

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт психолого-педагогического образования
Кафедра психологии

ПОЧАЕВА ТАМАРА АЛЕКСАНДРОВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**КОРРЕКЦИЯ САМООЦЕНКИ НЕУСПЕВАЮЩИХ МЛАДШИХ
ПОДРОСТКОВ**

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы
Практическая психология в образовании

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой
канд. психол. наук, доцент Дубовик Е.Ю.

Руководитель
канд. психол. наук, доцент Арамачева Л.В.

Обучающийся
Почаева Т.А.

Дата защиты

Оценка

Красноярск 2022

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ САМООЦЕНКИ НЕУСПЕВАЮЩИХ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ	7
1.1. Понятие самооценки в психологии	7
1.2. Развитие самооценки в младшем подростковом возрасте	14
1.3. Особенности самооценки неуспевающих младших подростков	22
Выводы по главе 1	26
ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВОЗМОЖНОСТЕЙ КОРРЕКЦИИ САМООЦЕНКИ НЕУСПЕВАЮЩИХ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ	27
2.1. Организация и методы исследования	27
2.2. Результаты эмпирического исследования самооценки неуспевающих младших подростков	31
2.3. Направления и содержание коррекции самооценки неуспевающих подростков	38
2.4. Анализ результатов	43
Выводы по главе 2	45
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	47
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	48
ПРИЛОЖЕНИЯ	51

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность темы настоящего исследования обусловлена тем, что самооценка младшего подростка, его отношение и восприятие себя во многом определяют его поведение, реализацию и успеваемость. Данные многих исследований Б.Г. Ананьева, С.Л. Рубинштейна, Л.И. Божович, М.С. Неймарк, Л.С. Славиной, Е.А. Серебряковой, говорят о том, что отрицательное отношение к себе и низкая самооценка во многом определяют неудовлетворительную успеваемость, низкую мотивацию, незаинтересованность в учебе, а также приводят к внутреннему дисбалансу личности.

Известно, что младший подростковый возраст – важный этап в жизни каждого человека. Это кризисный этап, который дает личности перейти из детского периода постепенно к взрослой жизни. В этом возрасте сформировывается мировосприятие, происходит осмысление ценностей, идеалов, жизненных возможностей [36, с. 16]. Для вышеуказанного периода свойственно формирование сознания и самосознания личности, а поведение человека регулируется его самооценкой, которая представляет собой центральное образование индивидуальности.

Самооценка – это оценка человека самого себя, своих достоинств и недостатков, возможностей, качеств, своего места среди других людей. Это существенная, важная и наиболее изучаемая в психологии сторона самосознания и познания личности [16, с. 127].

Младший подростковый период характеризуется наиболее уязвимым в плане становления самооценки, так как опорой для развития адекватной самооценки являются оценка коллектива, общества в котором находится младший подросток.

Проблемой самооценки занимались многие ученые: В.П. Зинченко, Е.Т. Соколова, А.В. Захарова, А.И. Липкина, В.П. Трусков, Э.Л. Носенко,

И.И. Чеснокова, У. Джемс, Ч. Кули, Д. Мид, К. Хорни, С.Л. Рубинштейн, И.С. Кон, В. Кваде и другие.

Зарубежными психологами были изучены социально-психологические детерминанты самооценки (Ч. Кули, Д. Мид). К. Хорни в своих исследованиях установила взаимосвязь между невротизмом личности и конфликтами самооценки. К. Роджерсом выявлена динамика самосознания и его компонентов. Представителями отечественной психологии были определены компоненты самооценки и установлены ее функции (Л.В. Бороздина). И.И. Чеснокова в своих исследованиях определила место самооценки в структуре самосознания личности, В.Д. Шадриков изучал взаимосвязь между самооценкой и способностями личности. Так же А.В. Захарова охарактеризовала структурно-содержательные компоненты самооценки. Отечественные психологи-ученые рассматривали особенности самооценки на разных возрастных этапах: в младшем школьном (А.И. Липкина), младшем подростковом и юношеском возрасте (И.С. Кон, В. Кваде, В.П. Трусков), в онтогенезе (А.А. Реан).

Вместе с тем проблема влияния самооценки подростков на успеваемость требует дополнительного исследования. Малоизученными также являются способы коррекции самооценки обучающихся с низкой успеваемостью.

Так нами выявлено противоречие между необходимостью коррекции самооценки неуспевающих младших подростков и недостаточностью теоретических и практико-ориентированных исследований по данной теме.

Цель исследования: изучить возможности коррекции самооценки неуспевающих младших подростков.

Задачи исследования:

1. Провести анализ понятия «самооценка» в психологии.
2. Изучить особенности самооценки в младшем подростковом возрасте и ее характеристики у неуспевающих в обучении младших подростков.

3. Эмпирическим путем выявить особенности самооценки неуспевающих младших подростков

4. Разработать и реализовать комплекс психолого-педагогических мероприятий, обеспечивающих коррекцию самооценки неуспевающих младших подростков.

5. Изучить эффективность работы

Объект исследования: самооценка.

Предмет исследования: коррекция самооценки неуспевающих младших подростков.

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что самооценка неуспевающих в обучении младших подростков характеризуется более низкими показателями в сравнении с подростками с высокой успеваемостью; психолого-педагогическая работа, направленная на осознание собственных возможностей; повышение уверенности в себе, формирование положительного самоотношения – будет способствовать коррекции самооценки неуспевающих подростков и повышению их успеваемости.

Методы и методики исследования.

Теоретические: анализ психолого-педагогической литературы по теме исследования.

Эмпирические: тестирование.

– Тест-опросник Г.Н. Казанцевой «Уровень общей самооценки».

– Методика Дембо-Рубинштейн в адаптации А.М. Прихожан.

База и выборка исследования: исследование проводилось на базе МАОУ СШ № XX, г. Красноярск. В исследовании приняли участие 24 составили 24 обучающихся 11-12 лет.

Экспериментальная группа – неуспевающие подростки – 12 чел.

Экспериментальная группа была выбрана на основе анализа успеваемости младших подростков – 70% оценок составило «удовлетворительно».

Практическая значимость исследования: полученные в ходе исследования данные могут быть учтены в организации учебной

деятельности подростков, в психолого-педагогической работе по коррекции уровня самооценки в младшем подростковом возрасте.

Структура работы: состоит из введения, теоретической и эмпирической главы, выводов по главам, заключения, списка использованных источников, состоящего из 52 источников, приложений.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ САМООЦЕНКИ НЕУСПЕВАЮЩИХ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ

1.1. Понятие самооценки в психологии

Рассмотрим трактовки понятия «самооценка» в психолого-педагогических исследованиях. Самооценка относится к основополагающим образованиям личности. Самооценка определяет деятельность человека, его отношение к себе и остальным индивидуумам, его статус. Самооценка – это оценка личностью самой себя, своих качеств, способностей, возможностей и места среди других людей (А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский). Самооценку рассматривают как элемент самоотношения, наряду с такими понятиями как самоуважение, самосимпатия, самопринятие и т.п. По мнению А.И. Липкиной, самооценка – это оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. От самооценки зависят взаимоотношения человека с окружающими, его самоотношение к себе, его критичность, требовательность к себе, критичность к успехам и неудачам. Тем самым самооценка влияет на эффективность деятельности человека и дальнейшее развитие его личности [45].

Самооценка является важным аспектом, который влияет на поведение, а также отношение личности в обществе. Она влияет на взаимоотношения человека с окружающими людьми, определяет меру его критичности, требовательности к себе, отношение к триумфу и неудачам, результативность деятельности и развитие личности в целом.

Предметом самооценки индивида может быть его тело, возможности, взаимоотношения с другими людьми и/или группами и все многообразие иных личностных проявлений. В соответствии с этим закладывается система индивидуальных самооценок, которые взятые в совокупности, интегрируются в некое обобщенное чувство, связанное с целостным образом «Я». Именно эта обобщенная и в конкретном смысле устойчивая самооценка

и рассматривается предметом психологического анализа в большинстве исследований по данной проблематике.

Так, например, Д. Куперсмит предполагает под самооценкой отношение индивида к себе, которое сформировывается постепенно и приобретает привычный характер, реализуется как одобрение или неудовольствие, меру которого определяет уверенность индивида в своей уникальности, важности [7, с. 76].

По утверждению М.И. Лисиной, самооценка рассматривается механизмом обработки знаний о себе на уровне аффективного процесса, то есть, подобающим отношением к самому себе и самооценности. Определение «самооценка» на ее взгляд, является наиболее узким, чем понятие образ самого себя [26, с. 14–15].

Так же А. Розенберг предполагает, что самооценка отражает степень становления у индивида чувства самоуважения, чувства внутренней уверенности, чувства собственной ценности и позитивного отношения к тому, что входит в сферу его «Я» [45, с. 44].

По мнению Т. Шибутани, если личность изучать как организацию ценностей, то самооценка будет являться ядром такого функционального единства [32, с. 220–221].

По мнению А.Н. Леонтьев интерпретировать самооценку через градацию «чувство» как стабильное эмоциональное отношение, имеющее «выраженный предметный характер, который является результатом специфического обобщения эмоций» [34, с. 555].

По утверждению М.И. Ковель самооценку как основу внутренней мотивации, которая неразрывно сплетена с процессом познания. Индивид включается в знаковую активность при наличии внутренней мотивации и саморегуляции в ходе этой деятельности.

Формулируя свои представления по данному вопросу в виде комплексной оценки, И.С. Кон пишет, что «самооценка является общим знаменателем, итоговым измерением «Я», выражающим меру принятия или

непринятия индивидом самого себя, положительное или отрицательное отношение к себе, производное от совокупности отдельных самооценок» [31, с. 22].

Анализируя процитированные определения понятия «самооценка», можно обозначить два главных момента, которые, так или иначе, постулируются большим количеством исследователей: во-первых, существует некое обобщенное самоотношение (самоуважение, самооценка), которое является гармоничным и эффективным образованием, отражающим степень естественности отношения индивида к представлению о себе; во-вторых, это обобщенное самоотношение интегрируется из частных самооценок.

Ведущая роль самооценке отводится в границах осмысления проблем самоопределения – она определяется как фундамент этого процесса, показатель степени развития самосознания, его личностный фактор, гармонично включенный в этот процесс. С самооценкой соотносятся оценочные функции самопознания, вбирающие в себя эмоционально-ценностное отношение личности к себе, специфика понимания личности самой себя.

Таким образом, Б.Г. Ананьев полагал, что самооценка рассматривается одним из разнообразных элементов самосознания. По его мнению, процедура самооценивания – это сложный диалектический процесс осмысления самого себя. Это процесс, протекающий во времени, ведущий к осознанию собственного Я как некоего единства, и детерминированный влиянием среды и окружающего социума. Самосознание – символ целостного субъекта, служащий ему для организации деятельности и взаимоотношений с окружающими людьми. Конечный результат самопознания – Я-образ или Я-концепция. В свою очередь, самооценка является одним из компонентов Я-концепции – определение целостного образа себя, системы коллективных представлений о своей личности (внешних и внутренних спецификах, достоинствах и недостатках, взаимоотношениях). Самооценка зачастую

субъективно отражает реальность, поскольку в ее основе лежит собственное мнение о себе. Позитивный образ Я-концепции свойствен людям с высокой самооценкой, не высоко оценивающие себя люди имеют, как правило, целую множественность негативных представлений о себе [3, с. 67–69].

