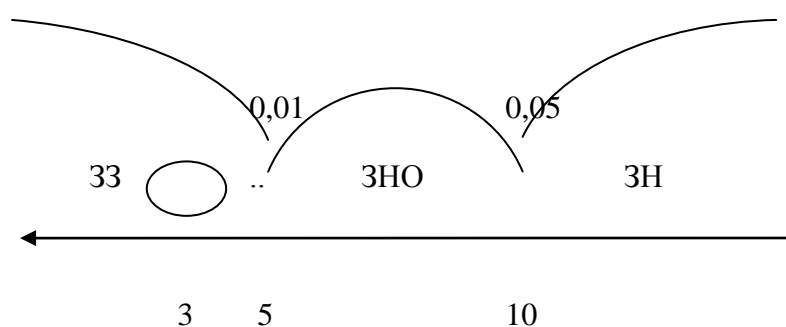


Рис.10. Ось значимости по методике С.А. Будасси «Нахождение количественного уровня самооценки»

Значение $T_{\text{эмп.}} < T_{\text{кр.}}$ и попадает в зону значимости, таким образом, мы подтверждаем гипотезу H_1 , то есть интенсивность сдвигов в направлении адекватной самооценки превосходит интенсивность сдвигов в направлении неадекватной самооценки (завышенной или заниженной).

№	Код испытуемого	До коррекции	После коррекции	Разность тп. - тдо	Абсолютное значение	Ранговый номер разности
1	М.Е.	45	40	-5	5	5
2	Х.Т.	100	90	-10	10	6
3	Д.Я.	85	68	-17	17	7
4	Щ.Л.	100	75	-25	25	9
5	М.М.	15	14	-1	1	1
6	Ж.Н.	90	70	-20	20	8

Расчет T-Вилкоксона по методике Тест Куна «Кто Я?»
(М.Кун, Т. Маркпатленд; в модификации Т.В. Румянцевой)

7	Х.И.	95	92	-3	3	3,5
8	А.Д.	100	97	-3	3	3,5
9	С.Н.	32	32	0	0	-
10	К.В.	28	30	2	2	2
Сумма ранговых номеров разности						45

Из таблицы мы видим, что 0 сдвиг 1, тогда количество испытуемых уменьшается на один, а, следовательно, $n = 9$.

Отрицательных значений 8 – типичные сдвиги

Положительных значений 1 - нетипичный сдвиг

Таким образом, придерживаясь алгоритма подсчета критерия для начала составляется список испытуемых. Составляется таблица, где записываются в один столбик значения «До», в другой столбик значения «После», после чего вычисляется разность между значениями «До» и «После», которая записывается в третий столбик. Далее определяем, что будет типичным сдвигом, а что нетипичным и формулируем гипотезу.

В нашем случае типичным сдвигом будет направление в сторону адекватной самооценки, а нетипичным в сторону неадекватной. Таким образом, гипотезы T-критерия Вилкоксона будут следующие:

Но – интенсивность сдвигов в направлении адекватной самооценки не превосходит интенсивности сдвигов в направлении неадекватной самооценки (завышенной или заниженной).

H1 – интенсивность сдвигов в направлении адекватной самооценки превосходит интенсивность сдвигов в направлении неадекватной самооценки (завышенной или заниженной).

После того как гипотезы сформулированы в таблицу записывается абсолютная величина разности отдельным столбцом. Затем этим значениям присваиваются ранги по правилам ранжирования. Для того чтобы проверить правильность ранжирования, можно воспользоваться формулой:

$$\sum r = N*(N+1)/2, \text{ где } N - \text{ количество испытуемых}$$

В нашем случае сумма ранговых номеров разности равна 45, подсчет по формуле $\sum r = 45$, следовательно, ранжирование произведено правильно.

Далее нас интересуют ранги, соответствующие сдвигам в нетипичном направлении. Подсчитывая сумму этих рангов, мы получаем значение Тэмп.

$T_{\text{эмп.}} = \sum(R)$ нетипичных сдвигов

где R – ранг.

Таким образом, исходя из математической обработки данных по методике Тест Куна «Кто Я?» (М.Кун, Т. Маркпатленд; в модификации Т.В. Румянцевой), мы получаем:

$T_{\text{эмп.}} = 2$

Далее мы определяем значения $T_{\text{кр.}}$ по таблице, когда $n = 9$, так как есть нулевой сдвиг [14, С.93].

$$T_{\text{кр.}}: \begin{cases} 0,05=8 \\ 0,01=3 \end{cases}$$

Так как значение $0,01 < 0,05$ и зона значимости находится слева, то ось значимости будет направлена в левую сторону, таким образом, получаем:

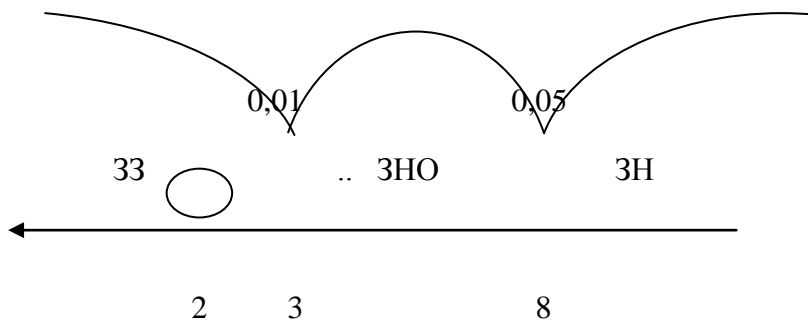


Рис.11. Ось значимости по методике Тест Куна «Кто Я?» (М.Кун, Т. Маркпатленд; в модификации Т.В. Румянцевой)

Значение $T_{\text{эмп.}} < T_{\text{кр.}}$ и попадает в зону значимости, таким образом, мы подтверждаем гипотезу H_1 , то есть интенсивность сдвигов в направлении адекватной самооценки превосходит интенсивность сдвигов в направлении неадекватной самооценки (завышенной или заниженной).

Содержание

Введение	3
Глава 1. Самооценка детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей как психолого-педагогическая проблема	
1.1. Феномен «самооценки» в психолого-педагогических исследованиях	7
1.2. Особенности самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей	14
1.3 Теоретическое обоснование модели коррекции самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей	24
Глава 2. Исследование уровня самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей	
2.1. Этапы, методы и методики исследования	34
2.2. Характеристика выборки и анализ результатов исследования	43
Глава 3. Опытное-экспериментальное исследование коррекции самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей	
3.1 Программа коррекции самооценки детей 15-17 лет с интеллектуальной недостаточностью, оставшихся без попечения родителей	54
3.2 Анализ результатов исследования	63
3.3. Рекомендации	72
Заключение	77
Список литературы	80
Приложение	85

Долгова Валентина Ивановна

***Коррекционно-развивающая работа с подростками,
оставшимися без попечения родителей***

ISBN 5-8227-0152-3

Сдано в набор 04.11.2010. Подписано к печати 03.12.2010г.

Формат 60x80 1/16.

Печать офсетная.

Объем 7,8 уч.-изд. л.

Тираж 500 экз.

Заказ №279

Фирма АТОКСО

Издательская лицензия ПР № 060441

454092, Челябинск, а/я 10195

тел. 72-29-55, тел/факс 35-96-51

Отпечатано в типографии ГОУ ВПО ЧГПУ 454080,

г. Челябинск, пр. Ленина, 69.