



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

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ  
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

**Формирование позитивного самоотношения подростков с  
нарушениями опорно-двигательного аппарата**

**Выпускная квалификационная работа по направлению  
44.03.02 Психолого-педагогическое образование  
Направленность программы бакалавриата  
«Психология и педагогика инклюзивного образования»  
Форма обучения очная**

Проверка на объем заимствований:

84 % авторского текста

Работа рекомендована к защите  
рекомендована/не рекомендована

« 2 » 06 2020 г.

зав. кафедрой ТиПП

Кондратьева О.А. Кондратьева О.А.

Выполнила:

студентка группы ОФ-410/098-4-1

Варнакова Дарья Игоревна

Научный руководитель:

к. псих. н., доцент

Рокицкая Юлия Александровна

Челябинск

2020

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ .....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ПОЗИТИВНОГО САМООТНОШЕНИЯ ПОДРОСТКОВ С НАРУШЕНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА	
1.1 Понятие «самоотношение» в психолого-педагогической литературе.	7
1.2 Психологические особенности самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.....	16
1.3 Теоретическое обоснование модели формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.....	25
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ПОЗИТИВНОГО САМООТНОШЕНИЯ ПОДРОСТКОВ С НАРУШЕНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА	
2.1 Этапы, методы и методики исследования .....	36
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента .....	42
ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ ПОЗИТИВНОГО САМООТНОШЕНИЯ ПОДРОСТКОВ С НАРУШЕНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА	
3.1 Программа формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.....	48
3.2 Анализ результатов формирующего исследования.....	55
3.3 Рекомендации педагогам и родителям по формированию позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.....	62
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	71
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ .....	76
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Методики диагностики исследования влияния самооценки на ситуативную тревожность подростков.....	84
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Результаты исследования самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.....	93
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Психолого-педагогическая программа формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата .....	95
ПРИЛОЖЕНИЕ 4 Результаты опытно-экспериментального исследования формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата .....	103

## ВВЕДЕНИЕ

Самоотношение является центральным звеном произвольной саморегуляции, определяет направление и уровень активности человека, его отношение к самому себе, к людям, к миру, представляет собой сложный по психологической природе феномен. Понятие самоотношения введено в большое число взаимосвязей и взаимоотношений с абсолютно всеми психологическими образованиями личности и представляется в качестве значимой детерминанты абсолютно всех форм также разновидностей ее работы и общения.

Непосредственно в подростковом возрасте формируется образ самого себя также отношение к себе. Они непрерывно связаны со стремлением к самопознанию и саморегуляции. Позитивное самоотношение дает возможность грамотно сопоставить собственные силы с проблемами всевозможных препятствий, субъекту взглянуть на себя скептически и к условиям находящимся вокруг. Из этого следует, развитие позитивного самоотношения даст возможность подростку с нарушениями опорно-двигательного аппарата быть в дальнейшей жизни наиболее эффективным, а течение его социализации сделать наиболее результативным и полным.

Существенное положение в современной педагогике занимает психолого-педагогическое формирование положительного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата, так как подростки с данными нарушениями пребывают на пороге становления и самореализации в жизни.

О.В. Бойкова, М.В. Ипполитова, Л.М. Шипицына давно занимаются этим вопросом, также стоит отметить, что воспитание и «вхождение в жизнь» ребенка нарушением опорно-двигательного аппарата в России остается невыполнимой задачей, в то время как опыт зарубежных стран

(Германия, Испания, Италия, Япония и др.) показывает, что дети с комплексными нарушениями развития успешно социализируются и приносят пользу обществу.

Исследователи М.А. Власов и Э.С. Калижнюк, которые описали статистический анализ состояния здоровья детей в стране по народонаселению, продемонстрировали обществу прогрессирующие тенденции увеличения детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Так, по данным детских исследовательских институтов, 5-8% детей с такой патологией рождаются ежегодно. Нарушения функций опорно-двигательного аппарата могут быть как врожденные и приобретенные, а также отличаются значительным полиморфизмом и диссоциация в тяжести различных расстройств. Контингент детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата чрезвычайно разнообразен как в клиническом, так и в соматическом, физиологическом и психолого-педагогическом отношении. Клинико-психолого-педагогические особенности этой группы детей подробно описаны в работах М.В. Ипполитовой, Е.С. Калижнюк, Е. М. Мастюковой, И.И. Мамайчук, К.А. Семеновой и многих других.

Как подчеркивает Е.М. Мастюкова: «для личности обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата характерна высокая степень невротизации, неадекватно низкая самооценка как личности и объекта профессиональной деятельности, заикленность на двигательном дефекте, неоднозначность профессиональных интересов».

Таким образом, является важным осуществление исследования в сфере психолого-педагогического формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Цель работы: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность программы формирования позитивного

самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Объект исследования: самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Предмет исследования: формирование позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Гипотеза:

1) самоотношение подростков с нарушением опорно-двигательного аппарата имеет заниженный уровень и требует специально организованной, программируемой деятельности по формированию;

2) формирование самоотношения подростков с нарушением опорно-двигательного аппарата будет эффективным, если:

– будет разработана модель формирования позитивного самоотношения подростков с нарушением опорно-двигательного аппарата, характеризующаяся целостностью, согласованностью и взаимосвязанностью составляющих ее блоков;

– средством реализации модели выступит программа формирования позитивного самоотношения подростков с нарушением опорно-двигательного аппарата, включающая 4 блока: теоретический, диагностический, формирующий и аналитический;

– будет актуализирована положительная внутренняя мотивация подростков с нарушением опорно-двигательного аппарата к формированию позитивного самоотношения.

Для достижения поставленной цели необходимо решить ряд основных задач исследования:

1. Изучить понятие «самоотношение» в психолого - педагогической литературе.

2. Выявить особенности самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

3. Теоретически обосновать модель формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

4. Определить этапы, методы и методики исследования.

5. Дать характеристику выборки и проанализировать результаты исследования.

6. Составить программу формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата;

7. Проанализировать результаты формирующего эксперимента;

8. Составить психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям по формированию позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Методы и методики исследования:

1. Теоретические методы: аналитико-синтетический, сравнительно сопоставительный, метод моделирования, целеполагание.

2. Эмпирические: констатирующий эксперимент, тестирование. Психодиагностические методики: методика диагностика самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан, тест-опросник самоотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев), методика вербальной диагностики самооценки личности Н.П. Фетискина.

3. Методы количественной обработки данных: методы описательной статистики, Т-критерий Вилкоксона.

Экспериментальная база исследования: МБОУ «Школа-интернат № 4 г. Челябинска». В исследовании приняли участие ученики 8 – го класса, в количестве 10 человек.

# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ПОЗИТИВНОГО САООТНОШЕНИЯ ПОДРОСТКОВ С НАРУШЕНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА

## 1.1 Понятие «самоотношение» в психолого-педагогической литературе

Проблема самоотношения является достаточно актуальной проблемой социальной психологии. Тип социальной общности, в которую человек вступает, во многом определяет их личные отношения. Возможно другое предположение: в зависимости от отношения индивида к себе, стремление к определенной социальной группе [3, с.27].

Понятие «самоотношения» психологами понимается неоднозначно. Э.В. Ильенков писал, что Р. Декарт и И.Г. Фихте считали отношение к самому себе «самым первым, наиболее общим и наиболее характерным персонажем личности, «душой»», «Я». М.И. Лисина ставит свое отношение к себе как определяющую связь в системе отношений человека с миром, руководство, которое формирует смысл человеческой жизни [цит. по 31, с.138].

Как правило, понятия «самооценка», «самоотношение», «самопринятие» и другие считаются синонимами, приобретающими значение только в конкретных исследованиях и концепциях.

По мнению Д.И. Фельдштейн, самоотношение включено в структуру самосознания равно как его эмоциональная черта, как воспринимающая отклик на индивидуальность, что неразделимо сопряжена с когнитивным (самопознанием) и регуляторным сторонами.

Фельдштейн считает, что самоотношение входит в структуру самосознания как его эмоциональная сторона, как чувственная реакция на

Собственное «Я», находящаяся в неразрывном единстве с когнитивной (самопознание) и регулятивной сторонами. В этом смысле самооценка, уровень притязаний и рефлексия выступают как различные проявления самосознания [59, с. 28].

Стабильность межличностных отношений основана на двух основных внутренних мотивах: необходимости стабильности, самооценке и мотиве самооценки.

По словам Каплана, мотивом для самооценки является личная необходимость максимизировать опыт позитивного и минимально-негативного отношения к себе. Огромной составляющей мотивов самоуважения и очередности «Я» схожи, однако случаются эпизоды, если человек усердно хранит негативный образ «Я», никак не изменяя его в том числе и в вариантах позитивных внешних оценок и преуспевания в области самореализации [цит. по 7, с.45].

Самоотношение обладает трехкомпонентной структурой, заключающейся в эмоциональном взгляде на себя — один из ее частей подразумевает представленность в то же время в трех степенях существования человека: работы, личности как субъекта данной деятельности и самосознания как смыслового ядра личности. Выполняя ту или иную деятельность, человек выступает в качестве субъекта этой деятельности. Результатом этого понимания является отношение индивида к самому себе как выражение самосознания личного значения «я» по отношению к мотивам самореализации. Сформированное в процессе осознания личностью самого себя как субъекта жизненных отношений самоотношение раскрывается в структуре личности как семантическая диспозиция. В то же время, будучи стабильным, относительно независимым от реального жизненного опыта, оно проецируется на такие действия, как отношение, состояние готовности человека к тому или иному поведению [53, с.28].



Согласно суждению отечественного психолога В.В. Столина, отношение к себе является неотъемлемой характеристикой, не сводимой к определенной частной самооценке. Отношение к себе — это осмысление самого себя в аспекте собственных наиболее значимых деятельностей. В.В. Столин понятие "самоотношение" раскрывает как иерархическую систему, где выделяются 3 уровня: уровень массового самоотношения, уровень многофункциональных конструкций (чувство собственного достоинства, аутосимпатия, самоинтерес и предвкушение отношения к себе) и уровень определенных поступков во взаимоотношении собственного «Я» [цит. по 13, с. 31].

Самоотношение выполняет функцию оценки и обеспечивает оценку личности самого себя, ее собственных характеристик по отношению к мотивам, выражающим потребность в самореализации. В рамках ценностной функции уверенность в себе гарантирует принятие себя в качестве уникальной индивидуальности, формирование самооценки себя как ценности, выявление значения ценности ваших собственных отношений с самим собой [21, с. 42].

Н.И. Сарджвеладзе характеризовал самоотношение как особенное формирование личности: «Личность — системообразование, не только лишь имеющее конкретное положение в концепции общественных взаимоотношений и установочную позицию к социальному обществу, однако также определенным способом имеет отношение к лично себе и характеризующееся особым образованием — подструктурой самоотношения» [цит. по 1, с. 56].

Р. Бернс обозначает «Я» -концепцию как «совокупность всех представлений индивида о себе, сопряженную с их оценкой...» и выделяет в ней образ «Я», самооценку и принятие себя [4, с. 27].

Самоотношение имеет схожие компоненты, главное отличие заключается в проявлении конативного компонента как готовности действовать в отношении себя (самопринятие, личный интерес), а не как

внешние поведенческие реакции. Здесь же стоит упомянуть о том, что «Я»-концепцию ряд авторов определяют, как социальную установку, имеющую соответствующие компоненты. Что касается самоотношения, ситуация аналогична, что объясняется аморфной разобщенностью, о которой мы уже упоминали при понимании психологической основы используемых терминов.

Так, Р. Бернс определяет самооценку как устойчивую, эмоциональную составляющую отношения к себе, которая имеет разную интенсивность в зависимости от контекста и когнитивного содержания образа «Я» [4, с. 27].

Д. Марвел и Л. Уэлс выделяют три определения самоотношения, отличающихся по психологическому содержанию, которое вкладывается в данное понятие [цит. по 13, с. 31]: любовь к себе (self-love), самопринятие (self-acceptance), чувство компетентности (sense of competence).

К. Роджерс считает, что самопринятие — это принятие себя в целом, вне зависимости от личных качеств и особенностей, а самооценка — это отношение к себе как носителю определенных свойств.

Необходимость позитивного отношения к себе неоднократно отмечал К. Роджерс. «Можно сказать, — писал он, — что я становлюсь более адекватным, когда позволяю себе быть тем, что я есть. Тогда мне легче принять себя как явно несовершенного человека, который, тем не менее, следует по пути, по которому он хотел бы пойти. Этот путь может показаться странным, но он имеет ценность для меня из-за любопытного парадокса: когда я принимаю себя, я меняюсь». Во взаимоотношении лица к себе К. Роджерс подчеркнул позицию человека к себе равно как к носителю конкретных качеств и плюсов также самопринятие (признание себя в целом как монады, за пределами связи от собственных качеств и плюсов) [цит. по 17, с.114].

М.И. Лисиа считает себя глобальной самооценкой как аффективной составляющей своего образа, основным источником которой является общение с окружающими ее людьми [цит. по 46, с. 159].

Отношение к себе кроме того возможно анализировать как динамическую характеристику, отражающую уровень освоения человеком внешних воздействий.

Отношение к себе можно рассматривать также как динамическую характеристику, отражающую степень интернализации личностью внешних воздействий.

А.В. Захарова в структуре взаимоотношений с самим собой Захарова выделила компонент оценки, который отражает специфику восприятия ребенком себя и его эмоциональности, представляя меру самопринятия ребенка. Развитие компонентов самоотношения обусловлено их качественным различием. В соответствии с взрослением индивид копит навык взаимоотношения к себе, обогащает и усложняет понятия о себе, что усиливает их мотивационно-побудительное значение; эмоционально-ценностный подход взаимоотношения к себе расширяется и усиливается, что ведет к его динамичности [18, с. 74].

Н.Н. Обозов говорит, что отношение к себе может быть открытым и закрытым проявлением. С открытым проявлением поведенческие и эмоциональные компоненты находятся на вершине. Поведенческий элемент проявляется в самой активности, действиях, выражениях лица, жестах, пантомимике, речи, то есть во всем, что может воспринимать другой человек. Эмоциональный компонент выражается в положительных или отрицательных эмоциях, эмоциональной чувствительности. Что касается когнитивного компонента, то он существует, но как основа другого, отличного от феномена «отношение к себе» понятия «познание себя» [цит. по 46, с. 76].

Субъект активно поддерживает и защищает уверенность в себе в позитивном континууме, соответствующим образом выражая значение

«я». Согласно суждению А.У. Хараша защитные состояния выступать в роли имитации глубоких состояний личности и «составляют» в точности половину абсолютно всех перспектив коммуникативных состояний: «Одно из наиболее базовых взаимоотношений, ввязывающих семантический слой со его защитным «фасадом» — это подход обоюдного превращения. «Предоставление себя» использует в качестве материала те же реальности, которые изначально осваиваются человеком на семантическом уровне и предназначены для выполнения значимых функций. Таковы трансформации, претерпевающие такие психологические реальности, как «самооценка», «социальная роль» и даже сама «личность». Под самооценкой подразумевают определённый «дисплей», благодаря которому объект судит об адекватности собственного действия и продуктивности собственной работы, обособляется в независимую подструктуру «Я» также делается объектом отличительных забот субъекта, имеет необходимость в защитно-превентивных мерах, снижающих неблагоприятную для субъекта оценивающую активность других людей [цит. по 40, с. 372].

Разграничение компонентов самоотношения, которое С.Р. Пантелеев именуется «разделением» позитивных и негативных, оценочных и эмоциональных модальностей самоотношения. Позитивные и негативные модальности должны быть «отделены» друг от друга, чтобы индивидуум мог защитить себя от негативных эмоций и поддерживать позитивный уровень самоотношения. Если такая дифференциация существует, то, по мнению В.В. Столин, отсутствие самовосхваления не означает наличия самообвинения, то есть снижение симпатии не приведет к усилению антипатии в отношении человека к себе. «Разделенность» самоуважения и аутосимпатии в текстуре самоотношения личности нужна с целью функционирования этого приспособления эмоциональной защиты, при котором наличие чего-то, за что человек имел возможность бы себе не

ценить, не непременно обозначало бы, что некто не способен себе уважать [57, с. 99].

Присвоение «не-Я» черт, заслуживающих уважения, владение которыми нереально в силу бессилия / заболевания / моральных принципов «Я», то что как бы освобождает с «Я» обязанность за его несовершенства, выгораживает его в собственных глазах и глазах иных, провоцирует сострадание - это еще один подход по сохранению положительного самоотношения.

Поддерживать позитивное отношение к себе и избегать самообвинения и низкого сострадания возможно благодаря господству, агрессии и построению общения с людьми. Согласно тезису И.С. Кона, для подростков больше всего свойственно пренебрежение информации, противоречащей их «образу «Я», что проявляется в конструктивном самоутверждении и протестном действии, зачастую асоциальном, самоповреждающем, аддитивном [цит. по 28, с. 57].

по предположениям С.Р. Пантелеева, во-первых, подобную оценку предоставляет система стабильных эмоций и психологических переживаний (которые также составляют чувственно-ценностное самоотношение), которые «прорываются» через защитный слой и обозначают «как отношение к себе как другому» [21, с. 42].

Во-вторых, согласно суждению А.У. Хараша, выявить семантический слой, скрываемый концепцией самооценок как от партнера, также от себя, допустимо путем «произвольного несогласия от защиты, посредством самораскрытия, главным содержанием которого считается трансформация к стратегии доверительного разговора с другим» [11, с. 142].

Следовательно, отношение человека к себе входит в общую систему человеческих отношений и, с точки зрения содержания и функциональных точек зрения, самоотношение тесно связано с характеристиками отношений субъекта с социальным миром. В то время, самоотношение

различается от метода взаимоотношения личности к внешнему миру также что считается тем самым единым и общим механизмом, что находится на базе метода и содержательных черт взаимоотношения лица к внешнему обществу также к себе?

Отличие между самоотношением и взаимоотношением к внешнему обществу отличается референтами: в одном случае референтом взаимоотношения считается собственное тело либо психосоциальные и индивидуальные характерные черты, а во другом случае — предметы наружного мира либо другое общество. Когда речь идет о способах сближения с самим собой и внешним миром, в обоих случаях можно сказать, что существуют два типа отношений, которые уже были отмечены при рассмотрении природы отношений - субъект-объект и субъект-субъект [10, с. 81].

Н.И. Сарджвеладзе впервые ввел категорию «самодостаточность» как отношение нуждающегося субъекта к ситуации ее удовлетворения, направленной на самого себя. В соответствии с суждением исследователя, подход к себе наравне с общественным статусом и направленностью личности к внешнему окружению является сущность концепции «личность—социальный мир» и представляет собой одной из структурных единиц диспозиционального яности [8, с. 316].

Он представил структуру самоотношения как определенную систему когнитивных, эмоциональных и поведенческих атрибутов, а именно когнитивных, эмоциональных и поведенческих компонентов.

Н.И. Сарджвеладзе подчеркивает два ключа желая к преобразованиям [8, с. 316]:

- а) самонеприятие также глубокое осознание неполноценности;
- б) положительное начало в человеке, побуждение к росту (Н. Маслоу), направленность на саморазвитие (В. Штерн), желание к увеличению собственного значения (Ф. Лерш). Между тем в первом случае — это уход от несовершенств, а во втором — формирование

положительных основ. «Сначала следует предоставить себе «право на существование» такому, какой есть, — сообщает Н.И. Сарджвеладзе, — позволить инциденты в собственной «внутренней аудитории», гарантировать себе опору в «Я».

Таким образом, исследователи, которые определяют отношение человека друг к другу как инсталляционную формацию, фокусируют свое внимание на своем месте в системе саморегуляции. В то же время И.И. Чеснокова понимает саморегуляцию как процесс организации собственного поведения, «который включает в себя результаты самосознания и эмоционального отношения к себе» [2, с. 153].

Позитивное и стойкое самоотношение, согласно суждению А.П. Корнилова, становится базой веры личности в собственные способности, предприимчивости, самодостаточности, активности, объясняет оптимистичность в взаимоотношении ожидания благополучия собственных операций в условиях неопределенности [7, с.45].

В представлении Г.К. Вилицкаса и И.С. Кона и др., негативная, конфликтная позиция личности к самой себе объясняет ее отклоняющиеся поступки: осуществление правонарушений, наркоманию, пьянство, враждебные и суицидальные поступки, сопряжённые с неадаптивными, асоциальными формами поведения, считается одной из факторов девиации [цит. по 22, с. 22].

Завершая пересмотр точек зрения на проблему интерпретации понятия самоотношения, его структуры, содержания, функций, следует еще раз подчеркнуть, что самоотношение - это сложная форма формирования личности. Сложность его структуры обусловлена разнообразием и глубиной межличностных отношений.

Всеобщий уровень глобального самоотношения, обуславливается степенью самоотношения в согласовании с более важным содержанием, степенью его позитивности или негативности.

Итак, с отношением человека к себе тесно связаны взаимоотношения человека с окружающими, его критичность, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам, уровень притязаний, статус в общественных отношениях [32, с.43].