Самооценка как многомерное образование имеет определенную структуру, выполняет различные функции, характеризуется разнообразными параметрами.

Структура самооценки может быть описана двумя элементами: когнитивным и эмоциональным. Первый компонент включает знание личности о себе, сопоставление себя с другими индивидуумами, соотнесение своих свойств с конкретными стандартами, фиксация возможного несовпадения этих величин, второй же отражает отношение к себе как меру удовлетворенности собой. В ходе процесса самооценивания эти компоненты функционируют в неразрывном единстве. Так, знание о себе, формируемое субъектом в социальном контексте, неизбежно сопровождается эмоциями, сила и интенсивность которых обуславливается от важности для личности предмета оценивания. Самооценка может различаться по степени устойчивости, самостоятельности, критичности. Определяют также общую и частную самооценку. Частная обуславливает, например, оценивание каких-либо деталей своей внешности, отдельных черт характера, определенных достижений или неудач. В общей, или масштабной самооценке, отражается одобрение или неодобрение, которое переживает человек по отношению к самому себе в целом, т.е. в глобальной самооценке отражается сама сущность личности [26, с. 252].

Финальным измерением Я, формой существования глобальной самооценки является самоуважение – устойчивая личностная черта, сохранение которой на определенном уровне является серьезной задачей. Самоуважение личности определяется отношением ее реальных достижений к тому, на что человек претендует, какие цели перед собой ставит.

Взаимосвязь таких целей формирует уровень притязаний личности. В его концепции лежит такая самооценка, сохранение которой стало для личности необходимостью [45, с. 126]. Уровень притязаний – это тот практический результат, которого человек рассчитывает достичь в активности и который согласуется с его самооценкой, способствует ее укреплению, нормализации. Несовпадение между притязаниями и реальными способностями индивида ведет к ошибочной самооценке, вследствие чего его поведение становится неадекватным, возникают эмоциональные срывы, повышенная тревожность и иные проблемы.

Таким образом, самооценка развитого индивида представляет собой сложную систему различного уровня осознанности, которая определяет характер самоотношения индивида, отражает степень самоуважения, частные самооценки, характеризующие отношение к отдельным сторонам своей личности, поступкам, успешности определенных видов деятельности, а также целостное принятие или непринятие себя.

Анализ разных взглядов на функциональное назначение, содержательную нацеленность самооценки дает возможность выделить некоторые ее функции, которые в большей или меньшей степени влияют на наши жизненные процессы и их успешность.

Функции самооценки:

Регуляторная – обеспечивает личностный выбор, решение вытекающих из него задач;

Защитная – обеспечивает сравнительную стабильность и независимость личности;

Развивающая – служит рефлексивной основой, толчком для последующего саморазвития;

Эмоциональная – дает возможность чувствовать себя удовлетворенно своей личностью, характерными качествами;

Прогностическая – заключается в регуляции активности личности на самом первоначальном этапе деятельности.

Корректирующая – нацелена на контроль и осуществление нужных корректировок, корректировок осуществляемой деятельности;

Ретроспективная – используется на финальном этапе деятельности для подведения итогов, сопоставления целей, способов и средств выполнения деятельности с ее результатами.

Как следует, функции самооценки характеризуются в том, что она выступает в качестве внутренних условий регуляции поведения и деятельности человека. Благодаря включению самооценки в структуру мотивации деятельности личность соотносит собственные возможности и психические ресурсы с целями, средствами и показателями своей деятельности.

Самооценку можно также изучать с помощью таких немаловажных категорий деятельности как: средство, операции, результат.

В процессе самооценки ученые акцентируют следующие операции: самопознание как выстраивание образа «Я-реальное», сопоставление с эталоном, интерпретация результатов сопоставления, реакция на достигнутый результат (самоотношение, самопринятие).

Важное значение имеет также исследование средств самооценки. В качестве средств или стандартов самооценки разнообразными авторами именуется как когнитивные, так и аффективные параметры: ценностные ориентации и идеалы личности (А.В. Петровский), мировоззрение (С.Л. Рубинштейн), уровень притязаний (Л.И. Божович и др.), Я-концепция (В.В. Столин), требования, предъявляемые коллективом (С.Е.И. авонько).

В качестве итога самооценки может выступать либо констатация конкретных качеств, либо результат соотнесения этих качеств с неким образцом (стандартом, эталоном), либо результат некоторого эмоционально-чувственного отношения.

Подводя итоги изучения сущности и содержания определения, «самооценка», мы можем заключить, что фактически любой феномен

человеческого мироздания (в т.ч. и сама самооценка) может быть человеком самооценен, т.е. информативное поле самооценки безгранично.

1.2. Развитие самооценки в младшем подростковом возрасте

Изучение самооценки младших подростков является одним из направлений исследования многих ученых. Среди них следует обратить внимание исследования отечественных психологов Л.И. Божович, Л.С. Выготского, С.Л. Рубинштейна, И.И. Чесноковой. К проблеме младшего подросткового возраста обращались современные ученые С.В. Духновский, В.В. Косинова, А.М. Олесик, Г.В. Пятакова, Е.В. Свистунова, Л.М. Чепелева.

Следует подчеркнуть, что большое количество исследований, направленных на изучение самооценки младших подростков, имеет соответствующую характерную направленность, которая заключается в выявлении процессуальных и результативных особенностей развития самооценки в нетипичных условиях, например, при аномальном конституционально-типологическом развитии ребенка, в экстремальных условиях, под воздействием стрессогенных факторов, в условиях депривации и т.д. Невзирая на детальную разработку проблемы личностных преобразований у младших подростков в определенных условиях, вопрос о том, что происходит с «Я» - образом младших подростков в ситуации переживания возрастного кризиса как такового, остается недостаточно исследованным.

При исследовании вопроса о взаимосвязях и тонкостей развития самооценки в младшем подростковом возрасте следует отмечать особенности самосознания подростков. Исследования Е.С. Шильштейн подтверждают, что для младшего подросткового возраста характерно формирование интеллектуального аппарата, что делает возможным осмысленное моделирование своего собственного мировоззрения, индивидуальной системы ценностей и самосознания. Образ «Я» в это время нестабилен, менее позитивен по сравнению с младшим школьным возрастом; именно в этот период начинается интеграция и осмысление всей информации, относящейся к «Я». В связи с вышесказанным, представляет интерес, какие изменения

претерпевает самосознание младшего подростка при столкновении с кризисными событиями жизненного пути.

Обозначим некоторые особенности младшего подросткового возраста, которые, на наш взгляд, способны значительно повлиять на переживание подростками кризисных ситуаций. Во-первых, это интеграция и осмысление информации, относящейся к «Я». Во-вторых, это большая нестабильность «Я»-образа по сравнению с младшим школьным возрастом. Указанные особенности взаимосвязаны и взаимовлияют друг на друга.

У индивидуума до наступления поворотного события имеется некоторое понятие о себе, относительно упорядоченный, созданный образ «Я». Существование личности, прогнозирование и реализация ее изменений разворачиваются по моделям, часто созданным еще предшествующими поколениями, роли регламентированы, обозначены закономерности и порядок их смены.

Согласно исследованию Т.Б. Карцевой, свершение поворотных событий в жизни человека порождает преобразование социальной ситуации развития личности, ведет к смене ролей, которые человеку приходится играть, к видоизменению круга лиц, включенных во взаимодействие с ним, спектра решаемых проблем и образа его жизни [24]. Т.Б. Карцева подтверждает, что осуществление таких этапных жизненных событий влечет к личностному изменению, изменению всей системы «Я» и весьма болезненно проживается личностью. Это связано с особенностями перехода, перестройки образа «Я» после процесса «утраты себя» и наступающего повторно «обретения себя», сопровождающего личностное изменение [24].

Таким образом, субъективное переживание кризиса может приводить к некоторым личностным изменениям, затрагивающим самосознание, эмоционально-ценностный блок, а также поведенческую сферу. Переживание кризиса в младшем подростковом возрасте осложняется рядом специфических возрастных особенностей, которые могут быть оценены как объективный кризис, который делает личность более восприимчивой разного

рода воздействиям, а, следовательно, и более подверженной вышеназванным изменениям.

В младшем подростковом возрасте усиливается стремление к самовосприятию, к осознанию своего места в жизни и самого себя как субъекта отношений с окружающими. С этим сопряжено становление самосознания [32].

В это период происходит смена некоторого «объективистского» взгляда на себя извне, на субъективную, динамическую позицию изнутри [34, с. 41].

В течение этого периода ломаются и перестраиваются все прежние отношения ребенка к миру и к самому себе, развиваются процессы самосознания и самоопределения, приводящие к той жизненной позиции, с которой школьник начинает свою самостоятельную жизнь [23]. Удивленные, смущенные и неуверенные в себе младшие подростки постоянно сравнивают себя с другими. В этот период подростки постоянно сравнивают себя со своими идеалами и это является одной из проблем переходного периода.

Период отрочества – юности совпадает с рядом физиологических изменений, в результате которых тело ребенка превращается в тело взрослого человека. Эти изменения происходят резко, поэтому подросткам и членам их семей приходится быстро адаптироваться к новому образу, говорящему о том, что детство осталось позади [22].

Совершающееся в ранней юности открытие внутреннего мира сопряжено с переживанием его как ценности. Открытие себя как неповторимо уникальной личности неразрывно связано с открытием социального мира, в котором этой личности предстоит жить. Рефлексия в этот период есть, с одной стороны, осознание собственного «Я» («Кто я?», «Какой я?» «Каковы мои способности?», «За что я могу себя уважать?»), а с другой – осознание своего положения в мире («Каков мой жизненный идеал?», «Кто мои друзья и враги?», «Кем я хочу стать?», «Что я должен

сделать, чтобы и я сам, и окружающий мир стали лучше?»). Первые, обращенные к себе вопросы ставит, не всегда сознавая это, уже подросток.

Однако, несмотря на все субъективные трудности, эти искания содержат в себе высокий позитивный потенциал: в поиске смысла жизни вырабатывается мировоззрение, расширяется система ценностей, формируется тот нравственный стержень, который помогает справиться с первыми житейскими неурядицами, подросток начинает лучше понимать окружающий мир и самого себя, становится в действительности самим собой.

В переходном возрасте люди чаще, чем когда бы то ни было становятся жертвами так называемого синдрома дисморфомации (страх или бред физического недостатка). Младшие подростки особенно чувствительны к особенностям своего тела и внешности, сопоставляя свое развитие с развитием товарищей. Поскольку внешность – важный элемент самосознания, учителям и родителям нужно знать, какие аспекты ее чаще всего вызывают у ребят беспокойство. У мальчиков частым источником тревоги является недостаточный, по их мнению, рост, с которым ассоциируется общая мускулистость [16].

Восприятие человеком своей внешности – начало перехода «пассивной составляющей рефлексии» – восприятие самого себя – в активную ее фазу, создание образа «Я» [24].

Примерно в 11-12 лет у подростков возникает интерес к собственному внутреннему миру, затем отмечается постепенное усложнение и углубление самопознания, одновременно происходит усиление его дифференцированности и обобщенности, что приводит к становлению относительно устойчивого представления о себе как цельной личности [26].

Необходимо отметить, что в этом возрасте происходит формирование ценностных ориентаций подростков.

