



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

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ
 КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Формирование адекватной самооценки младших школьников

Выпускная квалификационная работа
 по направлению 44.04.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность программы магистратуры
 «Психология безопасности личности»

Выполнила:
 студентка группы ОФ-210/133-2-1
 Баркова Наталья Павловна

Проверка на объем заимствований:

65,44 % авторского текста

Работа рекомендована к защите
рекомендована/не рекомендована

«29» 08 2018 г.

зав. кафедрой ТиПП

Кондратьева О.А.

Научный руководитель:
 к.псх.н., доцент
 Аркаева Наталья Ивановна

Челябинск
 2018

Оглавление

Введение.....	3
Глава I. Теоретические аспекты проблемы формирования адекватной самооценки младших школьников	
1.1. Феномен самооценки в психолого-педагогической литературе	7
1.2. Особенности самооценки младших школьников.....	15
1.3. Модель формирования адекватной самооценки младших школьников	22
Глава II. Организация опытно-экспериментального исследования формирования адекватной самооценки младших школьников	
2.1. Этапы, методы и методики исследования.....	31
2.2. Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента.....	35
Глава III. Опытно-экспериментальное исследование по формированию адекватной самооценки младших школьников	
3.1. Психолого-педагогическая программа формирования адекватной самооценки младших школьников	43
3.2. Анализ результатов формирующего эксперимента.....	50
3.3. Психологические рекомендации родителям и педагогам по формированию адекватной самооценки младших школьников...	55
3.4. Технологическая карта внедрения результатов исследования формирования адекватной самооценки младших школьников ..	63
Заключение.....	73
Библиографический список.....	76
Приложения.....	81

Введение

Актуальность развития самооценки состоит в том, что знание выявленной самооценки у младшего школьника дает возможность понимания, насколько самооценка выполняет регуляторную и защитную функцию, влияет на поведение, деятельность и развитие, взаимоотношения с другими людьми. Отражает степень удовлетворенности или неудовлетворенности собой, уровень самоуважения. Самооценка создает основу для восприятия собственного успеха, постановки целей определенного уровня, т.е. уровня притязаний личности [22, с.93]. Самооценка выступает как относительно устойчивое структурное образование, компонент самопознания и как процесс самооценивания. Основу самооценки составляет система личностных смыслов ребенка, принятая им система ценностей. Самооценка формируется при активном участии самой личности и отражает своеобразие ее внутреннего мира.

Самооценка, являясь специфическим индивидуально-личностным образованием, представляет собой направленный побудитель и регулятор поведения и деятельности, обладающий комплексом функций, среди которых наиболее существенной является функция регулирования отношений ребенка с социумом при сохранении собственной самобытности [7, с.36].

Формирование адекватной самооценки, как одной из индивидуально-личностных особенностей субъекта, непосредственно связано с проблемами воспитания, обучения и развития. Проблема развития самооценки, как наиболее значимого структурного компонента самосознания и Я – концепции человека, с давних пор находится в центре внимания отечественной и зарубежной науки: определены психологические особенности самооценки на разных возрастных этапах (Р. Берне, Л.И. Божович, К. Роджерс, С.Л. Рубинштейн, Д.И. Фельдштейн), рассмотрены вопросы коррекции самооценки (Б.Н. Мясищев, Ю.М. Орлов, А.В. Петровский, Т.А. Репина, Д.Б.

Эльконин), определено место самооценки структуре личности (Л.С. Выготский, И.С. Кон, Я.Л. Коломинский, А.Н. Леонтьев, А.И. Липкина, М.И. Лисина,) и другие.

Актуальность исследования определила тему нашей работы: «Формирование адекватной самооценки младших школьников».

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность реализации психолого-педагогической программы формирования адекватной самооценки младших школьников.

Объект исследования: самооценка младших школьников.

Предмет исследования: формирование адекватной самооценки младших школьников.

Гипотеза исследования: формирование адекватной самооценки младших школьников возможно, будет эффективным при реализации опытно-экспериментальной работы, включающей: обоснование и апробацию модели формирования адекватной самооценки младших школьников, внедрение психолого-педагогической программы формирования адекватной самооценки младших школьников, разработку рекомендаций родителям и педагогам.

Задачи исследования.

1. Изучить феномен самооценки в психолого-педагогической литературе.
2. Выявить особенности самооценки младших школьников.
3. Разработать и апробировать модель формирования адекватной самооценки младших школьников.
4. Определить этапы, методы и методики исследования.
5. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.
6. Разработать и реализовать психолого-педагогическую программу формирования адекватной самооценки младших школьников.
7. Проанализировать результаты формирующего эксперимента.

8. Составить рекомендации родителям и педагогам по формированию адекватной самооценки младших школьников.

9. Внедрить результаты исследования в практику работы образовательной организации.

Теоретическая значимость исследования состоит в уточнении и конкретизации понятия «самооценка»; в дополнении содержания представления о структуре самооценки; в обосновании психолого-педагогической программы формирования адекватной самооценки младших школьников; в том, что совокупность полученных результатов способствует решению проблемы формирования адекватной самооценки младших школьников. Теоретические положения и выводы, содержащиеся в исследовании, создают научное обоснование совершенствованию процесса формирования адекватной самооценки младших школьников.

Практическая значимость исследования определяется внедрением в образовательной процесс образовательной организации психолого-педагогической программы формирования адекватной самооценки младших школьников.

В исследовании применялись следующие методы:

1. Теоретические: анализ литературы, синтез, обобщение, целеполагание, моделирование.
2. Эмпирические: эксперимент (констатирующий, формирующий), опрос, тестирование.
3. Методы математической статистики: Т-критерий Вилкоксона.

На разных этапах исследования использовались психодиагностические методики: методика В.Г. Щур «Лесенка», методика Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан «Изучение самооценки», методика «Какой Я?» (модификация методики О.С. Богдановой).

Исследование проводилось на базе МАОУ Гимназия № 93 им. А.Ф. Геллича, г. Челябинска, в исследовании принимали участие младшие школьники

в количестве 30 человек. Младшие школьники из 2«А» класса, в количестве 15 человек, и школьники из 2«В» класса, в количестве 15 человек.

Апробация результатов исследования осуществлялась в процессе обсуждения его материалов на LXXVII Международной научно-практической конференции «Молодой исследователь: вызовы и перспективы», проходящей в июне- июле 2018 года, в Москве: Баркова Н.П. Формирование адекватной самооценки младших школьников/ Н.П. Баркова, Н.И. Аркаева // Молодой исследователь: вызовы и перспективы: сб. ст. по материалам LXXVII Международной научно-практической конференции «Молодой исследователь: вызовы и перспективы». – № 24(77). – М., Изд. «Интернаука», 2018. – URL:<https://www.internauka.org/young-scientist/researcher/77#article-81488>, а также в публикациях научных статей в международном научном журнале «Молодой ученый»: Баркова Н. П., Аркаева Н. И. Изучение самооценки младших школьников // Молодой ученый. — 2018. — №26. — URL: <https://moluch.ru/archive/212/51873/>.

Структура и объем диссертации. Работа состоит из введения, трех глав, заключения, списка литературы и приложений. Объем работы составляет 112 страниц. Библиографический список включает 70 источников. В работе содержится 9 рисунков, 8 таблиц и 5 приложений.

Глава 1. Теоретические аспекты проблемы формирования адекватной самооценки младших школьников

1.1 Феномен самооценки в психолого-педагогической литературе

Самооценка – ценность, значимость, которой индивид наделяет себя в целом и отдельные стороны своей личности, деятельности, поведения. Самооценка выступает как относительно устойчивое структурное образование, компонент Я – концепции, самосознания, и как прогресс самооценивания. Основу самооценки составляет система личностных смыслов индивида, принятая им система ценностей. Рассматривается в качестве центрального личностного образования и центрального компонента Я – концепции [4, с.16].

Самооценка выполняет регуляторную и защитную функцию, влияя на поведение, деятельность и развитие личности, её взаимоотношения с другими людьми. Отражая степень удовлетворенности или неудовлетворенности собой, уровень самоуважения, самооценка создает основу для восприятия собственного успеха, постановки целей определенного уровня, т.е. уровня притязаний личности. Защитная функция самооценки, обеспечивая относительную стабильность и автономность (независимость) личности, может вести к искажению данных опыта и тем самым оказывать отрицательное влияние на развитие [45, с.100].

По мнению Л.Д. Столяренко, самооценка в значительной степени определяет социальную адаптацию личности, является регулятором поведения и деятельности. Само формирование самооценки происходит в процессе деятельности и межличностного взаимодействия. Сопоставляя мнение о себе окружающих людей, человек вначале учится оценивать других, а потом уже себя. Сложившаяся у человека самооценка может быть адекватной (человек правильно, объективно оценивает себя) либо неадекватно завышенной или

неадекватно заниженной. А это в свою очередь, будет влиять на уровень притязаний личности, который характеризует степень трудности тех целей, к которым стремится человек и достижение которых представляется ему привлекательным и возможным [42, с.189].

Самосознанию и самооценке в своих исследованиях много внимания уделял И.С. Кон. Описывая изменения, происходящие в младшем школьном возрасте, ученый отмечал, что перестройка самосознания, связанная с открытием своего внутреннего мира, появлением новых контекстов и углов зрения, под которыми индивид себя рассматривает, оказывает значительное влияние на самооценку. Это объясняется еще и переориентацией сознания с внешнего контроля на самоконтроль и ростом потребности в достижении конкретных результатов [39, с.90].

Б.С. Братусь считал, что формирование личности не может характеризоваться независимым развитием какой-либо одной её стороны – рациональной, волевой или эмоциональной. Личность – это действительно высшая интегративная система, некая нерасторжимая целостность. Можно считать, что существуют какие-то последовательно возникающие новообразования, характеризующие этапы центральной линии её онтогенетического развития [11, с.89].

Исследователи, занимающиеся изучением личности, признают возникновение у неё «ядра», которое обозначается ими то терминам «Я-система», то «система-Я», то просто «Я». Эти понятия употребляются нами в качестве объяснительных при рассмотрении психической жизни человека и его поведения. Однако психологическое содержание и строение этого «ядра» не раскрываются и тем более не устанавливаются закономерности его развития в онтогенезе. По-видимому, при этом имеется в виду, что каждый человек так или иначе понимает, о чем идет речь, основываясь на эмпирически схваченном переживании своего собственного «Я» [14, с.189].

По мнению И.С. Кона самооценка также служит средством психологической защиты. Желание иметь положительный образ «Я» нередко побужда-

ет индивида преувеличивать свои достоинства и преуменьшать недостатки. В целом адекватность самооценок с возрастом повышается: самооценки взрослых по большинству показателей более реалистичны и объективны, чем юношеские, а юношеские – чем детские, в чем сказываются большой жизненный опыт, умственное развитие и стабилизация уровня притязаний [39, с.95].

В психологической науке принято следующее определение: «Совокупность психических процессов, посредством которых индивид осознает себя в качестве субъекта деятельности, называется самосознанием, а его представления о самом себе складываются в определенный «образ – Я» [цит. по 26, с.127].

Представление или понятие личности о самой себе это не просто – «Образ – Я», а социальная установка, отношение личности к себе. Поэтому в «образ – Я» можно выделить три компонента:

- 1) познавательный (когнитивный) – знание себя, самосознание;
- 2) эмоционально-оценочный – ценностное отношение к себе;
- 3) поведенческий – особенности регуляции поведения.

Как уже говорилось, образ «Я» – не статическое, а чрезвычайно динамичное образование личности. Образ «Я» может возникать как представление о себе в момент самого переживания, обычно обозначаемого в психологии как реальное «Я». Это «Я» все время меняется, например «Я» до соревнования и после соревнования, «Я» до экзамена и после экзамена будут различны. Одновременно образ «Я» является идеальным «Я» субъекта, т.е. каким он бы должен стать, чтобы соответствовать социальным нормам и ожиданиям окружающих. Это то, к чему стремится человек, кем он хочет сделаться в будущем. Возможно еще существование и фантастического «Я». В этом случае человек смотрит на себя сквозь призму собственных желаний, не учитывая своих реальных возможностей. Обычно фантастическое «Я» сопровождается словами «если бы», что означает, каким субъект желал бы стать, если бы это оказалось для него возможным [32, с. 467].

Все «Я» уживаются в человеке одновременно. И если одно из «Я» будет преобладать над другими, это может отразиться на его личности. Так, если перевес в структуре личности фантастических представлений о себе не сопровождается поступками, которые способствовали бы осуществлению желаемого, происходит дезорганизация деятельности и самосознания человека. Мальчик, которого все обижают, может в своих мечтах быть сильным и наказывать своих обидчиков. Но если эти мечты не подкрепляются занятиями спортом, ситуация в конце концов может его жестоко травмировать ввиду очередного несовпадения желаемого и действительного [34, с.409].

Степень правильности образа «Я» выясняется при изучении одного из важнейших его аспектов – самооценки личности, т.е. оценки личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. Это наиболее существенная и наиболее изученная в психологии сторона самосознания личности. Самооценка – неперенный спутник нашего «Я». Она проявляется не столько в том, что человек думает или говорит о себе, сколько в его отношении к достижениям других. С помощью самооценки происходит регуляция поведения личности [34, с.97].

Развитие самосознания, по мнению С.Л Рубинштейна проходит ряд ступеней – от наивного неведения в отношении самого себя ко все более углубленному самопознанию, соединяющемуся затем со все более определенной и иногда резко колеблющейся самооценкой [32, с.63].

В конечном счете, все, что человек делает для себя, он вместе с тем делает и для других, даже если ему кажется, что он делает что-то только для себя. Уже сложившиеся оценки собственного «Я» есть результат постоянного сопоставления того, что личность наблюдает в себе, с тем, что видит в других людях. Человек, уже зная что-то о себе, присматривается к другому человеку, сравнивает себя с ним, предполагает, что и тот небезразличен к его качествам, поступкам. Все это входит в самооценку личности и определяет ее психологическое самочувствие. Другими словами, у личности всегда имеется круг людей, с которыми она считается, среди которых черпает свои ценност-

ные ориентации. Таких людей в психологии называют референтными или значимыми, поскольку их идеалы являются идеалами этой личности, их интересы – ее интересами [26, с. 39].

Самооценка тесно связана с уровнем притязаний личности, с желаемым уровнем ее самооценки. Уровнем притязаний называют уровень образа «Я», проявляющийся в степени трудности цели, которую человек ставит перед собой. Экспериментально показано, что уровень притязаний личность устанавливает где-то между чересчур трудными задачами и чересчур легкими задачами, чтобы сохранить на должной высоте свою самооценку [45, с.101].

Формула свидетельствует, что стремление к повышению самооценки может реализовываться двумя способами. Человек может или повысить притязания, чтобы пережить максимальный успех, или снизить их, чтобы избежать неудачи. В случае успеха уровень притязаний обычно повышается, человек проявляет готовность решать более сложные задачи, при неуспехе – соответственно, снижается. Уровень притязаний личности в конкретной деятельности может быть определен довольно точно [22, с.94].

Противоположную позицию занимают люди, мотивированные на избежание неудач. Цель их деятельности не в том, чтобы добиться успеха, а в том, чтобы избежать неудачи. Все их действия в первую очередь направлены именно на реализацию этой цели. Для таких людей характерны неуверенность в себе, неверие в возможность достичь успеха, боязнь критики. Любая работа, и особенно та, которая чревата возможностью неудачи, вызывает у них отрицательные эмоциональные переживания. Поэтому человек не испытывает удовольствия от своей деятельности, тяготится ею, избегает ее. Обычно в результате он оказывается не победителем, а побежденным. Таких людей нередко называют неудачниками. Еще одна важная психологическая особенность, которая влияет на достижение человеком успеха, – это требования, предъявляемые им к самому себе. Тот, кто предъявляет к самому себе повышенные требования, в большей мере старается добиться успеха, чем тот, чьи требования к себе невысоки [5, с. 238].

Человек в своей деятельности (учебной, трудовой и др.) должен не паниковать перед трудностями, а преодолевать их, обнаруживая свои волевые качества и сильный характер и тем самым, сохраняя оптимальное соотношение успеха и разумных притязаний. Но приходится считаться с тем обстоятельством, что иные люди избирают второй путь сохранения самоуважения, снижая уровень притязаний, т.е. прибегают к пассивной психологической защите своего «Я-образа» [11, с.117].

Самооценка является доминирующей, а её выражением считается уровень притязаний, заключает Л.В. Бороздина. То есть уровень притязаний считается проявлением самооценки в жизни. Подобная проблема возникает в различении понятий самооценки и мотивации достижения [7, с.34].

По данным Е.А.Серебряковой, представления о своих возможностях делают субъекта неустойчивым в выборе целей: его притязания резко повышаются после успеха и столь же резко падают после неудачи. Уровень притязаний характеризует:

- 1) уровень трудности, достижение которого является общей целью серии будущих действий (идеальная цель);
- 2) выбор субъектом цели очередного действия, формирующейся в результате переживания успеха или неуспеха ряда прошлых действий (уровень притязаний в данный момент);
- 3) желаемый уровень самооценки личности (уровень Я) [39, с.89].

Стремление к повышению самооценки в условиях, когда человек свободен в выборе степени трудности очередного действия, приводит к конфликту двух тенденций – тенденции повысить притязания, чтобы одержать максимальный успех, и тенденции снизить их, чтобы избежать неудачи. Переживание успеха (или неуспеха), возникающее вследствие достижения (или недостижения) уровня притязаний, влечет за собой смещение уровня притязаний в область более трудных (или более легких) задач. Снижение трудности избираемой цели после успеха или ее повышение после неудачи (атипич-

ное изменение уровня притязаний) говорят о нереалистичном уровне притязаний или неадекватной самооценке [23, с. 62].

Невозможно понять истоки некоторых межличностных столкновений без анализа самооценки людей. И.С.Кон утверждал, что несовпадение реального и идеального «Я» – вполне нормальное, естественное следствие роста самосознания и необходимая предпосылка целенаправленного самовоспитания. При переходе от детства к отрочеству и далее самокритичность растет. Расхождение реального и идеального «Я» – функция не только возраста, но и интеллекта. У интеллектуально развитых детей расхождение между реальным и идеальным «Я», т.е. между теми свойствами, которые индивид себе приписывает, и теми, которыми он хотел бы обладать, значительно больше, чем у ребят со средними способностями. Также самосознание и самооценки мальчиков и девочек сильно зависят от стереотипных представлений о том, какими должны быть мужчины и женщины, а эти стереотипы, в свою очередь, производны от исторически сложившейся в том или ином обществе дифференциации половых ролей [39, с.105].

Самооценка развитого индивида образуют сложную систему, определяющую характер самоотношения индивида и включающую общую самооценку, которая отражает уровень самоуважения, целостное принятие или непринятие себя, и парциальные частные самооценки, характеризующие отношение к отдельным сторонам своей личности, поступкам, успешности отдельных видов деятельности. Самооценка может быть разного уровня осознанности и обобщенности. Самооценка характеризуется по следующим параметрам:

- 1) уровню (величине) – высокая, средняя и низкая самооценка;
- 2) реалистичности – адекватная и неадекватная (завышенная и заниженная) самооценка;
- 3) особенностям строения – конфликтная и бесконфликтная самооценка;

4) временной отнесенности – прогностическая, актуальная, ретроспективная самооценка;

5) устойчивости и др. [23, с.61].

Стремление к повышению самооценки в условиях, когда человек свободен в выборе степени трудности очередного действия, приводит к конфликту двух тенденций – тенденции повысить притязания, чтобы одержать максимальный успех, и тенденции снизить их, чтобы избежать неудачи. Переживание успеха (или неуспеха), возникающее вследствие достижения (или не достижения) уровня притязаний, влечет за собой смещение уровня притязаний в область более трудных (или более легких) задач. Снижение трудности избираемой цели после успеха или ее повышение после неудачи (атипичное изменение уровня притязаний) говорят о нереалистичном уровне притязаний или неадекватной самооценке. Представления о своих возможностях делают субъекта неустойчивым в выборе целей: его притязания резко повышаются, после понижает самооценку, чем успех повышает её [23, с.62].

Самосознание личности в различных его проявлениях – результат развития и становления личности в условиях, которые по-разному сказываются для каждого. Процесс развития личности предполагает постоянную трансформацию самооценки, самоуважения, самочувствия человека, другими словами, – динамику его самосознания.

Таким образом, проблема самооценки изучалась такими учеными, как Л.И. Божович, Л.С. Выготским, И.С. Кон, А.Н. Леонтьевым, А.В. Петровским, С.Л. Рубинштейном, Д.И.Фельдштейном и др. Самооценка – ценность, значимость, которой индивид наделяет себя в целом и отдельные стороны своей личности, деятельности, поведения. Самооценка выступает как устойчивое структурное образование, компонент Я-концепции, самосознания. Основу самооценки составляет система личностных смыслов индивида, принятая им система ценностей. Рассматривается в качестве центрального личностного образования и центрального компонента Я – концепции.

Самооценка выполняет регуляторную и защитную функцию, влияя на поведение, деятельность и развитие личности, её взаимоотношения с другими людьми. Отражая степень удовлетворенности или неудовлетворенности собой, уровень самоуважения, самооценка создает основу для восприятия собственного успеха, постановки целей определенного уровня, т.е. уровня притязаний личности.

1.2 Особенности самооценки младших школьников

В школьной жизни особым условием является наличие контроля и оценки, без этого невозможно сформировать самостоятельные навыки в учебной деятельности. В структуру деятельности входят ряд компонентов: мотивы, цели, действия, условия, операции. При выявлении самооценки следует опираться на каждый из этих компонентов. В младшем школьном возрасте основной является учебная деятельность, необходимая, по мнению Д.Б. Эколькина и В.В. Давыдова. В этом возрасте нужно сформировать самооценку ребенка, используя возможности этой деятельности. Следует обучить младших школьников четко определять цели, планировать свою деятельность по осуществлению, анализировать результаты деятельности, вместе с учителем корректировать и развивать деятельность, что положительно влияет на структуру контрольно-оценочного акта. О видах контрольно-оценочной деятельности – внешней и внутренней говорит Л.М. Фридман: «Внутренняя деятельность осуществляется учащимися, внешняя – учителем. Учитель обязан учитывать результаты контрольно-оценочной деятельности учеников при выполнении своей деятельности. Учащиеся осуществляют внутреннюю контрольно-оценочную деятельность, ориентируясь на деятельность учителя, корректируя свою деятельность в зависимости от того как учитель ведет систему оценивания. Оценка учителя должна быть объективной, для этого следует разрабатывать четкие критерии оценки и оценочную шкалу» [16, с.91].

Семейное воспитание и мнение родителей на формирование самооценки младшего школьника оказывают большое влияние. Ценности и традиции,

закрепленные в семье, а также взаимоотношения между родителями и детьми. К детям с высокой самооценкой в семье относятся без критики, потакая всем прихотям ребенка. Дети, имеющие низкую самооценку относятся к родителям без доверия, не проявляют положительных эмоций. Они чувствуют вседозволенность, так как родители с равнодушием относятся как к воспитанию ребенка, так и к его начинаниям (не получает положенного родительского одобрения или похвалы). Родители в таких семьях косвенно относятся к своим обязанностям. В семьях, где дети имеют адекватную высокую или адекватную устойчивую самооценку, внимание к личности ребенка сочетается с достаточной требовательностью. Дети с адекватной высокой или адекватной устойчивой самооценкой не обделены вниманием родителей, часто обращаются и советуются с близкими людьми. Родители мотивируют и интересуют ребенка к достижению определенных целей. У ребенка культивируются те качества, которые больше всего заботят родителей: поддержание престижа, послушание, высокая успеваемость. Несовпадение возможностей ребенка и высокий уровень притязания ребенка порождает: тревожность, низкий уровень мотивации и неуверенность – все это сказывается на развитии личности ученика [22, с.94].

Объективное оценивание ребенком своих знаний непосредственно связано с оценкой одноклассников. Для ученика необходимо понимание позиций учителя. Необходимо постоянно обращать внимание детей на поведение в различных видах деятельности, привлекать всех к наблюдению за этим поведением, формировать в самосознании объективные критерии оценки, приспособливать детей к совместной оценке, в своей же оценке подчеркивать динамику каждого ребенка. В начальной школе оценочная позиция ученика меняется. В первом классе у ребенка небольшой опыт оценивания. Второклассник уже может анализировать результаты своей учебной деятельности и своих товарищей под руководством педагога. В третьем и четвертом классах ученики уже самостоятельно должны уметь анализировать и обобщать результаты своей учебной деятельности, а также под влиянием учителя разра-

батывать пути коррекции результатов. Это положительно скажется в адаптационном периоде в средней школе. На удачи и неудачи человека влияет определенный жизненный опыт, необходимо ученика научить анализировать причины каждой сложившейся ситуации, делать выводы и заключения.

Приходя в школу ребенок уже имеет при себе некоторые критерии оценивания себя и других, которые он накопил, находясь в семье, но чуть позже он уже начинает оценивать, опираясь на свой, пока еще не большой жизненный опыт. У детей начинает складываться рефлекс оценивания. По мысли Л.С. Выготского, именно рефлексия дает возможность человеку наблюдать себя со стороны собственных чувств, внутренне дифференцировать «я» действующее, рассуждающее и оценивающее. Рефлексия, как отмечает Х. Хекхаузен, наделяет самосознание обратной связью, благодаря которой человек сможет оценивать намеченную цель с точки зрения успеха, корректировать ее с учетом различных норм, чувствовать ответственность за возможные результаты, продумывать их последствия для себя и окружающих. Самооценка становится соответствующей действительности после суждения о себе (более обоснованными). Вместе с этим есть и значительные индивидуальные различия. Следует заметить, что у детей с заниженной или завышенной самооценкой изменить ее достаточно трудно. Рефлексивность при самооценке, также как и способность к осознанию ее средств, является показателем достаточно высокого уровня ее развития. С рефлексией довольно тесно связано управление собственным поведением [14, с.52].