Следовательно, мы можем выделить, что самоотношение считается сложным индивидуальным образованием, функционирующим в различных формах, в конкретных стадиях с разной степенью, обладающее отраженную, опосредствованную реальностью базу, в которой показана интенциональная позиция личности к своему «Я» как к субъекту.

Таким образом, анализ зарубежной и отечественной литературы показал неоднозначность представлений авторов о факторах, определяющих формирование психической сущности самоотношения. В рамках проанализированных подходов был сделан значительный шаг в развитии представлений о природе самоотношения. Было представлено, что источники и движущие силы развития самоотношения не могут быть сведены к исключительно биологическому или социальному опыту. Идентификация уверенности в себе как объекта самостоятельного изучения осуществляется, как правило, путем разграничения в процессе самосознания процесса получения знаний о себе и отношения эмоциональной ценности по отношению к себе.

## 1.2 Психологические особенности самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата

Подростковому возрасту, как этапу онтогенеза, свойственны следующие характеристики: стремительное развитие самосознания, внимание к рассмотрению морально-психологических свойств другого



лица, преобразование мнения к окружающим, внезапное изменение в развитии самооценки.

Я-концепция, как новый уровень развития самосознания - центральное новообразование подросткового возраста. Формирование нового уровня самосознания характеризуется появлением необходимости познавать себя как личность, свои способности и особенности, их сходство с другими людьми и их уникальность [8, с. 316].

Образы самого себя, которые подросток создает в своей голове, разнообразны - они отражают все богатство его жизни. Физическое «Я», то есть идеи собственной внешней привлекательности, идеи собственного разума, умения в разных областях, сила характера, дружелюбие, дружелюбие и другие свойства, образуют большой слой «Я-концепций» в сочетании - так называемое реальное «Я» [2, с. 153].

Изучение себя, собственных различных свойств приводят к развитию когнитивного (когнитивного) элемента «Я-концепции». С этим связаны еще два - субъективные и ориентированные на поведение. Для детей немаловажно не только лишь располагать информацией, кто он на самом деле, однако и насколько значимы его персональные характеристики. Оценка собственных качеств зависит от системы ценностей, которая в основном сложилась благодаря влиянию семьи и сверстников.

Итог рассмотрения имеющихся исследований свидетельствует, что чувство собственного достоинства выступает в качестве значимого обстоятельства для формирования личности в целом, что, оказывает большое влияние на действия и активность человека и его взаимоотношения с окружающими. Так как самооценка существенно обуславливает итог общественной интеграции людей с особенностями в развитии, ее изучение во взаимосвязи этой категории людей приобретает особую значимость [32, с.118].

Однако, психологи допускают очевидное несоответствие между разработками когнитивной сферы ребенка и подростков со отклонениями в

развитии и разработками их личности с явным преимуществом первых, то что существовало обусловлено на конкретной стадии требованиями образовательной системы данных ребят.

Исследования по изучению самооценки у детей и подростков с различными формами нарушения развития психи, указывающие его уникальность в отношении самооценки сверстников в норме, начали появляться относительно не так давно, так как прежде исследователи осваивали только когнитивных процессов в отрыве от изучения личности конкретного ребенка.

Позиция Л.С. Выготский важна для нас, чтобы изучить эту проблему со сложной структурой дефектов, согласно которому наличие любого нарушения вызывает ряд вторичных отклонений в развитии. Другими словами, вторичные нарушения возникают под влиянием первичного дефекта во время последующего ненормального развития [10, с.24].

В связи с этим, невзирая на наиболее низкую чувствительность самосознания, сопряженного с довольно крепкими психологическими явлениями, к воздействию основного дефекта, расстройства психологического формирования критически воздействуют на развитие самосознания также его составляющей – самооценки.

С точки зрения исследований Б.С. Братусь, Л.С. Выготского, А.П. Гозовой, В.И. Лубовского и др. «аномальное развитие» оставляет единые закономерности нормального психического развития детей. Но в то же время могут возникать времена, ритм и определенная оригинальность количественных и качественных характеристик того или иного свойства, качества, проявления [цит. по 23, с.152].

Согласно суждению В.М. Сорокина, на сегодняшний день представление об отрицательном воздействии начального нарушения на развитие личности ребенка с особенностями в развитии никак не подвергается сомнению, так как этот процесс считается одним из аспектов онтогенеза психики в целом. Комплексная направленность структуры

человеческого сознания подразумевает, что несоблюдение одного элемента на конкретной стадии обязательно отразится на других. Основной смысл задачи состоит в выявлении механизма воздействия исходного нарушения на ход развития личности, значимости и важности множественных медиаторных обстоятельств, каждый раз воздействующих по-разному в связи с характером патологии, его тяжести и продолжительности [цит. по 33, с.19].

А.Р. Лурия, А. Адлер, Л.С. Выготский и др. акцентируют внимание на решающей роли в индивидуальном формировании детей на его реакции на личный недостаток. Вслед за ними Е.Г. Белякова в своем исследовании показала, что человек начинает скучать по нему из-за социальной конфронтации. Кроме того, признание дефекта приводит как к чувству неполноценности, так и к возникновению компенсаторной деятельности, к развитию индивидуального стиля деятельности [цит. по 18, с. 75].

В первом случае самоотношение содействует появлению чувства неполноценности, невротических расстройств. Существует, например, низкая самооценка, которая создает плодородную почву для создания болезненного ответа на дефект. Во втором случае подход к себе представляет основой формирования личности, ориентирует его на исследование путей компенсации недостатка [40, с.42].

Нарушение функции опорно-двигательного аппарата может иметь характер как врожденные и приобретенные.

К врожденной патологии опорно-двигательного аппарата имеют отношения врожденный вывих бедра, кривошейка, косолапость также прочие деструкции стопы, патологии позвоночника (сколиоз), гипоплазия и конечностей повреждений, пальцевые патологии, заболевание (врожденные пороки развития).

К приобретенным заболеваниям относятся повреждения опорно-двигательного аппарата, повреждений спинного мозга в результате

травмы, дисфункция головного мозга и конечностей; артрит; заболевания скелета (туберкулез, опухоли костей, спондилит) [20, с.21].

У детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата, ведущий дефект двигателя дефект (недоразвитие, нарушение или потеря двигательных функций). Основную их часть составляют дети с церебральным параличом. У этих детей моторные расстройства сочетаются с психическими и речевыми расстройствами, поэтому большинству из них требуется не только медицинская и социальная помощь, но и психологическая, педагогическая и логопедическая коррекция. В их социальной адаптации определены два направления. Во-первых, адаптировать среду к ребенку. Для этого есть специальные технические средства передвижения (коляски, костыли, палки, велосипеды), предметы быта (тарелки, ложки, специальные выключатели для бытовой техники), пандусы, пандусы на тротуарах. Второй метод приспособления детей с двигательным дефектом - это адаптирование его ко обычным обстоятельствам социальной сферы.

На стадии подросткового возраста человек преодолевает фазу развития, находясь в области ближайшего психологического развития. Человек складывается из некоторых личностей. Наконец, идентичность является положительной и ясной, если применимо, идентичности, которые ее составляют. Из негативной самоидентификации формируется негативная версия идентичности, смутное и запутанное «я», роль и личная неопределенность, в крайних случаях, которые приводят к психической патологии. Нарушение самоидентификации приводит к отрицанию подростка, то есть к нарушению личности. При своевременном выявлении патологий самоидентификации возможно обнаружить отклонения в развитии личности у подростков, чрезвычайно важно в целях диагностики личности подростков и их корректировки. Известно, что у подростков с нормальным течением развития есть некоторые возрастные проблемы из-за физических, психологических и социальных факторов. У подростков с

нарушением опорно-двигательного аппарата (далее ОДА), эти проблемы более выражены [26, с. 40].

У подростков с нарушениями ОДА есть специфические особенности этого периода из-за их врожденного или приобретенного дефекта. Различные типы самоидентификации подростков складываются в идентичность, которая может быть положительной или отрицательной, «широко распространенной». У подростков с нарушениями ОДА характерными чертами развития идентичности и самоидентификации складывается из двух факторов - биологические особенности, которые связаны с типом заболевания и социальных условий, влияющих на семью, учителей и его образ жизни. [4, с. 32].

Иными словами, на формирование и развитие личности детей с нарушениями ОДА, с одной стороны, оказывает большое влияние его исключительное положение, связанное с ограничением перемещения, с другой стороны, выражает существенное воздействие, позволяющее сформировать особый тип личности, содержащий в себе участие в группе людей с аномальным развитием и с ОДА. С другой стороны - отношение общества к болезни подростка, атмосфера, которая его окружает. Поэтому всегда следует помнить, что самоидентификация подростков с нарушениями ОДА является результатом тесного взаимодействия этих двух факторов.

Большинство детей с нарушениями ОДА - это дети с церебральным параличом (89%). Помимо медицинской и социальной помощи, эти дети также нуждаются в психолого-педагогической коррекции. У некоторых детей нет отклонений в развитии познавательной деятельности и не требуется специальной подготовки и воспитания. Но у всех детей с нарушениями ОДА необходимы специальные условия жизни, образование и последующую работу. Детский церебральный паралич (ДЦП), который является одной из наиболее распространенных патологий центральной нервной системы у детей, является очень острой и актуальной проблемой

из-за его интенсивности и массового распределения. Церебральный паралич является одной из основных причин детской инвалидности [10, с. 33].

Именно в подростковом возрасте дети с нарушениями ОДА нуждаются в особой помощи для полноценной социальной жизни. В этом возрасте устанавливаются основные социальные связи, отношения с обществом, человек становится социальным и происходит профессиональное самоопределение. Судьба подростков зависит от успеха психологических, образовательных и социальных мероприятий в этот период [3, с. 133].

Погрешности в данной работе имеют все шансы послужить причиной нежелательным результатам - попаданию в болезнь, общественной обособленности и т.д. Формирование идентичности у подростков с нарушениями ОДА имеет ряд особенностей по сравнению с нормальными детьми. Во-первых, эти дети имеют серьезные травмы опорно-двигательного аппарата, что значительно затрудняет реализацию двигательных функций, многие дети, из-за болезни, научиться просто ползать, сидеть, ходить прыгать и т. д.

В подростковом возрасте ребенок начинает принадлежать к определенной категории людей. И непосредственно данный возрастной период весьма значим для развития также формирования личности. Любая физическая нетрудоспособность влияет на отношения с другими людьми; как ребенок позиционирует себя в обществе; о ходе процессов идентификации и, как следствие, формировании позитивной или негативной идентичности. В семье ребенок с ограниченными физическими возможностями - это, прежде всего, особый ребенок, для него возникает исключительное отношение, и здесь возникает вопрос формирования личного опыта ребенка, страдающего ДЦП.

Рассмотрев взгляды ученых А.Г. Спиркина и А.А. Налчаджан, мы обнаружили несхожесть, в том, что первый полагал перемены

человеческого «Я» в связи с условиями его существования, второй же утверждал о постоянных изменениях личности человека в течении всей его жизни, со временем обретавшую сравнительно устойчивую структуру. Функциональная задача личности самого младшего подростка - осознать себя как некий устойчивый объект, который подразумевает внутреннюю целостность, постоянство личности, которая, независимо от меняющихся ситуаций, может оставаться самой собой, что обеспечивается стабильностью самооценки [цит. по 5, с. 156].

Л.С. Выготский полагал, что физический дефект формирует абсолютно особенную социальную среду, чем у лица, у которого такого дефицита нет. Все без исключения взаимоотношения с людьми, все без исключения обстоятельства, характеризующие роль человека в общественной среде, его значимость и судьбу равно как участника бытия, все без исключения функции создания отстраиваются заново перед новым углом. Физический дефект, по словам Л.С. Выготский, вызывает социальное смещение, что усложняет социализацию ребенка, существенно влияет на его положение, его отношение к миру [10, с. 133].

Любая физическая аномалия оказывает отрицательное воздействие на развитие личности ребенка, как свидетельствуют ряд исследований отечественных и зарубежных специалистов по психологии, она вносит изменения в ситуацию социального формирования, нарушает структуру межличностных социальных связей, искажая межличностную структуру качеств и свойств пациента. У ребенка с двигательными нарушениями эти изменения связаны с изменением микросреды: частые госпитализации; разделение семьи; изменение в референтной группе (изменение в команде здоровых сверстников для общения с больными детьми) [5, с. 156]

Отечественный и зарубежный опыт показывает, что у подростков с нарушениями ОДА есть ряд нерешенных психологических проблем. Чаще всего это является следствием негативного воздействия на них

микросоциальной среды и психогенной травмы из-за наличия физического дефекта. Для них характерны срывы и кризисы плохой адаптации, которые проявляются перегрузкой эмоциональной сферы и поведенческими расстройствами. Развитие идентичности совершается на этапе подросткового возраста, однако оно непосредственно находится в зависимости от процесса самоидентификации, который совершается в подростковом возрасте.

Подводя итог вышесказанному, отроческий годы представляют собой значимым предварительным этапом для последующего формирования личности. Идентичность и самоидентификация у школьников с нарушениями опорно-двигательного аппарата имеют общие свойства, важными из которых считаются неделимая самооценка индивидуальных достоинств, невысокая самооценка эмоционально важных свойств, что формирует основу для развития отрицательной самооценки у подростков. Двойственный характер носит компонент самооценки личности подростков с нарушениями ОДА, в частности отображает несоответствие между устремлениями ребенка, оценкой возможностей и оценкой себя в действительности. Главный компонент саморегуляции личности ребенка с нарушениями ОДА обеспечивает регуляцию его действий, представляет защитную роль при наличии непреодолимых преград. Будучи в ситуациях психологического дискомфорта, у ребенка с ОДА развивается негативное самоотношение. В основе актуальности данной проблемы находится развитие самоидентификации, что происходит на базе индивидуальных структур, что устанавливает процесс социализации личности.



### 1.3 Теоретическое обоснование модели формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата

С точки зрения концепции социального научения А. Бандуры термин моделирование имеет отношение к процедуре либо ситуации, в которой субъект наблюдает модель поведения, установленную с целью выборки, также стремится повторить либо смоделировать данное поведение. Модель часто называют не просто поведением, а наблюдаемым субъектом. Моделирование изучается как один из важнейших процессов социализации. Здесь модель понимается как расположение объектов или символов, которое воспроизводит некоторые основные свойства исходной системы [цит. по 20, с. 62].

Этот метод широко используется в психологии с 1950-х годов 20-х века, когда формирование кибернетики делало допустимым прогнозирование различных аспектов целенаправленной работы активных существ. Разработка модели сложных физиологических концепций функциональных людей, которые содержали все первостепенные элементы кибернетических моделей поведения встречались в трудах П.К. Анохина и Н.А. Бернштейна [цит. по 20, с. 62].

Применение метода моделирования в психологических исследованиях развивается в двух направлениях [цит. по 17, с. 159]:

1) значительная или техническая имитация механизмов, процессов и результатов психической деятельности - моделирование психики;

2) организация воспроизводства определенного вида человеческой деятельности путем искусственного конструирования среды для этой деятельности (например, в лабораторных условиях), что обычно называют психологическим моделированием.

Процедура моделирования содержит три компонента: субъект (экспериментатор), объект изучения, модель, характеризующую (отражающую) взаимоотношения познающего субъекта также познаваемого объекта.

С помощью моделирования можно определить и уточнить свойства и элементы проектируемой (преобразованной) системы, а также рационализировать методы построения и изучения функциональных процессов как отдельных элементов, так и системы в целом.

Первый этап моделирования – целеполагание.

Анализ психологических и образовательных исследований позволил нам разработать дерево целей. Дерево целей является переводом системного подхода к процессу постановки целей, разработанная доктором психологических наук Долговой В.И. [14, с. 57].

Дерево целей - это структурированный и иерархический набор (распределенный по уровню) классификации целей программы, плана, в котором указывается генеральная цель («вершина дерева»); подзадачи, подчиненные ей с первого, второго и последующих уровней («ветви дерева») Это оправдывает генеральную цель и делает подзадачи более достижимыми.

Генеральная цель: теоретически обосновать и экспериментально выполнить психолого-педагогическое формирование позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Для реализации генеральной цели предполагается проведение исследования по трем основным направлениям:

1. Определить теоретические основы формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

- 1.1. Проанализировать психолого-педагогическую литературу по проблеме исследования.

1.1.1. Провести анализ понятия «самоотношение» в психолого-педагогической литературе.

1.1.2. Выявить взаимосвязь самоотношения и Я-концепции.

1.1.3. Изучить особенности формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

1.2. Выявить возрастные особенности проявления самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

1.2.1. Выявить необходимые аспекты для развития позитивного самоотношения.

1.2.2. Проанализировать факторы, влияющие на снижение самовосприятия подростков.

1.2.3. Определить отношение подростков с опорно-двигательного аппарата к представлению о личной значимости в обществе.

1.3. Теоретически обосновать модель формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

1.3.1. Изучить термин «формирование» во всех его аспектах, в рамках данной темы.

1.3.2. Определить необходимые принципы для реализации программы формирования.

1.3.3. Разработать и представить в полной мере модель формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

2. Организовать исследование формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

2.1. Определить этапы, методы и методики экспериментального исследования самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

2.1.1. Подробно описать этапы исследования, а также раскрыть понятия, относящиеся к методам и методикам понятия, использованные в данной работе.

2.1.2. Проанализировать методики в полной мере, приводя описания материалов и техники процедуры проведения.

2.2. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.

2.2.1. Определить ведущую деятельность и функцию самоотношения у подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

2.2.2. Описать и привести наглядные результаты по проведению вышеперечисленных методик.

2.2.3. Проанализировать результаты всех методик и подробно описать выводы.

3. Опытное-экспериментальное исследование формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

3.1. Разработать и реализовать программу формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

3.1.1. Подробно описать цели и задачи, сроки реализации программы по формированию позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

3.1.2. Разработать структуру занятия и описать схему каждого занятия в отдельности.

3.2. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования.

3.3. Составить рекомендации педагогам и родителям по формированию позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

3.3.1. Определить условия при которых результативность психолого-педагогической программы будет гарантирована.

3.3.2. Описать раннюю психопрофилактику необходимую для предотвращения формирования негативного самоотношения.

В графическом виде дерево целей представлено на рисунке 1.

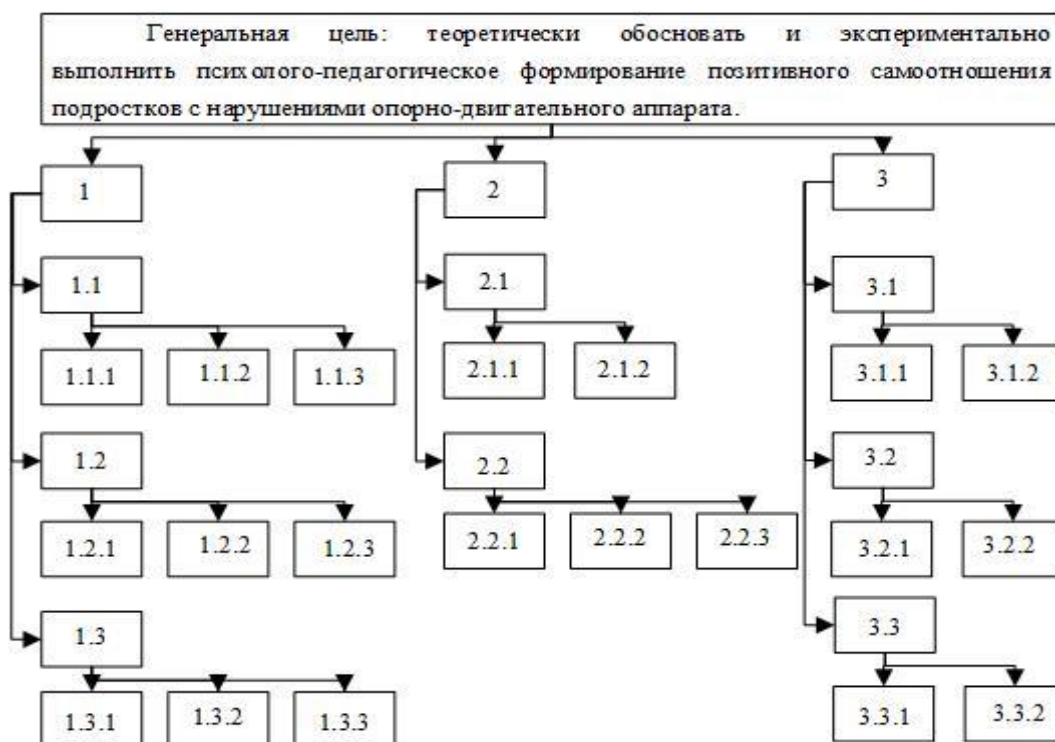


Рисунок 1 - Дерево целей формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата

В результате анализа психолого-педагогической литературы мы разработали модель формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата, содержащую четыре элемента: теоретический, диагностический, формирующий и аналитический блоки.

Результатом является возможное изменение самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата в результате реализации программы.

Модель психолого-педагогической формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата представлена на рисунке 2.

Модель формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата содержит 4 блока: теоретический, диагностический, формирующий и аналитический.

В теоретический блок входит анализ психолого-педагогической литературы, целеполагание, моделирование; подбор методик для проведения констатирующего этапа эксперимента.