Ценностные ориентации – это элементы структуры личности, которые характеризуют содержательную сторону ее направленности. В форме

ценностных ориентаций в результате обретения ценностей фиксируется существенное, наиболее важное для человека. Ценностные ориентации – это устойчивые, инвариантные образования («единицы») морального сознания – основные его идеи, понятия, «ценностные блоки», смысловые компоненты мировоззрения, выражающие суть нравственности человека, а значит, и общие культурно-исторические условия и перспективы. Содержание их изменчиво и подвижно. Система ценностных ориентаций выступает «свернутой» программой жизнедеятельности и служит основанием для реализации определенной модели личности. Той сферой, где социальное переходит в личностное и личностное становится социальным, где происходит обмен индивидуальными ценностно-мировоззренческими различиями является общение [30].

С ценностями связано представление о собственном будущем. Ценности, будучи по своей природе социально-историческими, являются средством приобщения индивида к роду (родовым человеческим способностям), тем самым позволяя преодолеть конечность (временность) человеческого существования. Ценности, в свою очередь, тесно связаны с представлением о смысле жизни, которое является одновременно и основанием развития личности, и его результатом.

Итак, мы отметили, что самоопределение связано с ценностями, с потребностью формирования смысловой системы, в которой центральное место занимает проблема смысла жизни, с ориентацией на будущее.

Нет такого исследования подросткового возраста, в котором не подчеркивалось бы, что основной потребностью подростка является стремление занять определенное место в обществе. Однако само по себе стремление занять определенное место в обществе вовсе не является специфической особенностью подросткового возраста. Как явствует из работ Л.С. Выготского, Д.Б. Эльконина, Л.И. Божович, Д.И. Фельдштейна, стремление занять новую социальную позицию. Специфику следует искать не в самом стремлении к обретению место в обществе (социальной позиции),

но в качественных особенностях той системы отношений, которая складывается в данном возрасте между ребенком и обществом. Специфика эта, помимо всего прочего, заключается также и в том, что, как справедливо отмечал еще П.П. Блонский, с каждым последующим возрастным этапом расширяется круг общения ребенка; это означает, что расширяется адресат этого общения, представленность в этом общении общества как целого. Кроме того, меняются также его содержание и средства.

В работах Д.И. Фельдштейна показано, что подростковый возраст является сензитивным для формирования мотивации общественно полезной деятельности, т.е. деятельности, направленной на пользу всего общества [26]. «Узловым рубежом» в социальном развитии личности является занятие подростком позиции «Я и общество». Содержательно это означает, что на этом уровне подростком решается проблема взаимоотношений себя и общества, определение себя в обществе и через общество. А это, как мы показали, возможно только в области ценностей и смыслов. Таким образом, на этом уровне задача решается как задача личностного самоопределения.

В сфере самосознания и самооценки подростков существуют половые различия. Это связано с тем, что скорость полового созревания у мальчиков и девочек различна (у девочек развитие опережает юношей примерно на 2 года) [24]. Если судить по самоописаниям, в 14-15 лет девочки гораздо больше озабочены тем, что о них думают другие, значительно более ранимы, чувствительны к критике. Это подтверждается сравнением дневников. Девушки раньше начинают вести дневники – это, как правило, описание собственных чувств и переживаний, сплошной разговор с собой и о себе. Юношеские дневники более разнообразны и предметны [32].

Периодом возникновения сознательного «Я», как пишет И.С. Кон, «как бы постепенно ни формировались отдельные его компоненты, издавна считается подростковый и юношеский возраст» [26]. Развитие самосознание – центральный психический процесс переходного возраста. Практически все

отечественные психологи называют этот возраст «критическим периодом формирования самосознания».

Развитие самосознания в подростковом возрасте проходит ряд стадий: примерно в 11 лет у подростка возникает интерес к собственному внутреннему миру, затем отмечается постепенное усложнение и углубление самопознания, одновременно происходит усиление его дифференцированности и обобщенности, что приводит в раннем юношеском возрасте (15-16 лет) к становлению относительно устойчивого представления о самом себе, «Я-концепции»; к 16-17 годам возникает особое личностное новообразование, которое обозначается термином «самоопределение». С точки зрения самосознания субъекта оно характеризуется осознанием себя в качестве члена общества и конкретизируется в новой, общественно значимой позиции.

Рост самосознания и интереса к собственному «Я» у подростков вытекает непосредственно из процессов полового созревания, физического развития, которое является одновременно социальными символам, знаками взросления, на которые обращают внимание и за которыми пристально следят другие, взрослые и сверстники. Противоречивость положения подростка, изменение структуры его социальных ролей и уровня притязаний – эти факторы актуализируют вопрос: «Кто я?». Постановка этого вопроса – закономерный результат всего предшествующего развития психики. Рост самостоятельности означает ни что иное как переход от системы внешнего управления к самоуправлению. Но всякое самоуправление требует информации об объекте. При самоуправлении это должна быть информация объекта о самом себе, т.е. самосознание.

Для ребенка единственной сознаваемой реальностью является внешний мир, куда он проецирует и свою фантазию. Вполне сознавая свои поступки, ребенок обычно еще не осознает собственных психических состояний. Для подростка внешний, физический мир только одна из возможностей субъективного опыта, сосредоточением которого является он сам. Обретая

способность погружаться в себя и наслаждаться своими переживаниями, подросток открывает целый мир новых чувств, красоту природы, звуки музыки, ощущение собственного тела. Старший подросток начинает воспринимать и осмысливать свои эмоции уже не как производные от каких-то внешних событий, а как состояния своего собственного «Я». Даже объективная, безличная информация нередко стимулирует молодого человека к интроспекции, размышлению о себе и своих проблемах [30].

Подводя итог, хотелось бы отметить, что наибольший интерес вызывает изучение особенностей самосознания у подростков, так как подростковый возраст, как отмечал Л.С. Выготский, характеризуется отмиранием старого, когда ребенок многое теряет из приобретенного прежде и рождением нового [26]. В этом возрасте изменяется взгляд на себя, на субъективную, динамическую позицию изнутри. Подросток перестраивает все отношения с окружающим миром и самоопределяется в жизни. В подростковом возрасте дети встают на последнюю ступень формирования, помогаю им в этом родители, сверстники и окружающая действительность.

Взросление как процесс социального самоопределения многомерно и многогранно – это и процессы формирования жизненной перспективы, и становления отношения к труду, и нравственного самосознания. В качестве главного результата самоопределения психологи выделяют потребность подростка занять внутреннюю позицию взрослого, осознать себя в качестве члена общества, определить себя в мире, т.е. понять себя и свои возможности наряду с пониманием своего места и назначения в жизни.

Таким образом, мы можем сделать вывод, что у младших подростков замечена потребность в изучении себя, тем самым, они проявляют свою потребность в самооценке, но так как у младших подростков отсутствует опыт и умение себя оценивать, это приводит к тому, что ему важна оценка его деятельности. Следует упомянуть и о том, что становится заметным рост негативного восприятия себя, увеличивается число негативных самооценок.

1.3. Особенности самооценки неуспевающих младших подростков

В психолого-педагогической литературе указываются различные виды учебной неуспеваемости. Так, по мнению А.А. Бездарного, существует абсолютная и относительная неуспеваемость. Абсолютная неуспеваемость присуща тем обучающимся, которые имеют отметки «2», то есть находятся на уровне ниже минимума требований. Относительная неуспеваемость характеризуется недостаточной познавательной нагрузкой тех обучающихся, которые могли бы выполнить обязательные требования к уровню знаний согласно учебной программе.

Таким образом, А.М. Гельмонт и Н.И. Мурачковский выделяют три степени учебной неуспеваемости в зависимости от количества предметов и устойчивости отставания:

- 1) общее и глубокое отставание в течение длительного времени;
- 2) частичная, но относительно стойкая неуспеваемость по 1–3 предметам;
- 3) эпизодическая неуспеваемость. Учебная неуспеваемость школьников то по одному, то по другому предмету, относительно легко преодолеваемая.

При низкой успеваемости, как и при высокой, возникает проблема статуса. В школьном возрасте статус ученика в классе определяется оценками учителя, т.е. успеваемостью. Педагог, оценивая знания подростка, оценивает его личность, возможности и его роль в коллективе. В дальнейшем, подросток, опираясь на оценки, свои и своих одноклассников – начинает делить на категории «успевающих» и «неуспевающих». Оценки играют важную роль в формировании личности подростка и его самооценки.

Неуспевающие с самого начала обучения подростки приобретают низкий социометрический статус. Позиция неуспевающего – позиция худшего в классе, так это воспринимается. Остальные ученики, полностью принимая оценку учителя, считают неуспевающих не только глупыми, но и наделенными прочими отрицательными качествами, даже некрасивыми. Все

это непосредственно влияет на самооценку подростков с неудовлетворительными оценками.

Подростки с заниженной самооценкой обычно робкие, тревожные, замкнутые; с завышенной- самоуверенные, спокойные, общительные. Тем не менее, это вовсе не означает, что низкая самооценка – это плохо, а высокая самооценка – очень хорошо. Исследования показывают, насколько представление ребенка о себе (его самооценка) соответствует действительности (т. е. его способностям, проявляющимся в деятельности и отношении к нему других людей). Часто бывает, что у ребенка завышенная самооценка, но в действительности он не в состоянии осуществлять какую-либо деятельность (нарисовать домик, застегнуть пуговицы на куртке сам) все это приводит к неблагоприятным последствиям: ребенок становится раздражительным, нервным, капризничает, пытается переложить «вину» на кого-то. В такие моменты можно посоветовать родителям и воспитателям не критиковать ребенка, пытаясь исправить его самооценку и действительность. Лучше объяснить, почему он не может этого сделать, успокоить или помочь ему. Каждый ребенок хочет, чтобы его считали хорошим.

Кроме того, что подросток, отстающий в обучении, не справляющийся с обучением, оказывается в крайне невыгодном положении в школе, он, как правило, теряет привычное к себе отношение или приобретает дополнительные неприятности в семье. Дома его низкая успеваемость становится источником раздражения родителей, наказаний, повышения требований, тем самым, ухудшается самооценку подростка и мнение о самом себе.

Рассмотрим специфику развития самосознания и мотивации детей, не успевающих с первого класса.

Психолог А.И. Липкина, изучая самооценку неуспевающих школьников, выявила следующую тенденцию ее развития. Уровень самооценки на протяжении обучения в начальных классах снижается:

первоначально (в первом, иногда и во втором классах) завышенная самооценка к концу младшего школьного возраста становится заниженной.

Сначала ребенок, пришедший в школу с желанием учиться, не принимает позицию неуспевающего, не соглашается со своим объективным положением в классе. Завышенная самооценка сочетается у него с относительно высоким уровнем притязаний.

Низкий статус как объективная позиция, занимаемая ребенком из-за его низких учебных достижений, не определяет его внутренней позиции. У ребенка не развивается чувство компетентности (Э. Эрикссон), но на первых этапах обучения еще не появляется чувства неполноценности. На вопрос: «Как ты учишься?», дети обычно отвечают: «Средне».

Неуспевающий ученик объясняет свои учебные неудачи различными причинами. Подросток не берет на себя ответственности за неуспешность собственной учебной деятельности и видит ее причины в не зависящих от него обстоятельствах. Обстоятельства эти неблагоприятны, но сохраняется надежда на то, что они изменятся в лучшую сторону, и тогда ребенок добьется успеха. Рассказывая, что именно мешает им учиться лучше, дети ссылаются на внешние причины: «У меня ручка плохая. Папа купит мне хорошую ручку, и я буду писать лучше» (первый класс); «Мне мешает лучше учиться мой маленький братик. Он все время хочет со мной играть» (второй класс). Приведенные примеры показывают, что у неуспевающих первоклассников и второклассников присутствует внешний локус контроля.