На формирование адекватной самооценки младшего школьника эти факторы влияют не всегда. Неумелое использование или незнание их влияет на формирование неадекватной самооценки. Ребенок младшего школьного возраста большую часть своего времени проводит в стенах школы и учебная деятельность является ведущей. Поэтому, с мощным стимулом воздействия на самооценку выступает оценка учителя.

В начале школьной жизни у ребёнка появляется стремление удовлетворить свои возросшие потребности в реальном плане – в учебной деятельно-

сти. Новые нормы, новые правила, новый коллектив становится основой для ребенка.

В учебной деятельности осуществляется самопознание ребенка, которое является обязательным, целенаправленным, произвольным, результативным. Оно определяет положение ребенка и оценку окружающих, от этого зависит эмоциональное благополучие, самочувствие, его внутренняя позиция. В учебной деятельности дети познают себя, формируют навыки самоконтроля, саморегуляции, представления о себе, а также самооценка [9, с.394].

Ученику младшего школьного возраста в учебной деятельности нужно уметь ставить цели, управлять собой, оценивать себя, контролировать свое поведение. Уровень самооценки зависит от формирования самоконтроля. В этом возрасте дети способны осуществлять самоконтроль, но под влиянием взрослых. Основа самооценки детей данного возраста осуществляется именно в учебной деятельности.

Новый вид деятельности формирует новый вид мышления. Это мышление ориентирует его на общекультурные образцы, нормы, эталоны, закономерности взаимодействия с окружающим миром, это ориентирует его на эталоны, нормы, связь с окружающим миром. Ребенок должен найти свое место в мире, выстроив алгоритм взаимодействия «Я» – окружающие люди. «Вместе с новым типом знания в жизнь ребёнка входят новые книги – учебники. Работа с ними – одно из первых действий по овладению навыками самообразования. Ребёнок проверяет себя, оценивает и сравнивает себя с другими» [цит. по16]

В процессе обучения и воспитания младший школьник усваивает определенные нормы и ценности. Ученик под воздействием оценочных суждений других (учителей, сверстников) относится определенным образом, как к самому себе, так и к реальным результатам своей учебной деятельности.

У ребенка в учебной деятельности формируется оценка своих возможностей – это один их компонентов самооценки, в которой ребенок узнает о других и о своих возможностях, все это раскрывает личность.

Низка самооценка у слабоуспевающих детей, а также оценки учителя, мнения одноклассников зачастую переносят неуспехи этих детей на другие сферы их деятельности. Завышенная самооценка, высокое мнение о себе у учеников уже во 2-ом классе формирует пренебрежительное отношение к своим одноклассникам. У учащихся имеется из года в год возрастающая диспропорция между сложностью научной информации и нагрузкой учебного материала, которую им надлежит преодолеть и те способы, которые нужны для этой цели.

А.И. Липкина говорила, что связь собственной оценки своей учебной деятельности с оценкой, которую эта деятельность получает у других, умение учитывать мнение других, возникновение этого двухстороннего подхода существенная веха на пути формирования у учащихся критической самооценки достигнутых результатов учебной деятельности. Важен учет и ценный результат самим учащимся в его деятельности, а не только адекватная, объективная оценка самим учителем [39, с.84].

Организуя учебно-воспитательную работу, учитель соотносит достигаемые школьниками результаты с их интеллектуальными возможностями и прилежанием, не учитывая самооценку ребенка, его представления о своих способностях, своей личности и об уровне реализации возможностей. От этого зависит в большей или же меньшей степени ученика свои возможности, отношение к своим успехам или неудачам, анализ своих результатов. Это очень важно при формировании самооценки у детей. Важно, чтобы до сознания ученика доводилось то, что каждый раз повторяя материал, он убеждается, что он выучил или понял его, то есть показывать контролирующую функцию данного процесса. Необходимо каждый раз анализировать свою работу. В качестве образца для сравнения может выступать не только то, что демонстрировал учитель в классе, но и ответы лучших учеников. Чем раньше школьник поймет необходимость постоянного самоконтроля, тем лучше. Часто родители берут на себя функцию контроля, что является ошибочным действием.

Помогая детям, родители не должны забывать, что ошибки делает сам ребенок, и следовательно он сам должен их исправлять, только в этом случае, к ребенку придет осознание ответственности и в дальнейшем ребенок будет тщательнее продумывать алгоритм своих действий.

Главная задача, которая стоит перед взрослыми – это помочь ребенку овладеть контролем и осуществлять самому контроль. Необходимо донести до ребенка понимание уверенности ответа, особое внимание уделить прочным устойчивым и объективным критериям оценки самого себя.

Первоначальная оценка ребенком своих личностных качеств, поступков, есть первичное отражение той оценки, которую дают именно учителя и родители. Эту стадию в развитии самооценки считают «предсамооценкой».

Выделяются два этапа формирования самооценки:

- 1) самооценка подвергается внешним действиям;
- 2) в сферу самооценки включается его внутреннее состояние, личностные качества [7, с.35].

Исследования показывают, что те требования, которые удовлетворяются в учебной деятельности ребенка, осуществляются опосредованно через оценку результатов деятельности учителем. Наблюдения говорят о том, что на формирование самооценки учащихся влияет не только оценка учебной деятельности, но и стиль поведения учителя.

В работах психологов и педагогов (Ш.А. Амонашвили, Б.Г. Ананьев, Ю.К. Бабанский, М.В. Матюхина, Г.А. Собиева) подчеркивается, что оценка знаний учащихся учителем способствует их продвижению, имеет обучающий, воспитывающий характер [39]. Существуют трудности у многих учителей, профессионально пользующихся пятибалльной оценочной системой.

Некоторые оценки ребенок переносит на самого себя. Наиболее быстро развивается у первоклассника оценка при выполнении учебных материалов. Из дня в день, ребенку приходится слышать оценки учителя. В ходе это идет формирование критерий оценки и их применение по отношению к другим, а затем и к себе. В учебно-воспитательном процессе у школьников по-

степенно увеличивается критичность, требовательность к себе. Первокласснику свойственно положительно оценивать свою учебную деятельность, а не успехи только с объективными обстоятельствами. В дальнейшем критичность более возрастает.

Со временем возрастает и самостоятельность самооценок. Если самооценки первоклассников почти полностью зависят от оценок их поведения и результатов деятельности учителем, родителями, то ученики вторых и третьих классов оценивают достижения более самостоятельно, делая, как мы уже говорили, предметом критической оценки и оценочную деятельность самого учителя (всегда ли он прав, объективен ли) [17, с.37]. За годы обучения в начальной школе смысл оценки для ученика меняется, и он находится в прямой связи с мотивами обучения, с нормами, которые ученик сам себе предъявляет. Возрастает потребность иметь достоверные представления о себе, именно через оценку своих достижений.

Таким образом, формирование самооценки сопровождает весь период младшего школьного возраста, то опережая выполнение действий и операций, определяя качество, то перепроверя уже выполненные действия и операции с целью установления их правильности. Чем сильнее оценочный компонент в учебно-познавательной деятельности ребенка, чем этот компонент с обостренными свойствами сомнения и контроля является динамические во всем процессе решения задачи и сопровождает этот процесс, тем успешнее будет учиться ребенок и приобретать способность к действительной самостоятельности в учении. Оценочный компонент становится внутренним символом в учебно-познавательной деятельности школьника, вселяет в него уверенность, оптимизм в преодолении трудностей, придает сложным учебным задачам притягательную силу познания. Ученик начинает поощрять сам себя, так как внутри своей учебной деятельности он находит источники стимулирования.

1.3 Модель формирования адекватной самооценки младших

ШКОЛЬНИКОВ

Опираясь на результаты теоретического исследования, представленные в предыдущих параграфах, была сконструирована модель формирования адекватной самооценки младших школьников. Под моделью понимается знаковый образ системы, в котором фиксируются её наиболее существенные компоненты и связи, который может выступать дальнейшим образцом [18, с. 219].

Моделирование – это процесс представления объекта исследования адекватной (подобной) ему моделью и проведения экспериментов с моделью для получения информации об объекте исследования. При моделировании модель выступает и как средство, и как объект исследований, находящийся в отношении подобия к моделируемому объекту [18, с. 227].

Под «моделью» в педагогике и психологии понимается система объектов или знаков, воспроизводящая некоторые существенные свойства, качества и связи предметов. Модель представляет собой наглядно-практический метод, благодаря которому можно схематично и в полном виде представить то, как будет строиться весь процесс формирования адекватной самооценки младших школьников. Главным преимуществом разработки такой модели является способность отразить действительность и учесть последовательность действий.

При построении модели мы исходили из следующих положений.

Процесс формирования адекватной самооценки младших школьников:

- происходит успешнее при создании условий для развития индивидуальности младших школьников, в единстве с другими сферами психики, а также в единстве с личностными свойствами и качествами;
- представляет собой двусторонний процесс, в котором в единстве осуществляются деятельность психолога по формированию адекватной самооценки младших школьников и деятельность самих младших школьников;

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

Поэтому, формирование адекватной самооценки младших школьников осуществляется не в форме созерцания действительности, а в виде организованных в систему действий, операций, создающих определенные знания, стремления и отношения.

Существуют две основополагающие формы научного познания, а также структурные компоненты и уровни научного знания: эмпирическое (опирается на данные наблюдения и эксперимента) и теоретическое (направлено на всестороннее познание объективной реальности в ее существенных связях и отношениях). Оба эти вида взаимосвязаны в целостной структуре научного познания. Эмпирическое ставит перед теоретическим новые задачи, а последнее ориентирует и направляет эмпирическое. Эмпирическое в своем развитии восходит от фазы стихийного наблюдения до фазы выявления новых данных эксперимента [18, с.217].

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

Идея метода «дерева целей» впервые была предложена американским исследователем У. Черчменом. Термин «дерево» подразумевает использование иерархической структуры, полученной путем деления общей цели на подцели, а их, в свою очередь, на более детальные составляющие, подцели нижележащих уровней. В настоящее время метод дерева целей является центральным, главным методом системного анализа.

Данный метод играет важное значение при исследовании процессов формирования, так как деятельность формирования сводится к достижению сформулированных целей. Необходимость использования данного метода обусловлена тем фактом, что «дерево целей» помогает получить устойчивую

структуру целей, которая будет относительно стабильна на каком-то промежутке времени при происходящих изменениях.

«Дерево целей» строится при помощи осуществления 2 операций:

– декомпозиции – это операция выделения компонентов;

– структуризации – это операция выделения связей между компонентами.

Генеральная цель: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность реализации психолого-педагогической программы формирования адекватной самооценки младших школьников.

Выявить уровневую характеристику сформированности адекватной самооценки младших школьников.

1. Изучить теоретические аспекты проблемы формирования адекватной самооценки младших школьников

1.1 Проанализировать феномен самооценки в психолого-педагогической литературе

1.2 Выявить особенности самооценки младших школьников

1.3 Разработать модель формирования адекватной самооценки младших школьников

2 Организовать и провести исследование адекватной самооценки младших школьников.

2.1 Определить этапы, методы и методики исследования

2.1.1 Охарактеризовать сформированность адекватной самооценки младших школьников по методике В.Г. Щур «Лесенка».

2.1.2 Охарактеризовать сформированность адекватной самооценки младших школьников по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан «Изучение самооценки».

2.1.3 Охарактеризовать сформированность адекватной самооценки младших школьников по методике «Какой Я?» (модификация методики О.С. Богдановой).

2.2 Дать характеристику выборки и провести анализ результатов исследования.

3. Организовать опытно-экспериментальное исследование по формированию адекватной самооценки младших школьников.

3.1 Разработать психолого-педагогическую программу формирования адекватной самооценки младших школьников.

3.2 Проанализировать результаты формирующего эксперимента.

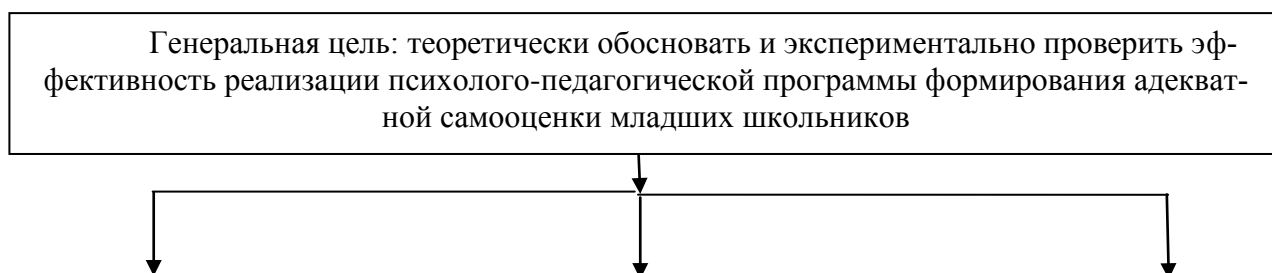
3.3 Составить психологические рекомендации родителям и педагогам по формированию адекватной самооценки младших школьников.

3.4 Разработать технологическую карту внедрения результатов исследования формирования адекватной самооценки младших школьников.

При построении «дерева целей» необходимо руководствоваться следующими правилами:

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

«Дерево целей» формирования адекватной самооценки младших школьников представлено на рисунке 1.



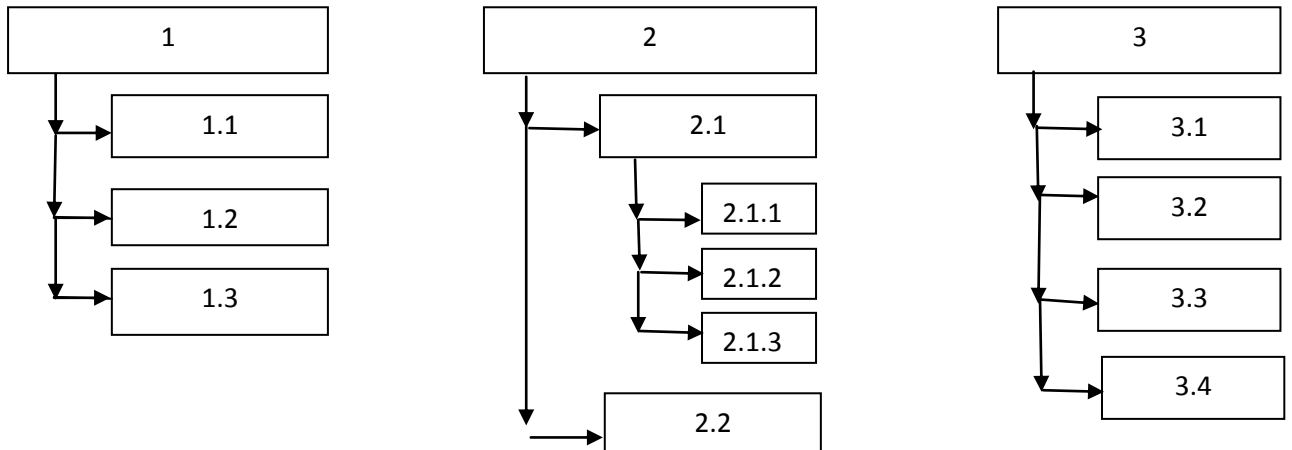


Рисунок – 1 «Дерево целей» исследование формирования адекватной самооценки младших школьников

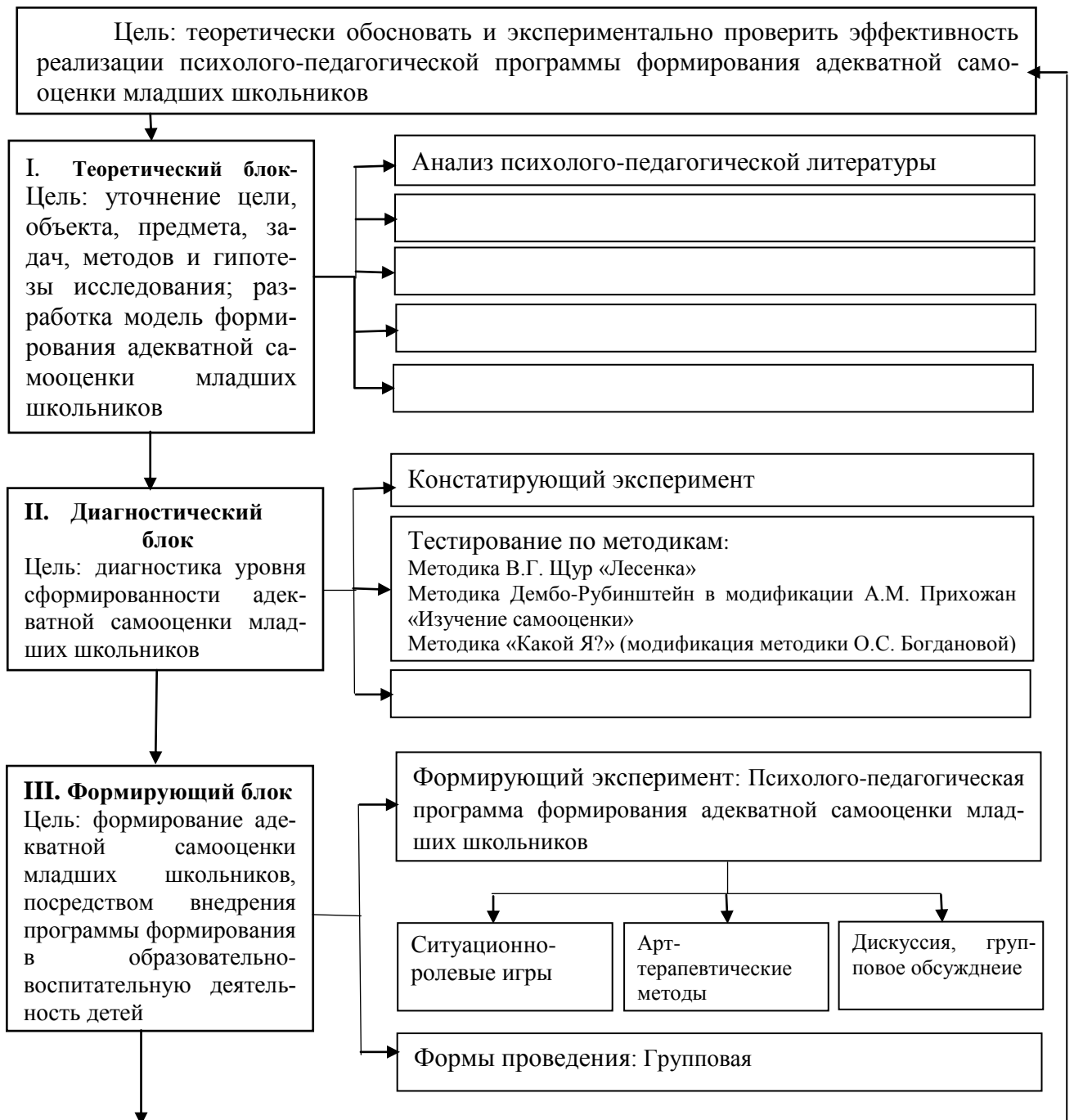




Рисунок – 2 Модель формирования адекватной самооценки младших школьников

Проведенное целеполагание помогло определить поэлементный состав модели формирования адекватной самооценки младших школьников, которая представлена на рисунке 2.

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

Теоретический блок представлен анализом изученной психолого-педагогической литературы по проблеме формирования самооценки младших школьников, а также выявлением оптимального количества этапов, определение методов и методик необходимых для решения задач исследования формирования адекватной самооценки младших школьников.

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

- методика В.Г. Щур «Лесенка»;
- методика Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан «Изучение самооценки»;
- методика «Какой Я?» (модификация методики О.С. Богдановой)».

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

Процесс формирования включает совокупность методик, построенных на применении разных видов коррекционных и формирующих техник в своеобразной символической форме и позволяющих с помощью стимулирования проявлений детской деятельности и детских взаимоотношений осуществить формирование адекватной самооценки младших школьников.

Целесообразность ее заключается также в расширении использования методов работы: психотехнических упражнений, направленных на эмоционально-физическое сближение ребенка со сверстниками, арттерапевтические методы, сказкотерапевтические методы.

В аналитический блок входит анализ результативности формирующих занятий (сравнение результатов на начало и конец эксперимента); выявление динамики в количественном и качественном отношении при помощи трех методик (методика В.Г. Щур «Лесенка», методика Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан «Изучение самооценки», методика «Какой Я?» (модификация методики О.С. Богдановой).

Таким образом, в модели формирования адекватной самооценки младших школьников все основные процессы и взаимосвязи, блоки (теоретический, диагностический, формирующий, аналитический) представлены во взаимосвязи и взаимозависимости в виде динамической системы, построенной по иерархическому принципу. Модель представляет собой наглядно-практический метод, благодаря которому можно схематично и в полном виде представить то, как будет строиться весь ход коррекционной работы. Главным преимуществом разработки такой модели является способность отразить действительность и учесть последовательность действий.

Выводы по главе I

Самооценка – ценность, значимость, которой индивид наделяет себя в целом и отдельные стороны своей личности, деятельности, поведения. Самооценка выступает как устойчивое структурное образование, компонент Я-концепции, самосознания. Основу самооценки составляет система личностных смыслов индивида, принятая им система ценностей. Рассматривается в качестве центрального личностного образования и центрального компонента Я – концепции.

Самооценка выполняет регуляторную и защитную функцию, влияя на поведение, деятельность и развитие личности, её взаимоотношения с другими людьми. Отражая степень удовлетворенности или неудовлетворенности собой, уровень самоуважения, самооценка создает основу для восприятия собственного успеха, постановки целей определенного уровня, т.е. уровня притязаний личности.

Формирование самооценки сопровождает весь ход учебно-познавательной деятельности, то опережая выполнение действий и операций, определяя качество, то перепроверя уже выполненные действия и операции с целью установления их правильности. Чем сильнее оценочный компонент в учебно-познавательной деятельности ребенка, чем этот компонент с обост-

ренными свойствами сомнения и контроля является динамические во всем процессе решения задачи и сопровождает этот процесс, тем успешнее ребенок в приобретении способности к действительной самостоятельности в учении.

В модели формирования адекватной самооценки младших школьников все основные процессы и взаимосвязи, а также компоненты (эмоциональный, мотивационный и поведенческий) и блоки (диагностический, формирующий, аналитический и прогностический) представлены во взаимосвязи и взаимозависимости в виде динамической системы, построенной по иерархическому принципу.

Глава II. Организация опытно-экспериментального исследования формирования адекватной самооценки младших школьников

2.1 Этапы, методы и методики исследования

Исследование формирования адекватной самооценки младших школьников проходило в три этапа:

1. Поисково-подготовительный (2016 г.): проведен теоретический анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования; уточнены цели, объект, предмет, задачи, методы и гипотеза исследования; обоснованы условия психолого-педагогического формирования адекватной самооценки младших школьников;

2. Опытно-экспериментальный (2016-2017г.г.): определялось оптимальное содержание экспериментальной работы, проводились диагностические срезы по исследуемым показателям (эмоциональный компонент – методика В.Г. Щур «Лесенка», мотивационный компонент – методика Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан «Изучение самооценки», поведенческий компонент – методика «Какой Я?» (модификация методики О.С. Богдановой), определялась структура и организационные формы, разрабатывалась модель психолого-педагогического формирования адекватной самооценки младших школьников,

проводился формирующий эксперимент, разрабатывалась и апробировалась психолого-педагогическая программа, реализующая условия формирования адекватной самооценки младших школьников;

3. Контрольно-обобщающий (2017-2018г.г.): проводился анализ, обобщение и систематизация накопленных материалов, повторные диагностические срезы по исследуемым показателям (эмоциональный компонент – методика В.Г. Щур «Лесенка», мотивационный компонент – методика Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан «Изучение самооценки», поведенческий компонент – методика «Какой Я?» (модификация методики О.С. Богдановой), интерпретация полученных результатов при помощи методов математической статистики (Т-критерий Вилкоксона) и их оформление.

Система применяемых в исследовании методов и методик была определена исходными методологическими предпосылками, а также целями и задачами всего экспериментального исследования и его отдельных этапов. Задачи подготовительного и констатирующего этапов исследования требовали применения метода теоретического анализа. Теоретический анализ проблемы психолого-педагогического формирования адекватной самооценки младших школьников позволил охарактеризовать понятие «самооценка», «психолого-педагогическое формирование» в научных исследованиях, выявить психологические особенности самооценки младших школьников, ее значение в жизни младших школьников.

Согласно целям и задачам исследования необходимо было определить те качества, которые являются условием успешного формирования адекватной самооценки младших школьников, могут быть сформированы и развиты в результате опытно-экспериментальной работы.

Исследование методом срезов позволили сформулировать выводы о закономерностях изменений на основании одномоментного изучения испытуемых. Достоинством этого метода является небольшая продолжительность, а также возможность исследования большого количества испытуемых, что позволяет применить современные статистические методы.