В диагностическом блоке отображается выполнение диагностики самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата при помощи следующих методик: методика диагностика самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан, тест-опросник самоотношения В.В. Столина, С.Р. Пантилеева, методика «Вербальная диагностика самооценки личности» Н.П. Фетискина.

Формирующий блок отражает программу формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Цель программы: сформировать позитивное самоотношение подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Задачи программы:

1. Обеспечение школьника средствами самопознания.
2. Повышение представлений школьника о собственной значимости, ценности, укрепление у него чувства собственного достоинства.
3. Развитие навыков и умений, необходимых для уверенного поведения, для преодоления трудностей в учебе, других видах деятельности, в общении.
4. Формирование мотивации самовоспитания и обеспечение необходимыми психологическими средствами развития фантазии, воображения.

Форма работы – групповая.

Методы, используемые в психолого-педагогической работе:

1. Беседа - способ сбора основных сведений посредством вербальной коммуникации.

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

3. Арттерапия - прием свободного рисования, психодрама.

4. Ролевые игры - воссоздание операций и взаимоотношений других людей либо героев тот или иного события, как реальной, так и выдуманной. Этот вид развлечения формируют способности для самовыражения подростков.

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

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

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

8. Анализ определенных ситуаций, предлагаемых в игровой форме также имитирующих то, что совершается в обычной жизни школьников.

Аналитический блок направлен на оценку эффективности программы формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Повторная диагностика проводилась по методикам: методика диагностика самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан, тест-опросник самоотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев), методика вербальной диагностики самооценки личности Н.П. Фетискина.

Проверка гипотезы исследования о том, что уровень самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата, возможно, изменится в результате реализации программы осуществлялась с помощью Т-критерия Вилкоксона. Составлены рекомендации родителям, педагогам

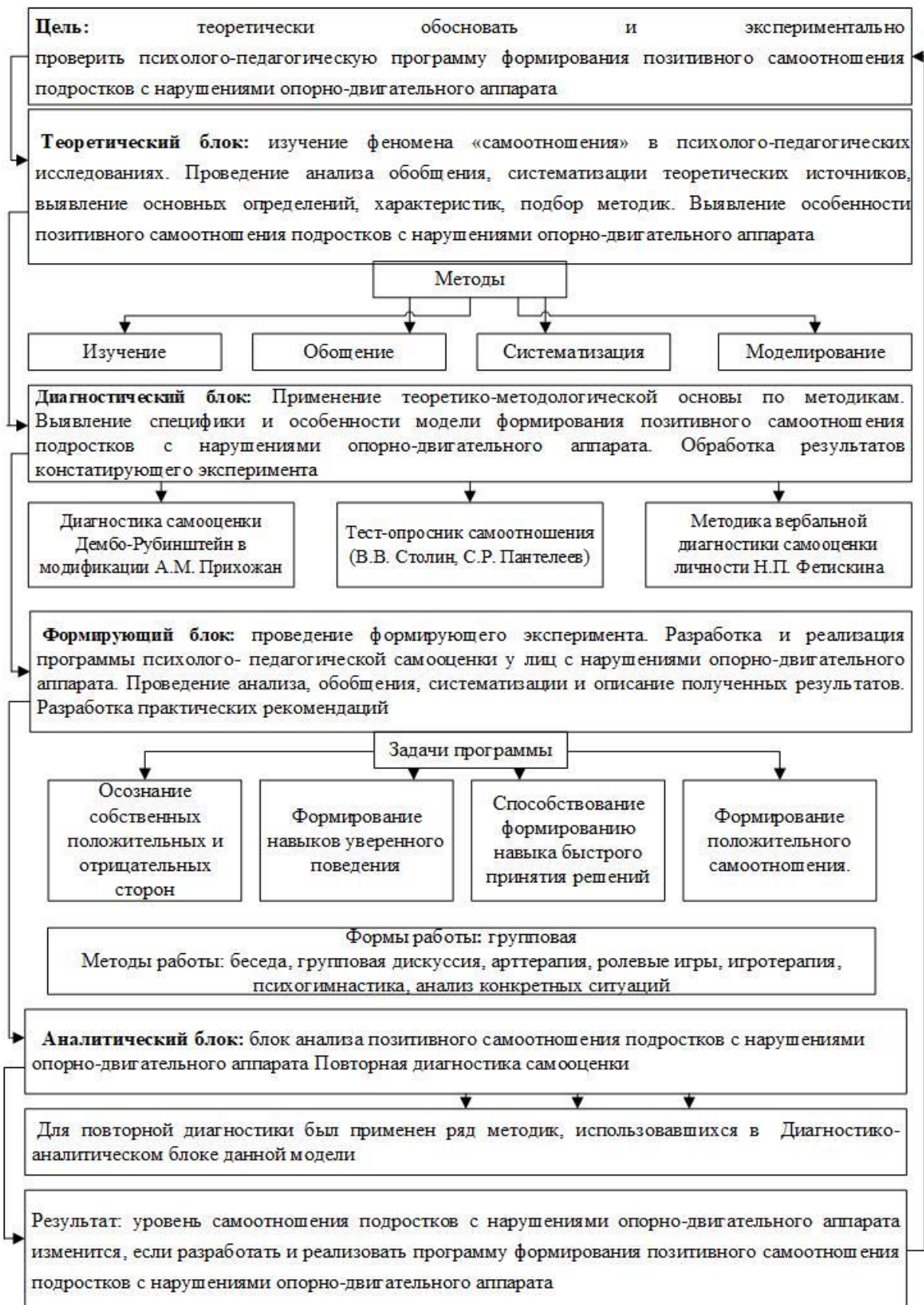


Рисунок 2 - Модель формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата



по формированию позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Таким образом, нами разработано дерево целей формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата, которое отражает нашу цель: теоретически обосновать и экспериментально выполнить формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата. В результате анализа психолого-педагогической литературы мы разработали модель формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата, содержащую четыре элемента: теоретический, диагностический, формирующий и аналитический блоки.

#### Выводы по 1 главе

Таким образом, анализ зарубежной и отечественной литературы показал неоднозначность представлений авторов о факторах, определяющих формирование психической сущности самоотношения. В рамках проанализированных подходов был сделан значительный шаг в разработке идей о природе межличностных отношений. Было представлено, что источники и движущие силы развития самоотношения не могут быть сведены к исключительно биологическому или социальному опыту. Идентификация уверенности в себе как объекта самостоятельного изучения осуществляется, как правило, путем разграничения в процессе самосознания процесса получения знаний о себе и отношения эмоциональной ценности по отношению к себе.

Под самоотношением подразумевают индивидуальное образование, по этой причине его структура и содержание способен быть открыт только

в контексте реальных актуальных взаимоотношений субъекта, «социальных ситуаций его развития» и деятельностей, за которыми встают аргументы, сопряженные с самореализацией субъекта как личности.

Подростковый период считается значимым предварительным этапом для последующего формирования личности. Характеристики формирования идентичности и самоидентификации у подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата имеют общих качеств личности, наиболее важными являются неделимой самооценкой отдельных качеств, низкая самооценка самооценки эмоционально значимых качеств, что создает основу для развития «негативной» самооценки у подростков.

Двойственный характер носит компонент самооценки личности подростков с нарушениями ОДА, в частности отображает несоответствие между устремлениями ребенка, оценкой возможностей и оценкой себя в действительности.

Идентичность и самоидентификация у школьников с нарушениями опорно-двигательного аппарата имеют общие свойства, важными из которых считаются неделимая самооценка индивидуальных достоинств, невысокая самооценка эмоционально важных свойств, что формирует основу для развития отрицательной самооценки у подростков. Двойственный характер носит компонент самооценки личности подростков с нарушениями ОДА, в частности отображает несоответствие между устремлениями ребенка, оценкой возможностей и оценкой себя в действительности.

Нами было разработано дерево целей формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата, которое отражает нашу цель: теоретически обосновать и экспериментально выполнить формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата. В результате анализа психолого-педагогической литературы мы разработали модель формирования позитивного самоотношения

подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата, содержащую четыре элемента: теоретический, диагностический, формирующий и аналитический блоки.

## **ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ПОЗИТИВНОГО САМООТНОШЕНИЯ ПОДРОСТКОВ С НАРУШЕНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА**

### **2.1 Этапы, методы и методики исследования**

Исследование формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата проводилось в три этапа. Опишем их ниже:

1. На поисково-подготовительном этапе происходит теоретическое изучение психолого-педагогической литературы, подбор методик. На этом этапе выполнено изучение психолого-педагогической литературы по проблеме изучения позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Были подобраны методики с учетом возрастных характеристик и темы исследования.

2. На опытно-экспериментальном этапе происходит тестирование и обработка результатов. Была проведена психодиагностика испытуемых. Затем полученные результаты были обработаны. Проведена программа формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

3. На контрольно-обобщающем этапе происходит анализ и обобщение результатов исследования, формулирование выводов, проверка гипотезы.

В исследовании формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата были использованы следующие методы и методики:

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

2. Эмпирические: констатирующий и формирующий эксперименты и тестирование по методикам: методика диагностика самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан, тест-опросник самоотношения В.В. Столина, С.Р. Панталеева, методика «Вербальная диагностика самооценки личности» Н.П. Фетискина.

3. Метод математической статистики: Т-критерий Вилкоксона.

Изучение литературы способствует анализу теоретических представлений различных авторов, по данной проблеме, а также изучению пособий, практикумов по психологии.

Под анализом литературы подразумевается метод научного исследования, что предполагает операцию реального либо мысленного разделения единого (предмета, особенности, процесса либо связи между объектами) на отдельные части, реализуемого в ходе познавательной либо предметно-практической работы человека [2].

Синтез – метод, который позволяет соединить различные элементы, стороны объекта в единое целое, которое осуществляется как в практической деятельности, так и в процессе познания

Обобщение – метод позволяющий выделить и фиксировать относительно устойчивые, инвариантные свойства предметов и их отношений [15].

Моделирование – это деятельность по построению и изучению моделей для указанных целей. Считается один из методов научного познания также теоретическим способом проведение исследования и состояний при помощи истинных либо идеальных, в первую очередь математических моделей. Присутствие взаимоотношения неполного подобия - гомоморфизма – дает возможность применять модель равно как заместитель либо образец исследуемой концепции. Относительная простота модели делает такую замену особенно наглядной. Разработка простых моделей организации – эффективной способ проверки истинности

и всесторонности теоретических взглядов на различных отраслях познания.

Под экспериментом подразумевается экспериментальная стратегия, в которой производится целенаправленное отслеживание за неким движением в условиях регламентированной модификации отдельных черт ситуаций его протекания. При этом происходит проверка гипотезы. В психологии – один из основных, наряду с наблюдением, методов научного познания вообще и исследования психологического в частности. Главное различие от наблюдения заключается в том, что эксперимент подразумевает особую систему и активную интервенцию в ситуацию исследователя, что по заранее обдуманному плану манипулирует одной либо несколькими переменными (условиями) и фиксирующего сопутствующие изменения в поведении исследуемого объекта. Осуществлять исследование, проводить эксперимент - это означает исследовать воздействие неустойчивой независимой на одну либо некоторое количество неустойчивых зависимых при жестком контроле переменных [39, с. 92].

Под формирующем экспериментом подразумевается своеобразный способ психологического изучения, состоящий в том, что экспериментатор установленным способом создает обучение (формирование) испытуемого с целью извлечь заданное изменение его нервной системы. Формирующий эксперимент ориентирован на обнаружение причин и обстоятельств протекания процессов в отличие от метода констатации (срезов), сконцентрированного на исследовании фактов, и лонгитюдного исследования, обращенного на описание процессов в естественных обстановках [34, с. 53].

Под констатирующим экспериментом подразумевается один из главных типов эксперимента, проводимого для замера одной либо нескольких независимых переменных также установление их воздействия на зависимые переменные. Констатирующий эксперимент отличается от

формирующего эксперимента, основным образом целями выполнения. Целью констатирующего эксперимента выступает фиксация изменений, происходящих с зависимыми переменными, а не влияние на последние, как в формирующем эксперименте. Констатирующий эксперимент может быть естественным и лабораторным [39, с. 53].

Под тестированием подразумевается способ психодиагностики, который применяет стандартизованные вопросы и задания - тесты, владеющие конкретной шкалу значений. Применяется для стандартизованного измерения различий индивидуальных. Позволит с известной возможностью установить актуальный уровень формирования у индивидуума необходимых способностей, познаний, индивидуальных черт и многое другое [24, с. 62].

Характеристика методик исследования.

Методика исследования самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан (Приложение 1).

Цель: определить уровень самооценки старших подростков.

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

Тест-опросник самоотношения В.В. Столин, С.Р. Пантелеев (Приложение 1).

Цель: выявление уровня самоотношения испытуемого к самому себе.

Опросник позволяет выявить три уровня самоотношения, отличающихся по степени обобщенности:

1) глобальное самоотношение;

2) самоотношение, дифференцированное по самоуважению, аутсимпатии, самоинтересу и ожиданиям отношения к себе;

3) уровень конкретных действий (готовности к ним) в отношении к своему «Я».

Опросник содержит 57 вопросов-суждений, на которые необходимо положительно («да») или отрицательно («нет») ответить.

Методика включает следующие шкалы:

Шкала S – глобальное самоотношение; измеряет интегральное чувство «за» или «против» собственно «Я» испытуемого.

Шкала I – самоуважение.

Шкала II – аутосимпатия.

Шкала III – ожидаемое отношение от других.

Шкала IV – самоинтерес.

Вербальная диагностика уровня самооценки Н.П. Фетискина (полное описание методики в Приложении 1).

Цель: выявление уровня самооценки личности.

Согласно любому из суждений теста на самооценку необходимо предоставить ответ «очень часто», «часто», «редко» либо «никогда» в зависимости от того, в какой степени характерны для вас идеи, изображенные в вопросах.

Для математической обработки результатов исследования был использован Т-критерий Вилкоксона. Критерий используется с целью сравнения характеристик, промеренных во двух различных обстоятельствах в одной и той же выборке испытуемых.

Он позволяет установить не только направленность изменений, но и их выраженность. С его помощью мы определяем, является ли сдвиг показателей в каком-то одном направлении более интенсивным, чем в другом. Сущность метода заключается в том, что сопоставляются выраженности сдвигов в том и другом направлениях согласно абсолютной величине. Для этого сначала ранжируются все абсолютные величины



сдвигов, а потом суммируются ранги. В случае если сдвиги в позитивную и в негативную сторону совершаются случайно, в таком случае суммы рангов абсолютных значений их станут примерно равны. В случае если сила сдвига в одном из направлений перевешивает, в таком случае сумма рангов безусловных значений сдвигов в обратную сторону станет значительно, ниже, нежели это могло бы быть при беспорядочных изменениях. Гипотезы Т-критерия Вилкоксона:

$H_0$ : Интенсивность сдвигов в типичном направлении не превосходит интенсивности сдвигов в нетипичном направлении.

$H_1$ : Интенсивность сдвигов в обычном направлении превосходит интенсивность сдвигов в нетипичном направлении.

Ограничения в применении Т-критерия Вилкоксона:

1. Минимальное количество испытуемых, прошедших измерения в двух условиях - 5 человек. Максимальное количество участников - 50 человек, что диктуется верхним рубежом существующих таблиц.

2. Нулевые сдвиги из рассмотрения исключаются, также число исследований  $n$  уменьшается на число данных нулевых сдвигов.

Таким образом, исследование самооценки подростков проходило в 3 этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий. Исследование самоотношения подростков проводилось с помощью комплекса методов и методик. Теоретические: анализ, синтез и обобщение психолого-педагогической литературы, моделирование. Эмпирические методы исследования: констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование по методикам: методика диагностика самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан, тест-опросник самоотношения В.В. Столина, С.Р. Пантिलеева, методика «Вербальная диагностика самооценки личности» Н.П. Фетискина. Метод обработки полученных данных: Т-критерий Вилкоксона.

## 2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента

В исследование приняло участие 10 учащихся 8 классов МБОУ «Школа-интернат» № 4 г. Челябинска. Из них 6 девочек и 4 мальчика. Возраст учеников – 14-15 лет, абсолютное большинство – девочки. В группе царит дружеская атмосфера, есть сформированы микрогруппы, в которых учащиеся общаются друг с другом. Большинство учеников заинтересованы в обучении, активно работают в парах, отвечают на вопросы преподавателей по желанию и по запросу. В целом, отношения между учителями и учащимися положительные, но некоторые ученики испытывают негативные эмоции при общении с учителями. Ученики открыты для общения, очень любопытны и дружелюбны.

Общая успеваемость – хорошая, при этом явно отстающих учеников нет. Для абсолютно всех учащихся учебная работа представляет собой определяющей в этом периоде их жизни, так как коллектив выпускной и впереди их ожидает зачисление в высшие и средние учебные заведения.

Общий круг интересов в учебной деятельности связывает учащихся, одноклассники активно сотрудничают, помогают друг другу. В классе имеется 2 очевидных лидера, их взгляды и мысли пользуются авторитетом у учащихся, кроме того они пользуются уважением со стороны педагогов.

Со всеми учащимися было проведено тестирование по подобранным методикам. Результаты исследования по методике диагностики самооотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев), раскрыты на рисунке 1 (Приложение 2, Таблица 1).

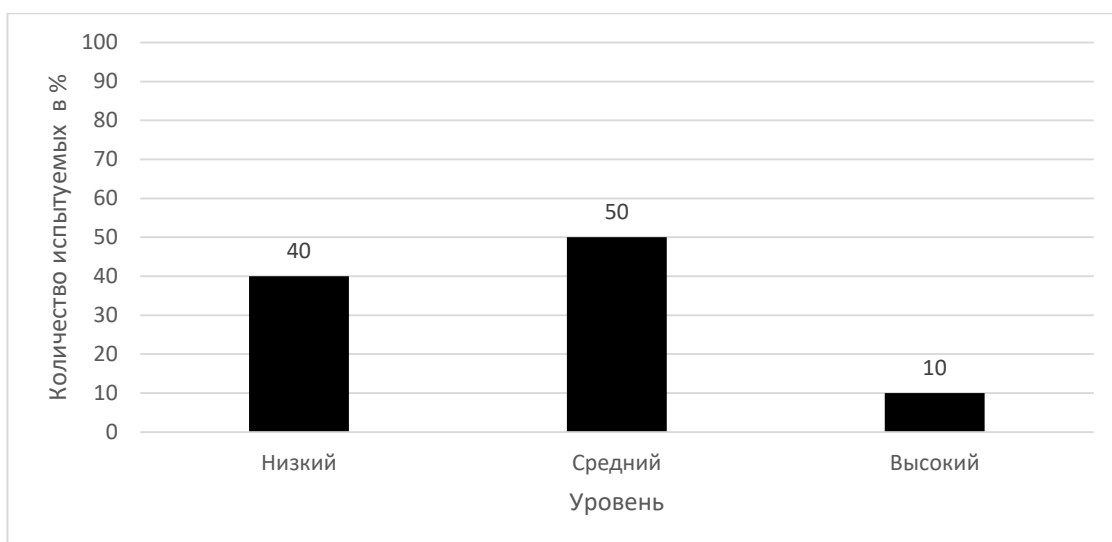


Рисунок 3 - Результаты исследования уровня самооотношения у подростков нарушениями опорно-двигательного аппарата (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев)

Низкий уровень - 4 (40%) учащихся. У этих учащихся не сформированы большинства показателей. Это говорит о том, что респонденты не верят в свои силы, способности, им не хватает энергии, они не могут оценить свои возможности, отсутствует интерес к себе, собственным мыслям, чувствам, они ожидают негативное отношение от других людей. По шкале самообвинения у всех респондентов совпадений больше. Из этого следует, что респонденты часто испытывают раздражение и презрение по отношению к себе.

Средний уровень самооотношения наблюдается у 5 учащихся (50%). У этих детей не все показатели сформированы в полной мере или вообще не сформированы. Почти у всех учащихся не сформированы такие показатели, как самопонимание и самопринятие. Это говорит о том, что учащиеся не интересны сами себе, они не доверяют себе, не принимают себя.

По результатам теста-опросника В.В. Столина, следует, что у 1 (10%) учащихся высокий уровень самооотношения. У этих детей сформированы абсолютно все показатели. Это говорит о том, что у учащихся преобладает положительное самопринятие.

Далее с классом была проведена методика диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан, результаты отображены на рисунке 4 (Приложение 2, Таблица 2).