Если подросток не получает нужной ему педагогической помощи и не достигает в учении успеха, пусть и относительного – не поднимается хотя бы до уровня «твердой», стабильной «тройки», его субъективное восприятие ситуации постепенно изменяется: он начинает осознавать свою несостоятельность по сравнению с хорошо успевающими одноклассниками. К концу младшего школьного возраста самооценка становится заниженной. Снижается уровень притязаний, ослабевает

стремление выйти из числа отстающих, и подросток принимает позицию неуспевающего – худшего в классе.

Таким образом, низкая результативность учебной деятельности влияет на отношение окружающих, низкие оценки и статус.

Выводы по главе 1

Анализ научной литературы по проблеме исследования позволяет констатировать:

1. Самооценку мы определяем, опираясь на работы М.Г. Ярошевского, как оценку личностью самой себя, своих возможностей, собственных качеств, достоинств, недостатков и места среди других людей, также это степень восприятия себя хорошим, компетентным, достойным уважения.

2. Психологические особенности младшего подросткового возраста 11-12 лет обоснованы неравномерностью физического и психического развития, открытием собственного «Я». В этот период, с усилением интереса к собственному внутреннему миру, формируется умение думать и говорить о себе. Подростки находят необходимые для этого слова, развивается личностная рефлексия. Снимается аффективный барьер, и подростки достаточно охотно, открыто говорят о себе, о своих интересах, увлечениях, с интересом участвуют в разговорах со взрослыми и сверстниками, касающихся «проблем Я». Основу самооценки младших подростков составляют представления о собственных возможностях, интересах. Подростки пытаются оценить собственный рост, развитие, демонстрируют желание разобраться в происходящих в себе переменах.

3. Специфика самооценки неуспевающих младших подростков. Субъективное восприятие ситуации подростком, постепенно изменяется: он начинает осознавать свою несостоятельность по сравнению с хорошо успевающими одноклассниками, а также становится заметным рост негативного восприятия себя, увеличивается число негативных самооценок.

ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВОЗМОЖНОСТЕЙ КОРРЕКЦИИ САМООЦЕНКИ НЕУСПЕВАЮЩИХ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ

2.1. Организация и методы исследования

Для исследования особенностей самооценки младших подростков проводилась эмпирическое исследование на базе МАОУ СШ № XX г. Красноярска. Выборку составили 24 обучающихся 11-12 лет.

Экспериментальная группа – неуспевающие подростки – 12 чел. Экспериментальная группа была выбрана на основе анализа успеваемости младших подростков. Так в экспериментальную группу вошли подростки с относительной неуспеваемостью (А.А. Бездарный) – 70% их оценок – «удовлетворительно» и «неудовлетворительно».

Контрольная группа – подростки (12 чел.) с высокой успеваемостью.

Обоснуем выбор методов исследования самооценки.

Тестирование – метод психологической диагностики, использующий стандартизированные вопросы и задачи (тесты), имеющие определенную шкалу значений.

Тестирование позволяет с известной вероятностью определить актуальный уровень развития у индивида необходимых навыков, знаний, личностных характеристик.

Сам процесс тестирования может быть разделен на следующие этапы: выбор теста с учетом цели и степени его достоверности; его проведение определяется инструкцией к тесту; интерпретация результатов. На всех трех этапах нужен профессионализм, участие или консультация психолога.

Тест (англ. test – проба, испытание, проверка) - стандартизированное, часто ограниченное во времени испытание, предназначенное для установления количественных или качественных индивидуально-психологических различий.

Существуют разнообразные классификации тестов. Они могут подразделяться: по особенностям используемых тестовых задач на тесты вербальные и тесты практические; по формам процедуры обследования - на тесты групповые и индивидуальные; по направленности - на тесты интеллекта и тесты личности; в зависимости от наличия или отсутствия временных ограничений - на тесты скорости и тесты результативности; тесты различаются также по принципам конструирования, например, в последние десятилетия активно разрабатываются компьютерные тесты.

Метод опроса относится к методам исследования вербально-коммуникативным, и подразумевает взаимодействие между специалистом и клиентом через заполнение последним ответов на перечень заранее сформулированных вопросов.

Именно такой метод в настоящее время является одним из превалирующих в области психологии. Именно так специалисту проще всего получить конкретную информацию для анализа. Опрос, как правило, заключается в процессе получения ответов на список важных вопросов из той области, в которой проводится исследование. Как правило, опросы решают массовые задачи, ведь специфика их проведения позволяет в короткие сроки получить сведения не от одного индивида, а от группы людей.

Методы опроса по виду делятся на стандартизированные и не стандартизированные. Первые позволяют получить только самые общие впечатления о каком-либо деле, когда как в последних отсутствуют какие бы то ни было точные рамки, и в данном случае исследователь способен менять ход опроса непосредственно в процессе, в зависимости от реакции респондента. В этом отношении опрос как метод психологического исследования может быть использован в самых разных целях и позволяет производить анализ всевозможных аспектов человеческой психики.

Важная характеристика метода опроса заключается в том, что специалист должен составить такие программные вопросы, которые

соответствуют основной задаче, но при этом для понимания доступны только специалистам. Эти вопросы в дальнейшем формируются на простом языке.

К методам опроса относятся следующие его разновидности: анкетирование; личностные тесты; метод лестницы; метод интервью (его относят не только к методу опроса, но и к методу беседы); вопросы.

Все эти основные методы опроса позволяют быстро разобраться в интересующей проблеме и легко использовать эти знания в дальнейшем.

На этапе анализа литературы по теме данного исследования было выявлено, что самооценка представляет собой сложную структуру, поэтому для изучения особенностей самооценки необходимо проведение оценки многих его компонентов.

В рамках данного параграфа необходимо оценить то, как подростки понимают себя, как у них проявляются отдельные составляющие самоотношения, какие личностные характеристики преобладают, как они оценивают себя и свои физические особенности.

Поэтому были выбраны следующие методики:

1. Тест-опросник Г.Н. Казанцевой «Уровень общей самооценки»;

Методика направлена на диагностику уровня общей самооценки личности. Методика построена в форме традиционного опросника. Испытуемому предлагается отреагировать на положения опросника – выбрать один из пяти вариантов ответа: «очень часто», «часто», «иногда», «редко», «никогда», выбрав тот ответ, который в наибольшей степени соответствует собственному поведению в аналогичной ситуации.

На основании подсчета баллов определяется уровень самооценки: 0-25 баллов – высокий уровень самооценки; 26-45 баллов – средний уровень самооценки; 46-128 баллов – низкий уровень самооценки.

2. Методика Дембо-Рубинштейн в адаптации А.М. Прихожан.

Данный метод психодиагностики, направленный на изучение самооценки и самоотношения испытуемого, разработанный Т.В. Дембо в 1962 году и дополненный С. Я. Рубинштейн в 1970 году.

Тест не ограничен анализом человеческих качеств. Он предполагает сочетание факторов реальной жизни человека: здоровье, ум\способности, характер, счастье. Эти пункты представлены в виде семи шкал. На каждой шкале нужно отметить тот уровень, на котором человек находится (по своему ощущению), на котором хотел бы оказаться, и на каком реально может быть с учетом своих возможностей.

По высоте уровня этих показателей определяется уровень самооценки. В зависимости от обстоятельств она может быть низкой, средней, высокой, а иногда завышенной или заниженной.

По высоте уровня этих показателей определяется уровень самооценки. В зависимости от обстоятельств она может быть низкой, средней, высокой, а иногда завышенной или заниженной.

Таким образом, применение данных методик, направленных на диагностику самооценки в подростковом возрасте, можно выделить специфические особенности в самооценки современных подростков.

2.2. Результаты эмпирического исследования самооценки неуспевающих младших подростков

Проанализируем данные, полученные нами в ходе эмпирического исследования.

Результаты исследования самооценки младших подростков экспериментальной и контрольной групп с помощью методики Г.Н. Казанцевой приведены на рисунке 1.

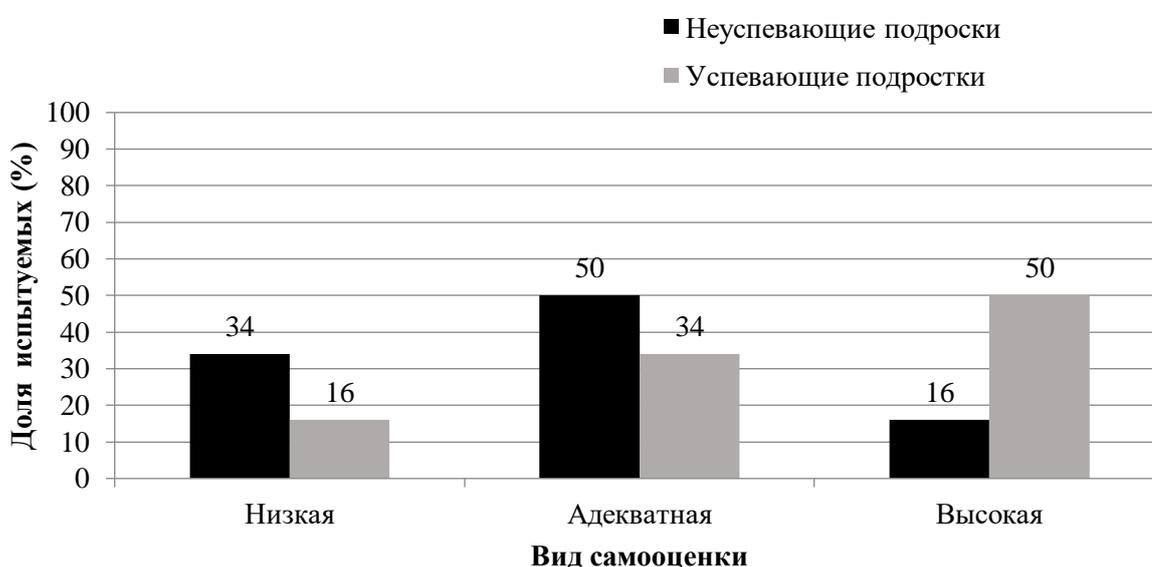


Рисунок 1. Распределение выборочной совокупности детей по видам самооценки (методика Г.Н. Казанцевой)

У неуспевающих подростков преобладает адекватный уровень самооценки (50%). В основе оптимальной самооценки, выражающейся через положительное свойство личности – уверенность, лежат необходимый опыт и соответствующие знания. Уверенность в себе позволяет младшему подростку регулировать уровень притязаний и правильно оценивать собственные возможности применительно к различным жизненным ситуациям. Подросток анализирует ошибки и причины, тех или иных

ситуаций. И учитывает это в дальнейших своих действиях. Это происходит благодаря самопознанию и объективного взгляда на происходящее.

В то же время значительной части детей характерна низкая самооценка (34%). Низкая самооценка у младших подростков проявляется в робости и трудности в контакте со сверстниками, низкое оценивание себя и своих способностей, и навыков.

Завышенная самооценка свойственна незначительной доле подростков (16%). Это проявляется в том, что подростки реагируют на замечания со стороны сверстников, учителей и родителей, но при этом не обесценивают свои действия и успехи.