Беседа как метод научного исследования использовалась на всех этапах экспериментальной работы. Она организовывалась с целью выявления индивидуальных особенностей личности, мотивов деятельности, жизненной позиции младших школьников. Неоднократное применение метода беседы в процессе групповой работы с младшими школьниками в рамках программы психолого-педагогического формирования самооценки позволило выявить изменения характеристик личности младших школьников и определить их динамику.

Математико-статистический анализ осуществлялся с помощью критерия Вилкоксона. Данный критерий используется 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.

Уровень сформированности самооценки младших школьников определялся при помощи методик:

1. Методика В.Г. Щур «Лесенка» (Приложение 1).

Цель: выявить уровень развития самооценки младших школьников.

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

Методика «Лесенка» имеет два варианта использования: групповой и индивидуальный. Групповой вариант позволяет оперативно выявить уровень самооценки. При индивидуальном изучении самооценки есть возможность выявить причину, которая сформировала (формирует) ту или иную самооценку, чтобы в дальнейшем в случае необходимости начать работу по коррекции трудностей, возникающих у детей.

2. Методика исследования самооценки личности по Дембо – Рубинштейна в модификации А. М. Прихожан (Приложение 1).

Цель: выявить уровень самооценки младших школьников.

Любой человек оценивает свои способности, возможности, характер, ум, способности и т.д.. Уровень развития каждого качества, со 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) умственные 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». 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 [39, С.559].

Методика может проводиться как фронтально – с целой группой, так и индивидуально. При фронтальной работе необходимо проверить, как каждый испытуемый заполнил первую шкалу. Надо убедиться, правильно ли применяются предложенные значки, ответить на вопросы. После этого испытуемый работает самостоятельно. Время, отводимое на заполнение шкалы вместе с чтением инструкции, 10–12 мин. Обработка проводится по семи шкалам. Каждый ответ выражается в баллах.

3. Методика «Какой Я?» (модификация методики О.С. Богдановой) (Приложение 1).

Цель: выявить количественное выражение уровня самооценки.

Выявление уровня осознанности нравственных категорий и адекватности оценки наличия у себя нравственных качеств. Экспериментатор, пользуясь представленным далее протоколом, спрашивает у ребенка, как он сам себя воспринимает и оценивает по десяти различным положительным качествам личности. Оценки, предлагаемые ребенком самому себе, предоставляются экспериментатором в соответствующих колонках протокола, а затем переводятся в баллы

Математико-статистический анализ осуществлялся с помощью критерия Вилкоксона. Данный критерий используется 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.

Таким образом, опытно – экспериментальное исследование психолого-педагогического формирования самооценки младших школьников проходило в три этапа: поисково-подготовительного, опытно – экспериментального и контрольно – обобщающего. В работе использовались следующие методы и методики: анализ психолого-педагогической и методической литературы, беседа, наблюдение, тестирование, констатирующий и формирующий эксперименты, тестирование при помощи методик В.Г. Щур «Лесенка», Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан, методики «Какой Я?» (модификация методики О.С. Богдановой), метод математической статистики.

2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента

Исследование проводилось на базе МАОУ Гимназия № 93 им. А.Ф. Гелича, г. Челябинска, в исследовании принимали участие младшие школьники в количестве 30 человек. Младшие школьники из 2«А» класса, в количестве 15 человек, и школьники из 2«В» класса, в количестве 15 человек.

Классы были сформированы в 2016 году.

Учащиеся вполне знают и понимают друг друга. Классы недостаточно сплочены и цельны, поэтому в решении проблем очень редко приходят к одному мнению. Большинство учащихся проживают в неполных семьях. Некоторые учащиеся проживают в многодетных семьях. У большей части класса родители имеют средне-профессиональное образование, у меньшей – высшее образование.

Родители большинства учеников имеют постоянное место работы, меньшее количество – временную работу или не работают совсем.

У основного количества семей отношения внутри семьи доброжелательные, в некоторых семьях преобладает авторитарный стиль воспитания. Имеются семьи, где родители не занимаются воспитанием и не интересуются жизнью своих детей. Большинство относятся к учебе положительно. В зависимости от состояния здоровья, учащиеся имеют: 15 человек – I группу здоровья; 15 человек – II группу здоровья.

Отношение учащихся к классному руководителю положительное. Дети уважительно относятся к нему, слушают внимательно, во время урока стараются соблюдать тишину. Педагогу с легкостью удается организовывать класс на какие-либо школьные и внешкольные мероприятия. Конфликты между классным руководителем и детьми почти отсутствуют.

Во время знакомства с учащимися многие вели себя свободно, доброжелательно, задавали вопросы, свободно общались, а некоторые были замкнуты, не активны, не проявляли никакого интереса.

Во время эксперимента некоторые учащиеся проявляли волнение, краснели. Слушали внимательно, но иногда часть учащихся отвлекались, смотрели по сторонам, разговаривали друг с другом. В основном, дети выполняли инструкции к методикам правильно, без ошибок.

Анализ полученных данных по методике В.Г. Щур «Лесенка» показал следующие результаты: 12 школьников (40 %) – имеют высокий уровень самооценки. Неадекватно завышенная самооценка характеризует нереалистичный уровень притязаний, завышенная самооценка чревата чрезмерными пре-

тензиями на внимание к своей персоне и опрометчивыми решениями, возможно самодовольство собой. Показатели среднего уровня самооценки по методике самооценки личности «Лесенка» у 13 учеников (43,4%). Средний уровень самооценки характеризуется тем, что идеальный образ представляется достижимым, он побуждает к самовоспитанию, стремлением развить в себе желательные качества. 5 младших школьников (16,6%) имеют низкий уровень самооценки.

Исследуя самооценку младших школьников по методике В.Г. Щур, были получены следующие результаты. Результаты исследования представлены на рис. 3.

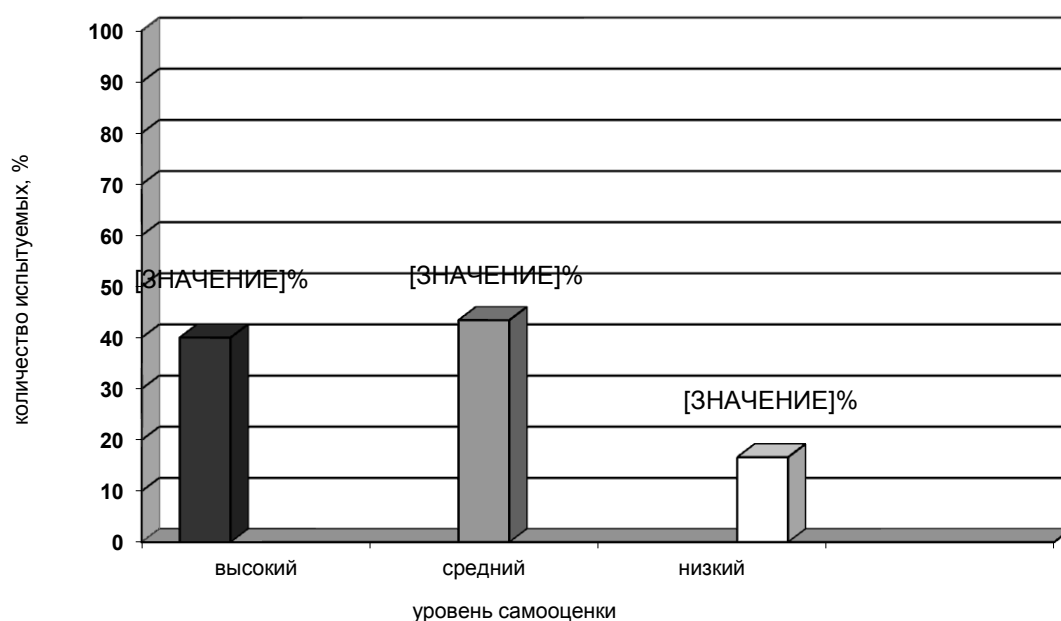


Рис.3. Распределение результатов исследования уровня самооценки младших школьников по методике В.Г. Щур «Лесенка»

В результате исследования самооценки младших школьников по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан, были получены следующие результаты (Приложение 2, таблицы 2):

– 11 школьников (36,7%) – имеют завышенную самооценку. Завышенная самооценка указывает на определенные отклонения в формировании личности. Завышенная самооценка может подтверждать личностную незрелость, неумение правильно оценить результаты своей деятельности, сравни-

вать 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. Эти школьники могут переоценивать себя в ситуациях, которые не дают для этого повода, а также столкнувшись с противодействием окружающих, могут озлобиться, проявить мнительность, высокомерие или агрессию, замкнуться.

– 14 школьников (46,7%) – оценивают себя объективно, удостоверяют реалистическую (адекватную) самооценку.

– 5 школьников (16,6%) показали низкий уровень самооценки. Возможно, у этих школьников могут возникать проблемы с тревожностью, недооценкой своих способностей. Заниженная самооценка (недооценка себя) свидетельствует о крайнем неблагополучии в развитии личности. Эти испытуемые 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. Неуверенность в себе, неверие в свои возможности, отсюда, избегание неудач, возможно из-за этого школьник может не испытывать удовлетворения от своей деятельности, требования к самому себе невысоки, а значит от этого мала вероятность успеха в каких-либо делах.



Рис.4. Распределение результатов исследования уровня самооценки младших школьников по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан

Результаты исследования самооценки младших школьников по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан представлены на рис. 4.

По методике «Какой Я?» (модификация методики О.С. Богдановой) были получены результаты, представленные на рисунке 5.

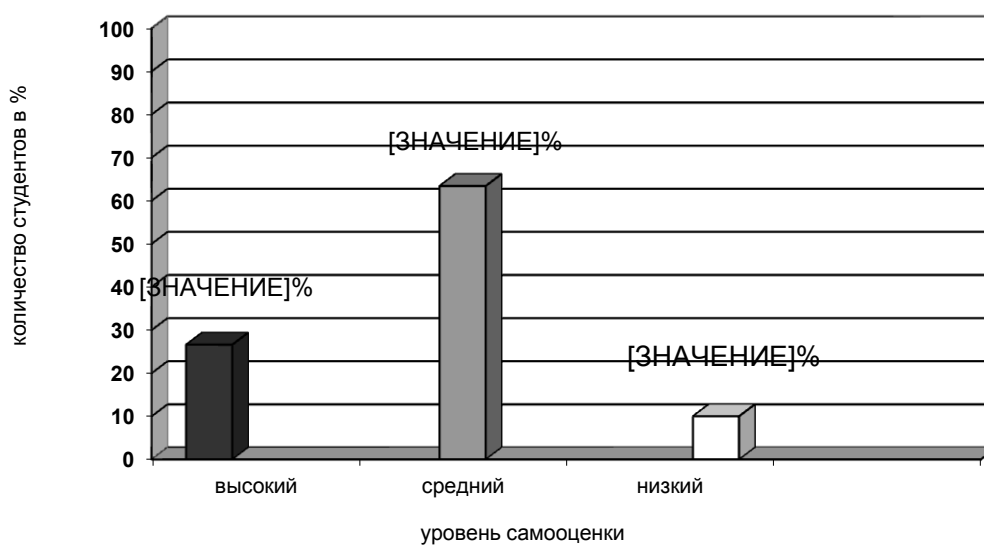


Рис.5. Распределение результатов исследования самооценки личности по методике «Какой Я?» (модификация методики О.С. Богдановой)

Анализ результатов по методике «Какой Я?» (модификация методики О.С. Богдановой) показал, что:

– 8 школьников (26,6%) имеют высокий уровень самооценки личности. Высокие показатели говорят о том, что школьник принимает себя как личность, склонен осознавать себя как носителя позитивных, социально желательных характеристик, в определенном смысле удовлетворен собой, результаты свидетельствуют о достаточном уровне самоуважения.

– 19 школьников (63,3%) показали средний уровень самооценки. Эти данные указывают на критическое отношение школьника к самому себе, его неудовлетворенность собственным поведением, уровнем достижений, особенностями личности, недостаточный уровень принятия самого себя.

– 3 школьника (10 %) – низкий уровень развития самооценки, это свидетельствует о проблемах связанных с ощущением малой ценности своей личности.

Таким образом, исследование уровня самооценки младших школьников проводилось при помощи методик: методики В.Г Щур «Лесенка», методики Дембо – Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан и методики «Какой Я?» (модификация методики О.С. Богдановой).

В результате исследования были получены следующие результаты. В основном младшие школьники имеют завышенный и средний уровень самооценки по всем методикам. Это объясняется возрастной спецификой школьников, особенностями восприятия картины мира. Достаточно низкий процент учеников имеет низкий уровень самооценки.

Данные результаты дают основание для разработки программы психолого-педагогического формирования самооценки младших школьников и более глубокого эмпирического исследования данного феномена. Целевой группой для реализации программы формирования адекватной самооценки

являются младшие школьники, имеющие неадекватный уровень самооценки – завышенный.

Выводы по главе II

Таким образом, опытно – экспериментальное исследование формирования самооценки младших школьников проходило в три этапа: поисково-подготовительного, опытно – экспериментального и контрольно – обобщающего. В работе использовались следующие методы и методики: анализ психолого-педагогической и методической литературы, беседа, наблюдение, тестирование, констатирующий и формирующий эксперименты, тестирование при помощи методик: методики В.Г Щур «Лесенка», методики Дембо – Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан и методики «Какой Я?» (модификация методики О.С. Богдановой). Математико-статистический анализ осуществлялся с помощью критерия Вилкоксона. Данный критерий используется 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.

В результате исследования были получены следующие результаты. Анализ полученных данных по методике В.Г. Щур «Лесенка» показал следующие результаты: высокий уровень - 12 школьников (40 %). Средний уровень – 13 школьников (43,4%). Низкий - 5 школьников (16,6%). Анализ результатов по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан, 11 школьников (36,7%) имеют завышенную самооценку, 14 школьников (46,7%) имеют (адекватную) самооценку, 5 школьников (16,6%) показали низкий уровень самооценки. Анализ результатов по методике «Какой Я?» (модификация методики О.С. Богдановой) показал, что, 8 школьников (26,6%) имеют высокий уровень самооценки личности. 19 школьников (63,3%) показали средний уровень самооценки. 3 школьника (10 %) – низкий уровень развития самооценки.

В основном младшие школьники имеют завышенный и средний уровень самооценки по всем методикам. Это объясняется возрастной спецификой школьников, особенностями восприятия картины мира. Достаточно низкий процент учеников имеет низкий уровень самооценки.

Данные результаты дают основание для разработки психолого-педагогической программы формирования самооценки младших школьников и более глубокого эмпирического исследования данного феномена. Целевой группой для реализации программы формирования адекватной самооценки являются младшие школьники, имеющие неадекватный уровень самооценки – завышенный.

Глава 3. Опытнo-экспериментальное исследование по формированию адекватной самооценки младших школьников

3.1 Психолого-педагогическая программа формирования адекватной самооценки младших школьников

В психолого-педагогических исследованиях различными авторами (В.М. Астапов, А.И. Захаров, А.М. Прихожан, Е.И. Рогов, Т. Яничева и др.) разрабатывались коррекционные программы, направленные на психолого-педагогическое формирование самооценки младших школьников. На основе программ этих авторов нами была разработана психолого-педагогическая программа по формированию адекватной самооценки младших школьников (Приложение 3).

Цель формирующей программы – сформировать у младшего школьника оптимальный уровень адекватной самооценки.

Задачи формирующей программы:

1. Актуализировать проблему самооценки, помочь осознать сущность самооценки (символическая актуализация или преобразование).
2. Осознать и предупредить эмоциональные нарушения посредством поведенческих изменений.
3. Выработать новые стратегии поведения в ситуациях, травмирующих самооценку младшего школьника.
4. Развить коммуникативные навыки и навыки уверенного поведения.
5. Способствовать повышению самооценки у участников группы.
6. Сформировать навыки снятия мышечных зажимов, освоить метод релаксации.

Психолого-педагогическая программа формирования самооценки построена в соответствии тремя этапами, которые взаимосвязаны:

1 этап: обучение младшего школьника приёмам и методам овладения своим волнением, повышенной тревожностью;

2 этап: расширение функциональных и операционных возможностей школьника, формирование у него необходимых навыков, умений, знаний и др., ведущих к повышению результативности деятельности, созданию «запаса прочности» в процессе оценивания себя;

3 этап: перестройка особенностей личности школьника, прежде всего, его самооценки и мотивации. Одновременно необходимо проводить работу с семьёй ребенка и его учителями с тем, чтобы они могли выполнять свою часть формирующего воздействия.

Форма и объём занятий: программа включает в себя 8 занятий продолжительностью 45 минут (1урок). Занятия проходят 3 раза в неделю.

Структура занятий: количество участников группы – не более 20 человек (в данном случае две группы по 15 человек).

Данная программа предназначена для работы с младшими школьниками «группы риска» (с завышенным уровнем самооценки). Для данной группы характерно:

- на физиологическом уровне проявляется в усилении сердцебиения, учащении дыхания, повышение давления, возрастание общей возбудимости;
- на эмоциональном уровне – переживание превосходства, всесильности, защищённости, затруднения в принятии решений, резкие перепады настроения, эйфория, неадекватное восприятие себя и своих успехов в социуме.
- на поведенческом уровне – бесцельное хождение по помещению, качание на стуле, стук пальцами по столу, теребление волос, кручение в руках разных предметов, демонстрация неуважения окружающих, игнорирование правил в играх, вербальная агрессия в адрес сверстников.

Методы и приёмы, используемые в проведение данной программы:

- ситуационно-ролевые, деловые и развивающие игры. Упражнения и игровые элементы, соответствующие темам занятий;
- арттерапевтические методы (изо-терапия, танцевальная терапия, сказкотерапия);

– групповое обсуждение или дискуссия (направленное обсуждение, целью которого является формирование участниками группы выводов, необходимых для последующей работы, ненаправленное обсуждение с целью вербализации опыта);

– психогимнастические упражнения, направленные на снижение психоэмоционального напряжения и раскрепощение участников в начале занятия.

Занятия по формированию оптимального адекватного уровня самооценки у младших школьников проводятся в групповой форме.

Цель групповой работы состоит в восстановлении психического единства личности младшего школьника посредством нормализации её межличностных отношений. Необходимым условием групповых занятий является закрытый характер группы, при необходимости повторного проведения программы, можно включать в группу других.

Процесс групповой динамики состоит из нескольких фаз:

В первой фазе – ориентации группы, происходит эмоциональное объединение детей и появление у них однородных стремлений. В этой фазе возможно возникновение критического периода в жизни группы – её эмоционального расторможения.

Во второй фазе – дифференциации группы, оформляются статусные различия, симпатии и антипатии детей. В данной фазе возможно появление другого критического периода, обусловленного отражением в группе конфликтных ситуаций детей в жизни.

В третьей фазе – интеграции группы, отмечается стабилизация её структуры, сплочение детей и развитие коллективных отношений, что способствует формированию оптимального адекватного уровня самооценки младших школьников.

Следует отметить наличие кодекса в группе (ритуала общения), который состоит из нескольких правил:

– каждый член группы подчиняется её законам;

- всё неприятное и злое оставить за дверью, но если принёс с собой, то должен обсудить со всеми;
- если кому-то больно, не делать ещё больнее;
- помогать друг другу в тяжёлых ситуациях, стараться понять того, кто рядом;
- не терять чувство юмора;
- не выносить за пределы группы происходящее в ней;
- не опаздывать;
- не бояться ошибок, не ругаться, не причинять другим физическую боль.

Предлагаемая программа психолого-педагогического формирования самооценки младших школьников предназначена для работы с младшими школьниками с заниженной и завышенной самооценкой.

1. Вводная часть предназначена для знакомства с группой и активизацию на дальнейшую работу.

2. Основная часть нацелена на точность межличностного восприятия, на обращение к личности ребенка, его самосознанию, самооценке через стимуляцию самовоспитания к самосовершенствованию личности, а также на раскрытие нравственных аспектов поведения младшего школьника.

3. Заключительная часть: подведение итогов совместной работы, ритуал прощания.

Занятие 1

1. Вводная часть. Цель: познакомить всех участников программы друг с другом, подготовить их к дальнейшей совместной работе.

Задачи: создать атмосферу доверительных и доброжелательных отношений, дать представление о значении общения в жизни человека. В игровой форме познакомить участников между собой.

Игра «Дракон кусает свой хвост»

Цель. Снятие напряженности, развитие сплоченности группы.

Упражнение-разминка «Карандаши»

Цель: создать атмосферу доверительных и доброжелательных отношений.

Упражнение «Надувная кукла»

Цель: упражнение направлено на преодоление скованности и напряженности участников группы, на тренировку мышечного расслабления.

Занятие 2

Краткий рассказ школьникам о том, чем им предстоит заниматься на этом занятии. Цель занятия: развить способность к проявлению активности, инициативности и самостоятельности.

Упражнения «Спутанные цепочки»

Цель: создание положительного настроения участников на работу в группе.

Игра «Комплименты»

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

Упражнение «Надувная кукла»

Цель: упражнение направлено на преодоление скованности и напряженности участников группы, на тренировку мышечного расслабления.

Рефлексия (обратная связь), собственная оценка происходящему, обмен мнениями, опыт, полученный на занятии, закрепление позитивного состояния и ритуал прощания.

Занятие 3

2. Эмоциональный блок

Теоретическая часть. Цель: Познакомить школьников с психической природой человека: ощущением, восприятием, чувством, а также с базовыми эмоциями человека (негативными и позитивными).

Практическая часть. Цель: Практическими приёмами и упражнениями развить умения дифференцировать свои эмоции, прислушиваться к ощущениям собственного тела, его потребностям и возможностям. Развить умение рефлексивных навыков, а также работа с негативом и закрепление позитива.

Цель: развитие умений социальной сензитивности (точность межличностного восприятия).

Упражнение «Угадай эмоцию»

Цель: развивать умения восприятия невербальной информации, свидетельствующей об эмоциональных состояниях, так и навыки экспрессивного поведения.

Занятие 4

Цель занятия: развивать умение социальной сензитивности (точность межличностного восприятия)

Упражнение-разминка «Карандаши»

Цель: создать атмосферу доверительных и доброжелательных отношений.

Упражнение «Назови и покажи»

Цель. Определение и передача эмоциональных состояний, выраженных при помощи мимики.

Упражнение «Скульптор и глина»

Цель: умение выражать свои эмоции и чувства, развитие эмпатии, спланивающий эффект от упражнения.

Занятие 5

Цель занятия: развивать умение социальной сензитивности (точность межличностного восприятия), развить умение рефлексивных навыков.

Разминка «Спутанные цепочки»

Цель: создание положительного настроения участников на работу в группе.

Игра «Назови эмоцию»

Цель: развить умение рефлексивных навыков, а также работа с негативом и закрепление позитива.

Игра «Замороженные»

Цель: тренировать навыки саморегуляции, эмоциональной устойчивости в ситуациях социального взаимодействия.

Занятие 6

3) Поведенческий блок. Выработать и скорректировать формы межличностного взаимодействия, развить способность гибко реагировать на ситуацию, научить адекватному поведению в различных условиях и разных группах.

Цель занятий: развитие умений социальной рефлексии. Развитие умений взаимодействия.

Игра «Покажи понятие»

Цель: тренировать навыки межличностного взаимодействия.

Игра «Самосуд»

Цель: развить умение рефлексивных навыков.

Занятие 7

Краткий рассказ младшим школьникам о том, чем им предстоит заниматься на этом занятии.

Цель занятия: развивать умение социальной рефлексии. Развитие навыков взаимодействия.

Упражнение «Животные»

Цель: творческое взаимодействие с другими членами группы.

Игра-упражнение «Мусорное ведро»

Школьники запоминают свои негативные мысли, неприятные случаи, истории, ситуации. Изображают их на бумаге, а затем сминают листы и выбрасывают их в ведро (забывая это навсегда).

«Надувная кукла»

Цель: упражнение направлено на тренировку мышечного расслабления.

Занятие 8

4) Когнитивный блок.

Теоретическая часть. Направлена на овладение определёнными социально-психологическими знаниями. Познакомить младших школьников с понятиями: развитие, саморазвитие, самосовершенствование, самовоспитание личности, раскрыть нравственные аспекты самооценки человека.

Практическая часть. Центральная задача – сформировать у младших школьников «Я – концепцию», самосознание, развить коммуникативные способности, рефлексивные навыки, а также умение адекватно воспринимать себя и окружающих.

Цель занятий: развитие способности к эмоциональной и поведенческой саморегуляции, сотрудничеству, адекватному проявлению активности, инициативе и самостоятельности.

Упражнение «Зеркало»

Цель: раскрытие своего «Я», формирование стремления к самосовершенствованию.

Упражнение «Ситуация»

Цель: развивать умения самостоятельно, принимать верные решения.

Упражнение «Как мне это здорово удается»

Цель: развивать умение адекватно воспринимать себя.

Занятие 9

Цель занятия: развивать способность к эмоциональной и поведенческой саморегуляции, сотрудничеству, адекватному проявлению активности, инициативе и самостоятельности, умение уверенно отстаивать свою позицию в конфликтных ситуациях, не переходя ни к агрессии, ни к пассивно-зависимому поведению.

Упражнение «Автопортрет»

Цель: развивать умение адекватно воспринимать себя.

Упражнение «Зубы дареного коня».

Цель: развивать способности к эмоциональной и поведенческой саморегуляции.

Занятие 10

5) Заключительная часть. Активизировать младших школьников на дальнейшее конструктивное взаимодействие, закрепление рефлексивных умений. Цель последнего этапа: подведение итогов работы. Рефлексия (обратная связь), собственная оценка происходящему, обмен мнениями, опыт,

полученный на занятиях, закрепление позитивного состояния, соотношения целей и результатов, полученных на занятиях, ритуал прощания.