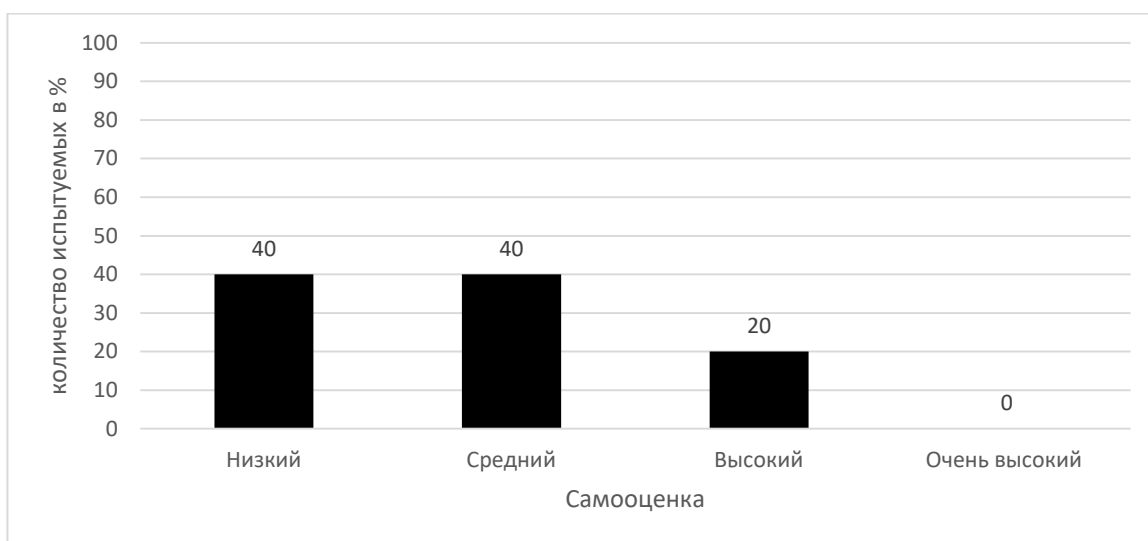


Рисунок 4 – Результаты исследования самооценки у подростков нарушениями опорно-двигательного аппарата (Методика Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан)

На основании результатов методики диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан мы сделали следующие выводы:

С низким уровнем самооценки было выявлено у 4 (40%) респондентов. Низкий уровень самооценки говорит о недооценке подростков самих себя и могут свидетельствовать о крайнем неблагополучии в развитии личности.

Со средним уровнем самооценки - 4 (40%) испытуемых. Данные подростки со средней адекватной самооценкой обладают предприимчивостью, инициативностью и способностью адаптироваться к новым условиям. При оптимальной, адекватной самооценке подростки правильно соотносят свои возможности и способности, достаточно критически относятся к себе, стремятся реально смотреть на свои неудачи и успехи, стараются ставить перед собой достижимые цели, которые можно осуществить на деле.

С высоким уровнем самооценки – 2 (20%) обучающихся. Эти подростки обладает идеализированным образом своей личности и возможностей, а также собственной ценности для окружающих. Испытуемые с высоким уровнем самооценки сложно наладить нормальный контакт с окружающими, общаться «на равных».

Динамика уровня самооценки по методике «Экспресс диагностика уровня самооценки» Н.П. Фетискин представлена на рисунке 5 (Приложение 3, таблица 3).

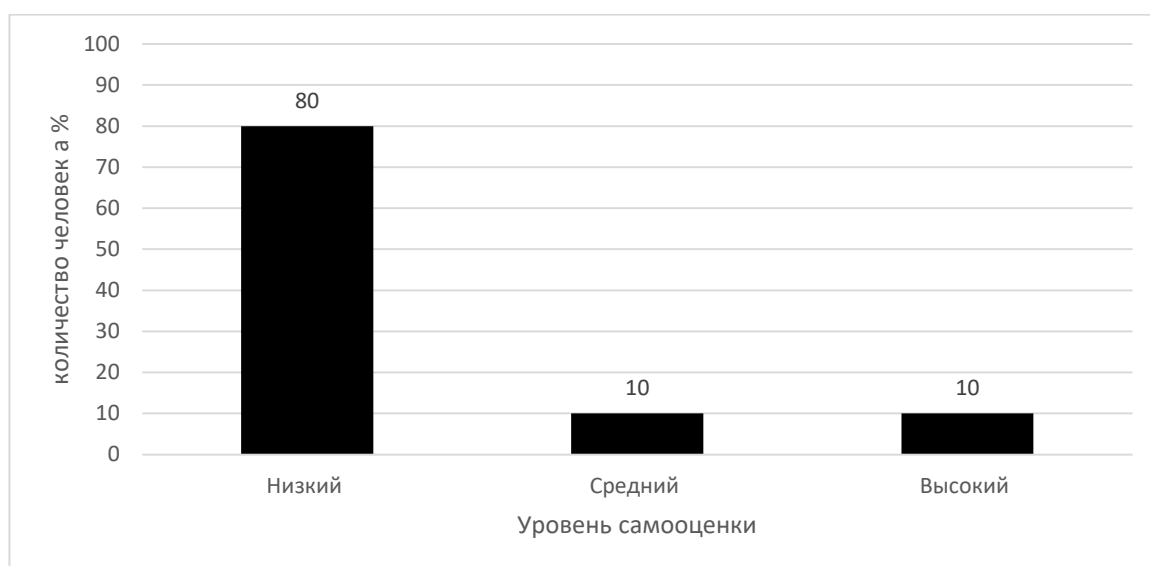


Рисунок 5 - Результаты исследования самооценки подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата (методика «Экспресс диагностика уровня самооценки» Н.П. Фетискин)

На рисунке отображено преобладание низкого уровня самооценки у 8 испытуемых (80%), средний уровень самооценки проявился у одного испытуемого (10%), и у 1 (10%) испытуемого замечен высокий уровень самооценки. У большей части класса уменьшилась самооценка, так как волнение, боязнь провала и того, что ожидает их в будущем, никак не приносит покоя. Подобное тяжелое состояние зачастую приводит к замкнутости, возможно к робости в решение тот или иной задачи.

Итоговые результаты исследования самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата представлены на рисунке 6 (Приложение 2, таблица 4).

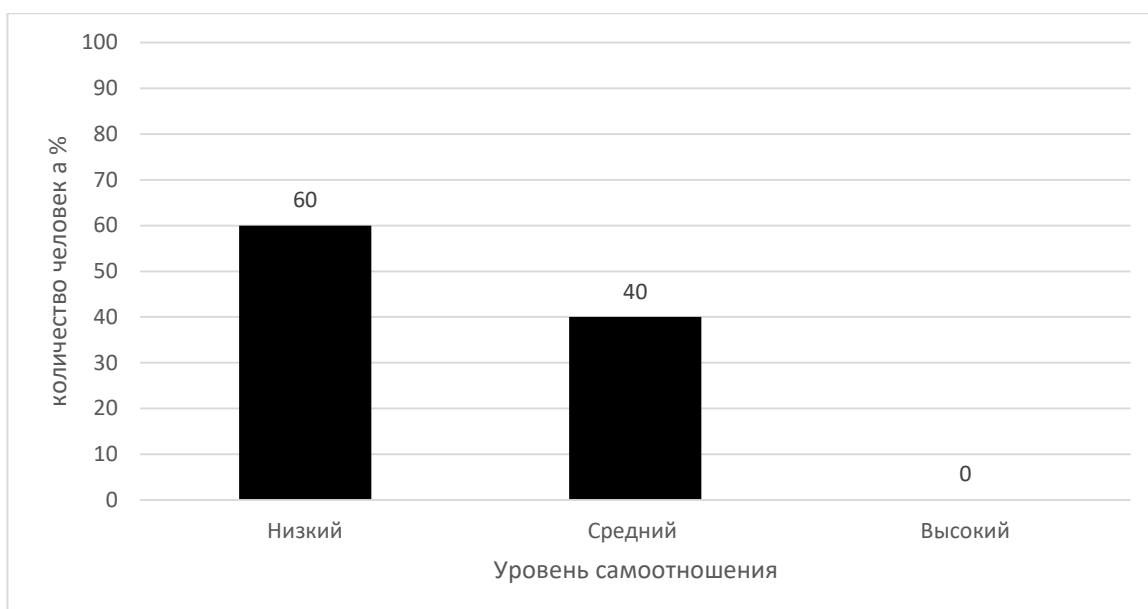


Рисунок 6 - Итоговые результаты исследования самооценки подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата по трем методикам

Подводя итоги исследования самооценки подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата, мы можем видеть, что высокого уровня не было выявлено, у 4 (40%) испытуемых выявлен средний уровень самооценки, это говорит о том, что учащиеся не интересны сами себе, они не доверяют себе, не принимают себя. У 6 (60%) испытуемых выявлен низкий уровень самооценки, это говорит о том, что респонденты не верят в свои силы, способности, они не могут оценить свои возможности.

Таким образом, для участия в программе по формированию позитивного самооценки подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата приглашены все участники эксперимента.

### Вывод по 2 главе

Исследование формирования позитивного самооценки подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата проводилось в три этапа. Опишем их ниже:

1. На поисково-подготовительном этапе происходит теоретическое изучение психолого-педагогической литературы, подбор методик. На этом этапе выполнено изучение психолого-педагогической литературы по проблеме изучения позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Были подобраны методики с учетом возрастных характеристик и темы исследования.

2. На опытно-экспериментальном этапе происходит тестирование и обработка результатов. Была проведена психодиагностика испытуемых. Затем полученные результаты были обработаны. Проведена программа формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

3. На контрольно-обобщающем этапе происходит анализ и обобщение результатов исследования, формулирование выводов, проверка гипотезы.

В исследование приняло участие 10 учащихся 8 классов МБОУ «Школа-интернат № 4 г. Челябинска. Из них 6 девочек и 4 мальчика. Возраст учеников – 14-15 лет, абсолютное большинство – девочки.

Подводя итоги исследования самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата, мы можем видеть, что высокого уровня не было выявлено, у 4 (40%) испытуемых выявлен средний уровень самоотношения, это говорит о том, что учащиеся не интересны сами себе, они не доверяют себе, не принимают себя. У 6 (60%) испытуемых выявлен низкий уровень самоотношения, это говорит о том, что респонденты не верят в свои силы, способности, они не могут оценить свои возможности.

Таким образом, для участия в программе по формированию позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата приглашены все участники эксперимента.

### **ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ ПОЗИТИВНОГО САМООТНОШЕНИЯ ПОДРОСТКОВ С НАРУШЕНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА**

#### **3.1 Программа формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата**

На констатирующем этапе исследования мы выявили группу подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата, у которых низкий уровень самоотношения. В последствии была сформирована выборка испытуемых из числа всех подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата опытно-экспериментального исследования формирования позитивного самоотношения подростков.

Работа по формированию позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата построена на основе работ авторов: А.А. Осиповой, А.М. Прихожан, И.В. Стишенок.

Цель: осуществить формирование позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Задачи программы:

1. Обеспечение школьника средствами самопознания.
2. Повышение представлений школьника о собственной значимости, ценности, укрепление у него чувства собственного достоинства.
3. Развитие навыков и умений, необходимых для уверенного поведения, для преодоления трудностей в учебе, других видах деятельности, в общении.



4. Формирование мотивации самовоспитания и обеспечение необходимыми психологическими средствами развития фантазии, воображения.

Программа рассчитана на детей подросткового возраста с нарушением опорно-двигательного аппарата в возрасте от 11 до 14 лет.

Занятия проводятся один раз в неделю (5 недель). Подобный временной интервал между занятиями предоставляет нужное время для отработки способностей и всестороннего освоения приобретенной информации. Продолжительность одного занятия - 1 – 1,5 часа.

Занятие № 1. Цель: содействие развитию позитивного самоотношения.

Упражнение 1. «Снежный ком»

Цель упражнения: организовать к началу взаимодействия, выработать позитивное подход друг к другу, определить позицию к педагогу.

Упражнение 2. «Мои достоинства»

Цель упражнения: понимание позитивных свойств личности

Упражнение 3. «Мнение окружающих»

Цель упражнения: формирование положительно «Я - образа»

Занятие №2. Цель: развития умений уверенного поведения.

Упражнение 1. «Подиум»

Цель упражнения: развитие навыков уверенного поведения, повышение уверенности в себе.

Упражнение 2. «Страж сцены»

Цель упражнения: формирование способностей решительного действия, устранение эмоциональных зажимов

Занятие №3. Цель: понимание основ достижения целей.

Упражнение «Что я могу»

Цель упражнения: понимание личных способностей, избавление от некоторых стандартов сопряженных со самооценкой.

Занятие №4. Цель: проработка способностей решительного поведения.

Упражнение 1. «Дюжина»

Цель упражнения: проведение «интеллектуальной разминки», подготовка навыков решительного поведения в моментах, когда необходимо незамедлительно отвечать на изменяющуюся обстановку.

Упражнение 2. «Интонация»

Цель упражнения: развитие навыков уверенного поведения

Упражнение 3. «Если бы..., то бы...»

Цель упражнения: выработка навыков быстрого реагирования на конфликтную ситуацию.

Занятие №5. Цель: понимание механизмов развития адекватной самооценки.

Упражнение 1. «Личностные способности»

Цель упражнения: понимание позитивных свойств личности

Упражнение 2. «Подарок»

Цель упражнения: развитие навыков уверенного поведения

Представим первые занятия более развернуто.

Цель: содействовать развитию позитивного самоотношения.

Вводная часть: тренинг начинается с вводного выступления психолога, что сообщает о себе, также о будущем совместной работе. Уже после этого педагог дает ответ на вопросы ребят. Помимо этого, учащихся просят усвоить главные правила, которые они станут применять в ходе тренинговой деятельности:

1. «Правило активности»
2. «Правило «Здесь и сейчас».
3. «Правило уважения»
4. «Правило правой руки»

Упражнение 1. «Снежный ком»

Цель упражнения: организовать к началу взаимодействия, выработать позитивное подход друг к другу, определить позицию к педагогу.

Ход упражнения: Участники сидят в кругу. Доброволец из круга должен назвать свое имя и одну из положительных черт своего персонажа, чье имя начинается с первой буквы его имени. Например, Наташа - независимая. Кроме того, в кругу каждый выполняет одну и ту же задачу. Трудность состоит в этом, то что любой участник, прежде чем охарактеризовать собственное имя также границу характера, обязан воспроизвести имена и особенности характера абсолютно всех предшествующих соучастников.

После выполнения основного задания происходит обсуждение. Необходимо сосредоточить заинтересованность на том, что какие чувства ощущают участники, не забывают ли они имена друзей по тренингу и склонны ли они работать над ними.

#### Упражнение 2. «Мои достоинства»

Цель упражнения: осознать положительных качеств личности.

Ход упражнения: Ребята на разных листах должны зафиксировать перечень собственных позитивных черт. Качества должны касаться только черт личности и характера. На осуществление задачи предоставляется 7 мин., уже после чего же любой участник перед другими зачитывает собственные качества.

В конце упражнения проводится рефлексия:

- Сколько вам удалось написать своих качеств?
- Когда остальные дети прочитают ваши характеристики, что вы хотели бы интегрировать в свой список?
- Какие еще особенности вы хотели бы видеть в себе?
- Что ты должен сделать для этого?
- Где твои перечисленные качества могут быть полезны в жизни?
- У тебя сейчас есть мечта или цель?

- Какие качества необходимы для ее достижения?
- Что ты еще хочешь добавлять в свой список?

### Упражнение 3. «Мнение окружающих»

Цель упражнения: сформировать положительный «Я - образ».

Ход упражнения: Каждый участник тренинга ставит перед собой чистый лист, подписывая свое имя в верхнем углу. Каждый передает лист соседу справа. Поэтому у каждого участника есть лист с чужим именем. Его работа заключается в том, чтобы писать о человеке, чье имя написано на листе, о позитивной характеристике или характеристике внешности, которая кажется ему привлекательной. Впоследствии лист снова передается соседу справа. Поэтому каждый участник упражнения напишет положительную характеристику каждому ученику. Упражнение заканчивается, когда возвращается лист к его хозяину. Затем каждый участник читает то, что другие участники написали о нем, после чего список зачитывается всем.

Общее обсуждение происходит в конце упражнения.

- Какие эмоции возникли в ходе упражнения?
- Было ли приятно слушать мнение других людей о вашей личности?
- Вам нравилось искать положительные качества в других?
- Почему люди должны видеть положительные стороны других?
- Какие ваши положительные качества вы слышите впервые?
- Можно ли развить в себе положительные качества?

### Занятие №2

Цель: сформировать навыки уверенного поведения.

#### Упражнение 1. «Подиум»

Цель упражнения: развить навыки уверенного поведения, повышение уверенности в себе.

Ход упражнения: Ребята устанавливают стул в две линии лицом к лицу между линиями, сохраняя дистанция приблизительно двух метров. Это место применяется как вымышленная сцена.

Первый этап: каждый из участников должен по очереди ходить по подиуму в обычном темпе.

Второй этап: пройти подиум в очень безопасном темпе. Варианты творческого подхода к студенческому заданию и импровизации не исключены. Упражнение завершается только после того, как каждый участник сможет успешно завершить упражнение. В конце упражнения происходит общее обсуждение. В конце упражнения проводится рефлексия:

1. Что ты чувствуешь при ходьбе?
2. Каковы были ваши чувства и эмоции, когда вы проявили уверенность?
3. Какой вариант понравился другим?
4. Что ты думаешь?
5. Что зависит от нашей походки?
6. Удалось ли вам чувствовать себя более уверенно?
7. Вы обрели уверенность после окончания упражнения?

#### Упражнение 2. «Страх сцены»

Цель упражнения: формирование способностей решительного действия, устранение эмоциональных зажимов

Ход упражнения: Дети ставят стулья в амфитеатр. 10 минут дается, чтобы представить свою речь другим участникам. Во время выступления можно представить любой свой талант или умение, студенты могут собраться вместе и описать любую сцену. Кроме того, выступление ученика может быть ограничено рассказом о себе или каким-то интересным моментом в его жизни, которым он гордится. Упражнение заканчивается обсуждением.

В конце упражнения отражается следующее:

1. Какие эмоции возникли во время выполнения задания и на сцене?
2. Почему многие чувствуют себя скованности и стеснения?

3. Как это можно преодолеть?
4. Если ты не будешь драться с ним, станет ли драма лучше?
5. Участникам предлагается повторить упражнение еще раз.
6. Было ли вам выполнять упражнение второй раз легче?
7. Как вы думаете с чем это связано?
8. Нужно ли остерегаться мнения окружающих?
9. Какие эмоции у вас возникали, когда вы видели на сцене проявление уверенного поведения?
10. Что нужно делать, чтобы у вас получилось избавиться от скованности?

### Занятие №3

Цель: осознать принципов достижения целей.

Упражнение «Что я могу»

Цель упражнения: понимание личных способностей, избавление от некоторых стандартов сопряженных со самооценкой.

Ход упражнения: Дети делятся на три группы. Первая группа должна завершить список целей, которые они могут в настоящее время достичь. Вторая группа перечисляет цели, которые они хотели бы достичь. Третья группа участников оформляет перечень «волшебных» целей, которые почти нереально добиться. Все группы читают свои письма. Каждый список обсуждается индивидуально. Тренер объясняет ученикам, как действительно различаются групповые списки, и проводит различные аналогии между ними. Кроме того, все три группы составляют список факторов, препятствующих достижению их целей. Затем следует второе обсуждение. Цель педагога: поспособствовать детям осознать механизм достижения какой угодно цели посредством самооценки. Третий этап: участники в группах оформляют перечень тех возможностей, которые им нужны для свершения этих целей. В процессе обсуждения психолог должен помочь детям понять, как они могут работать над собой, чтобы добиться того, чего они хотят. Ученики также делятся опытом о том, как

каждый из них в настоящее время добивается успеха в достижении целей и работает над собой.

Таким образом, для организации условий по самопознанию и личностного роста подростка, для формирования его «Я»-концепции, была реализована программа формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Реализация программы формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата позволит нам организовать условия для самопознания и личностного роста школьника, для формирования «Я-концепции» с помощью психологических способов работы согласно уровню развития, проигрывания ситуаций, дискуссий и игр на коммуникацию.

### 3.2 Анализ результатов формирующего исследования

На формирующем этапе нашего исследования была разработана и реализована программа по формированию позитивного самоотношения у подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Для того чтобы зафиксировать изменения в формировании самоотношения, нами была проведена повторная диагностика самооценки подростков по следующим методикам: методика диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан, тест-опросник самоотношения В.В. Столина, С.Р. Пантлеева, методика «Вербальная диагностика самооценки личности» Н.П. Фетискина. Целью повторного исследования, на контрольно-обобщающем этапе, является обработка и обобщение результатов опытно-экспериментальной работы, оформление психолого-педагогического эксперимента. На данном этапе использовался

тот же пакет психодиагностических методик. Далее была проведена повторная диагностика.

Результаты исследования уровня самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата до и после реализации программы формирования по тесту-опроснику самоотношения В.В. Столин, С.Р. Пантелеев представлены на рисунке 7 (Приложение 4, таблица 5).