У большинства успевающих младших подростков преобладает высокая самооценка (50%). Это проявляется в том, что подростки реагируют на замечания со стороны сверстников, учителей и родителей, но при этом не обесценивают свои действия и успехи.

У значительного числа успевающих подростков преобладает адекватная самооценка (34%). Это позволяет проявлять природные достоинства личности, при этом скрывая или компенсируя его недостатки.

В целом адекватная самооценка дает младшим подросткам чувство успешности в классе и межличностных отношениях в целом, а также открытости для обратной связи, что ведет к приобретению положительных жизненных навыков и опыта.

Низкая самооценка свойственна незначительной доле успевающих подростков (16%). Это проявляется в критичности к своим действиям, успехам и результатам, проделанным младшими подростками. Так же присутствует негативная оценка не только к учебе, но и к самой личности, характеру, внешности.

Сравнение данных диагностики экспериментальной и контрольной групп показало: неуспевающие подростки более склонны к низкой самооценке (34%), чем успевающие (16%). Это говорит о том, что у подростков заниженная самооценка. Обычно это приводит к неуверенности в

себе, робости и отсутствию дерзаний, невозможности реализовать свои способности. Такие подростки с трудом ставят перед собой труднодостижимые цели, ограничиваются решением обыденных задач, слишком критичны к себе. Подросток с низкой самооценкой склонен сомневаться в себе, принимать на свой счет замечания, трудно дается принятие решений.

Адекватный уровень самооценки характерен в значительной доле как для неуспевающих (50%), так и для успевающих (34%) подростков.

Высокая самооценка более выражена у успевающих подростков (50%), чем у подростков с посредственной успеваемостью (16%), что говорит о том, что успевающим более характерна уверенность в себе, им легче ставить и достигать цели (в том числе, учебные).

Следующим этапом исследования стала диагностика самооценки подростков с помощью методики Дембо-Рубинштейн. Результаты представлены в таблицах 1, 2 и на рисунке 2.

Таблица 1

Результаты исследования самооценки неуспевающих младших подростков с помощью методики Дембо-Рубинштейн

Показатели	Распределение испытуемых по видам самооценки (%)		
	Низкая	Адекватная	Высокая
Характер	0	50	50
Ум	34	50	16
Способности	34	50	16
Авторитет	0	50	50
Красота	16	32	52
Уверенность	16	84	0
Здоровье	0	50	50

Проанализируем шкалы самооценки по Дембо-Рубинштейн у неуспевающих подростков.

Результаты по шкале «характер» у неуспевающих адекватный (50%) и высокий (50%) уровни самооценки. Проявляется в активности и открытом выражении эмоций, своих действий и т.д. Низкого уровня самооценки по шкале «характер» не выявлено.

По шкале «ум» отмечен низкий уровень самооценки (34%), это проявляется в оценке младших подростков своих знаний. Адекватный уровень самооценки свойственен 50% детей, это проявляется в том, что младшие подростки учитывают свои ошибки и понимают, как в следующий раз поступить, без ухудшения мнения о себе. Высокий уровень характерен для 16% подростков.

По шкале «способности» низкий уровень самооценки у 34% испытуемых, это отсутствие четкого образа самих себя. Подростки не знают точно, где их слабые и сильные стороны. Они воспринимают себя часто очень противоречиво. Они склонны генерализировать (обобщать) свои слабые стороны, что приводит к негативной самооценке себя в целом. Иногда это выливается в выраженное самоотвержение вплоть до ненависти к самим себе. Адекватный уровень самооценки показали 50% детей, высокий – 16%.

По шкале «авторитет» низкого уровня самооценки не выявлено, адекватный составил 50%, высокий 50% – это проявляется в активном контактировании со сверстниками.

По шкале «красота» низкий уровень самооценки составил 16%, адекватный 32%, высокий 52%. Это проявляется в оценке своей внешности. Результаты показывают, что подростки воспринимают себя привлекательными для окружающих.

По шкале «уверенность» низкий уровень самооценки характерен 16% опрошенных, адекватный – для 84%, высокого уровня не выявлено.

По шкале «здоровье» низкого уровня самооценки не выявлено, адекватный показали 50% детей и высокий – 50%.

Результаты исследования самооценки успевающих подростков
с помощью методики Дембо-Рубинштейн

Показатели	Распределение испытуемых по видам самооценки (%)		
	Низкая	Средняя	Высокая
Характер	0%	84%	16%
Ум	0%	34%	66%
Способности	16%	34%	50%
Авторитет	16%	50%	34%
Красота	17%	66%	17%
Уверенность	50%	16%	34%
Здоровье	0	50%	50%

Анализ результатов диагностики самооценки по Дембо-Рубинштейн успевающих подростков показал: по шкале «характер» у успевающих подростков средний (84%) и высокий (16%) уровни самооценки. Низкого уровня самооценки по шкале «характер» не выявлено. По шкале «ум» средний уровень самооценки продемонстрировали 34% детей и высокий уровень – 66%, низкого уровня не выявлено. По шкале «способности» низкая самооценка – у 16% подростков, средний уровень – у 34%, высокий – у 50%. По шкале «авторитет» низкий уровень продемонстрировали 16% испытуемых, средний – 50%, высокий – 34%. По шкале «красота» низкий уровень самооценки показали 17% подростков, высокий – 66%, средний – 17%. По шкале «уверенность» низкий уровень характерен 50% подростков, средний – 16%, высокий – 34%.

Обобщенные результаты диагностики самооценки младших подростков экспериментальной и контрольной групп с помощью методики Дембо-Рубинштейн приведены на рисунке 2.

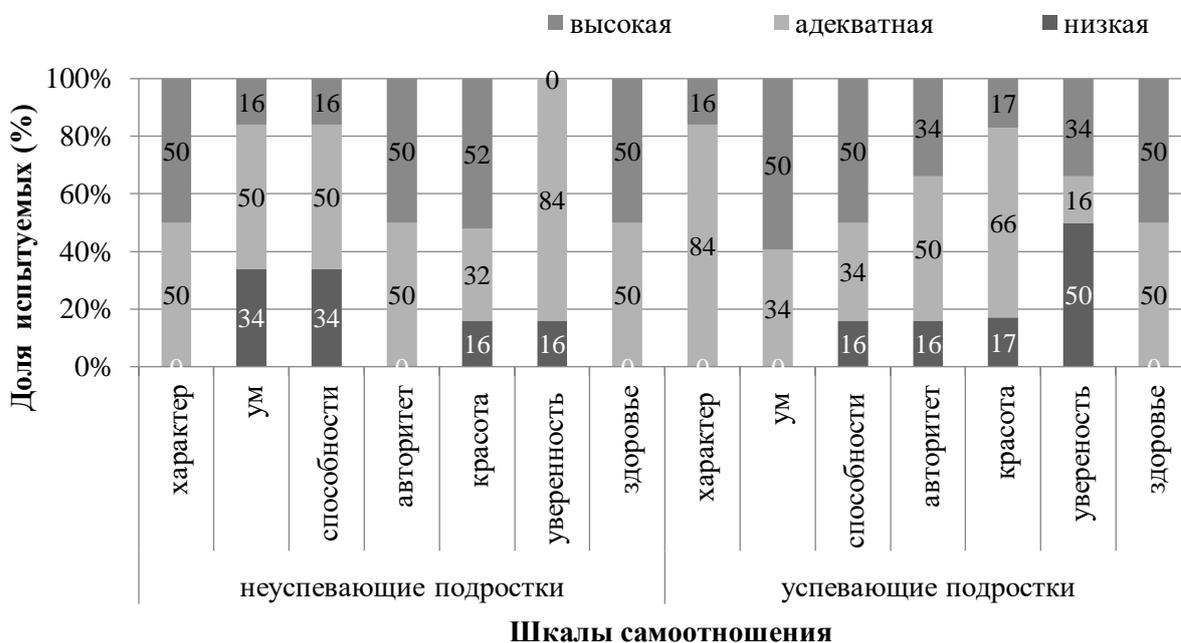


Рисунок 2. Показатели самооценки у неуспевающих и успевающих подростков (методика Дембо-Рубинштейн)

Обобщая результаты диагностики, можем констатировать:

Сравнение данных диагностики самооценки экспериментальной и контрольной групп с помощью методики Г.Н. Казанцевой показало: неуспевающие младшие подростки более склонны к низкой самооценке, чем успевающие. Высокая самооценка, предполагающая уверенность в себе, в успехе выполняемой деятельности, независимость от мнения окружающих – свойственна незначительному числу неуспевающих младших подростков.

Анализ данных исследования самооценки детей с помощью методики Дембо-Рубинштейн показал: значительная доля неуспевающих подростков низко оценивает себя по шкалам: «Ум», «Способности» и «Уверенность». Подросткам с высокой успеваемостью характерна высокая самооценка по данным шкалам.

Это говорит о том, что неуспевающим подросткам характерна заниженная самооценка, что определяет их неуверенность в себе, робость и отсутствие стремлений, невозможность реализовать свои способности. Такие подростки с трудом ставят перед собой труднодостижимые цели, ограничиваются решением обыденных задач, слишком критичны к себе. Подросток с низкой самооценкой склонен сомневаться в себе, принимать на свой счет замечания, трудно дается принятие решений.

2.3. Направления и содержание коррекции самооценки неуспевающих подростков

Термин «коррекция» в переводе с латинского языка – поправка, частичное исправление или изменение. По определению И.В. Дубровиной: «Психологическая коррекция – это определенная форма психолого-педагогической деятельности по исправлению таких особенностей психического развития, которые по принятой в возрастной психологии системе критериев не соответствуют гипотетической «оптимальной» модели этого развития, норме или, скорее, возрастному ориентиру как идеальному варианту развития ребенка на той или иной ступени онтогенеза [33, с.8].

При осуществлении коррекционных воздействий необходимо руководствоваться следующими принципами:

1. Принцип единства коррекции и развития. Это значит, что решение о необходимости коррекционной работы принимается только на основе психолого-педагогического анализа внутренних и внешних условий развития младшего подростка.

2. Принцип единства возрастного и индивидуального в развитии. Это означает индивидуальный подход к младшему подростку в контексте его возрастного развития [14, с.65].

3. Принцип коррекции «сверху вниз». Данный принцип, выдвинутый Л.С. Выготским, раскрывает направленность коррекционной работы. В центре внимания психолога стоит завтрашний день развития, а основным содержанием коррекционной деятельности является создание «зоны ближайшего развития» для клиента.

4. Принцип единства диагностики и коррекции развития. Задачи коррекционной работы могут быть поняты и поставлены только на основе полной диагностики и оценки ближайшего вероятностного прогноза развития, который определяется исходя из зоны ближайшего развития ребенка.

На основании результатов диагностики нами организована психолого-педагогическая работа с неуспевающими младшими подростками, обеспечивающая коррекцию их самооценки.

Основными направлениями работы, с учетом выявленных дефицитов, определены:

- осознание подростками собственных возможностей;
- повышение уверенности в себе,
- формирование положительного самоотношения.

В содержание работы вошли 8 коррекционно-развивающих занятий, каждое из которых занимает 40 минут. Занятия проводились 2 раза в неделю.

Цель групповых занятий: повышение самооценки неуспевающих подростков 11- 12 лет.