Упражнение «Чемодан»

Цель: дать участникам обратную связь, продемонстрировать их достижения и недоработки.

Таким образом, программа психолого-педагогического формирования самооценки младших школьников была составлена на основе работ таких авторов как: В.М. Астапов, А.И. Захаров, А.М. Прихожан, Е.И. Рогов, Т.И. Яничевой и др. Организация и содержание процесса формирования адекватной самооценки младших школьников направлены на расширение функциональных и операционных возможностей школьника, формирование у него необходимых навыков, умений, знаний и др., ведущих к повышению результативности деятельности, созданию «запаса прочности» в процессе оценивания себя. В процессе формирующего воздействия происходит перестройка особенностей личности школьника, прежде всего, его самооценки и мотивации.

3.2 Анализ результатов формирующего эксперимента

После проведения опытно-экспериментальной работы, реализации психолого-педагогической программы формирования самооценки младших школьников были получены результаты по методике В.Г. Щур «Лесенка». Сравнительный анализ результатов исследования на констатирующем и контрольном этапах эксперимента представлены на рисунке 6, Приложение 4, таблица 4.

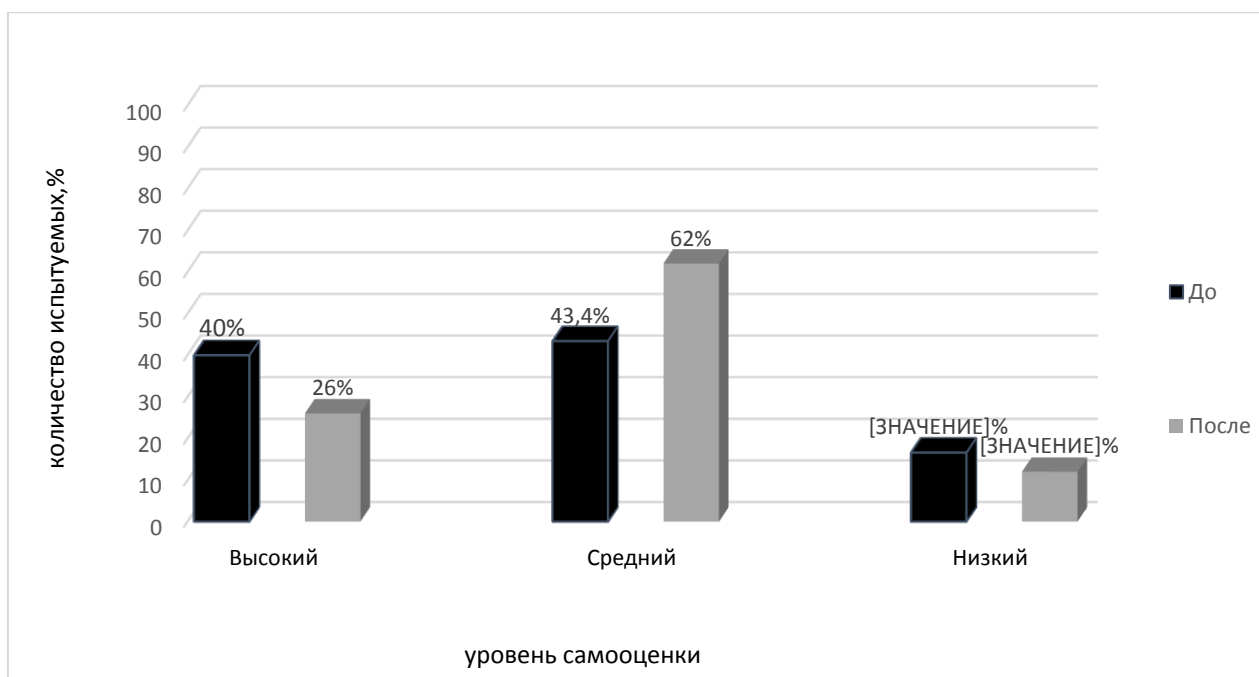


Рис.6. Распределение показателей исследования уровня самооценки младших школьников по методике В.Г. Щур «Лесенка» до и после реализации программы

Анализ полученных данных по методике В.Г. Щур «Лесенка» показал следующие результаты: 8 школьников (26 %) – имеют высокий уровень самооценки. Неадекватно завышенная самооценка характеризует нереалистичный уровень притязаний, завышенная самооценка чревата чрезмерными претензиями на внимание к своей персоне и опрометчивыми решениями, возможно самодовольство собой. Показатели среднего уровня самооценки по методике самооценки личности «Лесенка» у 19 учеников (62%). Средний уровень самооценки характеризуется тем, что идеальный образ представляется достижимым, он побуждает к самовоспитанию, стремлением развить в себе желательные качества. 3 младших школьника (12%) имеют низкий уровень самооценки.

В результате исследования самооценки младших школьников по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан, были получены следующие результаты (Приложение 4): 9 школьников (31%) – имеют завышенную самооценку. Завышенная самооценка указывает на определенные отклонения в формировании личности. Завышенная самооценка может под-

тверждать 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. Эти школьники могут переоценивать себя в ситуациях, которые не дают для этого повода, а также столкнувшись с противодействием окружающих, могут озлобиться, проявить мнительность, высокомерие или агрессию, замкнуться. 17 школьников (55%) – оценивают себя объективно, удостоверяют реалистическую (адекватную) самооценку. 4 школьника (14%) показали низкий уровень самооценки. Возможно, у этих школьников могут возникать проблемы с тревожностью, недооценкой своих способностей. Заниженная самооценка (недооценка себя) свидетельствует о крайнем неблагополучии в развитии личности.

Сравнительный анализ результатов исследования на контрольном этапе эксперимента представлены на рис. 7.

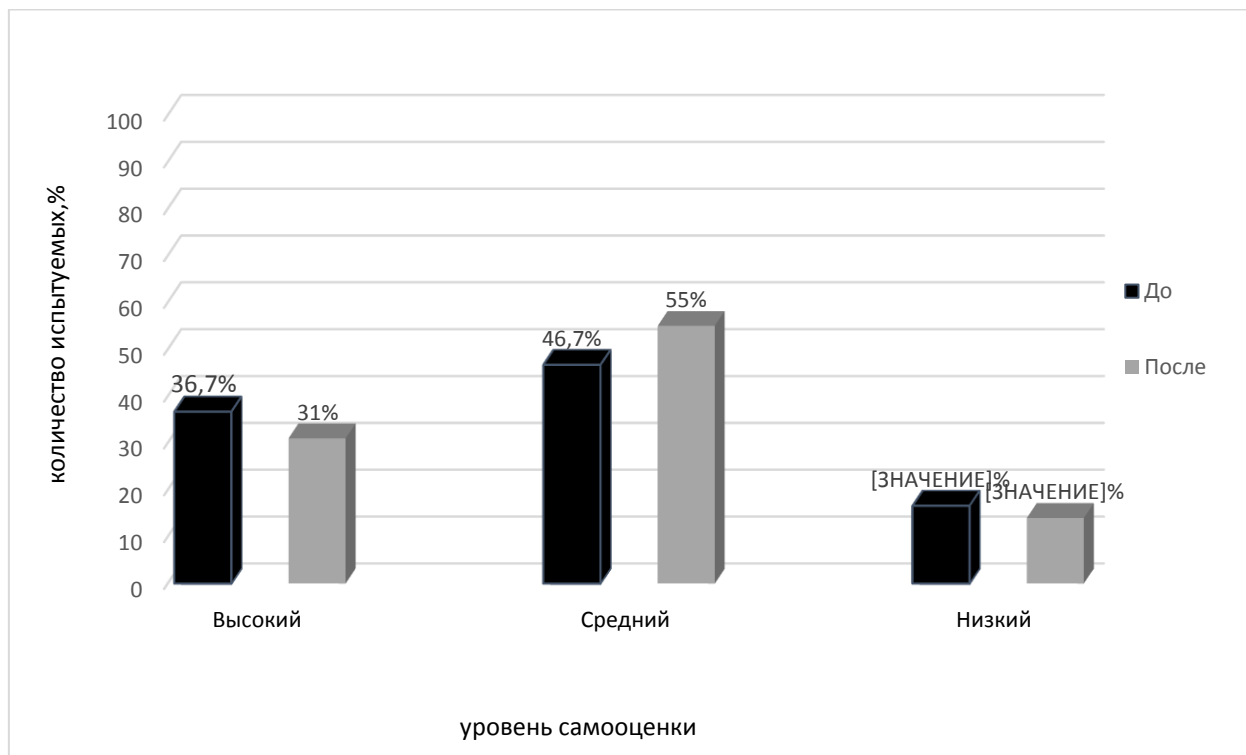


Рис.7. Распределение показателей диагностики уровня самооценки младших школьников по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан до и после реализации программы

Сравнительный анализ результатов исследования уровня самооценки до и после проведения психолого-педагогической программы формирования по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан показал, что уровень самооценки младших школьников изменился. Показатели самооценки высокого, среднего, низкого уровней имеют тенденцию изменения в сторону адекватности самооценки, которая характеризует оптимальное представление ребенка о своих возможностях, что является важным фактором личностного развития. Адекватная самооценка характеризует умение школьника правильно оценивать результаты своей деятельности, преодолевать трудности, ставить перед собой цели, характеризует реальную уверенность в своих силах, возможностях.

Анализ результатов по методике «Какой Я?» (модификация методики О.С. Богдановой) показал, что 7 школьников (23,5%) имеют высокий уровень самооценки личности. Высокие показатели говорят о том, что школьник принимает себя как личность, склонен осознавать себя как носителя позитивных, социально желательных характеристик, в определенном смысле удовлетворен собой, результаты свидетельствуют о достаточном уровне самоуважения. 21 школьник (68,5%) показали средний уровень самооценки. Эти данные указывают на критическое отношение школьника к самому себе, его неудовлетворенность собственным поведением, уровнем достижений, особенностями личности, недостаточный уровень принятия самого себя. У 2 школьников (8 %) – низкий уровень развития самооценки, что свидетельствует о проблемах связанных с ощущением малой ценности своей личности.

Сравнительный анализ результатов исследования на констатирующем и контрольном этапах эксперимента по методике «Какой Я?» (модификация методики О.С. Богдановой) представлены на рисунке 8.

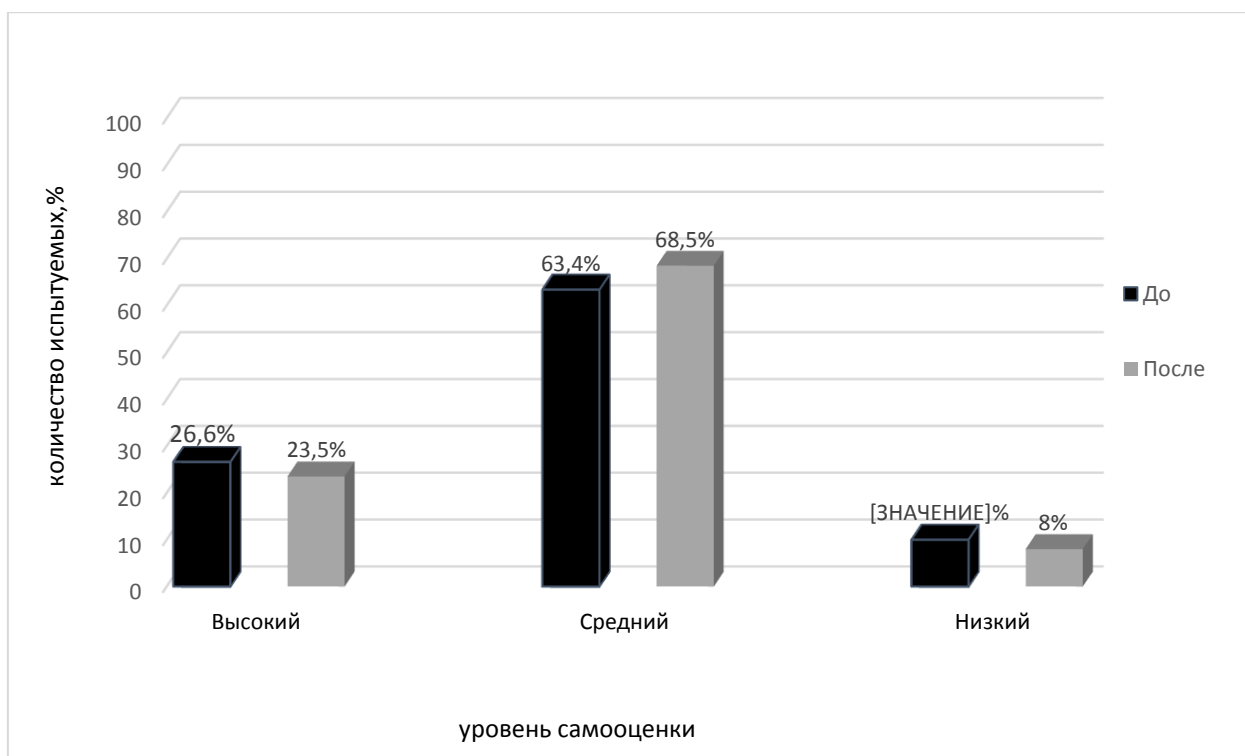


Рис.8. Распределение показателей исследования уровня самооценки личности по методике «Какой Я?» (модификация методики О.С. Богдановой) до и после проведения программы

Для определения эффективности программы формирования самооценки младших школьников был выполнен расчет T-критерия Вилкоксона показателей по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан.

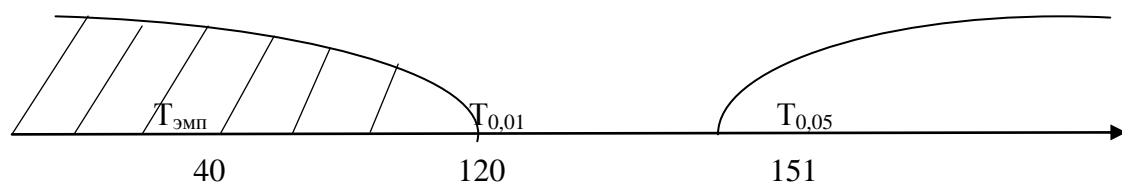
Сформулируем рабочие гипотезы.

H_0 – интенсивность сдвигов показателя сформированности самооценки младших школьников в направлении увеличения не превосходит интенсивность сдвигов в направлении её уменьшения.

H_1 – интенсивность сдвигов показателя сформированности самооценки младших школьников в направлении увеличения превосходит интенсивность сдвигов в направлении её уменьшения.

$T_{эмт} = 10 + 10 + 10 + 10 = 40$, где R_r - ранговые значения сдвигов с более редким знаком. Определяем критические значения T для $n = 30$:

$$T_{кр.} = \begin{cases} 151 (\rho \leq 0,05) \\ 120 (\rho \leq 0,01) \end{cases}$$



Зона значимости

Зона незначимости

Рисунок 9 – Зона значимости

$$T_{эмп} \leq T_{кр}$$

Эмпирическое значение критерия находится в зоне значимости, поэтому принимается альтернативная гипотеза: интенсивность сдвигов показателя самооценки младших школьников в формировании самооценки младших школьников в направлении увеличения не превосходит интенсивность сдвигов в направлении её уменьшения.

Таким образом, гипотеза исследования экспериментально подтверждена: формирование адекватной самооценки младших школьников будет эффективным при реализации опытно-экспериментальной работы, включающей: обоснование и апробацию модели формирования адекватной самооценки младших школьников, внедрение программы формирования адекватной самооценки младших школьников, внедрение программы формирования адекватной самооценки младших школьников, разработку рекомендаций родителям и педагогам.

Задачи исследования решены, цель исследования достигнута.

3.3 Психологические рекомендации родителям и педагогам по формированию адекватной самооценки младших школьников

По мнению В.А. Карсонова, формирование навыков оценки своих возможностей формирует адекватное отношение к себе. Это позволяет развивающейся личности наметить пути своего развития, строить самообразовательные планы, формировать способность рассчитывать на свои силы. Человек, обладающий такой способностью, всегда психически уравновешен и нормально развивается в своей среде. Личность с неадекватной оценкой в коллективе чувствует себя неуютно, постоянно ощущает дискомфорт. Она

зачастую создает конфликтные ситуации. Поэтому можно считать, что адекватная самооценка выступает своего рода регулятором поведения в обществе. Поэтому адекватную самооценку необходимо формировать непосредственно в процессе обучения [4, с.12].

Для младших школьников с неадекватной самооценкой, а именно заниженной в образовательной деятельности возможен только индивидуально – личностный подход, который учитывает возрастные особенности, самооценку студентов. Школьники, недооценивающие свои возможности, не принимают участие в какой – либо деятельности из-за боязни неудач. Этим ребятам нелегко проявить себя в общении со сверстниками, они не могут отстаивать свою точку зрения и избегают активного участия в делах класса, чем усугубляют свое положение в нем, ведя себя отчужденно. Преподаватель, обладающий перцептивными способностями, лучше понимает школьников. Он может не только помочь поверить в свои силы детям в учебной деятельности, но и дать им возможность проявить себя в классе, давая поручения. Требования к таким ученикам должны быть более корректными. Преподаватель, взаимодействуя со школьниками с низкой самооценкой, должен чаще использовать в образовательном процессе поощрение, и делать это нужно в присутствии класса. Таким школьникам необходимо научиться обратной связи в общении не только со сверстниками, но и со взрослыми. Участие в любых дискуссиях, обсуждениях будет постепенно повышать уровень низкой самооценки.

Преподавателям, работающим в сфере образования с возрастной категорией «младший школьный возраст» важно помнить, что это – «...возраст противоречивых состояний, мотивов, ценностных ориентаций и поступков. Максимализм и лабильность полярных позиций определяют противоположные тенденции в проявлениях младших школьников: от глубинной идентификации с другим (человеком или животным, растительным и прочим миром) к резкому отчуждению от других; от альтруизма к жестокости; от страха смерти до суици-

дальних попыток. Все эти позиции могут преломляться в сознании ребенка и как условия реализации его притязаний на признание [16, С.396].

Как писал Л.С. Выготский, «в структуре личности младшего школьника нет ничего устойчивого, окончательного, неподвижного». Для младшего школьника характерна нравственная неустойчивость. В младшем школьном и подростковом возрасте, по данным Л.С. Выготского, развивается конвенциональная мораль, при которой у ребенка еще нет истинной нравственности, и нормы морали остаются для него чем-то внешним. Этим нормам, правилам поведения большинство детей следует для того, чтобы оправдать ожидания значимых для них людей, сохранить с ними хорошие отношения, получить их одобрение. Ориентация на оправдание ожиданий, одобрение или на авторитет и определяет неустойчивость поведения школьников, их зависимость от внешних влияний. Поскольку дети ищут для себя референтные группы среди сверстников и нуждаются в близких друзьях, часто мнение последних становится определяющим. Автономная мораль и нравственная независимость от группы появляются к 16 годам» [цит. по 12, с. 218].

Поэтому преподавателям в своей деятельности важно проявлять сензитивность, эмпатию и конгруэнтность, которые помогут выстроить позитивные взаимоотношения со школьниками с завышенной или заниженной самооценкой, а обучение сделать более продуктивным.

В своей работе Ю.Н. Кулюткин пишет, что совпадение уровней оценки и самооценки важно для эмоционального благополучия ребенка. В противном случае неизбежен внутренний дискомфорт, и даже конфликт. Учитывая физиологические особенности возраста (рассогласование темпов роста и развития различных функциональных систем организма) можно понять и эмоциональную нестабильность младших школьников [39, с.56].

И.С. Кон утверждает, что самооценка также служит средством психологической защиты. Желание иметь положительный образ «Я», нередко побуждает индивида преувеличивать свои достоинства и преуменьшать недостатки [39, с.95]. В случаях, когда у школьников с завышенной самооценкой

возникают претензии к преподавателям, считая, что те принижают их учебные достижения, преподавателям нужно запастись терпением и иметь аргументацию, которую должны услышать ученики, чтобы у них не пропала мотивация к изучению предметов.

В книге «Педагогическая психология» Л.Д. Столяренко пишет, что самооценка в значительной степени определяет социальную адаптацию личности, является регулятором поведения и деятельности. Само формирование самооценки происходит в процессе деятельности и межличностного взаимодействия. Сопоставляя мнение о себе окружающих людей, человек вначале учится оценивать других, а потом уже себя. Сложившаяся у человека самооценка может быть адекватной (человек правильно, объективно оценивает себя) либо неадекватно завышенной или неадекватно заниженной. А это будет влиять на уровень притязаний личности, который характеризует степень трудности тех целей, к которым стремится человек и достижение которых представляется ему привлекательным и возможным [42, с.189].

В обучении важна не только учебная, но и общественная деятельность, которая помогает процессу социализации младших школьников. Внеурочная деятельность является моделированием будущих ситуаций в профессиональной деятельности. Именно здесь происходит осознанность действий со стороны учеников и проявляется уровень ответственности, организованности, умения строить отношения со сверстниками. Например: подготовка и проведение классных часов, организация встреч со значимыми людьми, реализация творческих замыслов школьников. Для преподавателя в данной ситуации важно убедить детей с завышенной и заниженной самооценкой принимать участие в этой деятельности, и подвести итог проделанной работы в классе, а так же помочь им увидеть реальный вклад в творческую деятельность.

Рекомендации педагогу-психологу в работе с группой младших школьников с неадекватной самооценкой.

Изучение психологических особенностей каждого ребенка с неадекватной самооценкой (в учебной и общественной деятельности, социальное ок-

ружение, интересы, отношение со значимыми взрослыми, ценностные ориентации), а также побеседовать с классными руководителями и родителями, чтобы охарактеризовали этих школьников. Вести дневник наблюдений за этими учениками и отражать в нем их поведение, организованность и включенность в деятельность обучения. Провести психологическую диагностику на выявление ценностных ориентаций, или смысложизненных ориентаций.

Педагогу-психологу на основании собранной информации об учебной деятельности, дневника наблюдений, данных психодиагностики, нужно проанализировать полученные данные и спланировать работу по психологической коррекции самооценки школьников

По мнению Е.В. Руденского, основные задачи психокоррекционных групп – взаимное исследование, получение знаний о собственной личности, ее развитие и раскрытие. Многие склонны утверждать, что в них имеют место неструктурированные, происходящие «здесь и сейчас» взаимодействия участников, в ходе которых они узнают о своих внутренних психических процессах и делятся друг с другом глубокими жизненными впечатлениями. Такая форма работы весьма обычна, но отдельные группы, о которых пойдет речь в дальнейшем, имеют довольно жесткую организацию (например, группы тренинга умений), а члены других групп имеют дело не только с наличным («здесь и сейчас») опытом, но и с опытом прошлым. Процессы, которые, являются общими для психокоррекционных групп: 1) облегчают выражение эмоций; 2) создают чувство принадлежности к коллективу; 3) побуждают к самораскрытию; 4) знакомят с новыми образцами поведения; 5) позволяют сопоставить личностные особенности отдельных членов группы; 6) способствуют распределению ответственности между руководителем и остальными участниками. Психокоррекционные группы можно разделить на четыре категории: группы организационного развития или решения проблем; группы обучения руководителей и развития межличностных навыков; группы личностного развития; терапевтические группы. На практике задачи этих четырех типов групп перекрываются, например, многие учебные классы по конечно-

му результату являются также и терапевтическими. Каждая из перечисленных категорий обладает широким внутренним разнообразием: их цели могут включать получение информации, выполнение конкретных заданий, понимание собственной личности; в них могут поощряться либо жестко просчитанные, либо спонтанные действия; основная роль в определении хода групповых процессов может принадлежать руководителю или же самим членам группы; группы могут различаться по степени структурированности и длительности существования. Классификация различных типов групп: 1) степень, в какой руководитель группы сохраняет за собой доминирующую роль в организации группы и управлении ее работой, и 2) значение, которое придается эмоциональному стимулированию членов группы по сравнению со значением, придаваемым рациональному побуждению к работе [33, с.45].

Формирующая программа, направленная на работу с самооценкой младших школьников, должна быть направлена на развитие межличностных навыков и личностного развития. В ходе реализации формирующей программы решается ряд задач корректирующих самооценку – это создание чувства принадлежности к коллективу, побуждение к самораскрытию, знакомство с новыми образцами поведения, сопоставление личностных особенностей отдельных членов группы, распределение ответственности между руководителем и остальными участниками. Также проводить просветительскую профилактическую работу по формированию общей психологической культуры, предупреждение нарушений в становлении личности с помощью лекций, бесед, для педагогов и родителей. Темы бесед и лекций: «Возрастные особенности младшего школьного возраста», «Психология личности» и т.д.

Родители должны учитывать сложность данного периода, характерные для этапа гормональной перестройки организма неустойчивость настроения, физического состояния и самочувствия, ранимость, неадекватность реакций.

Для родителей школьников с завышенной и низкой самооценкой, важно знать с какие трудности и проблемы могут возникнуть с их детьми в образовательной деятельности, в межличностных отношениях со сверстниками,

и внутрисемейных отношениях. В чем причина недовольства собой, безразличия к учебной деятельности, пропусков занятий, лжи, а так же как вести себя, если ребенок не ночует дома, а говорит, что ушел к друзьям, непослушание, отказ разговаривать с родителями и т.д.