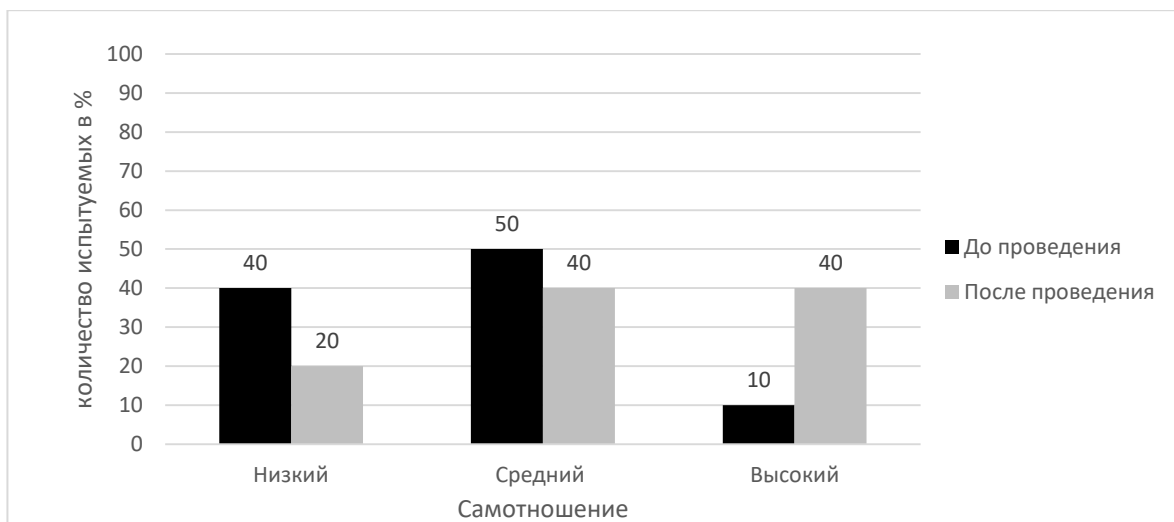


Рисунок 7 - Результаты исследования уровня самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата по тесту-опроснику самоотношения В.В. Столин, С.Р. Пантелеев до и после реализации программы

Как мы видим на рисунке, до проведения программы средний уровень самооценки был у 5 (50%) человек, после – у 4 (40%) человек. Испытуемых с высоким уровнем самооценки увеличилось на 3 человека. До проведения программы высокий уровень самооценки был у 1 (10%) человек, после – у 4 (40%) человек. У испытуемых отмечено умение адекватного реагирования на критику в свою сторону, выросла уверенность в собственных силах, быстрее получается принимать решения, не опасаются изменений, довольствуются достигнутым успехам, поражения принимают как весомый навык. Низкий уровень был выявлен у 2 (20%) испытуемых, что меньше на 2 человека до проведения программы формирования позитивного самоотношения.



В целом количество подростков высоким уровнем самооотношения увеличился. Поэтому можно говорить о тенденции в направлении повышения уровня самооотношения после проведения программы формирования.

Далее была проведена методика диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан, результаты отображены на рисунке 8 (Приложение 4, Таблица 6).

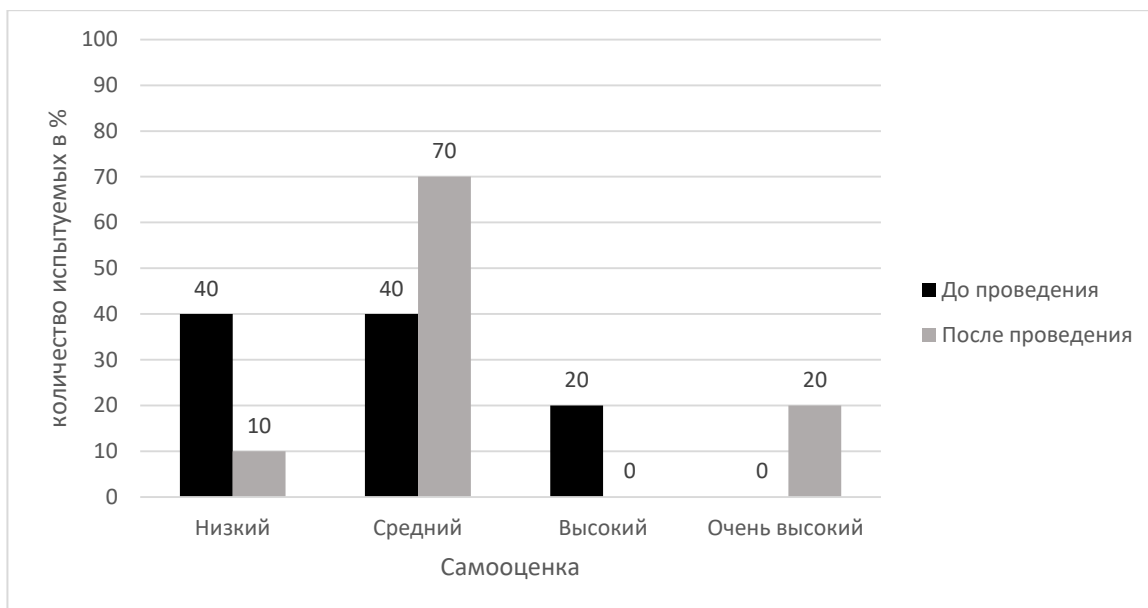


Рисунок 8 – Результаты исследования самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан до и после реализации программы

После проведения программы при повторной диагностике был выявлен очень высокий уровень самооценки у 2 (20%) испытуемых. Эти подростки обладает идеализированным образом своей личности и возможностей, а также собственной ценности для окружающих.

С высоким уровнем самооценки испытуемых не было выявлено.

Со средним уровнем самооценки число испытуемых выросло и составило 7 (70%) испытуемых. Данные подростки со средней адекватной самооценкой обладают предприимчивостью, инициативностью и способностью адаптироваться к новым условиям.

С низким уровнем самооценки число испытуемых уменьшилось и составило 1 (10%) испытуемых. Низкий уровень самооценки говорит о

недооценке подростков самих себя и могут свидетельствовать о крайнем неблагополучии в развитии личности.

Результаты по методике «Экспресс диагностика уровня самооценки» Н.П. Фетискин до и после реализации программы формирования представлены на рисунке 9 (Приложение 4, таблице 7).

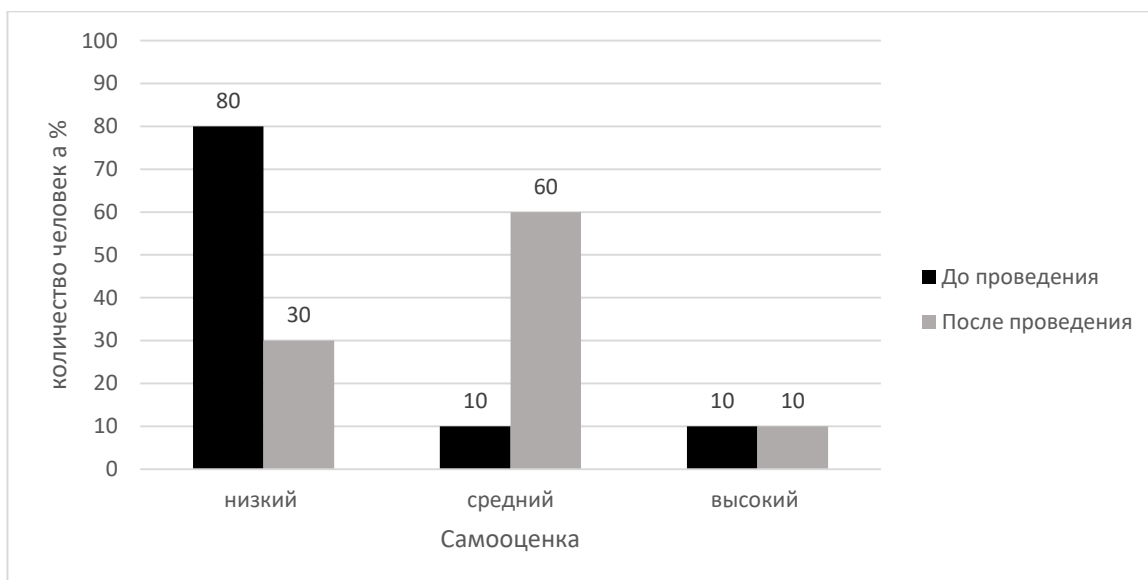


Рисунок 9 - Результаты исследования уровня позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата по методике «Экспресс диагностика уровня самооценки» Н.П. Фетискин до и после реализации программы

После проведения программы число испытуемых с низким уровнем самооценки составило 3 (30%). Далее мы выяснили, что испытуемых со средним уровнем самооценки до 6 (60%) испытуемых. У одного испытуемого по-прежнему остается уровень самооценки (10%). Те испытуемые, у которых поднялся уровень самооценки с низкого до среднего стали чувствовать себя более уверенней.

Для определения эффективности программы по формированию позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата нами был использован критерий Т. Вилкоксона по всем результатам методик исследовательской работы.

Можно ли утверждать, что значения, полученные в результате проведения теста «Экспресс диагностика уровня самооценки» Н.П. Фетискина на этапе констатирующего эксперимента и результаты

методики «Экспресс диагностика уровня самооценки» Н.П. Фетискина на этапе формирующего эксперимента будут иметь сдвиг в сторону увеличения?

Результаты математической обработки представлены в таблице 9 приложения 4 и на рисунке 10.

Гипотезы:

$H_0$ : Интенсивность сдвигов в сторону увеличения результатов по методике «Экспресс диагностика уровня самооценки» Н.П. Фетискина не превышает интенсивности сдвигов в сторону ее уменьшения.

$H_1$ : Интенсивность сдвигов в сторону увеличения результатов по методике «Экспресс диагностика уровня самооценки» Н.П. Фетискина превышает интенсивности сдвигов в сторону ее уменьшения

Находим критические значения для Т-критерия Вилкоксона для  $n=5$ :

$$T_{кр}=5 (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр}=10 (p \leq 0.05)$$

$$T_{эмпр}=15$$

В данном же случае эмпирическое значение Т попадает в зону значимости:  $T_{эмпр} < T_{кр}(0,01)$ .

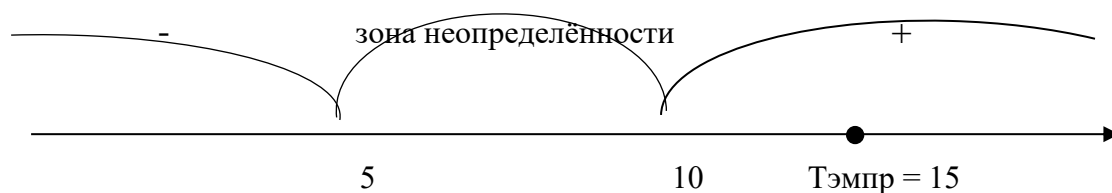


Рисунок 10 - Ось значимости

Ответ: Гипотеза  $H_0$  принимается. Показатели после эксперимента превышают значения показателей до опыта.

Можно ли утверждать, что значения, полученные в результате проведения теста-опросника самоотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев) на этапе констатирующего эксперимента и результаты теста-опросника самоотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев) на этапе формирующего эксперимента будут иметь сдвиг в сторону увеличения?

Результаты математической обработки представлены в таблице 10 приложения 4 и на рисунке 11.

Гипотезы:

H<sub>0</sub>: Интенсивность сдвигов в сторону увеличения результатов по методике теста-опросника самоотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев) не превышает интенсивности сдвигов в сторону ее уменьшения.

H<sub>1</sub>: Интенсивность сдвигов в сторону увеличения результатов по методике теста-опросника самоотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев) превышает интенсивности сдвигов в сторону ее уменьшения.

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

$$T_{кр}=5 (p\leq 0.01)$$

$$T_{кр}=10 (p\leq 0.05)$$

$$T_{эмпр}=0$$

В данном же случае эмпирическое значение Т попадает в зону значимости:  $T_{эмпр} < T_{кр}(0,01)$ .

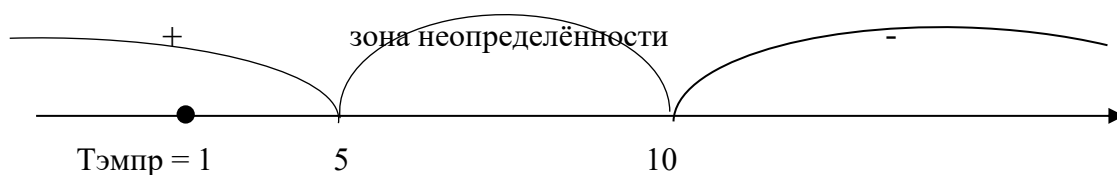


Рисунок 11 - Ось значимости

Ответ: Гипотеза H<sub>0</sub> принимается. Показатели после эксперимента превышают значения показателей до опыта.

Можно ли утверждать, что значения, полученные в результате проведения диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан на этапе констатирующего эксперимента и результаты диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан на этапе формирующего эксперимента будут иметь сдвиг в сторону увеличения?

Результаты математической обработки представлены в таблице 10 приложения 4 и на рисунке 11.

Гипотезы:

H<sub>0</sub>: Интенсивность сдвигов в сторону увеличения результатов по методике диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан не превышает интенсивности сдвигов в сторону ее уменьшения.

H<sub>1</sub>: Интенсивность сдвигов в сторону увеличения результатов по методике диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан превышает интенсивности сдвигов в сторону ее уменьшения.

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

$$T_{кр}=5 (p\leq 0.01)$$

$$T_{кр}=10 (p\leq 0.05)$$

$$T_{эмпр}=28,5$$

В данном же случае эмпирическое значение Т попадает в зону значимости:  $T_{эмпр} < T_{кр}(0,01)$ .

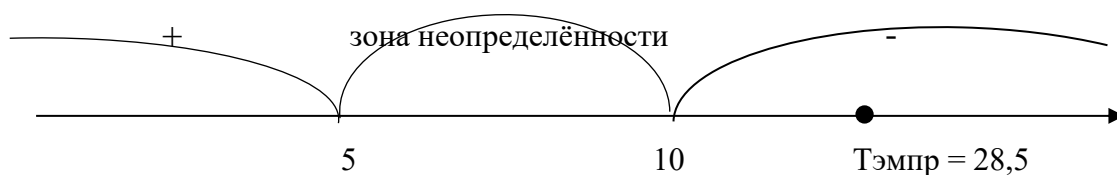


Рисунок 12 - Ось значимости

Ответ: Гипотеза H<sub>0</sub> отрицается принимается. Т эмпирическое попало в зону незначимости.

Таким образом, на формирующем этапе эксперимента мы достигли изменений в самоотношении подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Чтобы закрепить результат формирующего этапа эксперимента мы составили рекомендации педагогам и родителями по формированию позитивного самоотношения у подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

### 3.3 Рекомендации педагогам и родителям по формированию позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата

Формирование самоотношения является характерной чертой личности ребенка. Уровень развития уверенности в себе и адекватности самооценки служит хорошим критерием для оценки интеллектуального возраста и психологических характеристик человека, включая любые отклонения и проблемы.

Изучив психолого-педагогическую литературу, мы разработали методические рекомендации по формированию позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Личные отношения считаются адекватными / неадекватными - соответствующими / неадекватными реальным достижениям и потенциальным возможностям человека.

Обладая оптимальным подходящим отношением к себе, ребенок правильно соотносит свои способности и навыки, очень критически относится к себе, старается по-настоящему взглянуть на свои неудачи и успехи, пытается установить достижимые цели, которые могут быть достигнуты на практике.

Недостаточный уровень самоотношения осложняет жизнь не только тем, кто в ней заинтересован, но и тем, кто их окружает, тем, кто в различных ситуациях - образовательной, домашней и другой - общается с ними. Конфликтные ситуации, в которых человек оказывается, очень часто возникают из-за неправильного самоотношения.

1. Помните, что ребенок имеет наибольшую ценность, любите и принимайте их такими, какие они есть.

2. Уважайте личность вашего ребенка, воспитывайте в нем чувство собственного достоинства, хвалите, поощряйте, одобряйте и создавайте позитивную эмоциональную атмосферу вокруг него.

3. Отпразднуйте маленькие успехи вашего ребенка.

4. Создайте успешные ситуации.

5. Дайте ребенку возможность выразить себя и выразить недовольство в душе словами.

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

7. Создание модели выхода из ситуации.

8. Подростковые чувства неизбежно приведут их к действию. Который? Многое зависит от их родителей. Недопустимые действия скрывают негативные чувства, и этот акт может совершаться в подростковом возрасте, а чувства, вызвавшие его, могут проявляться в раннем, почти младенческом возрасте.

9. Есть два способа помочь подростку избежать опасного поведения и повысить его самооценку: удовлетворить те интересы ребенка, которые являются приемлемыми, и помочь ему объяснить и назвать свои негативные чувства.

10. Кроме того, молодые люди должны знать, что есть три момента, которые ограничивают их деятельность:

- требует безопасности и есть риск для здоровья;
- угрожает их имуществу или родительской собственности;
- это требуется по закону и порядку общественного принятия.

И родители, в сотрудничестве со школой, должны обеспечить, чтобы молодые люди формировали правильную шкалу ценностей, надлежащую самооценку и самоотношение.

Последствия недостаточно сформированного самоотношения подростков:

- издевательства в школе или во дворе;

- плохая успеваемость;
- неспособность сказать «нет» - в том числе предложения «курить» и т.п. ;
- отсутствие интереса к учебе - из-за отсутствия уверенности в себе и способностях;
- социопатия;
- девиантное поведение - презрение подростка к социальным нормам и порядочности;
- нежелание общаться со сверстниками, отсутствие друзей;
- нестабильная психика в целом;
- критика их внешнего вида и фотографий;
- обилие различных комплексов.

#### Рекомендации для педагогов:

1. Принять ученика таким, какой он есть, с учетом его индивидуальных особенностей (типа темперамента, характера, темпа активности и т.д.), типа семейного воспитания, соматического статуса.
2. Создайте для ребенка удачную ситуацию, в которой он может почувствовать себя победителем. Методы используются для создания успешной ситуации: устранение страха перед активностью, освобождение ребенка от психологического давления. Успокойте ученика: «Это просто, легко. Это не сработает - все в порядке, давайте поищем другой путь».
3. Стимулировать познавательную деятельность ребенка положительными подкреплениями.
4. Поощряйте вашего ребенка выражать свои мысли, желание задавать вопросы.
5. Помогите ребенку сформировать критическое отношение к своим действиям, приучите его к ответственности за свои действия.
6. Рассмотрим ближайшую зону развития ребенка.
7. Хвалите ребенка за реальные, хотя и небольшие достижения, например: «Вы стали намного лучше читать».



8. Празднуйте творчество, потому что оно укрепляет самооценку.
9. Дайте ребенку возможность почувствовать их ценность и уникальность в учебной деятельности.
10. Не используйте негативные оценочные суждения, социальные стереотипы, вешайте ярлыки
11. Наблюдайте за успехами ребенка. Ребенку важно знать, что его показатели улучшаются при определенной активности. Так возникает личностный рост.
12. Поддерживайте самооценку и позитивное самочувствие вашего ученика.
13. Соблюдайте позитивные аспекты личностного и интеллектуального развития.
14. Используйте слова ободрения, одобрения и похвалы в вашем словаре. Если вы похвалите ребенка за даже небольшие достижения, он в конечном итоге поверит в себя и достигнет еще лучших результатов.
15. Попросите ученика с низкой самооценкой помочь ученику с плохими результатами почувствовать его вес.
16. Предложите учащимся самостоятельно оценить домашнее задание в классе и сделать это, прежде чем передать его учителю для проверки. После того, как учитель проверил и оценил работу, необходимо обсудить случаи несовпадения оценок. Узнайте, на какой основе дети развивают свою самооценку.

В книге Б.С. Волковой «Психология подростков» даются следующие советы по формированию адекватной самооценки подростков [11, с. 182]:

1. Уважайте личность подростка.
2. Примите это таким, какое оно есть.
3. Пусть вас уважает подросток.
4. Поощряйте и поддерживайте подростка всеми возможными способами, включая дружелюбие, благодарность, бодрость и способность вызывать симпатию, среди прочего.

5. Не беспокойте подростка. Это приведет к неудачной ситуации для него и подорвет его уверенность в себе.

6. Относитесь серьезно к тому, что говорится, особенно если это «громкие слова». Подростки импульсивны и часто могут произносить ненужные слова, за которые они могут позже почувствовать себя виноватыми. Поэтому не заикливайтесь на этом.

7. Дайте совет косвенно, чтобы подросток не чувствовал давления.

8. Не настаивайте на том, чтобы подросток следовал вашему совету.

9. Чаще всего делюсь своим опытом, давая советы, насколько позволяют события.

10. Подумайте о большей эмоциональности подростка. Возможно проявление импульсивности, агрессии. Научитесь контролировать свое поведение.

11. С позиции взаимного доверия, строго спорьте, обосновывайте свои запросы.

12. Прими критику - не будь мстительным. Подростки ненавидят любую ложь или ложь - честность, бескомпромиссность и прямота должны стать основой отношений [11, с. 33].

Рекомендации для родителей:

1. Не защищайте своего ребенка от повседневных забот и поручений, не решайте все проблемы для него, но не перегружайте его чем-то слишком большим для него. Пусть подросток выполнит задачи, которые ему под силу, и, выполнив их, получит удовольствие от них.

2. Насколько вы хвалите ребенка, но не забывайте поощрять его за его заслуги. Не следует забывать, что похвала, как и наказание, должна быть уместной.

3. Поддержите инициативу ребенка. Пусть он почувствует себя лидером в своих усилиях. Но также обратите внимание, что в этом случае, если другой ребенок чем-то лучше, ваш ребенок также может достичь этого.

4. Используйте свой собственный пример, чтобы показать, как вы можете надлежащим образом справляться с успехами и неудачами.