Задачи групповых занятий:

1. развитие средств самопознания подростков,
2. повышение представлений о собственной значимости,
3. развитие межличностных отношений,
4. повышение уверенности в собственных силах,

Данная программа опирается на ряд принципов:

1. Принцип добровольного участия в работе;
2. Принцип «я – высказываний»;
3. Принцип «не перебивать, когда говорит другой»;
4. Принцип толерантности по отношению к другим членам группы;
5. Принцип симпатии в участии – участник должен чувствовать себя в полной безопасности;
6. Принцип конфиденциальности.

Приемы и формы работы:

- игровые методы,
- метод группового обсуждения,
- работа в парах и тройках,

- арт-терапия в различных ее видах (рисуночная терапия, творческое рассказывание).

В таблице 4 представлено содержание занятий с подростками.

Таблица 3

Содержание занятий с подростками

№	Тема	Цель	Основное содержание
1	2	3	4
1	«Знакомство».	Установление контакта с участниками. Создание доверительной атмосферы, достижение взаимопонимания в целях работы программы	Игра «Кругимен». Упражнение «Ваши ценные качества». Упражнение «Позитивные мысли». Совместная деятельность
2	«Осознание себя индивидуальностью»	Развитие позитивного отношения к себе путем получения обратной связи	Беседа Упражнение «Я в своих глазах, я в глазах окружающих». Упражнение «Я уверена 100%»
3	«Формирование самооценки»	Помощь участникам группы в формировании самооценки, Отработка навыков эффективного общения	Упражнение «Побег из тюрьмы». Упражнение «Повышение уверенности в себе»
4	«Успех залог высокой самооценки. Воображение самооценки»	Развитие умения использовать воображение для улучшения самовосприятия	Упражнение «Воображение успеха». Упражнение «Поделись успехом». Беседа
5	«Саморазвитие»	Учить подростков позитивно мыслить и использовать механизм самоподдержки	Совместная деятельность Игра «Афоризмы». Упражнение «Горячий стул»

Окончание таблицы 3

1	2	3	4
6	«Перевоплощение»	Обнаружение и создание механизма защиты у подростка	Игра «Король и королева». Упражнение «Я – медийная личность»
7	«Повышение уровня уверенности в себе»	Формировать самоуважение, доверие к самому себе, способствовать приобретению опыта выступления перед аудиторией, что в свою очередь эффективно влияет на повышение уверенности в себе	Беседа. Упражнение 1. «Повышение уверенности в себе». Упражнение 2. «Ощущение уверенности»
8	«Завершение»	Подведение итогов занятия, обсуждение результатов работы, создание ощущения завершенности	Беседа Упражнение «Позитивные мысли». Упражнение «Ежедневный отчет». Игра «Ладочка»

Занятия имеют четкую структуру:

1. Ритуал приветствия позволяет сплочивать участников, создавать атмосферу группового доверия и принятия.
2. Разминка – воздействие на эмоциональное состояние участников, уровень их активности. Разминка выполняет важную функцию настройки на продуктивную групповую деятельность.
3. Основное содержание занятия – комплекс психологических игр, упражнений и техник.

4. Рефлексия занятия предполагает участниками две оценки занятия: эмоциональную (понравилось - не понравилось) и смысловую (почему это важно для каждого конкретно, зачем и чему мы научились, что запомнилось больше всего).

5. Ритуал прощания – смысловое завершение занятий.

Нами также осуществлялось просвещение родителей (информирование на родительском собрании, раздача буклетов) о необходимости повышения самооценки подростков для обеспечения их успеваемости.

2.4. Анализ результатов

После проведения коррекционных занятий с младшими подростками, мы провели повторное диагностическое исследование.

Результаты исследования самооценки неуспевающих младших подростков с помощью методики Г.Н. Казанцевой до и после проведения коррекционно-развивающей работы приведены на рисунке 3.

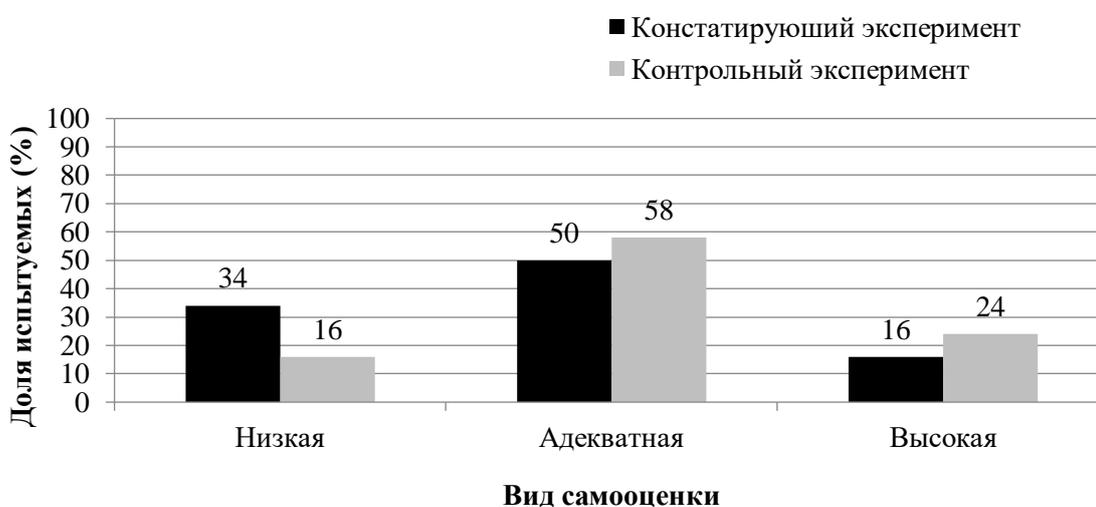


Рисунок 3. Распределение выборочной совокупности детей по видам самооценки (методика Г.Н. Казанцевой)

В ходе проведения диагностики установлено: доля подростков с низкой самооценкой стала меньше; возросло число подростков с адекватной и высокой самооценкой.

Результаты исследования самооценки неуспевающих младших подростков с помощью методики Дембо-Рубинштейн до и после проведения коррекционно-развивающей работы представлены на рисунке 4.

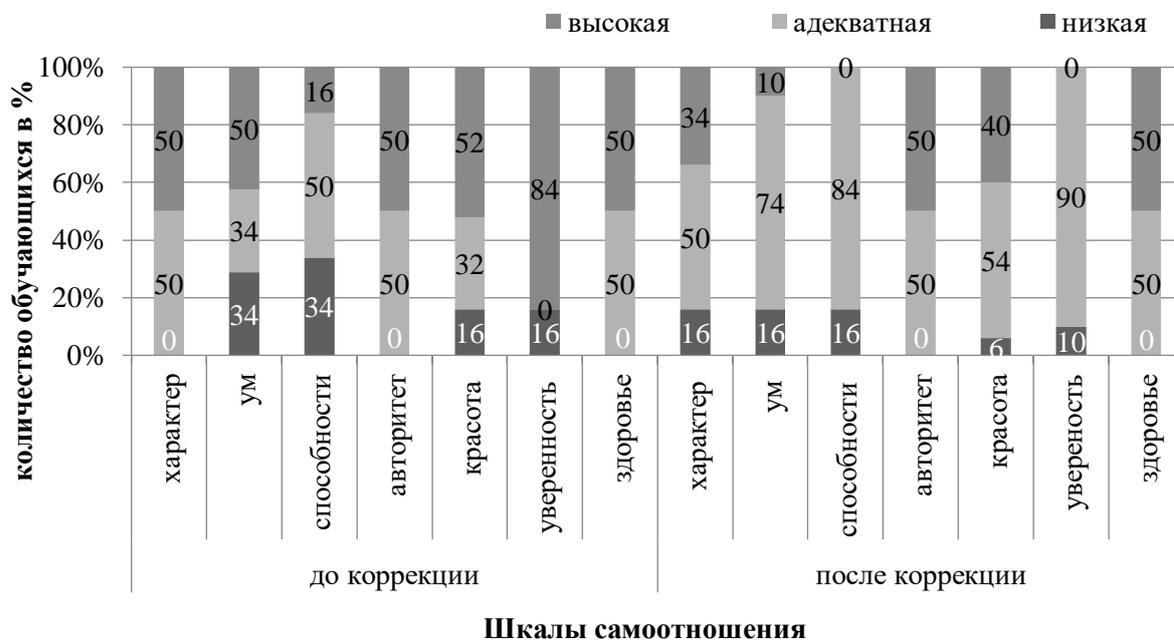


Рисунок 4. Показатели самооценки у неуспевающих младших подростков (методика Дембо-Рубинштейн)

С помощью методики Дембо-Рубинштейн выявлено: изменилось самоотношение подростков (уменьшилось число подростков, которые низко оценивают себя по шкале: «Ум», «Способности»).

Существенные изменения отмечены по шкале «Уверенность» доля подростков, которым свойственна уверенность в себе – возросла.

Анализ успеваемости подростков показал положительную динамику – доля подростков, имеющих статус «неуспевающий» в экспериментальной группе, уменьшилась (80% детей не имеют оценок «неудовлетворительно» по итогам аттестации).

Выводы по главе 2

Нами проведено эмпирическое исследование самооценки неуспевающих младших подростков.

Сравнение данных диагностики самооценки экспериментальной и контрольной групп с помощью методики Г.Н. Казанцевой показало: неуспевающие младшие подростки более склонны к низкой самооценке, чем успевающие. Высокая самооценка, предполагающая уверенность в себе, в успехе выполняемой деятельности, независимость от мнения окружающих – свойственна незначительному числу неуспевающих младших подростков.

Анализ данных исследования самооценки детей с помощью методики Дембо-Рубинштейн показал: значительная доля неуспевающих подростков низко оценивает себя по шкалам: «Ум», «Способности» и «Уверенность». Подросткам с высокой успеваемостью характерна высокая самооценка по данным шкалам.

Это говорит о том, что неуспевающим подросткам характерна заниженная самооценка, что определяет их неуверенность в себе, робость и отсутствие стремлений, невозможность реализовать свои способности. Такие подростки с трудом ставят перед собой труднодостижимые цели, ограничиваются решением обыденных задач, слишком критичны к себе. Подросток с низкой самооценкой склонен сомневаться в себе, принимать на свой счет замечания, трудно дается принятие решений.

На основании результатов диагностики нами организована психолого-педагогическая работа с неуспевающими младшими подростками, обеспечивающая коррекцию их самооценки.

Основными направлениями работы, с учетом выявленных дефицитов, определены: осознание подростками собственных возможностей; повышение уверенности в себе, формирование положительного самоотношения.

В содержание работы вошли 8 коррекционно-развивающих занятий, каждое из которых занимает 40 минут. Занятия проводились 2 раза в неделю.

Цель групповых занятий: повышение самооценки неуспевающих подростков 11-12 лет.

Задачи групповых занятий: развитие средств самопознания подростков, повышение представлений о собственной значимости, развитие межличностных отношений, повышение уверенности в собственных силах,

Нами также осуществлялось просвещение родителей (информирование на родительском собрании, раздача буклетов) о необходимости повышения самооценки подростков для обеспечения их успеваемости.

После проведения коррекционных занятий с младшими подростками, мы провели повторное диагностическое исследование.

В ходе проведения диагностики с помощью методики Г.Н. Казанцевой установлено: доля подростков с низкой самооценкой стала меньше; возросло число подростков с адекватной и высокой самооценкой.

С помощью методики Дембо-Рубинштейн выявлено: изменилось самоотношение подростков (уменьшилось число подростков, которые низко оценивают себя по шкале: «Ум», «Способности»). Существенные изменения отмечены по шкале «Уверенность» доля подростков, которым свойственна уверенность в себе – возросла.