Младший школьный возраст – это возрастной период, который требует особого внимания родителей к тем переменам, которые происходят в этом возрасте, особой гибкости и педагогической тактики, огромного терпения, взвешенности, умения видеть позитивное и истинное в вызывающем поведении своего ребенка [17, с. 89].

Признать новые потребности и новые способности взрослеющих детей родителям легко, но гораздо сложнее отказаться от «детских» форм контроля, подобрать взаимоприемлемые способы признания взросления младшего школьника. Передача ответственности и свободы действий ребенку – важная задача «раздвигания рамок» разрешенного поведения на основе общности моральных ценностей. В связи с этим велико значение родительского примера как модели построения жизни (к примеру, «сначала карьера, потом – семья»), избираемых стратегий преодоления трудностей (избегание, компромисс, сотрудничество). Образцы взрослого мужчины, любящего супруга (или ловеласа), разумного отца (или деспота) небезразличны для ребенка, хотя влияние может быть не только прямым – в виде подражания, но и по принципу «отрицательного подражания», т.е. следования противоположной модели поведения. От родителей требуется готовность по достоинству оценить ростки нового понимающего отношения к взрослому – появление эмпатии, стремление разделить переживания взрослых, помочь, поддержать. Открытости во взаимоотношениях с ребенком в семье нельзя добиться силой, ее можно только заслужить. Необходимо способствовать формированию нового уровня самосознания, способности к познанию себя как личности и становлению избирательности интересов, выделению стержневых, постоянных личностных интересов.

Родители должны помнить о таких существенных аспектах развития в младшем школьном возрасте, как [16, с.92]:

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

Таким образом, в психолого-педагогических рекомендациях педагогам, психологам, родителям в формировании адекватной самооценки младшего школьника важно помнить, что оценка своих возможностей формирует адекватное отношение к себе. Это позволяет развивающейся личности намечать пути своего развития, строить самообразовательные планы, формировать способность рассчитывать на свои силы. Человек, обладающий такой способностью, всегда психически уравновешен и нормально развивается в своей среде. Личность с неадекватной оценкой в коллективе чувствует себя неуверенно, постоянно ощущает дискомфорт. Она зачастую создает конфликтные ситуации. Поэтому можно считать, что адекватная самооценка выступает своего рода регулятором поведения в обществе. Адекватную самооценку необходимо формировать непосредственно в процессе обучения.

3.4 Технологическая карта внедрения результатов исследования формирования адекватной самооценки младших школьников

С целью закрепления положительного результата программы формирования самооценки младших школьников нами была разработана технологическая карта внедрения результатов исследования для администрации образовательных учреждений.

Процесс внедрения результатов исследования проблемы формирования адекватной самооценки младших школьников осуществлялся в несколько этапов.

Этап 1. Целеполагание внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников.

Цели этапа:

1.1 Изучить документы по предмету внедрения (Программа формирования адекватной самооценки младших школьников).

1.2 Поставить цели внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников.

1.3. Разработать этапы внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников.

1.4. Разработать программно-целевой комплекс внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников.

В содержание этапа входило: изучение нормативной документации, ФЗ и Законов РФ, Постановлений Правительства РФ в области образования и безопасности среды и личности в РФ, документации ОУ; выдвижение и обоснование целей внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников; изучение и анализ содержания этапов внедрения программы, ее задач, принципов, условий, критериев и показателей эффективности; анализ уровня подготовленности пед. коллектива к внедрению программы формирования адекватной самооценки младших школьников, анализ работы ОУ по теме внедрения, подготовка методической база внедрения программы.

Реализация содержания этапа предполагала использование следующих методов: обсуждение, анализ, изучение документации и нормативных источ-

ников по теме, наблюдение; обсуждение, анализ материалов по цели внедрения программы, работа психологической службы ОУ; анализ состояния ситуации формирования адекватной самооценки младших школьников, анализ программы внедрения, анализ готовности ОУ к формированию адекватной самооценки младших школьников; составление программы внедрения, анализ материалов готовности ОУ к программе формирования адекватной самооценки младших школьников.

Основной формой работы на данном этапе являлись:

– педагогический совет, методическое объединение, поиск и анализ литературы работа психологической службы ОУ, самообразование, обучение в магистратуре факультета психологии ЮУрГГПУ;

– работа психологической службы ОУ, совещание, анализ документации, работа по составлению программы внедрения;

– административное совещание, анализ документов, работа по составлению программы внедрения.

Этап 2. Формирование положительной психологической установки на внедрение программы формирования адекватной самооценки младших школьников.

Цели этапа:

2.1 Выработать состояние готовности к освоению предмета внедрения у администрации ОУ и заинтересованных субъектов внедрения.

2.2 Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников.

2.3 Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников у заинтересованных субъектов вне ОУ.

2.4 Сформировать веру в свои силы по внедрению программы формирования адекватной самооценки младших школьников.

В содержание этапа входило: формирование готовности внедрить программу формирования адекватной самооценки младших школьников, пропа-

ганда передового опыта по внедрению технологий формирования адекватной самооценки младших школьников, пропаганда передового опыта по внедрению технологий формирования адекватной самооценки младших школьников и их значимости для системы образования, значимости и актуальности внедрения, анализ своего состояния по теме внедрения, психологический подбор и расстановка субъектов внедрения, исследование психологического паспорта субъектов внедрения.

Реализация содержания этапа предполагала использование следующих методов: обоснование практической значимости внедрения, тренинги (развития, готовности, внедрения), беседы, обсуждения, популяризация идеи внедрения программы формирования; беседы, обсуждение, семинары, выпуск стенной газеты (тема: формирование адекватной самооценки младших школьников); методические выставки, семинары, консультации, научно-исследовательская работа, конференции и конгрессы; постановка проблемы, обсуждение, тренинг развития, консультации с научным руководителем диссертационного исследования.

Основной формой работы на данном этапе являлись:

- индивидуальные беседы с заинтересованными субъектами внедрения программы формирования, работа психологической службы ОУ, участие в семинарах со смежной тематикой;
- беседы, семинары, изучение передового опыта внедрения технологий формирования адекватной самооценки младших школьников;
- участие в конгрессах, конференциях, семинарах по теме внедрения, статьи, выставки.

Этап 3. Изучение предмета внедрения Программы формирования адекватной самооценки младших школьников.

Цели этапа:

3.1 Изучить необходимые материалы и документы о предмете внедрения (формирования адекватной самооценки младших школьников).

3.2 Изучить сущность предмета внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников.

3.3 Изучить методику внедрения темы программы формирования адекватной самооценки младших школьников.

В содержание этапа входило: изучение материалов и документов о предмете внедрения, освоение системного подхода в работе над темой изучения предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм и методов, освоение системного подхода в работе над темой.

Основной формой работы на данном этапе являлись: работа с литературой и информационными источниками, семинары, тренинги (развития, готовности к формированию адекватной самооценки младших школьников).

Этап 4. Опережающее (пробное) освоение предмета внедрения программы формирования коммуникативной культуры родителей как условия обеспечения психологической безопасности личности ребенка.

Цели этапа:

4.1. Создать инициативную группу для опережающего внедрения темы.

4.2. Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе.

4.3. Обеспечить инициативной группе условия для успешного освоения методики внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников.

4.4. Проверить методику внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников.

В содержание этапа входило: определение состава инициативной группы, организационная работа, исследование психологического портрета субъектов внедрения; изучение теории предмета внедрения, теории систем и системного подхода, методики внедрения; анализ создания условий для опережающего внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников; работа инициативной группы по новой методике.

Реализация содержания этапа предполагала использование следующих методов: наблюдение, анализ, собеседование, обсуждение, самообразование, научно-исследовательская работа, изучение состояния дел в ДОУ по теме внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников.

Основной формой работы на данном этапе являлись:

- работа психологической службы ОУ, тематические мероприятия, уроки;
- беседы, консультации, работа психологической службы ОУ;
- производственное собрание, анализ документации ОУ;
- посещение занятий, работа психологической службы ОУ.

Этап 5. Фронтальное освоение предмета внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников.

Цели этапа:

5.1. Мобилизовать педагогический коллектив ОУ на внедрение программы формирования адекватной самооценки младших школьников.

5.2. Развить знания и умения, сформированные на предыдущем этапе.

5.3. Обеспечить условия для фронтального внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников.

5.4. Освоить всем педагогическим коллективом предмет внедрения (программа формирования адекватной самооценки младших школьников).

В содержание этапа входило: анализ работы инициативной группы по внедрению программы формирования адекватной самооценки младших школьников; обновление знаний о предмете внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников, теории систем и системного подхода, методики внедрения; анализ состояния условий для фронтального внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников; фронтальное освоение программы формирования адекватной самооценки младших школьников.

Реализация содержания этапа предполагала использование следующих методов: сообщение о результатах работы по технологиям, тренингам (внедрения, готовности к деятельности), работа психологической службы ОУ, обмен опытом внедрения программ, самообразование, тренинги, работа психологической службы ОУ, изучение состояния дел в ОУ по теме внедрения программы, обсуждения, работа психологической службы ОУ, наставничество, обмен опытом, анализ и корректировка технологии внедрения программы

Основной формой работы на данном этапе являлись:

- педагогический совет, работа психологической службы ОУ;
- наставничество, консультации, работа психологической службы ОУ, семинар;
- работа психологической службы ОУ, производственное собрание, анализ документов ОУ.

Этап 6. Совершенствование работы по теме «Формирование адекватной самооценки младших школьников».

Цели этапа:

6.1 Совершенствовать знания и умения, сформированные на предыдущем этапе.

6.2 Обеспечить условия совершенствования методики работы по внедрению программы формирования адекватной самооценки младших школьников.

6.3 Совершенствовать методику освоения внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников.

В содержание этапа входило: совершенствование знаний и умений по системному подходу; анализ зависимости конечного результата от создания условий для внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников; формирование единого методического обеспечения освоения внедрения формирования адекватной самооценки младших школьников.

Реализация содержания этапа предполагала использование следующих методов: наставничество, обмен опытом, корректировка методики, анализ состояния дел в ОУ по теме внедрения программы, обсуждение, доклад.

Основной формой работы на данном этапе являлись:

– конференция, конгресс по теме внедрения, анализ материалов, работа психологической службы ОУ;

– производственное собрание, анализ документации ОУ, работа психологической службы ОУ;

– работа психологической службы ОУ, методическая работа.

Этап 7. Распространение передового опыта освоения внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников.

Цели этапа:

7.1. Изучить и обобщить опыт внедрения технологии.

7.2. Осуществить наставничество над другими ОУ, приступающими к внедрению программы формирования адекватной самооценки младших школьников.

7.3. Осуществить пропаганду передового опыта по внедрению программы формирования адекватной самооценки младших школьников.

7.4. Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившееся на предыдущих этапах.

В содержание этапа входило: изучение и обобщение опыта работы ОУ по технологии; обучение психологов и педагогов других ОУ работе по внедрению программы; пропаганда внедрения программы в районе/городе; обсуждение динамики работы над темой, научная работа по теме внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников.

Реализация содержания этапа предполагала использование следующих методов: наблюдение, изучение документов ОУ, посещение уроков, наставничество, обмен опытом, консультации, семинары, выступления на семинарах, конференциях, конгрессах, научная и творческая деятельность.

Основной формой работы на данном этапе являлись:

- работа психологической службы ОУ, стенды, буклеты, внеурочные формы работы;
- выступление на семинарах, работа психологической службы ОУ;
- участие в конференциях, конгрессах, написание статей и научной работы по внедрению программы;
- семинары, написание научной работы и статей по теме внедрения программы, изучение последующего опыта внедрения программы в различных ОУ.

Таким образом, технологическая карта внедрения результатов исследования формирования адекватной самооценки младших школьников в практику работы образовательного учреждения представлена поэтапным процессом реализации методов, форм, а также содержания формирующей работы. Содержание технологической карты представлено в приложении 5.

Выводы по главе III

Психолого-педагогическая программа формирования самооценки младших школьников была составлена на основе работ таких авторов как: В.М. Астапов, А.И. Захаров, А.М. Прихожан, Е.И. Рогов, Т.И. Яничевой и

др. Организация и содержание процесса формирования адекватной самооценки младших школьников направлены на расширение функциональных и операционных возможностей школьника, формирование у него необходимых навыков, умений, знаний и др., ведущих к повышению результативности деятельности, созданию «запаса прочности» в процессе оценивания себя. В процессе формирующего воздействия происходит перестройка особенностей личности школьника, прежде всего, его самооценки и мотивации.

После проведения опытно-экспериментальной работы, реализации психолого-педагогической программы формирования самооценки младших школьников были получены результаты по методике В.Г. Щур «Лесенка»: 8 школьников (26 %) – имеют высокий уровень самооценки; 19 учеников (62%) имеют средний уровень самооценки; 3 младших школьника (12%) имеют низкий уровень самооценки. В результате исследования самооценки младших школьников по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан, были получены следующие результаты: 9 школьников (31%) – имеют завышенную самооценку; 17 школьников (55%) – оценивают себя объективно, удостоверяют реалистическую (адекватную) самооценку. 4 школьника (14%) показали низкий уровень. Анализ результатов по методике «Какой Я?» (модификация методики О.С. Богдановой) показал, что 7 школьников (23,5%) имеют высокий уровень самооценки личности; 21 школьник (68,5%) показали средний уровень самооценки 2 школьника (8 %) – низкий уровень развития самооценки.

Показатели самооценки высокого, среднего, низкого уровней имеют тенденцию изменения в сторону адекватности самооценки, которая характеризует оптимальное представление ребенка о своих возможностях, что является важным фактором личностного развития. Адекватная самооценка характеризует умение школьника правильно оценивать результаты своей деятельности, преодолевать трудности, ставить перед собой цели, характеризует реальную уверенность в своих силах, возможностях.

В психолого-педагогических рекомендациях педагогам, психологам, родителям в формировании адекватной самооценки младшего школьника важно помнить, что оценка своих возможностей формирует адекватное отношение к себе. Это позволяет развивающейся личности намечать пути своего развития, строить самообразовательные планы, формировать способность рассчитывать на свои силы. Адекватную самооценку необходимо формировать непосредственно в процессе обучения.

Гипотеза исследования экспериментально подтвердилась при использовании метода математической статистики: формирование адекватной самооценки младших школьников будет эффективным при реализации опытно-экспериментальной работы, включающей: обоснование и апробацию модели формирования адекватной самооценки младших школьников, внедрение программы формирования адекватной самооценки младших школьников, разработку рекомендаций родителям и педагогам.

Задачи исследования решены, цель исследования достигнута.

Заключение

Самооценка – ценность, значимость, которой индивид наделяет себя в целом и отдельные стороны своей личности, деятельности, поведения. Самооценка выступает как устойчивое структурное образование, компонент Я-

концепции, самосознания. Основу самооценки составляет система личностных смыслов индивида, принятая им система ценностей. Рассматривается в качестве центрального личностного образования и центрального компонента Я – концепции. Самооценка выполняет регуляторную и защитную функцию, влияя на поведение, деятельность и развитие личности, её взаимоотношения с другими людьми. Отражая степень удовлетворенности или неудовлетворенности собой, уровень самоуважения, самооценка создает основу для восприятия собственного успеха, постановки целей определенного уровня, т.е. уровня притязаний личности.

Формирование самооценки сопровождает весь ход учебно-познавательной деятельности, то опережая выполнение действий и операций, определяя качество, то перепроверя уже выполненные действия и операции с целью установления их правильности. Чем сильнее оценочный компонент в учебно-познавательной деятельности ребенка, чем этот компонент с обостренными свойствами сомнения и контроля является динамическим во всем процессе решения задачи и сопровождает этот процесс, тем успешнее ребенок в приобретении способности к действительной самостоятельности в учении.

В модели формирования адекватной самооценки младших школьников все основные процессы и взаимосвязи и блоки (теоретический, диагностический, формирующий, аналитический) представлены во взаимосвязи и взаимозависимости в виде динамической системы, построенной по иерархическому принципу.

Опытно – экспериментальное исследование психолого-педагогической программы формирования самооценки младших школьников проходило в три этапа: поисково-подготовительного, опытно – экспериментального и контрольно – обобщающего. В работе использовались следующие методы и методики: анализ психолого-педагогической и методической литературы, беседа, наблюдение, тестирование, констатирующий и формирующий эксперименты, тестирование при помощи методик: методики В.Г Щур «Лесенка»,

методики Дембо – Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан и методики «Какой Я?» (модификация методики О.С. Богдановой). Математико-статистический анализ осуществлялся с помощью критерия Вилкоксона. Данный критерий используется 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.

Формирование самооценки младшего школьника происходит на протяжении всех лет обучения в школе. При этом наибольшее значение для формирования самооценки имеют первый и второй год обучения.

В результате исследования были получены следующие результаты. В основном младшие школьники имеют завышенный и средний уровень самооценки по всем методикам. Это объясняется возрастной спецификой школьников, особенностями восприятия картины мира. Достаточно низкий процент учеников имеет низкий уровень самооценки. Данные результаты дали нам основание для разработки программы психолого-педагогического формирования самооценки младших школьников и более глубокого эмпирического исследования данного феномена.

Психолого-педагогическая программа формирования самооценки младших школьников была составлена на основе работ таких авторов как: В.М. Астапов, А.И. Захаров, А.М. Прихожан, Е.И. Рогов, Т.И. Яничевой и др. Организация и содержание процесса формирования адекватной самооценки младших школьников направлены на расширение функциональных и операционных возможностей школьника, формирование у него необходимых навыков, умений, знаний и др., ведущих к повышению результативности деятельности, созданию «запаса прочности» в процессе оценивания себя. В процессе формирующего воздействия происходит перестройка особенностей личности школьника, прежде всего, его самооценки и мотивации.

В психолого-педагогических рекомендациях педагогам, психологам, родителям в формировании адекватной самооценки младшего школьника важно помнить, что оценка своих возможностей формирует адекватное от-

ношение к себе. Это позволяет развивающейся личности намечать пути своего развития, строить самообразовательные планы, формировать способность рассчитывать на свои силы. Адекватную самооценку необходимо формировать непосредственно в процессе обучения.

Таким образом, гипотеза исследования экспериментально подтвердилась: формирование адекватной самооценки младших школьников будет эффективным при реализации опытно-экспериментальной работы, включающей: обоснование и апробацию модели формирования адекватной самооценки младших школьников, внедрение программы формирования адекватной самооценки младших школьников, разработку рекомендаций родителям и педагогам.

Задачи исследования решены, цель исследования достигнута.

Библиографический список

1. Абульханова-Славская, К. А. Деятельность и психология личности. – М. : Наука, 2012. – 335 с.
2. Абульханова-Славская, К. А. О субъекте психической деятельности. Методологические проблемы психологии. – М. : Наука, 2003. – 288 с.

3. Ананьев, Б. Г. О проблемах современного человекознания (Серия «Мастера психологии»). – СПб. : Питер, 2001. – 642 с.

4. Андрущенко, Т.Ю. Психологические условия формирования самооценки в младшем школьном возрасте // Вопросы психологии. – 1978. – №6. – С. 11-19.

5. Асмолов, А. Г. Психология личности: Принципы общепсихологического анализа. – М. : Смысл ; ИЦ Академия, 2012. – 414 с.

6. Ашмарин, И. П. Быстрые методы статистической обработки и планирование экспериментов. – Л. : ЛГУ, 1975. – 78 с.

7. Белобрыкина, О.А. Влияние социального окружения на развитие самооценки // Вопросы психологии. – 2001. – №4. – С. 31-38.

8. Бернс, Р. Самосознание и защитные механизмы личности. – Самара. Изд. Дом «Бахрах», – 2003. – 656 с.

9. Божович, Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. – СПб.: Питер, 2008. – 400 с.

10. Большой психологический словарь. – СПб. : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2004. – 672 с.

11. Братусь, Б. С. Смысловая сфера личности. Психология личности в трудах отечественных психологов. – СПб. : Изд-во Питер, 2017. – 480 с.

12. Брушлинский, А. В. Деятельность субъекта как единство теории и практики // Психологический журнал. – 2000. – Т. 21. – № 6. – С. 5-11.

13. Васильев, И. А. Мотивация и контроль за действием. – М. : Изд-во МГУ, 2005. – 143 с.

14. Выготский, Л. С. Психология. – М. : ЭКСМО-ПРЕСС, 2012. – 1061 с.

15. Выготский, Л. С. Психология развития человека. – М. : Смысл ; Эксмо, 2016. – 1135 с.

16. Гамезо, М. В. Возрастная и педагогическая психология. – М. : Пед. Общество России, 2003. – 512 с.

17. Гузеев, В. В. Познавательная самостоятельность учащихся и развитие образовательной технологии. – М. : Школьные технологии, 2008. – 128 с.

18. Долгова, В. И. Акмеология управления (на примере инновационной деятельности кадров государственной службы). – Челябинск : ЧГПУ, 2000. – 380 с.
19. Долгова, В.И., Ордина, И.П. Формирование позитивной я-концепции старших школьников // Вестник Орловского государственного университета. Серия: Новые гуманитарные исследования. – 2012. – № 4 (24). – С. 63-65.
20. Долгова, В.И. Субъекты и объекты образования в проекции ценностных и смысложизненных ориентаций // В сборнике: SUBJECT AND OBJECT OF COGNITION IN A PROJECTION OF EDUCATIONAL TECHNIQUES AND PSYCHOLOGICAL CONCEPTS LXXXII International Research and Practice Conference and II stage of the Championship in Psychology and Educational sciences (London, June 05 - June 10, 2014). Chief editor - Pavlov V.V.. – London, 2014. – С. 62-65.
21. Долгова, В.И. Природа как фактор нравственного развития личности // В сборнике: Учащаяся молодежь России: прошлое, настоящее, будущее Рушанин В.Я.Р. – Челябинск, 2000. – С. 169-171.
22. Захарова, А.В. Исследование самооценки младших школьников в учебной деятельности // Вопросы психологии. – 1980. – №4. – С. 90-99.
23. Захарова, А.В. Как формировать самооценку школьника // Начальная школа. – 1992. – №3. – С. 58-65.
24. Коссов, Б. Б. Личность: актуальные проблемы системного подхода // Вопросы психологии. – 1997. – № 6. – С. 58-68.
25. Кулюткин, Ю. Н. Личностные факторы развития познавательной активности учащихся в процессе обучения // Вопросы психологии. – 1984. – № 5. – С. 41-44.
26. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М. : Академия, 2014. – 352 с.
27. Леонтьев, А. Н. Избранные психологические произведения. – М. : Педагогика, 1983. Т. 1. – 1983. – 392 с.

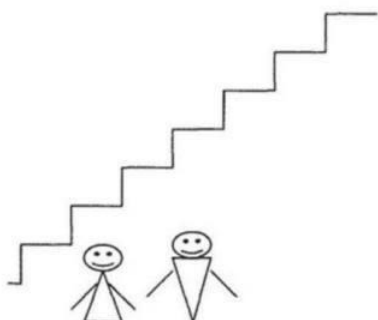
28. Маркович, Д. Ж. Социальная экология: Книга для учителя. – М. : ЭКСМО-ПРЕСС, 2006. – 176 с.
29. Мухина, В.С. Возрастная психология. – М.: Изд. центр «Академия», 2004. – 456 с.
30. Резниченко, М.А. Трудности взросления младшего школьника // Начальная школа. – 1998. – №1. – С. 25-30.
31. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании. – М.:– ВЛАДОС, 2016. – 529 с.
32. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии (Серия «Мастера психологии»). – СПб. : Питер, 2008. – 713 с.
33. Руденский, Е. В. Деформация Я-концепции как предмет социально-педагогической виктимологии : (Опыт эксперим. исслед.). – Новосибирск : изд-во Сиб. психосоц. ин-та, 2012. – 58 с.
34. Петровский, А.В. Психология. – М.: Изд. центр «Академия», 2014. – 512 с.
35. Сидоренко, Е. В. Методы математической обработки в психологии. – СПб. : Речь, 2001. – 349 с.
36. Сеницын, Ю. Н. Формирование здоровой личности учащегося в условиях образовательного пространства. – Краснодар : Кубан. гос. ун-т, 2007. – 219 с.
37. Слободчиков, В. И. Категория возраста в психологии и педагогике развития // Вопросы психологии. – 1991. – № 2. – С. 37-49.
38. Слободчиков, В. И. Психологические проблемы становления внутреннего мира человека //Вопросы психологии. – 1986. – № 6. – С. 14-23.
39. Современная психология: справочное руководство / под ред. Е. А. Сергиенко. – М. : ИНФРА-М, 2009. – 688 с.
40. Сорокун, П.А. Общая психология. – Псков: ПГПИ, –2003–312 с.
41. Столин, В. В. Самосознание личности. – М. : ЭКСМО-ПРЕСС, 2008. – 288 с.