5. Помните, что самооценка молодого человека еще не стабильна и поэтому может измениться. Каждое обращение к ребенку, каждая оценка его деятельности, его отношение к его успехам и неудачам - все это влияет на отношение ребенка к себе.

6. Любите ребенка и покажите ему свою любовь, потому что именно любовь родителя формирует адекватную самооценку ребенка.

7. Уважайте подростка как личность, потому что это необходимо в этот возрастной период. И если вы подавите это, навязывая свое единственно правильное мнение, то таким образом будет формироваться низкая самооценка, поскольку ребенок не чувствует своего «права голоса».

8. Повысить самооценку ребенка следующими способами: удовлетворить его приемлемые интересы и научить его объяснять и выражать свои негативные чувства.

9. Развивайте доверие к ребенку, который является хорошим человеком! Научите своего ребенка делать добрые дела из этого удовольствия.

10. Меньше критиковать ребенка! Не стоит отмечать каждую его ошибку и неудачу, так как это не укрепляет позитивное отношение к себе.

11. Создайте теплую, дружескую атмосферу дома, потому что ребенок, который не чувствует себя в безопасности в своем доме или слушает бесконечные комментарии и оскорбления, с большей вероятностью испытывает низкую самооценку и чувство неполноценности [11].

## Выводы по 3 главе

По итогам констатирующего этапа исследования мы выявили группу подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата, у которых уровень самооотношения стоит на отметке «низкий», был выявлен в результате проведения трех методик. В последствии была сформирована выборка испытуемых из числа всех подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата опытно-экспериментального исследования формирования позитивного самооотношения подростков.

Цель программы: осуществить формирования позитивного самооотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Задачи программы:

1. Обеспечение школьника средствами самопознания.
2. Повышение представлений школьника о собственной значимости, ценности, укрепление у него чувства собственного достоинства.
3. Развитие навыков и умений, необходимых для уверенного поведения, для преодоления трудностей в учебе, других видах деятельности, в общении.
4. Формирование мотивации самовоспитания и обеспечение необходимыми психологическими средствами развития фантазии, воображения.

Программа рассчитана на детей подросткового возраста с нарушениями опорно-двигательного аппарата в возрасте от 11 до 14 лет.

После того как мы реализовали программу формирования позитивного самооотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата, была проведена повторная диагностика самооценки подростков по следующим методикам: методика диагностика самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан, тест-

опросник самоотношения В.В. Столина, С.Р. Пантелеева, методика «Вербальная диагностика самооценки личности» Н.П. Фетискина.

Результаты исследования уровня самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата до и после реализации программы формирования по тесту-опроснику самоотношения В.В. Столин, С.Р. Пантелеев показали следующее: испытуемых с высоким уровнем самооценки увеличилось на 3 человека. До проведения программы высокий уровень самооценки был у 1 (10%) человек, после – у 4 (40%) человек. У испытуемых отмечено умение адекватного реагирования на критику в свою сторону, выросла уверенность в собственных силах, быстрее получается принимать решения, не опасаются изменений, довольствуются достигнутым успехам, поражения принимают как весомый навык. Низкий уровень был выявлен у 2 (20%) испытуемых, что меньше на 2 человека до проведения программы формирования позитивного самоотношения.

По результатам методики диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан был выявлен очень высокий уровень самооценки у 2 (20%) испытуемых. Эти подростки обладает идеализированным образом своей личности и возможностей, а также собственной ценности для окружающих. С высоким уровнем самооценки испытуемых не было выявлено. Со средним уровнем самооценки число испытуемых выросло и составило 7 (70%) испытуемых. Данные подростки со средней адекватной самооценкой обладают предприимчивостью, инициативностью и способностью адаптироваться к новым условиям. С низким уровнем самооценки число испытуемых уменьшилось и составило 1 (10%) испытуемых. Низкий уровень самооценки говорит о недооценке подростков самих себя и могут свидетельствовать о крайнем неблагополучии в развитии личности.

В результате исследования уровня самооценки подростков до и после проведения программы формирования по методике «Экспресс

диагностика уровня самооценки» Н.П. Фетискин мы имеем следующее: с низким уровнем самооценки составило 3 (30%); со средним уровнем самооценки до 6(60%) испытуемых; 1 испытуемый с высоким уровнем самооценки (10%). Те испытуемые, у которых поднялся уровень самооценки с низкого до среднего стали чувствовать себя более уверенней.

Для расчета значимости и подтверждения гипотезы нами проведена математическая обработка по критерию Т. Вилкоксона. После выполнения всех расчетов можно сказать, что эмпирическое значение Т попадает в зону значимости:  $T_{эмп} < T_{кр}(0,01)$ . Поэтому принимается гипотеза  $H_0$  принимается. Программа формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата является эффективной.

Таким образом, на формирующем этапе эксперимента мы достигли изменений в самоотношении подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Чтобы закрепить результат формирующего этапа эксперимента мы составили рекомендации педагогам и родителями по формированию позитивного самоотношения у подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, анализ зарубежной и отечественной литературы показал неоднозначность представлений авторов о факторах, определяющих формирование психической сущности самоотношения. В рамках проанализированных подходов был сделан значительный шаг в развитии представлений о природе самоотношения. Было представлено, что источники и движущие силы развития самоотношения не могут быть сведены к исключительно биологическому или социальному опыту. Идентификация уверенности в себе как объекта самостоятельного изучения осуществляется, как правило, путем разграничения в процессе самосознания процесса получения знаний о себе и отношения эмоциональной ценности по отношению к себе.

Под самоотношением подразумевают индивидуальное образование, по этой причине его структура и содержание способен быть открыт только в контексте реальных актуальных взаимоотношений субъекта, «социальных ситуаций его развития» и деятельностей, за которыми встают аргументы, сопряженные с самореализацией субъекта как личности.

Подростковый период считается значимым предварительным этапом для последующего формирования личности. Идентичность и самоидентификация у школьников с нарушениями опорно-двигательного аппарата имеют общие свойства, важными из которых считаются неделимая самооценка индивидуальных достоинств, невысокая самооценка эмоционально важных свойств, что формирует основу для развития отрицательной самооценки у подростков. Двойственный характер носит компонент самооценки личности подростков с нарушениями ОДА, в частности отображает несоответствие между устремлениями ребенка, оценкой возможностей и оценкой себя в действительности.

Нами было разработано дерево целей формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата, которое отражает нашу цель: теоретически обосновать и экспериментально выполнить формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата. В результате анализа психолого-педагогической литературы мы разработали модель формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата, содержащую четыре элемента: теоретический, диагностический, формирующий и аналитический блоки.

Исследование формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата проводилось в три этапа. Опишем их ниже:

1. На поисково-подготовительном этапе происходит теоретическое изучение психолого-педагогической литературы, подбор методик. На этом этапе выполнено изучение психолого-педагогической литературы по проблеме изучения позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Были подобраны методики с учетом возрастных характеристик и темы исследования.

2. На опытно-экспериментальном этапе происходит тестирование и обработка результатов. Была проведена психодиагностика испытуемых. Затем полученные результаты были обработаны. Проведена программа формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

3. На контрольно-обобщающем этапе происходит анализ и обобщение результатов исследования, формулирование выводов, проверка гипотезы.

В исследование приняло участие 10 учащихся 8 классов МБОУ «Школа-интернат № 4 г. Челябинска. Из них 6 девочек и 4 мальчика. Возраст учеников – 14-15 лет, абсолютное большинство – девочки.



Подводя итоги исследования самооотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата, мы можем видеть, что высокого уровня не было выявлено, у 4 (40%) испытуемых выявлен средний уровень самооотношения, это говорит о том, что учащиеся не интересны сами себе, они не доверяют себе, не принимают себя. У 6 (60%) испытуемых выявлен низкий уровень самооотношения, это говорит о том, что респонденты не верят в свои силы, способности, они не могут оценить свои возможности.

Таким образом, для участия в программе по формированию позитивного самооотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата приглашены все участники эксперимента.

По итогам констатирующего этапа исследования мы выявили группу подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата, у которых уровень самооотношения стоит на отметке «низкий», был выявлен в результате проведения трех методик. В последствии была сформирована выборка испытуемых из числа всех подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата опытно-экспериментального исследования формирования позитивного самооотношения подростков.

Цель программы: осуществление формирования позитивного самооотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Задачи программы:

1. Обеспечение школьника средствами самопознания.
2. Повышение представлений школьника о собственной значимости, ценности, укрепление у него чувства собственного достоинства.
3. Развитие навыков и умений, необходимых для уверенного поведения, для преодоления трудностей в учебе, других видах деятельности, в общении.

4. Формирование мотивации самовоспитания и обеспечение необходимыми психологическими средствами развития фантазии, воображения.

Программа рассчитана на детей подросткового возраста с нарушениями опорно-двигательного аппарата в возрасте от 11 до 14 лет.

После того, как мы реализовали программу формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата, была проведена повторная диагностика самооценки подростков по следующим методикам: методика диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан, тест-опросник самоотношения В.В. Столина, С.Р. Пантелеева, методика «Вербальная диагностика самооценки личности» Н.П. Фетискина.

Результаты исследования уровня самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата до и после реализации программы формирования по тесту-опроснику самоотношения В.В. Столин, С.Р. Пантелеев показали следующее: испытуемых с высоким уровнем самооценки увеличилось на 3 человека. До проведения программы высокий уровень самооценки был у 1 (10%) человек, после – у 4 (40%) человек. У испытуемых отмечено умение адекватного реагирования на критику в свою сторону, выросла уверенность в собственных силах, быстрее получается принимать решения, не опасаются изменений, довольствуются достигнутым успехам, поражения принимают как весомый навык. Низкий уровень был выявлен у 2 (20%) испытуемых, что меньше на 2 человека до проведения программы формирования позитивного самоотношения.

По результатам методики диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан был выявлен очень высокий уровень самооценки у 2 (20%) испытуемых. Эти подростки обладает идеализированным образом своей личности и возможностей, а также собственной ценности для окружающих. С высоким уровнем самооценки

испытуемых не было выявлено. Со средним уровнем самооценки число испытуемых выросло и составило 7 (70%) испытуемых. Данные подростки со средней адекватной самооценкой обладают предприимчивостью, инициативностью и способностью адаптироваться к новым условиям. С низким уровнем самооценки число испытуемых уменьшилось и составило 1 (10%) испытуемых. Низкий уровень самооценки говорит о недооценке подростками самих себя и могут свидетельствовать о крайнем неблагополучии в развитии личности.

В результате исследования уровня самооценки подростков до и после проведения программы формирования по методике «Экспресс диагностика уровня самооценки» Н.П. Фетискин мы имеем следующее: с низким уровнем самооценки составило 3 (30%); со средним уровнем самооценки до 6 (60%) испытуемых; 1 испытуемый с высоким уровнем самооценки (10%). Те испытуемые, у которых поднялся уровень самооценки с низкого до среднего стали чувствовать себя более уверенней.

Для расчета значимости и подтверждения гипотезы нами проведена математическая обработка по критерию Т. Вилкоксона. После выполнения всех расчетов можно сказать, что эмпирическое значение Т попадает в зону значимости:  $T_{эмп} < T_{кр}(0,01)$ . Поэтому принимается гипотеза  $H_0$  принимается. Программа формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата является эффективной.

Таким образом, на формирующем этапе эксперимента мы достигли изменений в самоотношении подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Чтобы закрепить результат формирующего этапа эксперимента мы составили рекомендации педагогам и родителями по формированию позитивного самоотношения у подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Ананьев, Б.Г. Психология педагогической оценки. Избранные психологические труды. Том 2 [Текст] / Борис Ананьев. – М.: МПСИ, 2007. – 134 с.
2. Байрамян, Р.М. Самооценка младшего школьника как субъекта культуры в нормативной ситуации развития [Текст]/ Роксана Байрамян. – М.: Мозаика-синтез, 2016. – № 5. – 390 с.
3. Белобрыкина, О.А. Диагностика развития самосознания в детском возрасте [Текст] / Ольга Белобрыкина. – СПб.: Речь, 2006. – 320 с.
4. Бернс, Р. Развитие Я-концепции и воспитание [Электронный ресурс] / Р. Бернс. – Режим доступа: file:///C:/Users/1/AppData/Local/Temp/7zO86405649, свободный. - Загл. с экрана
5. Богачева, Т.А. К вопросу о самооценке как факторе формирования личности [Текст] / Татьяна Богачева // Региональное образование: современные тенденции. – 2012. – № 1 (16). – 156 с.
6. Бураджиева Р. Д. Формирование адекватной самооценки у старших дошкольников с задержкой психического развития [Электронный ресурс] // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 10. – С. 176–180. – Режим доступа: <http://e-koncept.ru/2015/95079.htm>, свободный. - Загл. с экрана
7. Витушкина, Э.В. Роль семейного воспитания в формировании адекватной самооценки младшего школьника [Текст] / Эмма Витушкина // Начальная школа. – 2013. – № 1. – С. 45-50.
8. Власова, Т.А. Обучение детей с задержкой психического развития [Электронный ресурс] / Т.А. Власова, В.И. Лубовский, Н.А. Никашина. – Режим доступа: <http://www.twirpx.com/file/287384>, свободный. - Загл. с экрана

9. Воробьева, Е.В. Программа по формированию адекватной самооценки младших школьников [Текст] / Е.В. Воробьева, Т. Е. Трифанюк. – Новокузнецк: ГОУ СПО НПК №2, 2015. – 33с.
10. Выготский, Л.С. Психология [Текст] / Лев Выготский. – М.: ЭКСМО Пресс, 2000. – 1008 с.
11. Григорович, Л.А. Педагогика и психология [Текст] / Л.А. Григорович, Т.Д Марцинковская. - М.: Гардарики, 2009. - 480 с.
12. Гусейнова, Г.М. Роль самооценки в развитии социального интеллекта у младших школьников с задержкой психического развития [Текст] / Гузель Гусейнова // Проблемы и перспективы образования XXI века. – 2014. – № 5. – С. 17-21.
13. Дмитриевская, Н.Ф. Особенности самооценки как структурного компонента внутренней картины речевого дефекта у младших школьников с общим недоразвитием речи [Текст] / Наталья Дмитриевская // Коррекционная педагогика. – 2014. – № 2. – С. 31-34.
14. Долгова, В.И. Инновационные психолого-педагогические технологии в начальной школе: монография [Текст] / В.И. Долгова, Н.И. Аркаева, Е.Г. Капитанец. – М.: Перо, 2015. – 200 с.
15. Долгова, В.И. Психолого-педагогическая коррекция самооценки первоклассников: кросскультурное исследование [Текст] / В.И. Долгова, М.В. Яковлева // Вестник ЧГПУ. – 2016. – № 9. – С. 165-170.
16. Ермоленко, Ю.И. Роль самооценки младшего школьника в обучении [Текст] / Ю.И. Ермоленко, А.Ю. Забелина // Новая наука: От идеи к результату. – 2016. – № 12-2. – С. 61-63.
17. Захарова, Т.Г. Психологические особенности самооценки младших школьников из неблагополучных семей [Текст] / Т.Г. Захарова, А.А. Кравцова // Герценовские чтения. Начальное образование. – 2014. – Т. 5. № 1. – С. 159-166.
18. Захарова, А.В. Формирование самооценки в учебной деятельности [Текст] / Анна Захарова. – М.: Дрофа, 2012. – С. 74 – 83.

19. Зинкевич-Евстигнеева, Т.Д. Проективная диагностика в сказкотерапии [Текст] / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Е.А. Тихонова. – СПб.: Речь, 2013. – 220 с.

20. Использование арт-терапевтических средств в работе с дошкольниками: методическое пособие [Текст] / сост. Т.Б. Паршина, Т.П. Корнеева, Е.В. Лупанова. – Пенза: ПГУ, 2014. – 62 с.

21. Каирова, Н.З. Формирование навыков самоконтроля и самооценки у младших школьников [Текст] / Наиля Каирова // Начальная школа. – 2014. – № 8. – С. 42-43.

22. Капитанец, Е.Г. Исследование самооценки у младших подростков с ЗПР [Электронный ресурс] / Е.Г. Капитанец, Е.И. Панарина // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 44. – С. 22–27. – Режим доступа: <http://e-koncept.ru/2016/56971.htm>, свободный. - Загл. с экрана

23. Касаткина, А.А. Взаимодействие субъектов образовательного процесса по коррекции самооценки младших школьников в условиях общеобразовательной школы [Текст] / Александра Касаткина // Безопасное детство как правовой и социально-педагогический концепт: материалы Всероссийской научно-практической конференции: в 2 томах / ред. А.В. Ассессорова. – Пермь: ПГУ, 2014. – С. 151-154.

24. Катрич, Г.И. Становление рефлексивной самооценки в младшем школьном возрасте [Электронный ресурс] / Г.И. Катрич. – Режим доступа: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=7833>, свободный. - Загл. с экрана

25. Киселева, М.В. Арт-терапия в работе с детьми: руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми [Текст] / Марина Киселева. – СПб.: Речь, 2006. – 160 с.

26. Кисова, В.В. Исследование взаимосвязи уровня развития саморегуляции и сотрудничества в учебно-познавательной деятельности у старших дошкольников с задержкой психического развития [Текст] /

Вероника Кисова // Коррекционная педагогика: теория и практика. – 2014. – № 4 (62). – С. 39-48.

28.Конева, И.А. К проблеме самооценки подростков с задержкой психического развития и ее коррекции [Текст] / И.А. Конева, Н.В. Карпушкина // Проблемы современной науки и образования. – 2016. – № 30 (72). – С. 110-111.

29.Конева, И.А. К проблеме образа я и самооценки младших школьников с задержкой психического развития [Текст] / И.А. Конева, К.Э. Кузнецова // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 2-3. – С. 149.

31.Корнилова, Т.В. Экспериментальная психология. Теория и методы [Электронный ресурс] / Татьяна Корнилова. – Режим доступа: <http://www.twirpx.com/file/112774>, свободный. – Загл. с экрана.

32.Кривова, В.А. Взаимосвязь атрибуции успехов и неудач учащихся с самооценкой и мотивацией [Текст] / Вера Кривова // Вестник Московского городского педагогического университета. Серия: Педагогика и психология. – 2012. – № 1. – С. 118-125.

33.Кружилина, Т.В. Формирование адекватной самооценки младших школьников / Тамара Кружилина. – Магнитогорск: МаГУ, 2014. – 104 с.

34.Лаврух, Н.А. Особенности формирования и коррекции самооценки младших школьников с ограниченными возможностями здоровья [Текст] / Наталья Лаврух // Современная педагогика. – 2012. – № 1. – С. 12. 85

35.Лебединский, В.В. Нарушения психического развития у детей [Электронный ресурс] / Виктор Лебединский. – Режим доступа: [http://pedlib.ru/Books/2/0243/2\\_0243-45.shtml](http://pedlib.ru/Books/2/0243/2_0243-45.shtml), свободный. - Загл. с экрана.

36.Липкина, А.И. Самооценка школьника [Электронный ресурс] / Анна Липкина. – Режим доступа: [http://studopedia.ru/5\\_47018\\_lipkina-aisamoostenka-shkolnika-m--s-.html](http://studopedia.ru/5_47018_lipkina-aisamoostenka-shkolnika-m--s-.html), свободный. - Загл. с экрана

37.Лисина, М.И. Общение ребенка со взрослым как деятельность [Текст] / Мая Лисина. – М.: Просвещение, 2004. – 76 с.

38.Лукина, А.Ю. Стиль поведения родителей в конфликтах как фактор формирования самооценки детей [Текст] / Анастасия Лукина // Наука и бизнес: пути развития. – 2013. – № 5 (23). – С. 143-145.

39.Маврина, А.В. Развитие познавательной активности у младших школьников с задержкой психического развития [Текст] / А.В. Маврина, Т.М. Быстрова // Актуальные проблемы и перспективы развития современной психологии. – 2012. – № 1. – С. 18-21.

40.Молчанова, О.Н. Самооценка: теоретические проблемы и эмпирические исследования [Электронный ресурс] / Ольга Молчанова – Режим доступа: <http://www.twirpx.com/file/1866840>, свободный. - Загл. с экрана

41.Мухина, В.С. Детская психология [Текст] / Валерия Мухина. – М.: ЭКСМО Пресс, 2000. – 352 с.

42.Немов, Р.С. Психология: В 3 кн. Кн.3. Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики [Текст] / Роберт Немов. – М.: Владос, 2001. – 632 с.

43.Носырева, С.Н. Особенности формирования самооценки у детей [Текст] / Светлана Носырева // Воспитание школьников. – 2013. – № 2. – С. 53-56.

44.Одинцова, Е.Ю. Влияние обучения по разным образовательным программам на интеллектуальное развитие детей с задержкой 86 психического развития / Елена Одинцова // Вестник Череповецкого государственного университета. – 2012. – Т. 2. № 4 (43). – С. 146-149.