Анализ успеваемости подростков показал положительную динамику – доля подростков, имеющих статус «неуспевающий» в экспериментальной группе, уменьшилась (80% детей не имеют оценок «неудовлетворительно» по итогам аттестации).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Данное исследование посвящено проблеме неуспевающих младших подростков, т.к. подростковый период является наиболее уязвимым в плане формирования самооценки, так как опорой для ее развития является оценка сверстников и педагога.

Вместе с тем проблема влияния самооценки подростков на успеваемость требовало дополнительного исследования. Малоизученными также являются способы коррекции самооценки обучающихся с низкой успеваемостью.

Так нами выявлено противоречие между необходимостью коррекции самооценки неуспевающих подростков и недостаточностью теоретических и практико-ориентированных исследований по данной теме.

В ходе исследовательской работы решены следующие задачи: проведен анализ понятия «самооценка» в психологии; изучены особенности самооценки в младшем подростковом возрасте и ее характеристики у неуспевающих в обучении младших подростков; эмпирическим путем выявлены особенности самооценки неуспевающих младших подростков; разработан и реализован комплекс психолого-педагогических мероприятий, обеспечивающих коррекцию самооценки неуспевающих младших подростков; изучена эффективность работы.

Решение указанных задач позволило доказать гипотезу исследования: самооценка неуспевающих в обучении младших подростков характеризуется более низкими показателями в сравнении с подростками с высокой успеваемостью; психолого-педагогическая работа, направленная на осознание собственных возможностей; повышение уверенности в себе, формирование положительного самоотношения – будет способствовать коррекции самооценки неуспевающих подростков и повышению их успеваемости.

Таким образом, цель исследования достигнута.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание: монография: Пер. с англ. М.: Прогресс, 2012. 420 с.
2. Бодалев А.А. Психология личности. М.: Изд-во МГУ, 2011. 188 с.
3. Божович Л.И. Проблемы формирования личности. М.: Ин-т практической психол.; Воронеж: МОДЭК, 2011. 352 с.
4. Психическое развитие младших школьников: эксперим. психол. исслед. М.Э. Боцманова [и др.] / Под ред. В.В. Давыдова. М.: Педагогика, 1990. 160 с.
5. Выготский Л.С. Педология подростка. М.: Наука, 2011. 300 с.
6. Гозман Л.Я., Алешина Ю.А. Взаимосвязь отношения к себе и другим // Вестник Московского ун-та. Сер. 14. Психология. 2012. № 4. С. 21–29.
7. Джемс У. Принципы психологии: Пер с англ. М.: Педагогика, 2011. 368 с.
8. Кон И.С. В поисках себя. Личность и ее самосознание. М.: Политиздат, 2014. 336 с.
9. Кон И.С., Фельдштейн, Д.И. Отрочество как этап жизни и некоторые психолого-педагогические характеристики переходного возраста // Хрестоматия по возрастной психологии / Под. ред. Л.А. Семчук и А.И. Янчий. М.: Сфера, 2012. С. 130-133.
10. Крайг Г. Психология развития. СПб.: Издательство «Питер», 2011. 992 с.
11. Леви Т.С. Динамика самоотношения в процессе личностно-развивающей работы, проводимой на основе телесного движения // Знание. Понимание. Умение. 2015. № 4. С. 102–106.
12. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М.: Политиздат, 1975. 130 с.
13. Леонтьева Т.В. Эмоциональное развитие подростков средствами арт-терапии // Вестник КазГУКИ. 2014. № 2. С. 65–69.

14. Лидерс А.Г. Психологический тренинг с подростками: учеб. пособие для вузов. М.: Издательский центр «Академия», 2013. 130 с.
15. Липкина А.И. Самооценка школьника. М.: Знание, 1976. 64 с.
16. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: учебник для студ. вузов. М.: Академия, 2017. 608 с.
17. Немов Р.С. Психология: В 3 т. Т.3. М.: ВЛАДОС. 2018. 640 с.
18. Никифоров Г.С. Психология здоровья: учеб. пособие. СПб.: Речь, 2017. 256 с.
19. Никольская И.М., Грановская Р.М. Психологическая защита у детей. СПб.: Речь, 2018. 512 с.
20. Ольшанский Д.Б. Об экспериментальном изучении структуры самосознания // Новые исследования в психологии, 2014. № 2 (31). С. 17–22.
21. Пантилеев С.Р. Методика исследования самоотношения. М.: Смысл, 2013. 23 с.
22. Пантилеев С.Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система. М.: Изд-во Моск. ун-та. 2011. 110с.
23. Пантилеев С.Р. Самоотношение. Психология самосознания. Хрестоматия. Самара: БАХРАХ-М, 2010. С. 208–242.
24. Прихожан А.М. Диагностика личностного развития детей подросткового возраста. М.: АНО «ПЭБ», 2007. 56 с.
25. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. СПб.: Питер, 2011. 656 с.
26. Реан А.А. Психология подростка. СПб.: «прайм-еврознак», 2013. 480 с.
27. Резниченко М.А. Трудности взросления младшего школьника //Начальная школа. 1998. № 1. С. 25–30
28. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: учеб. пособие. М.: ВЛАДОС, 1999. 384 с.
29. Сарджвеладзе Н.И. Личность и ее взаимодействие с социальной средой. Тбилиси.: Мецниереба, 1989. 187 с.

30. Столин В.В. Самосознание личности. М.: Издательство Московского Университета, 1983. 284 с.
31. Савонько Е.И. Возрастные особенности соотношения ориентации на самооценку и на оценку другими людьми // Изучение мотивации поведения детей и подростков. М.: Педагогика, 1972. С. 81–111.
32. Слотина Т.В. Психология личности: учеб. пособие. СПб.: Питер, 2013. 324 с.
33. Спиркин А. Г. Сознание и самосознание. М.: Политиздат, 1972. 303
34. Столин В.В., Пантелеев С.Р. Опросник самоотношения // Практикум по психодиагностике. Психодиагностические материалы. М.: Изд-во Московского гос. ун-та, 1988. С. 123–130
35. Столин В.В. Самосознание личности. М.: Изд-во Московского Университета, 1983. 284 с.
36. Фаустова А.Г. Теоретико-методологические основания исследований динамики самоотношения в клинической психологии // Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие. 2015. № 4 (11). С. 25-33.
37. Фомина Л.Ю. Что влияет на формирование самооценки младших школьников // Начальная школа. 2003. № 10. С. 99–102.
38. Хрестоматия по детской психологии: от младенца до подростка: Учеб. пособие. М.: Московский психолого-социальный институт, 2013. 656 с.
39. Черепкова Н.В., Кузнецова, М.Ю. Формирование самоотношения в подростковом возрасте // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2013. Т. 3. С. 2976–2980.
40. Чамата П.Р. Вопросы самосознания личности в советской психологии. М.: Изд-во Акад. Пед. Наук РСФСР, 1960. 222 с.
41. Психология личности: самосознание, самоотношение, самоопределение. Е.Р. Чернобродов [и др.]. Хабаровск: Изд-во ТОГУ, 2017. С. 121–128.

42. Чеснокова И.И. Проблема самосознания в психологии. М.: Наука, 2015. 297 с.
43. Шурухт С.М. Подростковый возраст: развитие креативности, самосознания, эмоций, коммуникации и ответственности. СПб: Речь, 2017. 112 с.
44. Щербина А.И. Самоотношение личности подростка с разными уровнями самооценки в здоровьеобеспечении // Материалы региональной научно-практической конференции «Здоровьеобеспечение учащихся в образовательном процессе современной школы» (г. Краснодар, 15–16 апреля 2010 г.). М.: МГПУ, 2010. С. 203–205.
45. Щукина М.А. Психология саморазвития личности: проблемы, подходы, гипотезы. СПб.: Изд-во С.-Петербургского гос. ун-та, 2009. 311 с.
46. Эльконин Д.Б. Некоторые аспекты психического развития в подростковом возрасте // Психология подростка: Хрестоматия. М.: Российское педагогическое агентство, 1997. С. 313–320.
48. Эльконин Д.Б. Психология обучения младшего школьника. М.: Знание, 1974. 63 с.
49. Olson J. M., Breckler S. J. et Wiggins E. C. Social Psychology Alive. Toronto: Thomson Nelson, 2008. 147 p.
50. Orth U., Robbins R. W. The Development of Self-Esteem // Current Directions in Psychological Science. 2014. Vol. 23 (5). P. 381–387.
51. Rosenberg M. Society and the Adolescent Self-Image. N. J.: Princeton University Press, 1965. 326 p.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А

Изучение общей самооценки (опросник Казанцевой Г.Н.)

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

Текст опросника:

1. Мне хочется, чтобы мои друзья подбадривали меня;
2. Постоянно чувствую свою ответственность за работу;
3. Я беспокоюсь о своем будущем;
4. Многие меня ненавидят;
5. Я обладаю меньшей инициативой, чем другие;
6. Я беспокоюсь за свое психическое состояние;
7. Я боюсь выглядеть глупцом;
8. Внешний вид других куда лучше, чем мой;
9. Я боюсь выступать с речью перед незнакомыми людьми;
10. Я часто допускаю ошибки;
11. как жаль, что я не умею правильно говорить с людьми;
12. Как жаль, что мне не хватает уверенности в себе;
13. Мне бы хотелось, чтобы мои действия одобрялись другими чаще;
14. Я слишком скромн;
15. Моя жизнь бесполезна;
16. У многих неправильное мнение обо мне;
17. Мне не с кем поделиться своими мыслями;
18. Люди ждут от меня очень многого;
19. Люди не особенно интересуются моими достижениями;
20. Я слегка смущаюсь;
21. Я чувствую, что многие не понимают меня;
22. Я не чувствую себя в безопасности;

23. Я часто волнуюсь и напрасно;
24. Я чувствую себя неловко, когда захожу в комнату, где уже находятся люди;
25. Я чувствую себя скованным;
26. Я чувствую, что люди говорят обо мне за моей спиной;
27. Я уверен, что люди почти все воспринимают легче, чем я;
28. Мне кажется, что со мной должна случиться какая-нибудь неприятность;
29. Меня волнует мысль о том, как относятся ко мне люди;
30. Как жаль, что я не так общителен;
31. В спорах я высказываюсь только тогда, когда уверен в своей правоте;
32. Я думаю о том, чего ждет от меня общественность.

Обработка результатов. Подсчитать общее количество баллов по всем суждениям:

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

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

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

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

Методика самооценки и уровня притязаний Дембо-Рубинштейн

Цель: изучение самооценки.

Регистрация данных: групповая форма проведения.

Необходимые материалы: регистрационный бланк, ручка.

Процедура проведения: каждому школьнику предлагается бланк методики, содержащий инструкцию и задание (лучше сначала показать тренировочный вариант на доске).

Инструкция: «Каждый человек оценивает свои возможности, способности, характер и т.п. 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 нарисовано 7 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 обозначает.

На каждой линии черточкой (–) отметьте, как вы оцениваете развитие у себя этого качества, стороны личности в настоящий момент. После этого крестиком (х) отметьте, при каком уровне развития этих качеств, сторон, вы были бы удовлетворены собой или почувствовали гордость за себя. Итак,

«–» – уровень развития у вас качества, стороны личности в настоящий момент;

«х» – такой уровень развития качества, стороны, к которому вы стремитесь, достигнув которого, вы будете удовлетворены собой.