42. Столяренко, Л.Д. Педагогическая психология. – Ростов на Дону: Феникс, 2013. – 544 с.
43. Узнадзе, Д. Н. Общая психология. – Спб. : Питер, 2014. – 414 с.
44. Урунтаева, Г.А. Практикум по детской психологии / Г.А. Урунтаева. – М.: ВЛАДОС, 2005. – 291с.
45. Фельдштейн, Д. И. Психология взросления: структурно-содержательные характеристики процесса развития личности. – М. : Флинта, 2004. – 670 с.
47. Фельдштейн, Д.И. Психология развития личности в онтогенезе / Д.И. Фельдштейн. – М.: Педагогика, 1989. – 208 с.
48. Фридман, Л.М. Психологический справочник учителя / Л.М. Фридман, И.Ю. Кулагина. – М.: Просвещение, 2001. – 288 с.
49. Чеснокова, И.И. Проблема самосознания в психологии / И.И. Чеснокова. – М.: Наука, 1987. – 144с.
50. Фомина, Л.Ю. Что влияет на формирование самооценки младших школьников // Начальная школа. – 2003. – №10. – С. 99-102.
51. Хекхаузен, Х. Мотивация и деятельность (Серия «Мастера психологии»). – 2-е изд. – СПб. : Питер, 2014. – 864 с.
52. Хуторской, А. В. Методика личностно-ориентированного обучения. Как обучать всех по-разному? – М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2016. – 383 с.
53. Чудновский, В. Э. Становление личности и проблема смысла жизни – М. : МПСИ, 2006. – 768 с.
54. Шепель, В. М. Социально-психологические проблемы воспитания. – М.: Моск. рабочий, 1987. – 239 с
55. Шевандрин, Н.И. Основы психологической диагностики. 2 часть/ Н. И. Шевандрин. – М.: ВЛАДОС, 2008. – 256 с.
56. Шевандрин, Н. И. Психодиагностика, коррекция и развитие личности. – М. : ВЛАДОС, 2008. – 517 с.
57. Шихирев, П.Н. Современная социальная психология. – М.:ИП РАН; КСП+; Екатеринбург: Деловая книга, 2000. – 448 с.

58. Эльконин, Д.Б. Детская психология / Д.Б. Эльконин. – М.: Педагогическое творчество, 1980. – 298с.
59. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эриксон. – М., 1996. – 344 с.
60. Эриксон, Э. Трагедия личности. – М. : ЭКСМО, Алгоритм, 2008. – 256 с.
61. Юнг, К.Г. Аналитическая психология / К.Г. Юнг. – СПб.: Питер, 1994. – С.39–100.
62. Юнг, К. Г. Психологические типы. – М. : АСТ, 2006. – 768 с.
63. Ядов, В.А. О диспозиционной регуляции социального поведения личности // Методологические проблемы социальной психологии. – М.: Изд-во «Наука», 1975. - С. 89-105.
64. Ядов, В. А. Социальная психология личности // Социология и современность. – 2013. – Т. 1. – С. 75-90, 106-120.
65. Ядов, В. А. Стратегия социологического исследования: описание, объяснение, понимание социальной реальности. – М. : Омега-Л, 2009.– 567 с.
66. Якобсон, П.М. Психологические проблемы мотивации поведения человека / П.М. Якобсон. – М.: Просвещение, 1989. – 315 с.
67. Якобсон, П. М. Психология чувств и мотивации. Избранные психологические труды (Серия «Психологи отечества»). – М. : Просвещение, 2008. – 304с.
68. Якунин, В.А. Педагогическая психология. – СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 2014. – 349 с.
69. Ясвин, В. Я. Образовательная среда: от моделирования к проектированию. – М. : ФиС, 2002. – 368 с.
70. Яценко, Т.С. Социально-психологическое обеспечение в подготовке будущих учителей / Т.С. Яценко. – Киев, Вища школа, 1987. – 111 с.

Методики диагностики самооценки младших школьников

Методика "Лесенка" (Щур В.Г., Методика изучения представлений ребенка об отношениях к нему других людей)



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

Материалы и оборудование: Рисуем на листе бумаги лестницу из 10 ступенек.

Инструкция: Показываем ребенку лесенку и говорим, что на самой нижней ступеньке стоят самые плохие мальчики и девочки. На второй - чуть-чуть лучше, а вот на верхней ступеньке стоят самые хорошие, добрые и умные мальчики и девочки.

На какую ступеньку поставил бы ты себя? Нарисуй себя на этой ступеньке. Можно нарисовать 0, если ребенку трудно нарисовать человека. А на какую тебя поставят мама, учитель?»

Обработка и анализ результатов:

Обращается внимание, на какую ступеньку ребенок сам себя поставил. Считается нормой, если дети ставят себя на ступеньку «очень хорошие» и даже «самые хорошие» дети. Положение на любой из нижних ступенек (а тем более на самой нижней) говорит не об адекватной оценке, а об отрицательном отношении к себе, неуверенности в собственных силах. Это серьезное нарушение структуры личности, которое может привести к депрессии, асоциальности.

Об отношении родителей к ребенку и их требованиях говорят ответы на вопрос, куда их поставят взрослые. Для ощущения чувства защищенности ребенка важно, чтобы кто-то поставил его на самую высокую ступеньку.

Признаком неблагополучия, как в структуре личности ребенка, так и в его отношениях с близкими взрослыми являются ответы, в которых они ставят его на нижние ступеньки. Однако при ответе на вопрос: «Куда тебя поставит учительница?» - помещение на одну из нижних ступеней нормально и может служить доказательством адекватной, правильной самооценки, особенно в том случае, если ребенок действительно плохо себя ведет и часто получает замечания от воспитателя.

В старшем дошкольном и младшем школьном возрастах подавляющее большинство детей считают себя «хорошими» и помещают себя на верхние ступеньки лесенки. При этом, как показывают данные В.Г.Щур, дети, поставившие себя на самую верхнюю ступеньку (т.е. причислившие себя к самым лучшим), практически никогда не могут обосновать такую самооценку. Дети же, не считающие себя самыми хорошими, подходили к оценке себя более объективно и критично и объясняли свой выбор различными причинами, например: «Я все-таки иногда балуюсь», «Я очень много вопросов задаю» и др.

Как правило, отношение других людей к ребенку воспринимается им достаточно дифференцированно: дети считают, что близкие взрослые (мама, папа, дедушка, бабушка, а также учитель) по-разному относятся к ним.

Наиболее важным для понимания сложившейся у ребенка самооценки является соотношение оценок «за себя» и «за маму». Благополучным является вариант, когда дети считают, что мама поставит их на самый верх лесенки, а сами себя ставят немного ниже

— на вторую-третью ступеньку сверху. Такие дети, ощущая твердую поддержку со стороны наиболее значимых взрослых, уже выработали способность достаточно критически подходить к оценке себя как личности. Их автор методики называет «самыми благополучными».

Другой вариант — высокое мнение ребенка о себе совпадает с мнением мамы. Такая ситуация может быть характерна для детей:

- действительно благополучных;
- инфантильных (все оценки размещаются на самой верхней ступеньке, но при этом нет обоснованных, развернутых формулировок, поясняющих такое приписывание);
- «компенсирующих» (выдающих желаемое за действительное).

И еще один вариант — дети ставят себя выше, чем, как они полагают, поставила бы их мама. Автор методики считает такую ситуацию неблагоприятной для развития личности ребенка, так как расхождение оценок замечено ребенком и несет для него страшный смысл — его не любят. По данным В.Г.Щур, прогнозируемая ребенком низкая оценка со стороны матери во многих случаях бывает связана с наличием в семье более маленьких детей, которые, по убеждению испытуемых, будут помещены мамой на самую верхнюю ступеньку.

Вместе с тем именно для таких детей чрезвычайно важно, чтобы их позиция на верхней ступеньке была подкреплена кем-то из взрослых. В этой ситуации целесообразно задать вопрос: «А кто из близких все-таки поставит тебя на самую верхнюю ступеньку?» И, как правило, у каждого ребенка находится кто-то из окружающих людей, для кого он «самый хороший». Чаще всего это папа или бабушка и дедушка, даже если ребенок встречается с ними довольно редко.

Если же дети не ожидают высокой оценки ни от кого из близких взрослых, они заявляют, что на самую высокую ступеньку их поставит друг или подруга.

Для младших школьников важно также выяснить прогнозируемую ребенком оценку со стороны учителя и проанализировать объяснения ребенка по этому поводу.

- 1-4 ступенька - низкий уровень самооценки (заниженная);
- 5-7 ступенька - средний уровень самооценки (правильный);
- 8-10 ступенька - высокий уровень самооценки (завышенная).

Подобным образом можно попросить ребенка оценить такие характеристики, как «умный - глупый», «добрый - злой» и т.д.

Методика исследования самооценки личности по Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан

Цель: Выявить уровень самооценки младших школьников

Проведение исследования. Инструкция. Любой человек оценивает свои способности, возможности, характер, ум, способности и т.д.. Уровень развития каждого качества, со стороны человеческой личности можно условно изобразить вертикальной линией, нижняя точка которой будет символизировать самое низкое развитие, а верхняя — высшее. 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».

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 группой, так и индивидуально. При фронтальной работе необходимо проверить, как каждый испытуемый заполнил первую шкалу. Надо убедиться, правильно ли применяются предложенные значки, ответить на вопросы. После этого испытуемый работает самостоятельно. Время, отводимое на заполнение шкалы вместе с чтением инструкции, 10—12 мин.

Обработка и интерпретация результатов. Обработка проводится по семи шкалам. Каждый ответ выражается в баллах. Как уже отмечалось ранее, длина каждой шкалы 100мм, в соответствии с этим ответы испытуемых получают количественную характеристику (например, 54мм = 54 баллам).

1. По каждой из семи шкал определить:

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

2. Рассчитать среднюю величину каждого показателя уровня притязаний и самооценки по всем семи 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 испытуемых 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. Ко-

личество баллов ниже 45 указывает на заниженную самооценку (недооценку себя) и свидетельствует о крайнем неблагополучии в развитии личности. Эти испытуемые составляют «группу риска», их, как правило, мало [35, С.559]. 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 [20, с.98].

Методика «Какой Я?» (модификация методики О.С.Богдановой)

Цель: выявление уровня осознанности нравственных категорий и адекватности оценки наличия у себя нравственных качеств.

Детям предлагается выписать из данных качеств те, которые есть у них в два столбика:

А	Б
аккуратный	драчливый
вежливый	злой
честный	ленивый
добрый	упрямый
любопытный	невнимательный
отзывчивый	неаккуратный
справедливый	грубый
трудолюбивый	жадный
старательный	завистливый
верный	нечестный

Обработка данных. Учитель определяет самооценку каждого ребенка (завышенная, адекватная, заниженная) по формуле:

$$K_1 = \frac{K_A}{0}$$

где K_A – количество слов, выбранных ребенком из столбика А.

$$K_2 = \frac{K_B}{0}$$

где K_B – количество слов, выбранных ребенком из столбика Б.

Если $K_1 \geq 0,6$, $K_2 \leq 0,3$, то самооценка завышена,

$K_1 \leq 0,3$, $K_2 \geq 0,6$, то самооценка занижена,

$K_1 \approx K_2 \approx 0,4 - 0,6$, то самооценка адекватна.

Универсальные учебные действия нравственно-этического оценивания.

Задание на норму справедливого распределения.

Цель: выявление ориентации ребенка на моральное содержание ситуации и усвоения нормы справедливого распределения.

Возраст: дошкольная ступень (6,5 – 7 лет)

Оцениваемые УУД: действия нравственно-этического оценивания – выделение морального содержания ситуации; ориентация на норму справедливого распределения как основания решения моральной дилеммы.

Форма (ситуация оценивания): индивидуальное обследование ребенка

Метод оценивания: беседа

Описание задания (в этом случае и во всех последующих пробах): ребенку зачитывают рассказ, затем задают вопросы. Пол персонажа рассказа варьируется в зависимости от пола исследуемого ребенка. Для мальчиков – главный герой - мальчик, для девочек – соответственно, девочка. В случае необходимости текст задания - моральной дилеммы - зачитывается повторно.

Текст задания:

Представь себе, что однажды ты и другой мальчик (девочка), Ваня (Аня), гуляли по площадке в детском саду. Вам захотелось поиграть. Вы подошли к воспитательнице и попросили ее принести вам игрушки. Когда она вернулась, то принесла с собой 3 игрушки, дала их тебе и сказала «Играйте».

1. Как ты поступишь в этой ситуации? (что ты сделаешь в этой ситуации?)
2. Почему ты так сделаешь?

Критерии оценивания:

1. Способ решения моральной дилеммы – принятие нормы справедливого распределения как основания поведения (ответ на вопрос №1)
2. Осознание нормы, лежащей в основе ситуации (ответ на вопрос № 2). Возможно выделение и вербализация (осознание) нормы ребенком уже при ответе на вопрос №1).
3. Уровень моральных суждений как показателя развития морального сознания (ответ на вопрос №2).

Показатели уровня выполнения задания:

Уровни освоения нормы справедливого распределения:

Варианты ответов на 1 вопрос:

- 1 Эгоцентризм, ориентация только на свои желания, игнорирование сверстника – взять все игрушки себе, со сверстником не делится, указывает на свои желания (я возьму себе, я больше хочу играть»)
2. Ориентация на норму справедливого распределения, но ее выполнение предполагает приоритет собственных интересов: поделить в неравной пропорции: две игрушки себе, одну сверстнику (эгоцентризм)
- 3а. Ориентация на норму справедливого распределения и интересы партнера, готовность к альтруистическому действию - поделить игрушки таким образом, что одну оставляет себе, две отдает сверстнику.
- 3б. Отдать все три игрушки сверстнику (альтруизм). Решение об эгоцентризме или альтруизме основывается на аргументации, данной ребенком: а) другой ребенок как более нуждающийся с выделением качеств «слабого» (альтруизм), б) другой ребенок как более авторитетный, властный, сильный, драчливый и т.п. (эгоцентризм).

4. Осознанная ориентация на норму справедливого распределения и поиск способов ее реализации. Ребенок предлагает поделить по одной игрушке, с третьей – играть по очереди или вместе. Совместная игра («нужно вместе играть, тогда будет общая») или

правило очередности («пусть сначала один поиграет со второй машинкой, а потом второй поиграет»).

Уровни осознания нормы:

Варианты ответа на 2 вопрос: 1 - норму не называет; 2 – название нормы через описание действий (например «всем надо давать игрушки»); 3 – название нормы («надо делиться с другими»).

Уровень моральных суждений (по Л.Кольбергу):

1. стадия «власть и авторитет» - указание на власть («воспитательница накажет», «мама заругает», «сверстник отнимет»)

2. стадия инструментального обмена («в другой раз он мне даст- не даст игрушки»)

3. стадия межличностной конформности («обидится, не будет дружить, я хороший, а с хорошими дружат»)

4. стадия «закон и порядок» - формулирование нормы как правила, которому необходимо следовать всем («нужно делиться с другими», «должно всем достаться поровну»)

Задание на усвоение нормы взаимопомощи.

Цель: выявление уровня усвоения нормы взаимопомощи.

Оцениваемые УУД: действия нравственно-этического оценивания – выделение морального содержания ситуации; учет нормы взаимопомощи как основания построения межличностных отношений.

Возраст: дошкольное образование (6.5 – 7 лет).

Форма (ситуация оценивания): индивидуальное обследование ребенка.

Метод оценивания: беседа

Текст задания: Мама, уходя на работу, напомнила Андрею (Лене), что ему надо есть на обед. Она попросила его помыть посуду после еды, потому что вернется с работы уставшей. Андрей поел и сел смотреть мультфильмы, а посуду мыть не стал. Вечером пришли с работы мама и папа. Мама увидела грязную посуду. Вздохнула и стала мыть посуду. Андрею стало грустно, и он ушел в свою комнату.

1. Почему Андрею (Лене) стало грустно?

2. Правильно ли поступил Андрей (Лена)?

3. Почему?

4. Как бы ты поступил на месте Андрея (Лены)?

Критерии оценивания:

1. Ориентация на эмоции и чувства героя в выделении морального содержания ситуации (ответ на вопрос №1)

2. Решение моральной дилеммы (ответ на вопрос №4)

3. Ориентация на норму взаимопомощи (ответы на вопросы № 2 и 3. Возможно выделение и вербализация нормы ребенком уже при ответе на вопрос №1)

4. Уровень моральных суждений (ответ на вопрос №3)

5. Выделение установки ребенка на просоциальное поведение (ответ на вопрос №2)

Уровни выделения морального содержания поступка:

Варианты ответов на вопрос №1:

1 – Ребенок не выделяет морального содержания рассказа - нет адекватного ответа, не знаю. Ориентировка на связь эмоций Андрея и невыполненного поручения отсутствует.

2 – Ребенок ориентируется на связь эмоций матери и Андрея, но еще не выделяет морального содержания рассказа («грустно, потому что мама вздохнула»);

3 – Ребенок выделяет моральное содержание рассказа, ориентируясь на чувства героев. Указывает на невыполненную просьбу матери («ему грустно, потому что мама его попросила, а он не сделал»). Ориентировка на связь эмоций Андрея и невыполненной просьбы мамы.

4 – Ребенок выделяет моральное содержание рассказа и дает ответ с указанием причины негативных эмоций героя – невыполнения нормы взаимопомощи («Грустно, потому что нужно помогать, когда тебя просят»).

Уровни ориентации на просоциальное поведение.

Варианты ответов на вопрос №2:

1 – Установка на просоциальное поведение отсутствует - нет ответа, неадекватная оценка поведения;

2 – Неустойчивая ориентация на просоциальное поведение - ответ «и верно, и неверно»

3 – Принятие установки на просоциальное поведение – указание на неправильное поведение героя.

Уровни развития моральных суждений:

Варианты ответа на вопрос №3:

1. указание на власть и авторитет «мама (папа) накажет»;

2 – инструментальный обмен – «не дадут мультики смотреть»;

3 – межличностная конформность, - «не будет больше просить, обидится; «хорошие так не делают»

4 – называет норму как обязательное правило – «надо помогать».

Уровни решения моральной дилеммы:

Варианты ответа на вопрос №4 :

1 – Нет выделения морального содержания ситуации - нет ответа.

2 – Отсутствует ориентация на выполнение нормы («поступил бы как Андрей (Лена); возможно, добавление развлекательных действий («поиграл», «попрыгал»);

3 – ориентация на норму взаимопомощи как основание поступка («помыл бы посуду», «помог бы маме помыть посуду», «старшим надо помогать»).

Для уровня начальной школы показателями благополучия морального развития будут: 1) ориентация на чувства и эмоции героев (грустно, вздохнула) как показатель децентрации, (учет позиции матери); 2) установка на просоциальное поведение; 3) уровень развития моральных суждений – конвенциональный уровень, 3 стадия межличностной конформности («пай мальчик»).

Результаты исследования самооценки младших школьников

Таблица 1

Результаты диагностики самооценки младших школьников на контрольном этапе исследования по методике «Лесенка» В.Г. Щур, до формирующего воздействия

№	Код испытуемого	Показатели Самооценки		№	Код испытуемого	Показатели Самооценки		
		r	с			r	с	
1	А.Н.	0.64	В	20	П.Т.	0.62	В	
2	А.К.	0.68	В	21	П.А.	0.16	Н	
3	А.И.	0.46	С	22	П.Н.	0.49	С	
4	А.А.	0.74	В	23	С.Е.	0.41	С	
Ус-	5	Б.О.	0.36	С	24	С.С.	0.17	С
6	Б.В.	0.74	В	25	С.Ф.	0.19	Н	
7	Б.Л.	0,90	В	26	У.В.	0.34	С	
8	Б.С.	0,84	В	27	Ф.А.	0.37	С	
9	Г.А.	0.74	В	28	Ф.С.	0.37	С	
10	Е.В.	0.92	В	29	Ч.О.	0.17	Н	
11	Е.Т.	0.41	С	30	Ш.Ю.	0.28	С	
12	И.К.	0.47	В					
13	К.С.	0.35	С					
14	К.О.	0.21	Н					
15	Л.А.	0.84	В					
16	М.Н.	0.50	С					
17	М.А.	0.71	В					
18	Н.Т.	0.22	Н					

ловные обозначения: В – высокий уровень; С - средний уровень; Н- низкий уровень;

Таблица 2

Результаты диагностики самооценки младших школьников на контрольном этапе исследования по методике «Самооценка личности» Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан, до формирующего воздействия

№	признаки уровень Код ребенка, оценка, притязания, разность	здоровье	уровень	Умств способн.	Уровень характер	уровень	Автор.у сверстн.	Уровень	Умелые руки	уровень	Внешнос.	Уровень	Уверен. В себе	уровень	Средние значения	уровень	
																	оценка
1	А.Н. оценка притязания разность	50 85 35	С	55 100 45	С	70 90 20	В	93 100 7	В	50 95 45	С	98 100 30	В	70 100 30	В	69. 4 95	Н
2	А.К. оценка притязания разность	60 98 38	С	55 98 44	С	45 98 55	Н	55 55 0	С	75 98 23	В	55 98 43	С	55 98 43	С	57 77 35	С
3	А.И. оценка притязания разность	90 100 10	В	85 100 15	В	70 90 20	В	65 97 32	С	62 95 33	С	70 98 28	В	70 98 28	В	73. 8 96	В
4	А.А. оценка притязания разность	85 100 15	В	55 85 30	С	55 75 20	С	88 90 2	В	88 98 10	В	93 100 7	В	93 100 7	В	71. 2 86.	В
5	Б.О. оценка притязания разность	50 75 25	С	35 85 50	Н	65 90 25	С	55 65 10	С	58 70 12	С	75 90 15	В	75 90 15	В	55. 4 79.	Н
6	Б.В. оценка притязания разность	45 100 55	Н	55 100 45	С	50 60 10	С	40 70 30	Н	40 100 60	Н	50 90 30	С	50 50 0	С	47. 1 81.	С
7	Б.Л. оценка притязания разность	45 80 35	Н	65 95 30	С	93 100 7	В	75 95 20	В	95 100 5	В	97 100 3	В	97 100 3	В	77. 1 94.	В
8	Б.С. оценка притязания разность	50 98 48	С	70 98 28	В	90 98 8	В	98 98 0	В	60 90 30	С	92 100 8	В	98 98 0	В	79 97 17.	В
9	Г.А. оценка притязания разность	55 85 30	С	55 85 30	С	68 98 30	В	45 75 30	Н	80 100 20	В	95 100 5	В	95 100 5	В	63. 2 91.	С
10	Е.В. оценка притязания разность	75 100 25	В	50 75 25	С	65 100 35	С	70 100 30	В	65 90 25	С	55 10 45	С	65 100 35	С	63. 5 95	С
11	Е.Т. оценка притязания разность	45 70 25	Н	50 90 30	С	48 48 0	Н	30 50 20	Н	65 65 0	С	60 65 15	С	70 70 0	В	52. 5 65	С
12	И.К. оценка притязания	60 98	С	55 75	С	50 50	С	50 50	С	85 98	В	65 65	С	98 98	В	66. 4	Н
13	К.С. оценка притязания разность	35 90 55	Н	35 90 55	Н	45 90 45	Н	45 95 50	Н	50 95 45	С	50 95 35	С	35 95 55	С	49 93. 5	Н
14	К.О.		В		В		С	90	В		В		В		В		В

	оценка притязания разность	75 100 25		75 100 25		60 90 30		100 10		75 100 25		75 100 25		75 100 25		74. 2 97.	
15	Л.А. оценка притязания разность	60 85 15	С	60 85 15	С	63 100 37	С	55 75 20	С	75 100 25	В	75 100 25	В	75 100 25	В	66. 193 5	С
16	М.Н. оценка притязания разность	45 80 35	Н	50 80 30	С	45 65 20	Н	55 65 10	С	60 65 5	С	45 60 15	Н	30 80 50	Н	47. 1 70	С
17	М.А. оценка притязания разность	80 98 18	В	55 75 20	С	90 98 8	В	80 98 18	В	65 80 15	С	65 80 15	С	90 98 8	В	75 89. 5	В
20	Н.Т. оценка притязания разность	80 98 18	В	55 75 20	С	90 98 8	В	80 98 18	В	65 80 15	С	65 80 15	С	90 98 8	В	75 89. 5	В

21	П.Т. оценка притязания разность	55 98 43	С	65 85 20	С	70 70 0	В	70 78 8	В	55 80 45	С	60 75 15	С	45 98 53	Н	60 83.4 26.2	С
22	П.А. оценка притязания разность	50 80 30	С	55 75 20	С	50 70 20	С	60 60 0	С	60 85 25	С	65 70 15	С	45 85 50	Н	55 75 22.8	С
23	П.Н. оценка притязания разность	60 80 30	С	60 80 30	С	70 90 20	В	80 90 10	В	50 80 30	С	80 90 10	В	80 90 10	В	68.5 84.2 17.1	С
24	С.Е. оценка притязания разность	45 70 25	Н	45 75 30	Н	65 65 0	С	68 73 5	В	70 80 10	В	69 70 1	В	85 85 0	В	63 74 10.1	С
25	С.С. оценка притязания разность	95 100 5	В	80 100 20	В	90 100 10	В	10 0 10	С	90 100 10	В	10 0 10	В	100 100 0	В	93.5 100 6.42	В
26	С.Ф. оценка притязания разность	45 93 48	Н	47 93 46	Н	47 93 46	Н	60 93 33	С	98 93 -5	В	85 10 0	В	100 93 -7	Н	68.8 94 25.1	С
27	У.В. оценка притязания разность	50 98 48	С	70 98 28	В	45 80 35	Н	60 60 0	С	80 98 18	В	50 50 0	С	60 98 38	С	59 83 23	С
28	Ф.А. оценка притязания разность	90 100 10	В	100 100 0	В	70 95 25	В	65 10 0	С	90 100 10	В	75 95 20	В	75 100 20	В	80.7 98.5 17.1	В
29	Ф.С. оценка притязания разность	75 100 25	В	60 100 40	С	55 100 45	С	80 10 0	В	43 100 57	Н	63 10 0	С	35 65 30	Н	58.7 95 36.2	С
30	Ш.Ю. оценка притязания разность	75 93 18	В	50 80 20	С	75 60 -15	В	90 98 -8	В	85 85 0	В	70 70 0	В	95 95 0	В	77.1 83 15	В

Результаты диагностики самооценки младших школьников на контрольном этапе исследования по методике «Какой Я?» (модификация О.С. Богдановой)», до формирующего воздействия

№ Код испытуемого		Показатели самооценки	
1	А.Н.	0,7	ЗАВ
2	А.К.	0,5	А
3	А.И.	0,4	А
4	А.А.	0,6	А
5	Б.О.	0,9	ЗАВ
6	Б.В.	0,5	А
7	Б.Л.	0,6	А
8	Б.С.	0,4	А
9	Г.А.	0,4	А
10	Е.В.	0,6	А
11	Е.Т.	0,6	А
12	И.К.	0,80	ЗАВ
13	К.С.	0,5	А
14	К.О.	0,6	А
15	Л.А.	0,3	ЗАН
16	М.Н.	0,6	А
17	М.А.	0,4	А
18	Н.Т.	0,6	А
19	Н.Т.	0,9	ЗАВ
20	П.Т.	0,7	ЗАВ
21	П.А.	0,6	А
22	П.Н.	0,6	А
23	С.Е.	0,5	А
24	С.С.	0,5	А
25	С.Ф.	0,11	ЗАВ
26	У.В.	0,14	ЗАВ
27	Ф.А.	0,6	А
28	Ф.С.	0,2	ЗАН
29	Ч.О.	0,85	ЗАВ
30	Ш.Ю.	0,1	ЗАН

Условные обозначения: Зав – завышена, Зан – занижена, А – адекватна

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Программа формирования адекватной самооценки младших школьников

В ходе опытно-экспериментального исследования самооценки младших школьников были получены результаты, которые говорят о том, что большинство младших школьников имеют завышенную и заниженную самооценку. Это послужило основанием для разработки программы формирования адекватной самооценки младших школьников.