45.Попова, Е.В. Исследование гендерных особенностей свойств внимания у младших школьников с задержкой психического развития [Электронный ресурс] / Е.В. Попова, А.Ю. Астахова // Научно-



методический электронный журнал «Концепт». 2016. Т. 44. – Режим доступа: <http://e-koncept.ru/2016/56992.htm>, свободный. - Загл. с экрана

46. Прохоренко, Л.И. Психологические особенности проявления самооценки у младших школьников с задержкой психического развития [Текст] / Любовь Прохоренко // Научно-исследовательские публикации. – 2014. – № 1 (5). – С. 76-85.

47. Реан, А.А. Психология изучения личности: учеб. пособие [Электронный ресурс] / Артур Реан. – Режим доступа: <http://www.twirpx.com/file/1729553>, свободный. - Загл. с экрана

48. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии: учебник / Сергей Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2003. – 720 с.

49. Рябышева, Е.Н. Научно-практические подходы к изучению самооценки детей дошкольного и младшего школьного возраста [Электронный ресурс] / Елена Рябышева. – Режим доступа: <http://cyberleninka.ru/article/n/nauchno-prakticheskie-podhody-kizucheniyu-samoostenki-detey-doshkolnogo-i-mladshego-shkolnogovozrasta>, свободный - Загл. с экрана

50. Сидоренко, Е.В. Методы математической обработки в психологии [Текст] / Елена Сидоренко. – СПб.: ООО «Речь», 2014. – 350 с.

51. Смирнова, С.И. Некоторые подходы к изучению самооценки школьников с задержкой психического развития [Текст] / Софья Смирнова // Изучение и образование детей с различными формами дизонтогенеза. Хрестоматия. – М.: Сфера. – 145 с.

52. Смит, М. Тренинг уверенности в себе [Текст] / Мануэль Смит. – СПб.: Речь, 2014. – 242 с.

53. Соколова, Е.В. Психология детей с задержкой психического развития [Электронный ресурс] / Екатерина Соколова. – Режим доступа: <http://www.twirpx.com/file/1476897>, свободный. – Загл. с экрана.

54. Столяренко, Л.Д. Основы психологии [Текст]: практикум / Леонид Столяренко. – Ростов н/Д, 2013. – 480 с.

55. Сусанина, И.В. Введение в арт-терапию [Электронный ресурс] / Валентина Сусанина. – Режим доступа: <http://www.twirpx.com/file/569196>, свободный. - Загл. с экрана
56. Тейлор, К. Психологические тесты и упражнения для детей. Книга для родителей и воспитателей [Текст] / Келли Тейлор. – М.: Владос, 2015. – 386 с.
57. Триггер, Р.Д. Психологические особенности социализации детей с задержкой психического развития [Текст] / Рашель Триггер. – СПб.: Питер, 2009. – 192 с.
58. Ульенкова, У.В. Организация и содержание специальной психологической помощи детям с проблемами в развитии [Текст] / Ульяна Ульенкова. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 176 с.
59. Урунтаева, Г.А. Детская психология [Текст]: учебник / Галина Урунтаева. – М.: Академия, 2013. – 368 с.
60. Фурманов, И.А. Психологическая работа с детьми, лишенными родительского попечительства: кн. для психологов [Текст] / Игорь Фурманов. – Минск: Тесей, 2012. – 223 с.
61. Хвостова, Э.В. Формирование адекватной самооценки младших школьников с ЗПР посредством ситуации успеха [Электронный ресурс] / Эльвира Хвостова. – Режим доступа: <http://elibrary.ru/item.asp?id=23804458>, по паролю. - Загл. с экрана.
62. Чеснокова, И.И. Проблема самосознания в психологии [Электронный ресурс] / Ирина Чеснокова. – Режим доступа: <http://www.twirpx.com/file/1031302>, свободный. - Загл. с экрана.
63. Чубаров, П.А. Развитие самооценки умственно-отсталых школьников [Электронный ресурс] / Петр Чубаров. - Режим доступа: URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=6973>, свободный. - Загл. с экрана.

64. Шадриков, В.Д. Развитие младших школьников в различных образовательных системах [Текст]: монография / В.Д. Шадриков, Н.А. Зиновьева, М.Д. Кузнецова. – М.: Логос, 2011. – 232 с.

65. Шапарь, В.Б. Словарь практического психолога [Текст] / Виктор Шапарь. – М.: АСТ; Харьков: Торсинг, 2015. – 734 с.

66. Шагиева, А.И. Влияние самооценки на ситуативную тревожность младших школьников [Текст] / Альбина Шагиева // Научно-методический электронный журнал Концепт. – 2015. – Т. 18. – С. 26-30. – Режим доступа: <http://e-koncept.ru/2015/95079.htm>, свободный. - Загл. с экрана

67. Шевченко, А.В. Особенности самосознания и условия его формирования у дошкольников с задержкой психического развития [Электронный ресурс] / Александр Шевченко. – Режим доступа: <http://www.twirpx.com/file/584646/>, свободный. - Загл. с экрана.

68. Эльконин, Д.Б. Детская психология [Текст]: учеб. пособие / Даниил Эльконин. – М.: Академия, 2007. – 384 с.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

### Методики диагностики исследования влияния самооценки на ситуативную тревожность подростков

#### 1. Методика исследования самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации

##### А. М. Прихожан

Методика диагностика самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан основана на непосредственном оценивании (шкалировании) школьниками ряда личных качеств, таких как здоровье, способности, характер и т.д. Обследуемым предлагается на вертикальных линиях отметить определенными знаками уровень развития у них этих качеств (показатель самооценки) и уровень притязаний, т.е. уровень развития этих же качеств, который бы удовлетворял их. Каждому испытуемому предлагается бланк методики, содержащий инструкции и задание.

Ход выполнения задания

Инструкция: Любой человек оценивает свои способности, возможности, характер и др. Уровень развития каждого качества, стороны человеческой личности можно условно изобразить вертикальной линией, нижняя точка которой будет символизировать самое низкое развитие, а верхняя - наивысшее. На следующей странице изображены 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.

Под каждой линией написано, что она означает. 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 вы были бы удовлетворены собой или почувствовали гордость за себя.

Задание.

Изображено семь линий, длина каждой - 100 мм, с указанием верхней, нижней точек и серединой шкалы. При этом верхняя и нижняя точки отличаются заметными чертами, середина - едва заметной точкой. Методика может проводиться как фронтально - с целым классом (или группой), так и индивидуально. При фронтальной работе необходимо проверить, как каждый ученик заполнил первую шкалу. Надо убедиться, правильно ли применяются предложенные значки, ответить на вопросы. После этого испытуемый работает самостоятельно. Время, отводимое на заполнение шкалы вместе с чтением инструкции, 10-12 мин.

#### Обработка результатов

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

1. По каждой из шести шкал определить:

а) уровень притязаний - расстояние в мм от нижней точки шкалы ("О") до знака "х";

б) высоту самооценки - от "0" до знака "х";

в) значение расхождения между уровнем притязаний и самооценкой - расстояние от знака "х" до знака "-", если уровень притязаний ниже самооценки, он выражается отрицательным числом.

2. Рассчитать среднюю величину каждого показателя по всем шести шкалам.

#### Оценка и интерпретация отдельных параметров

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

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

#### Уровень притязаний

Норму, реалистический уровень притязаний характеризует результат от 60 до 89 баллов. Наиболее оптимальный - сравнительно высокий уровень - от 75 до 89 баллов,

подтверждающий оптимальное представление о своих возможностях, что является важным фактором личностного развития. Результат от 90 до 100 баллов - обычно удостоверяет нереалистическое, некритическое отношение детей к собственным возможностям. Результат менее 60 баллов свидетельствует о заниженном уровне притязаний, он - индикатор неблагоприятного развития личности.

### **Высота самооценки**

Количество баллов от 45 до 74 ("средняя" и "высокая" самооценка) удостоверяют реалистическую (адекватную) самооценку. Количество баллов от 75 до 100 и выше свидетельствует о завышенной самооценке и указывает на определенные отклонения в формировании личности. Завышенная самооценка может подтверждать личностную незрелость, неумение правильно оценить результаты своей деятельности, сравнивать себя с другими; такая самооценка может показывать на существенные искажения в формировании личности - "закрытости для опыта", нечувствительности к своим ошибкам, неудачам, замечаниям и оценкам окружающих. Количество баллов ниже 45 указывает на заниженную самооценку (недооценку себя) и свидетельствует о крайнем неблагополучии в развитии личности. Эти ученики составляют "группу риска", их, как правило, мало. За низкой самооценкой могут скрываться два совершенно разных психологических явления: подлинная неуверенность в себе и "защитная", когда декларирование (самому себе) собственного неумения, отсутствия способности и т.п. позволяет не прилагать никаких.

## **2. Тест-опросник самоотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев)**

Тест опросник самоотношения построен в соответствии с разработанной В. В. Столиным иерархической моделью структуры самоотношения. Данная версия опросника позволяет выявить три уровня самоотношения, отличающихся по степени обобщенности: глобальное самоотношение; самоотношение, дифференцированное по самоуважению, аутосимпатии, самоинтересу и ожиданиям отношения к себе; уровень конкретных действий (готовностей к ним) в отношении к своему «Я».

Опросник содержит семь шкал, направленных на измерение выраженности установки на те или иные внутренние действия в адрес «Я» испытуемого.

Шкала 1 – самоуверенность.

Шкала 2 – отношение других.

Шкала 3 – самопринятие.

Шкала 4 – саморуководство, самопоследовательность.

Шкала 5 – самообвинение.

Шкала 6 – самоинтерес.

Шкала 7 – самопонимание.

Инструкция: Детям предлагается ответить на следующие 57 утверждений. Если согласны с данным утверждением - ставьте знак «+», если не согласны - то знак «-».

***Модифицированный для младшего школьника текст опросника***

1. Думаю, что большинство моих знакомых относится ко мне с симпатией.
2. Мои слова не так уж часто расходятся с делом.
3. Думаю, что многие видят во мне что-то сходное с собой.
4. Когда я пытаюсь себя оценить, я прежде всего вижу свои недостатки.
5. Думаю, что как личность я вполне могу быть интересен для других.
6. Когда я вижу себя глазами любящего меня человека, меня неприятно поражает то, насколько мой образ далек от действительности.
7. Мое «Я» всегда мне интересно.
8. Я считаю, что можно пожалеть самого себя.
9. В моей жизни есть или, по крайней мере, были люди с которыми я был чрезвычайно близок.
10. Собственное уважение мне еще надо заслужить.
11. Иногда бывало, что я сам себя не любил;
12. Я вполне доверяю своим внезапно возникшим желаниям.
13. Я сам хотел во многом себя переделать.
14. Мое собственное «Я» не представляется мне чем-то достойным глубокого внимания.
15. Я искренне хочу, чтобы у меня было все хорошо в жизни.
16. Если я и отношусь к кому-нибудь с укоризной, то прежде всего к самому себе.
17. Случайному знакомому я скорее всего покажусь человеком приятным.
18. Чаще всего я одобряю свои планы и поступки.
19. Собственные слабости вызывают у меня неприятные ощущения
20. Если бы я раздвоился, то мне было бы довольно интересно общаться со своим вторым Я..
21. Некоторые свои качества для меня как бы чужие.
22. Вряд ли кто-либо похож на меня.
23. У меня есть способности и желание воплотить в жизнь задуманное.

24. Часто я подшучиваю над собой.
25. Самое разумное, что может сделать человек в своей жизни – это подчиниться собственной судьбе.
26. Посторонний человек, на первый взгляд, найдет во мне много неприятного.
27. К сожалению, если я и сказал что-то, это не значит, что именно так и буду поступать.
28. Свое отношение к самому себе можно назвать дружеским;
29. Я могу прощать себе некоторые слабости.
30. У меня не получается быть для родителей и друзей долго.
31. В глубине души я бы хотел, чтобы со мной произошло что-то катастрофическое.
32. Вряд ли я вызываю симпатию у большинства моих друзей.
33. Мне бывает очень приятно увидеть себя глазами родителей и друзей
34. Когда у меня возникает какое-либо желание, я прежде всего спрашиваю о себя, правильно ли это.
35. Иногда мне кажется, что если бы какой-то мудрый человек смог увидеть меня изнутри, он бы тут же понял, что я не очень хороший.
36. Иногда я сам собой восхищаюсь.
37. Можно сказать, что я ценю себя высоко.
38. В глубине души я никак не могу поверить, что я уже повзрослел.
39. Без посторонней помощи я мало, что могу сделать.
40. Иногда я сам себя плохо понимаю.
41. Мне очень мешают мои негативные качества характера.
42. Думаю, что другие в целом оценивают меня достаточно высоко.
43. Во мне есть что-то, что неприятно другим.
44. Большинство моих друзей не воспринимают меня серьезно.
45. Сам у себя я нередко вызываю чувство раздражения.
46. Я вполне могу сказать, что обижаю себя сам.
47. Даже мои негативные черты не кажутся мне чужими.
48. В целом, меня устраивает то, какой я есть.
49. Вряд ли меня можно любить по-настоящему.
50. Мои мечты и планы не сбыточны.
51. Если бы мое второе «Я» существовало, то для меня это был бы самый скучный друг по общению.



52. Думаю, что мог бы найти общий язык с любым разумным и знающим человеком.
53. То, что во мне происходит, как правило, мне понятно.
54. Достоинств во мне больше, чем недостатков.
55. Вряд ли есть люди, которые скажут, что у меня нет совести.
56. Когда со мной случаются неприятности, как правило, я говорю: «Так тебе и надо».
57. Я могу сказать, что я отвечаю за свою жизнь.

Порядок подсчета: Показатель по каждому фактору подсчитывается путем суммирования утверждений, с которыми испытуемый согласен, если они входят в фактор с положительным знаком и утверждений, с которыми испытуемый не согласен, если они входят в фактор с отрицательным знаком. Полученный «сырой балл» по каждому фактору переводится, по приведенным ниже таблицам, в накопленные частоты (в %).

**Ключ для обработки:**

Номера пунктов и знак, с которым пункт входит в соответствующий фактор.

Шкала S (интегральная):

«+»: 2, 5, 23, 33, 37, 42, 46, 48, 52, 53, 57.

«-»: 6, 9, 13, 14, 16, 18, 30, 35, 38, 39, 41, 43, 44, 45, 49, 50, 56.

Шкала самоуважения (I):

«+»: 2, 23, 53, 57.

«-»: 8, 13, 25, 27, 31, 35, 38, 39, 40, 41, 50.

Шкала аутосимпатии (II):

«+»: 12, 18, 28, 29, 37, 46, 48, 54.

«-»: 4, 9, 11, 16, 19, 24, 45, 56.

Шкала ожидаемого отношения от других (III):

«+»: 1, 5, 10, 15, 42, 55.

«-»: 3, 26, 30, 32, 43, 44, 49.

Шкала самоинтересов (IV):

«+»: 7, 17, 20, 33, 34, 52.

«-»: 14, 51.

Шкала самоуверенности (1):

«+»: 2, 23, 37, 42, 46.

«-»: 38, 39, 41.

Шкала отношения других (2):

«+»: 1, 5, 10, 52, 55.

«-»: 32, 44.

Шкала самопринятия (3):

«+»: 12, 18, 28, 47, 48, 54.

«-»: 21.

Шкала самопоследовательности (саморуководства) (4):

+»: 50, 57.

«-»: 25, 27, 31, 35, 36.

Шкала самообвинения (5):

«+»: 3, 4, 9, 11, 16, 24, 45, 56.

«-»:

Шкала самоинтереса (6):

«+»: 17, 20, 33.

«-»: 26, 30, 49, 51.

Шкала самопонимания (7):

«+»: 53.

«-»: 6, 8, 13, 15, 22, 40.

Вопросы беседы

1) Какие стороны себя важно знать каждому человеку? Почему?

2) Нужно ли знать особенности своего внимания? Почему?

3) Нужно ли знать особенности своей памяти? Почему это важно?

4) Задумывался ли ты о своих сильных и слабых сторонах? Зачем ты это делал?

5) Задумывался ли ты о своих хороших и плохих поступках? Зачем ты это делал?

6) Нужно ли анализировать свои поступки? Почему?

7) Наблюдаешь ли ты за своим здоровьем? Важно ли это? Почему?

Оценивание результатов проводилось следующим образом: за каждый положительный ответ, совпадающий с эталоном, начислялось 3 балла, при частичном совпадении - 2 балла, если ответ не совпадал с эталоном - 1 балл.

Высокий уровень - 21 балл

Средний уровень - 14-20 баллов

Низкий уровень - ниже 14 баллов

Вопросы тестирования:

1. Тебе было бы интересно изучить самого себя?
- А) да, интересно
  - Б) нет, я не хочу изучать себя
  - В) я не думал об этом
2. Почему ты не хочешь изучать самого себя? (только для тех, кто на первый вопрос ответили Б или В)
- А) я боюсь, что одноклассники меня не поймут
  - Б) мне это не интересно
  - В) я не думал об этом
3. По-твоему мнению, твоим одноклассникам интересно с тобой общаться?
- А) да, интересно
  - Б) нет, неинтересно
  - В) я не думал об этом
4. Ты хотел что-нибудь в себе изменить?
- А) да, хотел бы
  - Б) нет, меня все устраивает
  - В) я не думал об этом
5. Ты хотел бы узнать, понять себя?
- А) да, я хотел бы себя узнать
  - Б) нет, не хотел бы
  - В) я не думал об этом

Высокий уровень - все ответы даны под буквой А.

Средний уровень - ответы даны преимущественно под буквой А и частично под буквой Б и (или) под буквой В.

Низкий уровень - ответы даны преимущественно под буквой Б и (или) под буквой В.

«Экспресс диагностика уровня самооценки» Н.П. Фетискин

Инструкция к тесту

Отвечая на вопросы, указывайте, насколько часты для вас перечисленные ниже состояния по такой шкале:

- Очень часто – 4 балла
- Часто – 3 балла
- Иногда – 2 балла
- Редко – 1 балл
- Никогда – 0 баллов

## ТЕСТ

1. Я часто волнуюсь понапрасну.
2. Мне хочется, чтобы мои друзья подбадривали меня.
3. Я боюсь выглядеть глупцом.
4. Я беспокоюсь за свое будущее.
5. Внешний вид других куда лучше, чем мой.
6. Как жаль, что многие не понимают меня.
7. Чувствую, что не умею как следует разговаривать с людьми.
8. Люди ждут от меня очень многого.
9. Чувствую себя скованным.
10. Мне кажется, что со мной должна случиться какая-нибудь неприятность.
11. Меня волнует мысль о том, как люди относятся ко мне.
12. Я чувствую, что люди говорят обо мне за моей спиной.
13. Я не чувствую себя в безопасности.
14. Мне не с кем поделиться своими мыслями.
15. Люди не особенно интересуются моими достижениями.

## ОБРАБОТКА И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ТЕСТА

Чтобы определить уровень своей самооценки, нужно сложить все баллы по утверждениям. А теперь подсчитайте, каков общий суммарный балл.

Уровни самооценки:

- 10 баллов и менее – завышенный уровень
- 11-29 баллов – средний, нормативный уровень реалистической оценки своих возможностей.
- Более 29 – заниженный уровень.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

### Результаты исследования самооотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата

Таблица 1 - Результаты теста-опросника самооотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев)

№ испытуемого	S	I	II	III	IV	1	2	3	4	5	6	7
1	20	10	8	11	8	6	6	4	2	6	7	5
2	21	11	7	10	8	7	6	3	3	5	7	4
3	11	9	6	7	4	2	3	5	3	5	4	4
4	19	8	9	11	6	4	8	4	4	3	7	3
5	8	8	5	5	4	4	4	4	5	7	2	0
6	23	11	13	13	6	8	7	4	4	3	7	3
7	18	11	7	11	8	4	6	5	5	7	7	3
8	19	12	6	11	7	3	6	4	4	6	6	3
9	10	9	7	7	5	3	4	5	4	7	4	1
10	22	10	12	12	6	7	8	5	5	2	6	3

Высокий - 1 (10%) учащихся.

Средний – 5 (50 %) учащихся.

Низкий – 4 (40%) учащихся.

Таблица 2 - Результаты диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан

№ испытуемого	Баллы	Уровень
1.	47	Высокий
2.	35	Средний
3.	33	Средний
4.	25	Низкий
5.	31	Средний
6.	35	Низкий
7.	31	Низкий
8.	45	Высокий
9.	35	Низкий
10.	33	Средний

Очень высокий уровень – 0 (0%) школьника.

Высокий уровень – 2 (20%) обучающихся.

Средний уровень - 4 (40%) испытуемых.

Низкий уровень - 4 (40%) респондентов

Таблица 3 - Результаты по методике «Экспресс диагностика уровня самооценки» Н.П. Фетискин

№ испытуемого	Итоговое количество баллов	Уровень самооценки
1.	49	Низкий
2.	57	Низкий
3.	72	Низкий
4.	47	Низкий
5.	32	Средний
6.	22	Высокий
7.	63	Низкий
8.	66	Низкий
9.	68	Низкий
10.	73	Низкий

Высокий уровень – 1 (10%) обучающихся.

Средний уровень - 1 (10%) испытуемых.