Цель формирующей программы – сформировать у младшего школьника оптимальный уровень самооценки.

Задачи формирующей программы:

1. Актуализировать проблему самооценки, помочь осознать сущность самооценки (символическая актуализация или преобразование).

2. Осознать и предупредить эмоциональные нарушения посредством поведенческих изменений.

3. Выработать новые стратегии поведения в ситуациях, травмирующих самооценку младшего школьника.

4. Развить коммуникативные навыки и навыки уверенного поведения.

5. Способствовать повышению самооценки у участников группы.

6. Сформировать навыки снятия мышечных зажимов, освоить метод релаксации.

Форма и объём занятий: программа включает в себя 8 занятий продолжительностью 45 минут (1 урок). Занятия проходят 3 раза в неделю.

Структура занятий: количество участников группы – не более 20 человек (в данном случае две группы по 15 человек).

Занятие 1.

Вводная часть состоит из теоретической и практической части.

Цель: познакомить всех участников программы друг с другом, подготовить их к дальнейшей совместной работе.

Задачи: создать атмосферу доверительных и доброжелательных отношений, дать представление о значении общения в жизни человека. В игровой форме познакомить участников между собой.

Вводная беседа. Краткий рассказ школьникам о том, чем им предстоит заниматься на этих встречах и для чего это нужно. План вводного рассказа.

Чем предстоит заниматься?

Играми и упражнениями. Беседами на интересные для нас темы, имеющих отношение к психологии. Изучением некоторых наших психологических качеств и обсуждением полученных результатов.

Какую пользу это нам принесет?

Мы сможем лучше понять самих себя: свои чувства, переживания и желания так, чтобы другие люди лучше понимали нас. Мы сможем более успешно общаться с другими людьми: лучше понимать их меньше конфликтовать.

Игра «Дракон кусает свой хвост»

Цели. Снятие напряженности, развитие сплоченности группы.

Звучит веселая музыка. Играющие становятся в линию, держась за плечи. Первый - «голова» дракона, последний - «хвост». «Голова» пытается поймать «хвост», а тот уворачивается. «Тело» дракона неразрывно. Как только «голова» схватила «хвост», она становится «хвостом». Игра продолжается до тех пор, пока каждый участник не побывает в двух ролях.

Упражнение-разминка «Карандаши»

Цель: создать атмосферу доверительных и доброжелательных отношений.

Суть упражнения состоит в удержании карандашей или авторучек, зажатыми между пальцами стоящих рядом участников. Сначала участники выполняют подготовительное задание: разбившись на пары, располагаются друг напротив друга на расстоянии 70-90 см. и пытаются удержать два карандаша, прижав их концы подушечками пальцев. Дается за-

дание, не выпуская карандаши, двигать руками вверх-вниз, вперед-назад. После выполнения подготовительного задания группа встает в свободный круг (расстояние между соседями 50-60 см), карандаши зажимаются между подушечками указательных пальцев соседей. Группа, не отпуская карандашей, синхронно выполняет задания.

Упражнение «Надувная кукла»

Цель: упражнение направлено на преодоление скованности и напряженности участников группы, на тренировку мышечного расслабления.

Ведущий играет роль «насоса»: он делает движения руками, имитирующие работу с насосом, и издает характерные звуки. Участники группы сначала расслабленно сидят в креслах, голова опущена, руки вяло висят вдоль тела. С каждым движением «насоса» «резиновые куклы» начинают «надуваться»: участники распрямляются, поднимают голову, напрягают руки и в конце концов встают в полный рост, раскинув руки и расставив ноги. Через несколько секунд ведущий «выдергивает затычку» у «куклы», и игроки с шипением («ш-ш-ш!») расслабляются и постепенно опускаются на корточки. Игру можно повторить два-три раза. Обсуждения игра не требует.

Рефлексия (обратная связь), собственная оценка происходящему, обмен мнениями, опыт, полученный на занятии, закрепление позитивного состояния и ритуал прощания.

Занятие 2.

Краткий рассказ школьникам о том, чем им предстоит заниматься на этом занятии. Цель этого занятия: способность проявлению активности, инициативе и самостоятельности.

«Спутанные цепочки»

Цель: создание положительного настроения участников на работу в группе.

Участники встают в круг, закрывают глаза и протягивают перед собой правую руку. Столкнувшись, руки сцепляются.

Затем участники вытягивают левые руки и снова ищут себе партнера. Ведущий помогает рукам соединиться и следит за тем, чтобы каждый держал за руки двух людей, а не одного. Участники открывают глаза. Они должны распутаться, не разжимая рук. Чтобы не происходило вывихов рук в суставах, разрешается «проворачивание шарниров» – изменение положения кистей без расцепления рук. В результате возможны такие варианты: либо образуется круг, либо несколько сцепленных колечек из людей, либо несколько независимых кругов или пар.

Игра «Комплименты»

Цель: Помочь школьнику увидеть свои положительные стороны; дать почувствовать, что его понимают и ценят другие.

Стоя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, участник говорит: «Мне нравится в тебе...» Принимающий, кивает головой и отвечает: «Спасибо, мне очень приятно!» Упражнение продолжается по кругу. (После упражнения желательно обсудить, что чувствовали участники, что неожиданного они узнали о себе, понравилось ли им дарить комплименты).

Упражнение «Надувная кукла»

Цель: упражнение направлено на преодоление скованности и напряженности участников группы, на тренировку мышечного расслабления.

Ведущий играет роль «насоса»: он делает движения руками, имитирующие работу с насосом, и издает характерные звуки. Участники группы сначала расслабленно сидят в креслах, голова опущена, руки вяло висят вдоль тела. С каждым движением «насоса» «резиновые куклы» начинают «надуваться»: участники распрямляются, поднимают голову, напрягают руки и в конце концов встают в полный рост, раскинув руки и расставив ноги. Через несколько секунд ведущий «выдергивает затычку» у «куклы», и игроки с шипением («ш-ш-ш!») расслабляются и постепенно опускаются на корточки. Игру можно повторить два-три раза. Обсуждения игра не требует.

Рефлексия (обратная связь), собственная оценка происходящему, обмен мнениями, опыт, полученный на занятии, закрепление позитивного состояния и ритуал прощания.

Занятие 3

2) Эмоциональный блок.

Теоретическая часть

Цель: Познакомить школьников с психической природой человека: ощущением, восприятием, чувством, а также с базовыми эмоциями человека (негативными и позитивными).

Практическая часть Цель: Практическими приёмами и упражнениями развить умения дифференцировать свои эмоции, прислушиваться к ощущениям собственного тела, его потребностям и возможностям. Развить умение рефлексивных навыков, а также работа с негативом и закрепление позитива.

Краткий рассказ школьникам о психической природе человека, ощущении, восприятии, чувстве, а также с базовыми эмоциями человека (негативными и позитивными), чем им предстоит заниматься на этом занятии.

Цель этого занятия: развитие умений социальной сензитивности (точность межличностного восприятия)

Разминка

Упражнение на развитие мимических движений: поднять брови, опустить брови, нахмурить брови, сдвинуть и надуть губы, опустить уголки губ, улыбнуться, оттопырить губы, наморщить нос и т.д. Желательно, чтобы школьники выполнили упражнение перед большим зеркалом.

Беседа. Определение понятий эмоции и чувства как переживание человеком своего отношения к окружающему миру, другим людям, к самому себе. Эмоции – непосредственные реакции человека на предметы и явления. Чувства – отличаются большей степенью устойчивости обобщенности, включают в себя несколько эмоций. Функции эмоции и чувств: регуляция поведения, стимулирование развития, облегчение взаимопонимания (здесь вводится понятие «эмпатия»).

«Круг эмоций»- возможность классифицировать их по степени удовольствия/ не-удовольствия и принятия/ отвержения объекта, на который они направлены. Основные эмоции человека: интерес, удовольствие, удивление, печаль гнев, отвращение презрение, страх и тревога, смущение и стыд.

Упражнение «Угадай эмоцию».

Цель: Развивать умения восприятия невербальной информации, свидетельствующей об эмоциональных состояниях, так и навыки экспрессивного поведения.

Водящий выходит за дверь, оставшиеся в кругу изображают разные эмоции. Список эмоций нужно подготовить заранее.

За тем показать репродукции знаменитых художников и попросить охарактеризовать эмоции, которые отразил художник в образе, написанного на картине человека.

Обсуждение. К каким последствиям может приводить ситуация, если человек думает,

что изображает одну эмоцию, а окружающие видят совершенно другую? А если человек говорит одно, а его вид говорит о другом. Умение конструктивно выражать эмоции – условие того, что они не принесут вреда.

Рефлексия (обратная связь), собственная оценка происходящему, обмен мнениями, опыт, полученный на занятии, закрепление позитивного состояния и ритуал прощания.

Занятие 4

Цель занятия: Развитие умений социальной сензитивности (точность межличностного восприятия)

Упражнение-разминка «Карандаши».

Цель: создать атмосферу доверительных и доброжелательных отношений.

Суть упражнения состоит в удержании карандашей или авторучек, зажатыми между пальцами стоящих рядом участников. Сначала участники выполняют подготовительное задание: разбившись на пары, располагаются друг напротив друга на расстоянии 70-90 см. и пытаются удержать два карандаша, прижав их концы подушечками пальцев. Дается задание, не выпуская карандаши, двигать руками вверх-вниз, вперед-назад. После выполнения подготовительного задания группа встает в свободный круг (расстояние между соседями 50-60 см), карандаши зажимаются между подушечками указательных пальцев соседей. Группа, не отпуская карандашей, синхронно выполняет задания.

Упражнение «Полезь и вред эмоций»

Возможность обращения каждой эмоции как на пользу человеку, так и во вред ему. Необоснованность однозначного разделения эмоций на полезные и вредные.

Пример: вред страха – удерживает человека оттого, что иногда необходимо сделать. Польза страха – позволяет человеку уберечься от лишнего риска. Разбившись на микрогруппы, школьники самостоятельно разделяют эмоции (гнева, стыда, скуки, радости) на полезные и вредные по приведенному примеру.

Упражнение «Назови и покажи»

Цель. Определение и передача эмоциональных состояний, выраженных при помощи мимики.

Участники сидят в кругу. Ведущий говорит: «Когда я грущу — я такой». Показывает мимикой свое состояние. Затем участники продолжают по кругу, каждый раз изображая отличное от уже названных свое эмоциональное состояние. Когда очередь доходит вновь до ведущего, он предлагает усложнить упражнение: один показывает — все угадывают, какое эмоциональное состояние они увидели.

Упражнение «Скульптор и глина»

Цель: умение выражать свои эмоции и чувства, развитие эмпатии, сплывающий эффект от упражнения.

Участники разбиваются на пары. В каждой паре один человек играет роль «скульптора», а второй — глины. Задача «скульптора» вылепить из «глины» скульптуру, выражающую какое — либо эмоциональное состояние. Делается это путем непосредственных физических воздействий на «глину», без использования слов. Задача «глины» быть пластичной, податливой максимально плотно воплотить замысел «скульптора». Одновременно могут работать несколько пар, после окончания работы получившиеся «скульптуры» выставляются на всеобщее обозрение, а другие участники выдвигают гипотезы о том, что они выражают. Когда все гипотезы выслушаны, «скульпторы» делятся своим первоначальным творческим замыслом. Содержание «скульптор» в этом упражнении не обязательно должно сводиться к выражению именно эмоциональных состояний. Могут изображаться элементы разных действий, животные и т.д.

Обсуждение. Как участники ощущали себя в роли «скульптора», «глины», «посетителей выставки». Какие качества необходимы для «скульптора», чтобы создать удачное творение? Поняла ли «глина», что из неё хотели слепить? Чем определялась понятность творческих замыслов для зрителей?

Рефлексия (обратная связь), собственная оценка происходящему, обмен мнениями, опыт, полученный на занятии, закрепление позитивного состояния и ритуал прощания.

Занятие 5

Цель этого занятия: развитие умений социальной сензитивности (точность межличностного восприятия), развитие умение рефлексивных навыков.

Разминка «Спутанные цепочки»

Цель: создание положительного настроения участников на работу в группе.

Школьники встают в круг, закрывают глаза и протягивают перед собой правую руку. Столкнувшись, руки сцепляются.

Затем школьники вытягивают левые руки и снова ищут себе партнера. Ведущий помогает рукам соединиться и следит за тем, чтобы каждый держал за руки двух людей, а не одного. Участники открывают глаза. Они должны распутаться, не разжимая рук. Чтобы не происходило вывихов рук в суставах, разрешается «проворачивание шарниров» – изменение положения кистей без расцепления рук. В результате возможны такие варианты: либо образуется круг, либо несколько сцепленных колечек из людей, либо несколько независимых кругов или пар.

Игра «Назови эмоцию»

Цель: развить умение рефлексивных навыков, а также работа с негативом и закрепление позитива.

Передавая мяч по кругу, участники называют эмоции, мешающие общению. Затем мяч передается в другую сторону, и называются эмоции, помогающие общению. Эмоции можно выражать разными средствами – через движение, позу, мимику, жесты, интонацию.

Игра «Замороженные»

Цель: тренируются навыки саморегуляции, эмоциональной устойчивости в ситуациях социального взаимодействия.

Участники неподвижно сидят в кругу и изображают «замороженных» – людей без эмоций, не реагирующих ни на что происходящее вокруг (при этом закрывать и отводить глаза нельзя, они должны смотреть вперед). Водящий выходит в центр круга и пытается «разморозить» кого-нибудь из них – своими жестами, мимикой, высказываниями вызвать у него ответную мимику, движение тела. Ему нельзя делать только две вещи: прикасаться к другим участникам, ругаться. Кто «разморозился», т.е. допустил выразительную мимику или движение, выходит в центр и присоединяется к водящему, теперь они пытаются активизировать других участников уже вдвоем. Каждый последующий «разморозившийся» тоже выходит к ним. Кто продержится в кругу дольше всех?

Рефлексия (обратная связь), собственная оценка происходящему, обмен мнениями, опыт, полученный на занятии, закрепление позитивного состояния и ритуал прощания.

Занятие 6

Поведенческий блок.

Выработать и скорректировать формы межличностного взаимодействия, развить способность гибко реагировать на ситуацию, научить адекватному поведению в различных условиях и разных группах.

Цель занятий: развитие умений социальной рефлексии. Развитие умений взаимодействия.

Игра «Покажи понятие»

Цель: тренируются навыки межличностного взаимодействия.

Театральная творческая игра по командам. Здесь, как и во всех командных играх, наглядно проявляется, кто справляется с лидерством и творчеством, а кто просто является исполнителем, а иногда балластом для группы. Команде задается понятие, и задание показать его в реальном времени с движением, звуком, взаимодействием. Используя себя, свои тела, движения, голос, любой реквизит и главное – творческие возможности. Это должна быть не просто иллюстрация – а совместная реализация каких-то командных идей и мыслей. Время на подготовку 15 мин. На демонстрацию около 1 мин.

Игра «Самосуд»

Цель: развить умение рефлексивных навыков.

Название этой игры совсем не означает самочинной расправы с человеком, заподозренным в преступлении, без ведома власти. Ближе к истине буквальное истолкование этого слова – суд над самим собой. Участникам группы (добровольцам) предла-

гается взвесить на символических весах правосудия свои достоинства и недостатки. Заранее готовятся карточки, на каждой из которых написано по одному личностному качеству – положительному или отрицательному (всего 25-30 карточек). На большом листе ватмана ведущий делает символическое изображение весов. На правую чашку весов игроку предлагается складывать свои достоинства, которые он, как ему кажется, сумел продемонстрировать в группе за время тренинга, на левую – свои отрицательные черты, которые тоже проявились на тренинге.

Карточки с качествами можно крепить к листу с помощью магнита, если рисунок помещается на металлической доске, или с помощью кусочков скотча. Удобно, когда карточками служат листочки, имеющие клейкую поверхность с одной стороны.

Процедура проведения упражнения такова: игрок выбирает поочередно карточки с положительными и отрицательными качествами, громко зачитывает надпись и крепит карточку к листу с изображением весов правосудия. Остальные участники по сигналу ведущего демонстрируют свое решение (согласны ли они с мнением игрока или нет): рука с поднятым вверх большим пальцем означает согласие, рука с опущенной вниз большим пальцем – отрицание. Выбранный заранее «судебный секретарь» ведет подсчет и фиксирует количество голосов «за» и «против» каждого качества в специальном протоколе.

Игрок, осуществляющий «самосуд», вправе остановиться в любой момент, даже после первых двух карточек, и уступить свое место другому добровольцу. Когда желающих больше не будет (возможно, он окажется один, давить па участников ни в коем случае нельзя), игроки делятся своими чувствами.

Упражнение довольно жесткое, но оно может дать очень многое основному участнику. В любом случае, решившись на «самосуд», он уже совершил смелый поступок и потому победитель, даже если получил подтверждение проявлению им отрицательных качеств. Он «выстрадал истину» и достоин уважения. Ведущему есть смысл сказать об этом в конце обсуждения игры.

Рефлексия (обратная связь), собственная оценка происходящему, обмен мнениями, опыт, полученный на занятии, закрепление позитивного состояния и ритуал прощания.

Занятие 7

Краткий рассказ школьникам о том, чем им предстоит заниматься на этом занятии.

Цель этого занятия: развитие умений социальной рефлексии. Развитие навыков взаимодействия.

Упражнение «Животные»

Цель: творческое взаимодействие с другими членами группы.

Процедура: Выберите любое млекопитающее, рептилию или птицу. В течение 20 минут вы должны быть этим животным, «переняв» его форму, движения и звуки. Вероятнее всего, одно и то же животное выберет не один участник. Не объявляйте о своем выборе. Ползайте, прыгайте, скачите и «летайте», изображая это животное. Спонтанно взаимодействуйте с другими. Подходите к заданию творчески и старайтесь выразить такие стороны своей личности, которые, может быть, нелегко выразить в вашей обычной жизни. Шумите, сознавайте чувства, возникающие у вас, будь то страх, гнев или любовь. В заключение поделитесь своими впечатлениями от опыта с остальной группой.

«Надувная кукла»

Цель: упражнение направлено на тренировку мышечного расслабления.

Ведущий играет роль «насоса»: он делает движения руками, имитирующие работу с насосом, и издает характерные звуки. Участники группы сначала расслабленно сидят в креслах, голова опущена, руки вяло висят вдоль тела. С каждым движением «насоса» «резиновые куклы» начинают «надуваться»: участники распрямляются, поднимают голову, напрягают руки и в конце концов встают в полный рост, раскинув руки и расставив ноги.

Через несколько секунд ведущий «выдергивает затычку» у «куклы», и игроки с шипением («ш-ш-ш!») расслабляются и постепенно опускаются на корточки. Игру можно повторить два-три раза. Обсуждения игра не требует.

Рефлексия (обратная связь), собственная оценка происходящему, обмен мнениями, опыт, полученный на занятии, закрепление позитивного состояния и ритуал прощания.

Занятие 8

Когнитивный блок.

Теоретическая часть. Направлена на овладение определёнными социально - психологическими знаниями. Познакомить школьников с понятиями: развитие, саморазвитие, самосовершенствование, самовоспитание личности, раскрыть нравственные аспекты человека. Практическая часть. Центральная задача – формирование у школьников «Я – концепции», самосознания, развитие умений коммуникативных способностей, рефлексивных навыков, умение адекватно воспринимать себя и окружающих.

Цель занятий: Развитие способности к эмоциональной и поведенческой саморегуляции, сотрудничеству, адекватному проявлению активности, инициативе и самостоятельности. Ассертивность – умение уверенно отстаивать свою позицию в конфликтных ситуациях, не переходя ни к агрессии, ни к пассивно-зависимому поведению.

Беседа. Познакомить студентов с понятиями: развитие, саморазвитие, самосовершенствование, самовоспитание личности, раскрыть нравственные аспекты человека.

Упражнение «Зеркало»

Цель. Раскрытие своего «Я», формирование стремления к самосовершенствованию.

Психолог предлагает нарисовать себя в трех зеркалах:

– в зеленом – такими, какими они представляются себе;

– в голубом – такими, какими они хотят быть;

– в красном – такими, какими их видят друзья.

Упражнение «Ситуация»

Цель. Развивать умения самостоятельно, принимать верные решения.

Участники делятся на пары. Каждому предлагается ситуация, в которой он должен изобразить самого себя. После разыгрывания школьники меняются ролями с партнером, то есть разыгрывают роли своего партнера. Затем ведущий предлагает участникам вместе найти выход из ситуации, беседует о том, каких людей можно назвать добрыми.

Желательно, чтобы школьники сами предлагали варианты ответов... Для проигрывания ситуаций можно брать вымышленные или те, которые происходили с участниками в реальной жизни.

Упражнение «Как мне это здорово удастся»

Цель: умение адекватно воспринимать себя.

Группа по очереди по очереди рассказывает о каком-либо деле, которое ему особенно удастся. Рассказывать участники должны о том, когда начало получаться и о тех чувствах, когда вы занялись этим делом. Если школьники будут говорить о каких-либо «предметных» успехах - в приготовлении пищи, шитье, ремонте, и т.п., нужно говорить о том, для кого вы это делаете и как узнаете о том, удалось ли вам доставить кому-то удовольствие.

Что вы чувствовали, когда говорили сами, когда слушали других? Чей рассказ вас особенно затронул. Как вы думаете почему?

Рефлексия (обратная связь), собственная оценка происходящему, обмен мнениями, опыт, полученный на занятии, закрепление позитивного состояния и ритуал прощания.

Занятие 9

Цель этого занятия: Развитие способности к эмоциональной и поведенческой саморегуляции, сотрудничеству, адекватному проявлению активности, инициативе и само-

стоятельности, умение уверенно отстаивать свою позицию в конфликтных ситуациях, не переходя ни к агрессии, ни к пассивно-зависимому поведению.

Упражнение «Автопортрет»

Цель: умение адекватно воспринимать себя.

Группе предлагается представить себе, что 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, манеру говорить, походку, манеру одеваться; может, присущи жесты, обращающие на себя внимание.

Ведущий собирает описания и зачитывает их поочередно. После прочтения каждого описания участники должны угадать о ком идет речь. Легко ли было описывать себя, что было самым сложным.

Упражнение «Зубы дареного коня».

Цель. Развитие способности к эмоциональной и поведенческой саморегуляции.

Группа разбивается на шестерки, и каждая подгруппа образует свой маленький круг. Каждый член подгруппы получает номер от одного до шести.

В принципе это упражнение можно проводить и со всей группой в общем кругу, но в целях экономии времени и избегания утомления в большой группе все же предпочтительней работа в шестерках.

Дальнейший текст ведущего было бы хорошо сопровождать негромкой лирической музыкой для создания необходимой атмосферы. Как и все слова ведущего в описываемых играх, этот текст является примерным. Каждый тренер может давать вводную по-своему, лишь бы ее содержание приблизительно соответствовало приведенному ниже.

— Давайте пофантазируем и представим, что сегодня у всех нас праздник, у всех — день

рождения. Такой день всегда важен. Он символизирует определенный рубеж, по прохождении которого человек может что-то изменить в своей жизни и в себе. В день рождения имениннику принято дарить подарки. Пусть сегодня это будут такие подарки, которые действительно

помогут человеку измениться, которые по-настоящему нужны ему и ценны для него.

Сделать хороший подарок очень непросто. Кто из нас не ломал голову, что подарить близкому человеку в такой день? Кто из нас не бегал по магазинам в поисках "чего-нибудь такого..."? Сегодня не надо ничего искать в магазинах. Тем более, что скорее всего там не найти того, что в самом деле нужно. Помните, вы ничем не ограничены. Дарить можно все, что угодно: от картины кисти великого Леонардо до конкретных личностных качеств; от виллы на Багамских островах до тысячелетнего манускрипта, хранящего мудрость древних волшебников; от засохшего прошлогоднего одуванчика до вечной жизни. Не спешите с выбором подарка.

В данную минуту именинниками являются первые номера. Внимательно посмотрите на этого человека. Подумайте о том, какой жизненный опыт у этого человека? Что он познал и понял в своей жизни? Что он ценит больше всего на свете? Кого он любит? О чем он мечтает? Попробуйте понять, что же ему очень и очень нужно? Что он хотел бы получить в дар от вас? Сейчас вы волшебники и вы способны дать этому человеку то, что он хочет...

А теперь внимание, именинники! В обычный день рождения любые подарки принимаются без критики — независимо от того, понравились они или нет. В народе говорят, дареному коню в зубы не смотрят. Но сегодня — особый случай. Постарайтесь присмотреться к «зубам дареного коня», прислушаться к себе, оценить нужность каждого подарка для вас и честно сказать дарящему, насколько он «попал в точку» со своим подарком. Четко аргументируйте свое мнение. Если вы не хотите принимать преподнесенный вам дар, объясните, стараясь не обижать дарящего, почему вы это делаете. Давайте ответ сразу каждому из своих товарищей.

Дарители! Не нужно спорить с именинником, даже если вы категорически с ним не согласны и убеждены, что без вашего подарка он просто погибнет тут же на месте. Сегодня у каждого из вас будет день рождения, и каждый не только сделает пять подарков, но и получит тоже пять.

После того, как первый номер оценит все подарки, именинником становится второй номер и так далее. Пожалуйста, приступайте! С днем рождения!

Когда каждый из участников в подгруппе получит свои пять подарков, ведущий просит всех собраться в общий круг для групповой рефлексии. Интересно обсудить следующие вопросы:

Кому из участников удалось подобрать такие подарки, которые были с благодарностью приняты всеми «именинниками»? Иными словами, кто оказался синтонным (похожим) внутренним мирам своих товарищей по подгруппе? За счет чего это произошло? Какого типа были подарки? Какие из них оказались самыми удачными? Каков самый оригинальный подарок?

Обнаружились ли «именинники», принявшие все подарки без исключения?

Если да, то не является ли причиной их «всеядности» нежелание обидеть дарителей? Все ли сумели быть искренними? Какие подарки оказались отвергнутыми и почему? Насколько трудным было отказываться от подарков? Есть ли такие «именинники», кто не принял ни одного подарка? Почему? Что вы чувствовали, когда ваши дары отвергались?

Занятие 10

Заключительная часть Практическая часть. Активизировать школьников на дальнейшее конструктивное взаимодействие, закрепление рефлексивных умений. Цель последнего этапа: подведение итогов работы. Рефлексия (обратная связь), собственная оценка происходящему, обмен мнениями, опыт, полученный на занятиях, закрепление позитивного состояния, соотношения целей и результатов, полученных на тренинге межличностного взаимодействия и ритуал прощания.

Упражнение «Чемодан»

Цель: дать участникам обратную связь, продемонстрировать их достижения и недоработки.

Завершающее упражнение, подводящее итоги занятия. Участники по одному выходят из помещения, а остальные большинством голосов собирают ему «чемодан», в который кладут те качества, которые помогают или мешают ему успешно адаптироваться в коллективе. При этом соблюдаются правила: Класть в «чемодан» одинаковое количество положительных и отрицательных качеств; Указывать те качества, которые проявились во время занятия, класть только те качества, которые поддаются коррекции.

Руководитель группы в сборе не участвует. Выбранный секретарь фиксирует на листе бумаги указанные качества. Тот, кому собирался «чемодан», может задать любой вопрос, если ему не ясно, что написал секретарь. Свой «чемодан» должен получить каждый участник.

Подведение итогов работы группы

Игра «Комплименты»

Цель: прощание. Позитивные высказывания о прошедших занятиях.

Стоя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, участник говорит: «Мне хорошо ...», принимающий, кивает головой и отвечает: «Спасибо, мне очень приятно!» Упражнение продолжается по кругу.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Результаты опытно-экспериментального исследования формирования самооценки младших школьников

Таблица 4

Результаты диагностики самооценки младших школьников на контрольном этапе исследования по методике «Лесенка» В.Г. Щур, после формирующего воздействия

№	Код испытуемого	Показатели Самооценки		№	Код испытуемого	Показатели Самооценки		
		r	c			r	c	
1	А.Н.	0.62	В	20	П.Т.	0.74	В	
2	А.К.	0.24	С	21	П.А.	0.24	С	
3	А.И.	0.32	С	22	П.Н.	0.2	С	
4	А.А.	0.68	В	23	С.Е.	0.78	В	
Ус-	5	Б.О.	0.30	С	24	С.С.	0.33	С
6	Б.В.	0.34	С	25	С.Ф.	0.11	Н	
7	Б.Л.	0,74	В	26	У.В.	0.36	С	
8	Б.С.	0.26	С	27	Ф.А.	0.26	С	
9	Г.А.	0.40	С	28	Ф.С.	0.37	С	
10	Е.В.	0.78	В	29	Ч.О.	0.16	Н	
11	Е.Т.	0.34	С	30	Ш.Ю.	0.42	С	
12	И.К.	0.42	С					
13	К.С.	0.26	С					
14	К.О.	0.13	Н					
15	Л.А.	0.76	В					
16	М.Н.	0.36	С					
17	М.А.	0.82	В					
18	Н.Т.	0.34	С					

ловные обозначения: В – высокий уровень; С - средний уровень; Н- низкий уровень;

Таблица 5

Результаты диагностики самооценки младших школьников на контрольном этапе исследования по методике «Самооценка личности» Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан, после формирующего воздействия

№	признаки уровень Код ребенка, оценка, притязания, разность	здоровье	уровень	Умств способн.	Уровень характер	уровень	Автор у сверстн.	Уровень	Умелые руки	уровень	Внешнос.	Уровень	Уверен. В себе	уровень	Средние значения	уровень	
																	оценка
1	А.Н. оценка притязания разность	45 100 55	Н	55 100 45	С	50 60 10	С	40 70 30	Н	40 100 60	Н	50 90 30	С	50 50 0	С	47. 1 81.	С
2	А.К. оценка притязания разность	75 100 25	В	60 100 40	С	55 100 45	С	80 100	В	43 100 57	Н	63 100	С	35 65 30	Н	58. 7 95 36.	С
3	А.И. оценка притязания разность	90 100 10	В	85 100 15	В	70 90 20	В	65 97 32	С	62 95 33	С	70 98 28	В	70 98 28	В	73. 8 96	В
4	А.А. оценка притязания разность	85 100 15	В	55 85 30	С	55 75 20	С	88 90 2	В	88 98 10	В	93 100 7	В	93 100 7	В	71. 2 86.	В
5	Б.О. оценка притязания разность	50 85 35	С	55 100 45	С	70 90 20	В	93 100 7	В	50 95 45	С	98 100 30	В	70 100 30	В	69. 4 95	Н
6	Б.В. оценка притязания разность	45 100 55	Н	55 100 45	С	50 60 10	С	40 70 30	Н	40 100 60	Н	50 90 30	С	50 50 0	С	47. 1 81.	С
7	Б.Л. оценка притязания разность	55 85 30	С	55 85 30	С	68 98 30	В	45 75 30	Н	80 100 20	В	95 100 5	В	95 100 5	В	63. 2 91.	С
8	Б.С. оценка притязания разность	50 98 48	С	70 98 28	В	90 98 8	В	98 98 0	В	60 90 30	С	92 100 8	В	98 98 0	В	79 97 17.	В
9	Г.А. оценка притязания разность	55 85 30	С	55 85 30	С	68 98 30	В	45 75 30	Н	80 100 20	В	95 100 5	В	95 100 5	В	63. 2 91.	С
10	Е.В. оценка притязания разность	75 100 25	В	50 75 25	С	65 100 35	С	70 100 30	В	65 90 25	С	55 10 45	С	65 100 35	С	63. 5 95	С
11	Е.Т. оценка притязания разность	45 70 25	Н	50 90 30	С	48 48 0	Н	30 50 20	Н	65 65 0	С	60 65 15	С	70 70 0	В	52. 5 65	С

12	И.К. оценка притязания	60 98	С	55 75	С	50 50	С	50 50	С	85 98	В	65 65	С	98 98	В	66. 4	Н
13	К.С. оценка притязания разность	35 90 55	Н	35 90 55	Н	45 90 45	Н	45 95 50	Н	50 95 45	С	50 95 35	С	35 95 55	С	49 93. 5	Н
14	К.О. оценка притязания разность	75 100 25	В	75 100 25	В	60 90 30	С	90 100 10	В	75 100 25	В	75 100 25	В	75 100 25	В	74. 2 97.	В
15	Л.А. оценка притязания разность	60 85 15	С	60 85 15	С	63 100 37	С	55 75 20	С	75 100 25	В	75 100 25	В	75 100 25	В	66. 193 5	С
16	М.Н. оценка притязания разность	45 80 35	Н	50 80 30	С	45 65 20	Н	55 65 10	С	60 65 5	С	45 60 15	Н	30 80 50	Н	47. 1 70	С
17	М.А. оценка притязания разность	80 98 18	В	55 75 20	С	90 98 8	В	80 98 18	В	65 80 15	С	65 80 15	С	90 98 8	В	75 89. 5	В
20	Н.Т. оценка притязания разность	80 98 18	В	55 75 20	С	90 98 8	В	80 98 18	В	65 80 15	С	65 80 15	С	90 98 8	В	75 89. 5	В

21	П.Т. оценка притязания разность	55 98 43	С	65 85 20	С	70 70 0	В	70 78 8	В	55 80 45	С	60 75 15	С	45 98 53	Н	60 83.4 26.2	С
22	П.А. оценка притязания разность	50 80 30	С	55 75 20	С	50 70 20	С	60 60 0	С	60 85 25	С	65 70 15	С	45 85 50	Н	55 75 22.8	С
23	П.Н. оценка притязания разность	60 80 30	С	60 80 30	С	70 90 20	В	80 90 10	В	50 80 30	С	80 90 10	В	80 90 10	В	68.5 84.2 17.1	С
24	С.Е. оценка притязания разность	45 70 25	Н	45 75 30	Н	65 65 0	С	68 73 5	В	70 80 10	В	69 70 1	В	85 85 0	В	63 74 10.1	С
25	С.С. оценка притязания разность	95 100 5	В	80 100 20	В	90 100 10	В	10 0 10	С	90 100 10	В	10 0 10	В	100 100 0	В	93.5 100 6.42	В
26	С.Ф. оценка притязания разность	75 100 25	В	75 100 25	В	60 90 30	С	90 10 10	В	75 100 25	В	75 10 0	В	75 100 25	В	74.2 97.	В
27	У.В. оценка притязания разность	60 85 15	С	60 85 15	С	63 100 37	С	55 75 20	С	75 100 25	В	75 10 0	В	75 100 25	В	66.1 935	С
28	Ф.А. оценка притязания разность	50 80 30	С	55 75 20	С	50 70 20	С	60 60 0	С	60 85 25	С	65 70 15	С	45 85 50	Н	55 75 22.8	С
29	Ф.С.		Н		Н		Н	45	Н		С		С		С		Н

	оценка притязания разность	35 90 55		35 90 55		45 90 45		95 50		50 95 45		50 95 35		35 95 55		49 93.5	
30	Ш.Ю. оценка притязания разность	60 80 30	С	60 80 30	С	70 90 20	В	80 90 10	В	50 80 30	С	80 90 10	В	80 90 10	В	68.5 84.2 17.1	С

Таблица 6

Результаты диагностики самооценки младших школьников на контрольном этапе исследования по методике «Какой Я?» (модификация О.С. Богдановой)», после формирующего воздействия

№ Код испытуемого		Показатели самооценки	
1	А.Н.	0,7	ЗАВ
2	А.К.	0,6	А
3	А.И.	0,5	А
4	А.А.	0,5	А
5	Б.О.	0,9	ЗАВ
6	Б.В.	0,5	А
7	Б.Л.	0,6	А
8	Б.С.	0,4	А
9	Г.А.	0,5	А
10	Е.В.	0,4	А
11	Е.Т.	0,4	А
12	И.К.	0,80	ЗАВ
13	К.С.	0,4	А
14	К.О.	0,6	А
15	Л.А.	0,2	ЗАН
16	М.Н.	0,4	А
17	М.А.	0,5	А
18	Н.Т.	0,6	А
19	Н.Т.	0,9	ЗАВ
20	П.Т.	0,7	ЗАВ
21	П.А.	0,5	А
22	П.Н.	0,6	А
23	С.Е.	0,4	А
24	С.С.	0,4	А
25	С.Ф.	0,11	ЗАВ
26	У.В.	0,3	ЗАН
27	Ф.А.	0,4	А
28	Ф.С.	0,5	А
29	Ч.О.	0,85	ЗАВ
30	Ш.Ю.	0,6	А

Условные обозначения: Зав – завышена, Зан – занижена, А – адекватна

Таблица 7

Математическая обработка результатов опытно-экспериментального исследования.
Сравнение уровней самооценки по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М.
Прихожан с помощью Т – критерия Вилкоксона

	Имя испытуемого	Уровень самооценки до формирующего воздействия	Уровень самооценки после формирующего воздействия	Сдвиг	Абсолютное значение	R
1	А.Н.	26	24	-2	2	10
2	А.К.	19	14	-5	5	28
3	А.И.	30	26	-4	4	25
4	А.А.	22	24	2	2	10
5	Б.О.	10	4	-6	6	29,5
6	Б.В.	25	24	-1	1	3
7	Б.Л.	27	23	-4	4	25
8	Б.С.	14	12	-2	2	10
9	Г.А.	19	16	-3	3	19
10	Е.В.	25	24	-1	1	3
11	Е.Т.	12	11	-1	1	3
12	И.К.	17	16	-3	3	19
13	К.С.	27	25	-2	2	10
14	К.О.	20	14	-6	6	29,5
15	Л.А.	23	25	2	2	10
16	М.Н.	11	7	-4	4	25
17	М.А.	27	24	-3	3	19
18	Н.Т.	19	16	-3	3	19
19	Н.О.	22	24	2	2	10
20	П.Т.	13	9	-4	4	25
21	П.А.	27	24	-3	3	19
22	П.Н.	15	13	-2	2	10
23	С.Е.	16	18	2	2	10
24	С.С.	13	11	-2	2	10
25	С.Ф.	26	23	-3	3	19
26	У.В.	25	24	-1	1	3
27	Ф.А.	27	23	-4	4	25
28	Ф.С.	14	12	-2	2	10
29	Ч.О.	19	16	-3	3	19
30	Ш.Ю.	25	24	-1	1	3

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Таблица 8

Технологическая карта внедрения результатов исследования формирования адекватной самооценки младших школьников

Цель	Содержание	Методы	Формы	Кол-во	Время	Ответственные
1	2	3	4	5	6	7
1-й этап: «Целеполагание внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников»						
1.1 Изучить документы по предмету внедрения (Программа формирования адекватной самооценки младших школьников)	Изучение нормативной документации, ФЗ и Законов РФ, Постановлений Правительства РФ в области образования и безопасности среды и личности в РФ, документации ОУ	Обсуждение, анализ, изучение документации и нормативных источников по теме, наблюдение	Педагогический совет, методическое объединение, поиск и анализ литературы работа психологической службы ОУ, самообразование, обучение в магистратуре факультета психологии ЮУр-ГПУ	1	С 2016 г.	Психологическая служба, администрация ОУ
1.2 Поставить цели внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников	Выдвижение и обоснование целей внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников	Обсуждение, анализ материалов по цели внедрения программы, работа психологической службы ОУ	Работа психологической службы ОУ, наблюдение, беседа	1	Сентябрь	Психологическая служба, администрация ОУ
1.3. Разработать этапы внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников	Изучение и анализ содержания этапов внедрения программы, ее задач, принципов, условий, критериев и показателей эффективности	Анализ состояния ситуации формирования адекватной самооценки младших школьников, анализ программы вне-	Работа психологической службы ОУ, совещание, анализ документации, работа по составлению программы внедрения	1	Сентябрь	Психолог, администрация ОУ

		дрения, анализ готовности ОУ к формированию адекватной самооценки младших школьников				
1.4. Разработать программно-целевой комплекс внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников	Анализ уровня подготовленности пед. коллектива к внедрению программы формирования адекватной самооценки младших школьников, анализ работы ОУ по теме внедрения, подготовка методической база внедрения программы	Составление программы внедрения, анализ материалов готовности ОУ к программе формирования адекватной самооценки младших школьников	Административное совещание, анализ документов, работа по составлению программы внедрения	1	Сентябрь	Психолог, администрация ОУ
2-й этап: «Формирование положительной психологической установки на внедрение программы формирования адекватной самооценки младших школьников»						
2.1. Выработать состояние готовности к освоению предмета внедрения у администрации ОУ и заинтересованных субъектов внедрения	Формирование готовности внедрить программу формирования адекватной самооценки младших школьников	Обоснование практической значимости внедрения, тренинги (развития, готовности, внедрения), беседы, обсуждения, популяризация идеи внедрения программы формирования	Индивидуальные беседы с заинтересованными субъектами внедрения программы формирования, работа психологической службы ОУ, участие в семинарах со смежной тематикой	1	Октябрь	Психологическая служба, администрация ОУ
2.2. Сформировать положительную реакцию на предмет	Пропаганда передового опыта по внедрению	Беседы, обсуждения, семинары,	Беседы, семинары, изучение передового	Не менее 3	Сентябрь - ноябрь	Психологическая служба,

внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников	технологий формирования адекватной самооценки младших школьников	выпуск стенной газеты (тема: формирование адекватной самооценки младших школьников)	опыта внедрения технологий формирования адекватной самооценки младших школьников			администрация ОУ
2.3. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников у заинтересованных субъектов вне ОУ	Пропаганда передового опыта по внедрению технологий формирования адекватной самооценки младших школьников и их значимости для системы образования, значимости и актуальности внедрения	Методические выставки, семинары, консультации, научно-исследовательская работа, конференции и конгрессы	Участие в конгрессах, конференциях, семинарах по теме внедрения, статьи, выставки	Не менее 3	Сентябрь - ноябрь	Психолог, администрация ОУ
2.4. Сформировать веру в свои силы по внедрению программы формирования адекватной самооценки младших школьников	Анализ своего состояния по теме внедрения, психологический подбор и расстановка субъектов внедрения, исследование психологического паспорта субъектов внедрения	Постановка проблемы, обсуждение, тренинг развития, консультации с научным руководителем диссертационного исследования	Беседы, консультации, самоанализ	1	Сентябрь – ноябрь	Психолог
3-й этап: «Изучение предмета внедрения Программы формирования адекватной самооценки младших школьников»						
1	2	3	4	5	6	7
3.1. Изучить необходимые материалы и документы о предмете внедрения (формирования адекватной самооценки младших школьников)	Изучение материалов и документов о предмете внедрения	Фронтально	Семинары, работа с литературой и информационными источниками	1	Декабрь	Психолог
3.2. Изучить сущность пред-	Освоение системного	Фронтально и в	Семинары, тренинги	1	Январь	Психологиче-

мета внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников	подхода в работе над темой изучения предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм и методов	ходе самообразования	(развития, готовности к формированию адекватной самооценки младших школьников)		2018	ская служба, администрация ОУ
3.3. Изучить методику внедрения темы программы формирования адекватной самооценки младших школьников	Освоение системного подхода в работе над темой	Фронтально и в ходе самообразования	Семинары, тренинги (целеполагания, внедрения)	1	Февраль	Психологическая служба, администрация ОУ
4-й этап: «Опережающее (пробное) освоение предмета внедрения программы формирования коммуникативной культуры родителей как условия обеспечения психологической безопасности личности ребенка»						
4.1. Создать инициативную группу для опережающего внедрения темы	Определение состава инициативной группы, организационная работа, исследование психологического портрета субъектов внедрения	Наблюдение, анализ, собеседование, обсуждение	Работа психологической службы ОУ, тематические мероприятия, уроки	Не менее 4	Апрель	Психолог, администрация ОУ, научный руководитель диссертационного исследования
4.2. Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе	Изучение теории предмета внедрения, теории систем и системного подхода, методики внедрения	Самообразование, научно-исследовательская работа, обсуждение	Беседы, консультации, работа психологической службы ОУ	1	Апрель	Психолог, администрация ОУ
4.3. Обеспечить инициативной группе условия для успешного освоения методики внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников	Анализ создания условий для опережающего внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников	Изучение состояния дел в ДОУ по теме внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников	Производственное собрание, анализ документации ОУ	1	Май	Психолог, администрация ОУ
4.4. Проверить методику внедрения программы формиро-	Работа инициативной группы по новой мето-	Изучение состояния дел в ОУ,	Посещение занятий, работа психологиче-	Не менее 3	1-е полугодие	Психолог, администрация

вания адекватной самооценки младших школьников	дике	корректировка методики	ской службы ОУ			ОУ, инициативная группа по внедрению программы
5-й этап: «Фронтальное освоение предмета внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников»						
5.1. Мобилизовать педагогический коллектив ОУ на внедрение программы формирования адекватной самооценки младших школьников	Анализ работы инициативной группы по внедрению программы формирования адекватной самооценки младших школьников	Сообщение о результатах работы по технологиям, тренингам (внедрения, готовности к деятельности), работа психологической службы ОУ	Педагогический совет, работа психологической службы ОУ	1	Январь 2018	Психолог, администрация ОУ, инициативная группа по внедрению программы
5.2. Развить знания и умения, сформированные на предыдущем этапе	Обновление знаний о предмете внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников, теории систем и системного подхода, методики внедрения	Обмен опытом внедрения программ, самообразование, тренинги, работа психологической службы ОУ	Наставничество, консультации, работа психологической службы ОУ, семинар	1	Январь – март	Психолог, администрация ОУ, инициативная группа по внедрению программы
5.3. Обеспечить условия для фронтального внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников	Анализ состояния условий для фронтального внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников	Изучение состояния дел в ОУ по теме внедрения программы, обсуждения, работа психологической службы ОУ	Работа психологической службы ОУ, производственное собрание, анализ документов ОУ	1	Март	Психолог, администрация ОУ
5.4. Освоить всем педагогическим коллективом предмет внедрения (программа фор-	Фронтальное освоение программы формирования	Наставничество, обмен опытом, анализ и коррек-	Работа психологической службы ОУ, пед. совет, консуль-	1	Апрель	Психолог, администрация ОУ

мирования адекватной самооценки младших школьников)	адекватной самооценки младших школьников	тировка технологии внедрения программы	тации, работа метод. объединений			
6-й этап: «Совершенствование работы по теме «Формирование адекватной самооценки младших школьников»»						
1	2	3	4	5	6	7
6.1. Совершенствовать знания и умения, сформированные на предыдущем этапе	Совершенствование знаний и умений по системному подходу	Наставничество, обмен опытом, корректировка методики	Конференция, конгресс по теме внедрения, анализ материалов, работа психологической службы ОУ	1	Апрель	Психолог, администрация ОУ
6.2. Обеспечить условия совершенствования методики работы по внедрению программы формирования адекватной самооценки младших школьников	Анализ зависимости конечного результата от создания условий для внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников	Анализ состояния дел в ОУ по теме внедрения программы, обсуждение, доклад	Производственное собрание, анализ документации ОУ, работа психологической службы ОУ	1	Апрель	Психолог, администрация ОУ
6.3. Совершенствовать методику освоения внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников	Формирование единого методического обеспечения освоения внедрения формирования адекватной самооценки младших школьников	Анализ состояния дел в ОУ по теме внедрения программы, методическая работа	Работа психологической службы ОУ, методическая работа	Не менее 3	Март-май	Психолог, администрация ОУ
7-й этап: «Распространение передового опыта освоения внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников»						
7.1. Изучить и обобщить опыт внедрения технологии	Изучение и обобщение опыта работы ОУ по технологии	Наблюдение, изучение документов ОУ, посещение уроков	Работа психологической службы ОУ, стенды, буклеты, внеурочные формы работы	Не менее 3	Май-июнь	Психолог, администрация ОУ
7.2. Осуществить наставниче-	Обучение психологов и	Наставничество,	Выступление на се-	1-3	Май-	Психолог, ад-

ство над другими ОУ, приступающими к внедрению программы формирования адекватной самооценки младших школьников	педагогов других ОУ работе по внедрению программы	обмен опытом, консультации, семинары	минарах, работа психологической службы ОУ		июнь	министрация ОУ
7.3. Осуществить пропаганду передового опыта по внедрению программы формирования адекватной самооценки младших школьников	Пропаганда внедрения программы в районе/городе	Выступления на семинарах, конференциях, конгрессах, научная и творческая деятельность	Участие в конференциях, конгрессах, написание статей и научной работы по внедрению программы	1-3	Май-июнь	Психолог, администрация ОУ
7.4. Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившееся на предыдущих этапах	Обсуждение динамики работы над темой, научная работа по теме внедрения программы формирования адекватной самооценки младших школьников	Наблюдение, анализ, работа психологической службы ОУ, научная деятельность	Семинары, написание научной работы и статей по теме внедрения программы, изучение последнего опыта внедрения программы в различных ОУ	1-3	Май-июнь	Психолог, администрация ОУ