Низкий уровень - 8 (80%) респондентов

Таблица 4 - Обобщенные результаты диагностики уровня самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата

№ испытуемого	Результаты теста-опросника самоотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев)	Результаты диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан	Результаты по методике «Экспресс диагностика уровня самооценки» Н.П. Фетискин	Обобщенный уровень самоотношения
1	Высокий	Высокий	Низкий	Средний
2	Низкий	Средний	Низкий	Низкий
3	Низкий	Средний	Низкий	Низкий
4	Средний	Низкий	Низкий	Низкий
5	Средний	Средний	Средний	Средний
6	Средний	Низкий	Высокий	Средний
7	Низкий	Низкий	Низкий	Низкий
8	Низкий	Высокий	Низкий	Низкий
9	Средний	Низкий	Низкий	Низкий
10	Средний	Средний	Низкий	Средний

Высокий уровень – 0 (0%) обучающихся.

Средний уровень - 4 (40%) испытуемых.

Низкий уровень - 6 (60%) респондентов

## ПРИЛОЖЕНИЕ 3

### Психолого-педагогическая программа формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата

Основная цель: формирование позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата

Задачи:

1. осознание собственных положительных и отрицательных сторон
2. формирование навыков уверенного поведения
3. способствование формированию навыка быстрого принятия решений
4. формирование положительного самоотношения

Адресат: программа предназначена для подростков в возрасте от 11 до 14 лет.

Занятия проводятся один раз в неделю (5 недель). Такой временной промежуток между занятиями даёт необходимое время для отработки навыков и полного усвоения полученной информации. Продолжительность одного занятия - 1 – 1,5 часа.

Занятие № 1

*Цель:* содействие развитию позитивного самоотношения.

*Вводная часть:* Занятие начинается вступительным словом психолога, который рассказывает о себе и о предстоящей совместной работе. После этого тренер отвечает на возникшие у детей вопросы. Далее обучающимся предлагается запомнить основные правила, которыми они будут пользоваться в процессе работы:

1. *«Правило активности.* Чем активнее вы работаете, тем больше полезных знаний и умений вы сможете получить».
2. *«Правило «Здесь и сейчас».* Разговоры в процессе тренинга могут касаться только происходящего в данный момент события. Отвлеченные темы у нас будет время обсудить в перерыве, либо после окончания занятия».
3. *«Правило уважения.* В процессе работы может говорить и высказываться только один человек, для того чтобы ответить или выразить

своё мнение, вы можете дождаться пока договорит ваш одноклассник, либо поднять руку».

4. *«Правило правой руки.* Кто из вас слышал про это правило? Оно заключается в том, что если в группе никто не проявляет инициативы, то отвечать должен будет тот, на кого покажет моя правая рука». Это правило способствует появлению положительных эмоций и в некоторых группах влияет на изначальное увеличение активности.

Упражнение 1. «Снежный ком»

*Цель упражнения:* организовать к началу взаимодействия, выработать позитивное подход друг к другу, определить позицию к педагогу.

*Ход упражнения:* Участники садятся в круг. Доброволец из круга должен назвать своё имя и одну из положительных черт своего характера название которой, начинается с первой буквы его имени. Например, Даша - добрая. Далее по кругу каждый выполняет это же задание. Сложность заключается в том, что каждый участник, перед тем как назвать своё имя и черту характера, должен повторить имена и черты характера всех предшествующих участников.

После выполнения основного задания проходит обсуждение. Следует акцентировать внимание на то, какие эмоции возникали у участников, запомнили ли они имена товарищей по тренингу и готовы ли они работать дальше.

Упражнение 2. «Мои достоинства»

*Цель упражнения:* понимание позитивных свойств личности

*Ход упражнения:* Ребята на разных листах должны зафиксировать перечень собственных позитивных черт. Качества должны касаться только черт личности и характера. На выполнение задания даётся 7 минут, после чего каждый участник перед остальными зачитывает свои характеристики.

В конце упражнения проводится *рефлексия:*

- Много ли у вас получилось написать собственных качеств?
- Когда зачитывали свои черты остальные ребята, хотелось ли дополнить свой список?
- Какие еще черты тебе бы хотелось у себя видеть?
- Что нужно для этого делать?
- Где может пригодится каждое из ваших качеств в жизни?
- У вас на данный момент есть мечта или цель?



- Какие качества нужны чтобы её достичь?
- Сейчас вы можете еще дополнить собственные списки.

### Упражнение 3. «Мнение окружающих»

*Цель упражнения:* формирование положительно «Я - образа»

*Ход упражнения:* Каждый участник тренинга, кладет перед собой чистый лист бумаги, на верхней строчке подписывая своё имя. Каждый передает листок соседу справа. Таким образом, у каждого из учащихя оказывается листок с чужим именем. Его задача написать о том человеке, чьё имя на листе написано, какую-либо положительную характеристику, либо характеристику внешности, которая ему кажется привлекательной. Далее листок снова передается соседу справа. Таким образом, каждый участник упражнения напишет о каждом учащемся одну положительную характеристику. Упражнение заканчивается, когда возвращается листок со своим именем. Далее каждый участник читает то, что о нем написали остальные участники, после чего список зачитывается перед всеми.

В завершении упражнения проходит общее *обсуждение*.

- Какие эмоции возникали в процессе выполнения задания?
- Приятно ли было слушать мнение окружающих о своей личности?
- Понравилось ли вам искать в других положительные качества?
- Зачем людям нужно уметь видеть положительные стороны у окружающих?
- О каких своих положительных качествах вы слышите впервые?
- Можно ли самостоятельно развить в себе положительные качества?

### Занятие №2

*Цель:* развития умений уверенного поведения.

#### Упражнение 1. «Подиум»

*Цель упражнения:* развитие навыков уверенного поведения, повышение уверенности в себе.

*Ход упражнения:* Дети ставят стулья в два ряда, лицом друг к другу, между рядами оставляя расстояние около 2х метров. Данное пространство используется как воображаемый подиум.

*Первый этап:* каждый из участников по очереди должен пройти вдоль подиума своей обычной походкой.

*Второй этап:* пройти подиум очень уверенной походкой. Не исключаются варианты творческого подхода к заданию и импровизации

учащихся. Упражнение завершается только после того, как каждому участнику удалось правильно выполнить задание. В завершении упражнения проходит общее обсуждение.

В конце упражнения проводится *рефлексия*:

- Какие чувства вы испытываете, когда идете своей походкой?
- Какие чувства и эмоции у вас возникали, когда вы демонстрировали уверенную походку?
- Какой вариант больше нравился окружающим?
- Как вы думаете почему?
- Что зависит от нашей походки?
- Получилось ли у вас почувствовать себя более уверенным человеком?
- Стали ли вы уверенней в себе после завершения упражнения?

Упражнение 2. «Страх сцены»

*Цель упражнения:* формирование способностей решительного действия, устранение эмоциональных зажимов

*Ход упражнения:* Дети ставят стулья амфитеатром. Дается 10 минут на то, чтобы придумать своё выступление перед остальными участниками. При выступлении можно представить любой свой талант или способность, ученики могут объединяться друг с другом и изображать какую-либо сценку.

Также выступление учащегося может ограничить рассказом о себе или каком-либо интересном моментом из жизни, которым он гордится. В завершении упражнения проходит обсуждение.

В конце упражнения проводится *рефлексия*:

- Какие эмоции возникали в процессе выполнения задания и на сцене?
- Почему у многих возникает чувство скованности и стеснения?
- Как его можно преодолеть?
- Если с ним не бороться, то станет ли актерская игра лучше?

Обучающимся даётся задание повторить упражнение.

- Второй раз выполнять упражнение было легче?
- Как вы думаете почему?
- Стоит ли опасаться мнения окружающих?

Какие эмоции у вас возникали, когда вы видели на сцене проявление уверенного поведения?

Что нужно делать, чтобы у вас получилось избавиться от скованности?

Занятие №3

*Цель:* осознание принципов достижения целей

Упражнение «Что я могу»

*Цель упражнения:* понимание личных способностей, избавление от некоторых стандартов сопряженных со самооценкой.

*Ход упражнения:* Дети делятся на 3 группы. Группе номер один даётся задание составить список тех целей, которые на данный момент они могут достичь. Группа №2 составляет список целей, которые они бы мечтали исполнить. Группа №3 составляет список «волшебных» целей, достичь которые практически невозможно. Все группы зачитывают свои списки. Проходит обсуждение каждого списка по отдельности. Тренер объясняет учащимся, чем различаются списки групп на самом деле, и проводит различные аналогии между ними. Далее все три группы составляют список тех факторов, которые мешают достижению их целей. После чего проходит повторное обсуждение. Задача тренера: помочь понять детям механизм достижения любой поставленной цели за счет самооценки.

Третий этап: группы составляют список тех способностей, которые им необходимы для достижения перечисленных целей. В процессе обсуждения психолог должен помочь детям понять, как можно работать над собой, чтобы достичь желаемого. Также обучающиеся обмениваются опытом, как на данный момент у каждого из них получается добиваться целей и работать над собой.

Занятие №4

*Цель:* отработка навыков уверенного поведения

Упражнение 1. «Дюжина»

*Цель упражнения:* «Интеллектуальная разминка», тренировка навыков уверенного поведения в ситуациях, когда нужно оперативно реагировать на изменяющуюся ситуацию.

*Ход упражнения:* Участники расположены в кругу. Водящий показывает на любого из них и называет число от 2 до 12. Тот, на кого показал водящий, демонстрирует на пальцах названное число (если оно больше 10, то в два приема). Тот, кто стоит справа от него, демонстрирует на пальцах число на единицу меньше, следующий правый сосед – еще на единицу меньше и т.д., пока не будет достигнут ноль. Кто ошибется или замешкается – выбывает из игры.

*Рефлексия:*

- Какие умения, с точки зрения участников, развиваются в этом упражнении?
- С каждым разом у вас улучшались показатели?
- С чем связаны заминки в игре?
- Какие эмоции у вас возникали в процессе упражнения?
- Что можно посоветовать тем кто растерялся в процессе выполнения задания?

Упражнение проделывается несколько раз, чтобы дети смогли отметить для себя улучшение собственных результатов.

#### Упражнение 2. «Интонация»

*Цель упражнения:* развитие навыков уверенного поведения

*Ход упражнения:* На маленьких карточках группа пишет название любого чувства, эмоции. Затем карточки собираются, перетасовываются и раздаются вновь. Теперь группа решает, какую фразу, строчку из стиха взять за основу дальнейших действий. После этого участники по очереди произносят эту фразу с интонацией, соответствующей тому чувству, что записано у них на листке бумаги. Остальные члены группы угадывают, с какой интонацией была произнесена фраза.

В конце упражнения проводится *рефлексия:*

- Какие эмоции у вас возникали в процессе выполнения упражнения?
- Получилось ли у вас с первого раза правильно изобразить нужную эмоцию?
- Что помешало?
- Какие ваши качества могут помочь в правильном выполнении этого задания?

Упражнение проводится повторно, чтобы закрепить результаты и увидеть усвоили ли обучающиеся информацию.

#### Упражнение 3. «Если бы..., то бы...»

*Цель упражнения:* выработка навыков быстрого реагирования на конфликтную ситуацию.

*Ход упражнения:* упражнение идет по кругу: один участник ставит условие, в котором оговорена некоторая конфликтная ситуация. Например: «Если бы меня обсчитали в магазине...». Следующий, рядом сидящий, продолжает (заканчивает) предложение.

Например,: «... я стал бы требовать жалобную книгу». Целесообразно провести это упражнение в несколько этапов, в каждом из которых принимают участие все

присутствующие, после чего следует обсуждение. Ведущий отмечает, что ответы не должны повторяться.

В конце занятия проводится *рефлексия*:

- Какие эмоции возникали в процессе выполнения задания? Почему?
- Как можно контролировать собственные эмоции в данный момент?
- Какие качества можно использовать в данном случае?
- Что можно посоветовать тем, у кого с первого раза возникли трудности?

Занятие №5

*Цель: понимание механизмов развития адекватной самооценки*

Упражнение 1. «Личностные способности»

*Цель упражнения: понимание позитивных свойств личности*

*Ход упражнения:* Участники на листах бумаги записывают собственные способности и умения (от банальных до особенных). Должно получиться не меньше 20 пунктов. Как только все участники готовы происходит зачитывание и общее обсуждение каждого участника. В свою очередь слушая выступающего остальные участники могут записывать его идеи, если они относятся к ним лично.

В конце упражнения проводится *рефлексия*:

- Сложно ли было вспоминать свои способности?
- Кто дописывал свой список, слушая других?
- У нас больше способностей, чем кажется с первого взгляда?
- Зачем человеку способности и умения?
- Как их можно с пользой применить?
- Помогают ли они в достижении поставленных целей?

Упражнение 2. «Подарок»

*Цель упражнения: развитие навыков уверенного поведения*

*Ход упражнения:* Все члены группы анонимно дарят друг другу воображаемые подарки, как если бы возможности дарящего были не ограничены ничем. Для этого понадобятся листки бумаги. Игрок получает свои подарки, а затем, читая записки вслух, пытается догадаться, кто автор того или иного подарка и почему он так решил.

В конце занятия проводится *рефлексия*:

- Приятно ли было получать подарки?
- Как вы думаете, почему этот подарок предназначен именно для вас?
- Что нужно делать для того, чтобы подарков было больше?
- Какие выводы можно сделать из этого упражнения?



## ПРИЛОЖЕНИЕ 4

### Результаты опытно-экспериментального исследования формирования позитивного самоотношения подростков с нарушениями опорно- двигательного аппарата

Таблица 5 - Результаты теста-опросника самоотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев)

№ испытуемого	S	I	II	III	IV	1	2	3	4	5	6	7
1	27	15	16	10	8	8	5	7	3	6	7	7
2	25	14	14	10	7	7	6	7	3	6	7	7
3	19	13	13	8	4	6	4	6	3	5	7	7
4	24	14	14	10	7	7	8	5	4	3	7	7
5	28	14	12	4	5	7	5	7	5	8	6	6
6	23	13	14	10	7	8	4	7	6	7	7	7
7	17	13	14	8	5	8	4	6	5	8	7	5
8	21	15	15	8	6	8	4	7	4	3	7	6
9	19	13	12	6	4	8	5	7	4	5	6	7
10	20	15	14	7	5	7	5	6	4	3	6	6

Высокий - 4 (40%) учащихся.

Средний – 4 (40 %) учащихся.

Низкий – 2 (20%) учащихся.

Таблица 6 - Результаты диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан

№ испытуемого	Баллы	Уровень
1.	35	Средний
2.	31	Средний
3.	50	Очень высокий
4.	35	Низкий
5.	33	Средний
6.	50	Очень высокий
7.	30	Средний
8.	40	Средний
9.	33	Средний
10.	28	Средний

Очень высокий уровень – 2 (20%) школьника.

Высокий уровень – 0 (0%) обучающихся.

Средний уровень - 7 (70%) испытуемых.

Низкий уровень - 1 (10%) респондентов

Таблица 7 - Результаты по методике «Экспресс диагностика уровня самооценки» Н.П. Фетискин

№ испытуемого	Итоговое количество баллов	Уровень самооценки
1.	31	Средний
2.	39	Средний
3.	29	Средний
4.	38	Средний
5.	32	Средний
6.	22	Высокий
7.	27	Средний
8.	66	Низкий
9.	68	Низкий
10.	73	Низкий

Высокий уровень – 1 (10%) обучающихся.

Средний уровень - 6 (60%) испытуемых.

Низкий уровень - 3 (30%) респондентов

Таблица 8 - Обобщенные результаты диагностики уровня самоотношения подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата

№ испытуемого	Результаты теста-опросника самоотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев)	Результаты диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан	Результаты по методике «Экспресс диагностика уровня самооценки» Н.П. Фетискин	Обобщенный уровень самоотношения
1	Высокий	Средний	Средний	Средний
2	Средний	Средний	Средний	Средний
3	Средний	Очень высокий	Средний	Высокий
4	Высокий	Низкий	Средний	Средний
5	Высокий	Средний	Средний	Средний
6	Высокий	Очень высокий	Высокий	Высокий
7	Низкий	Средний	Средний	Средний
8	Низкий	Средний	Низкий	Низкий
9	Средний	Средний	Низкий	Средний
10	Средний	Средний	Низкий	Средний



Высокий уровень – 2 (20%) обучающихся.

Средний уровень - 7 (70%) испытуемых.

Низкий уровень - 1 (10%) респондентов

Таблица 9 - Расчет Т- критерия Вилкоксона по методике «Экспресс диагностика уровня самооценки» Н.П. Фетискин

До измерения, $t_{до}$	После измерения, $t_{после}$	Разность ( $t_{до}-$ $t_{после}$ )	Абсолютное значение разности
49	31	-18	18
57	39	-18	18
72	29	-43	43
47	38	-9	9
32	32	0	0
22	22	0	0
63	27	-36	36
66	66	0	0
68	68	0	0
73	73	0	0

Исключаем нулевые сдвиги

До измерения, $t_{до}$	После измерения, $t_{после}$	Разность ( $t_{до}-t_{после}$ )	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
49	31	-18	18	2.5
57	39	-18	18	2.5
72	29	-43	43	5
47	38	-9	9	1
63	27	-36	36	4
Сумма				15

Сумма по столбцу рангов равна  $\Sigma=15$   
Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+5)5}{2} = 15$$

По таблице Приложения находим критические значения для Т-критерия Вилкоксона для  $n=5$ :

$$T_{кр}=0 (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр}=0 (p \leq 0.05)$$

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы "редких", в данном случае положительных, сдвигов не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю.

В данном же случае эмпирическое значение  $T$  попадает в зону значимости:  $T_{эмп} < T_{кр}(0,01)$ .

Гипотеза  $H_0$  принимается. Интенсивность положительного сдвига показателя превышает интенсивность отрицательного сдвига.

Таблица 10 - Расчет T- критерия Вилкоксона по тесту-опроснику самоотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев)

До измерения, $t_{до}$	После измерения, $t_{после}$	Разность ( $t_{до}-t_{после}$ )	Абсолютное значение разности
10	15	5	5
11	14	3	3
9	13	4	4
8	14	6	6
8	14	6	6
11	13	2	2
11	13	2	2
12	15	3	3
9	13	4	4
10	15	5	5

Исключим нулевые сдвиги.

До измерения, $t_{до}$	После измерения, $t_{после}$	Разность ( $t_{до}-t_{после}$ )	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
10	15	5	5	7.5
11	14	3	3	3.5
9	13	4	4	5.5
8	14	6	6	9.5
8	14	6	6	9.5
11	13	2	2	1.5
11	13	2	2	1.5
12	15	3	3	3.5
9	13	4	4	5.5
10	15	5	5	7.5
Сумма				55

Сумма по столбцу рангов равна  $\Sigma=55$

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

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

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

Теперь отметим те направления, которые являются нетипичными, в данном случае – отрицательными. В Таблице эти направления и соответствующие им ранги выделены цветом. Сумма рангов этих «редких» направлений составляет эмпирическое значение критерия  $T$ :

$$T = \sum R_i = 0$$

По таблице Приложения находим критические значения для T-критерия Вилкоксона для n=10:

$$T_{кр} = 5 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр} = 10 \quad (p \leq 0.05)$$

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы "редких", в данном случае положительных, направлений не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю.

В данном же случае эмпирическое значение T попадает в зону значимости:  $T_{эмп} < T_{кр}(0,01)$ .

Гипотеза  $H_0$  принимается. Интенсивность положительного сдвига показателя превышает интенсивность отрицательного сдвига.

Таблица 11 - Расчет T- критерия Вилкоксона по методике диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан

До измерения, $t_{до}$	После измерения, $t_{после}$	Разность ( $t_{до} - t_{после}$ )	Абсолютное значение разности
47	35	-12	12
35	31	-4	4
33	50	17	17
25	35	10	10
31	33	2	2
35	50	15	15
31	30	-1	1
45	40	-5	5
35	33	-2	2
33	28	-5	5

Исключим нулевые сдвиги.

До измерения, $t_{до}$	После измерения, $t_{после}$	Разность ( $t_{до} - t_{после}$ )	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
47	35	-12	12	8
35	31	-4	4	4
33	50	<b>17</b>	17	<b>10</b>
25	35	<b>10</b>	10	<b>7</b>
31	33	<b>2</b>	2	<b>2.5</b>
35	50	<b>15</b>	15	<b>9</b>
31	30	-1	1	1
45	40	-5	5	5.5
35	33	-2	2	2.5
33	28	-5	5	5.5
Сумма				55

Сумма по столбцу рангов равна  $\Sigma = 55$

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

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

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

Теперь отметим те сдвиги, которые являются нетипичными, в данном случае – положительными. В Таблице эти сдвиги и соответствующие им ранги выделены цветом. Сумма рангов этих «редких» сдвигов составляет эмпирическое значение критерия Т:

$$T = \sum R_i = 10 + 7 + 2.5 + 9 = 28.5$$

По таблице Приложения находим критические значения для Т-критерия Вилкоксона для  $n=10$ :

$$T_{кр} = 5 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр} = 10 \quad (p \leq 0.05)$$

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы "редких", в данном случае положительных, сдвигов не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю.

В данном же случае эмпирическое значение Т попадает в зону незначимости:  $T_{эмп} > T_{кр}(0,05)$ .

Гипотеза  $H_0$  отвергается. Интенсивность отрицательного сдвига показателя превышает интенсивность положительного сдвига ( $p < 0,05$ ).