Вертикальная линия условно обозначает развитие определенного качества, стороны человеческой личности от низшего уровня (нижняя точка) до наивысшего (верхняя точка). Например, в линии «здоровье» нижняя точка

указывает на совершенно больного человека, а верхняя – абсолютно здорового».

Порядок проведения. Методика может проводиться как фронтально – с целым классом или группой учащихся, так и индивидуально. При фронтальной работе надо проверить, как каждый из учащихся заполнил первую шкалу: пройдя по классу, посмотреть, правильно ли используются предложенные значки, ответить на вопросы школьников. После этого учащиеся работают самостоятельно, и экспериментатор ни на какие вопросы не отвечает. Заполнение шкалы вместе с чтением инструкции длится обычно 10-12 минут.

Целесообразно наблюдать, как разные школьники выполняют задание: сильное возбуждение, демонстративные высказывания о том, что работа «глупая», «я это не обязан делать», отказ выполнять задание, стремление задать экспериментатору дополнительные вопросы, привлечь его внимание к своей работе, а также очень быстрое или очень медленное выполнение задания (с разницей не менее 5 мин). Все это служит полезной дополнительной информацией при интерпретации результатов.

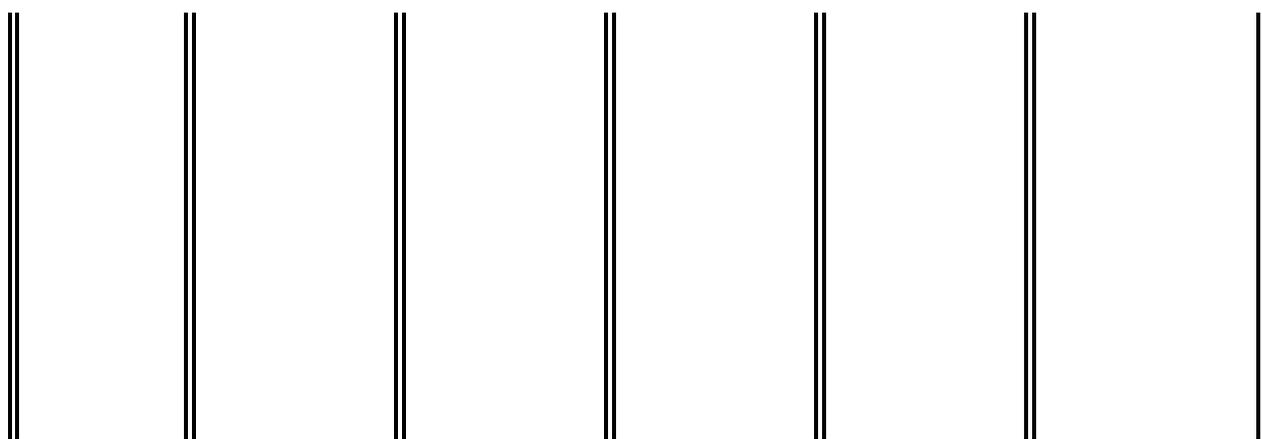
Регистрационный бланк

Фамилия, имя _____

Дата _____ Класс _____

Оцени себя по нижеприведенным качествам, которые обозначены у каждой вертикальной черты. Нижняя точка черты обозначает самый низкий уровень развития качества, а верхняя – наивысший.

На каждой линии черточкой (–) отметь, как ты оцениваешь развитие у себя этого качества в настоящий момент. После этого крестиком (X) отметь, при каком уровне развития этих качеств ты был бы удовлетворен собой или почувствовал гордость за себя.



Здоровье Ум Характер Авторитет Умение Внешность Уверенность

Рисунок 5. Шкалы для отметки по методике Дембо-Рубинштейн
Обработка результатов.

Обработке подлежат ответы на 6 линиях (шкалах). Шкала «здоровье» рассматривается как тренировочная и не учитывается или, в случае необходимости, анализируется отдельно. Размеры каждой шкалы равны 100 мм, в соответствии с этим ответы испытуемых получают количественную характеристику, для удобства выражаемую в баллах (например, 54 м. = 54 балла). Обработка включает следующие этапы:

1. По каждой из шести шкал определяются:

- уровень притязаний в отношении данного качества – по расстоянию в м. от нижней точки шкалы («0») до знака «х»;
- высота самооценки – от «0» до знака «–»;
- величина расхождения между уровнем притязаний и самооценки – разность между величинами, характеризующими уровень притязаний и самооценку, или расстояние от знака «х» до «–»; в тех случаях, когда уровень притязаний ниже самооценки, результат выражается отрицательным числом. Записывается значение каждого из трех показателей.

1. Определяется средняя мера каждого из показателей у школьника. Ее характеризует медиана каждого из показателей по всем 6 шкалам.

2. Определяется степень дифференцированности уровня притязаний и самооценки. Их получают, соединяя на бланке испытуемого все значки «х». Получаемые профили наглядно демонстрируют различия в оценке школьником различных сторон своей личности (см. рис.).

В тех случаях, когда необходима количественная характеристика дифференцированности (например, при сопоставлении результатов школьника с результатами всего класса), можно использовать разность между максимальным и минимальным значением. Последнее, однако, не является достаточно точным, и для анализа результатов конкретного школьника лучше пользоваться первым вариантом.

Следует отметить, что чем выше дифференцированность показателя, тем более условной оказывается средняя мера и соответственно тем меньшее значение она имеет. При очень сильной дифференцированности, когда некоторые стороны своей личности школьник оценивает очень высоко, а другие – очень низко, анализ средней меры, по существу, теряет смысл и может быть использован лишь для ориентировки.

1. Особое внимание обращается на такие случаи, когда притязания оказываются ниже самооценки, некоторые шкалы пропускаются или заполняются. Неполностью (указывается только самооценка или уровень притязаний), ответы выходят за пределы шкалы (знак ставится выше верхней точки или ниже нижней), используются знаки, не предусмотренные инструкцией, ответы комментируются и т.д.

Оценка и интерпретация отдельных параметров. Для оценки средние данные испытуемого и его результаты по каждой шкале сравниваются со стандартными значениями, приведенными далее. Отметим, что различий между учащимися разных параллелей, а также между юношами и девушками по этой методике не обнаружено.

1. Уровень притязаний.

Норму, реалистический уровень притязаний характеризует результат от 60 до 89 баллов («средние» и «высокие» притязания). При этом оптимальным

является сравнительно высокий уровень – от 75 до 89 баллов, свидетельствующий об оптимистическом представлении о своих возможностях, что является важным фактором личностного развития.

Очень высокий уровень притязаний – от 90 до 100 баллов – свидетельствует о нереалистическом, не критичном отношении школьника к собственным возможностям. Особого внимания в этом плане заслуживают такие случаи, когда уровень притязаний отмечается выше максимально возможного значения, крайней верхней точки шкалы (100 бал.) Нереалистический уровень притязаний часто свидетельствует о том, что школьник не умеет правильно ставить перед собой цели. Для старшего школьного возраста – это неблагоприятный показатель, поскольку, как известно, основное психологическое содержание данного периода составляет самоопределение, предъявляющее к такому умению достаточно высокие требования. Наличие нереалистического уровня притязаний может, таким образом, свидетельствовать о личностной незрелости.

Результат менее 60 баллов – низкие «притязания» – свидетельствует о заниженном уровне притязаний. Если такой результат характеризует средний показатель уровня притязаний испытуемого, то он является индикатором неблагоприятного развития личности. Естественно, что чем ниже уровень притязаний, тем более данный показатель свидетельствует о неблагополучии.

Если очень высокий или очень низкий уровень притязаний отмечен по какой-либо одной шкале, то это может характеризовать повышенную значимость (или декларируемое пренебрежение) того или иного качества для школьника.

Следует отметить, что по количеству баллов оцениваются только те случаи, когда уровень притязаний оказывается выше уровня самооценки. О других вариантах будет сказано далее.

1. Высота самооценки.

Количество баллов от 45 до 74 – «средняя» и «высокая» самооценка – свидетельствует о реалистичной (адекватной) самооценке. При этом так же,

как и при оценке уровня притязаний, оптимальным для личностного развития следует признать результат, находящийся в верхней части этого интервала – от 60 до 74 баллов («высокая» самооценка).

Количество баллов от 75 до 100 (и выше предлагаемого максимума) свидетельствует о завышенной самооценке (переоценке себя) и указывает на определенные отклонения в формировании личности. Такая завышенная самооценка может свидетельствовать о личностной незрелости, неумении правильно оценить результаты своей деятельности, сравнивать себя с другими. Кроме того, завышенная самооценка может указывать на существенные искажения в формировании личности – «закрытость» для опыта, нечувствительность 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. Школьников с такой самооценкой очень мало, и все они составляют с точки зрения личностного развития «группу риска», заслуживают пристального внимания со стороны школьного психолога. Как показывают исследования, за низкой самооценкой могут скрываться два совершенно разных психологических явления: подлинная неуверенность в себе, то есть отношение к себе как ни к чему не способному, неумелому, никому не нужному, и «защитная», когда декларирование (в том числе и самому себе) собственного неумения, отсутствия способностей, того, что «все равно ничего не выйдет», позволяет не прилагать никаких усилий или подменить деятельность отношением к ней.

1. Расхождение между уровнем притязаний и уровнем самооценки.

За норму здесь принимается расхождение от 8 до 22 баллов, свидетельствующее, что школьник ставит перед собой такие цели, которых он действительно стремится достичь. Притязания в значительной части случаев основываются на оценке им своих возможностей и служат стимулом личностного развития.

Расхождения от 1 до 7 баллов и особенно случаи полного совпадения уровня притязаний и уровня самооценки указывают на то, что притязания не служат стимулом личностного развития, становления той или иной стороны личности. Конкретная оценка этого расхождения различна в зависимости от того, в какой части шкалы находятся эти показатели. Так, в верхней части шкалы (76-100 б.) они свидетельствуют о завышенной самооценке; в средней части (46-75 б.) – отношение школьника к себе не носит конструктивного характера; в нижней части (0-45 б.) – они могут являться показателем предельно заниженного представления о себе (в том случае если школьник заполняет таким образом все или большинство шкал методики), свидетельствовать о том, что он как бы «смирился» со своей «никчемностью», даже не надеется исправить положение. Если таким образом заполняются 1 или 2 шкалы, это указывает на незначимость для учащегося той или иной стороны личности.

Расхождение в 23 балла и более характеризует резкий разрыв между самооценкой и притязаниями. Такое соотношение указывает на конфликт между тем, к чему школьник стремится, и тем, что он считает для себя возможным. Особенно неблагоприятны случаи, когда самооценка находится в нижней части шкалы, а притязания – в средней или высокой. При таком сильном расхождении уровень притязаний не только не стимулирует, но, напротив, тормозит личностное развитие.

Характеристика описанных выше параметров может быть применена при анализе как результатов по отдельным шкалам, так и средних данных по методике в целом.

Занятия, направленные на коррекцию самооценки

Занятие № 1. «Знакомство».

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

Упражнение 1. «Круг имен» Цель: знакомство детей в группе.

Дети становятся в круг. Игра заключается в том, что первый ребенок называет свое имя, следующий за ним - имя первого и свое, и так далее по нарастающей.

Упражнение 2. «Ваши ценные качества». Цель: определение своих личностных качеств. Подростки по кругу говорят о качествах своего характера, которые ценят в себе.

Упражнение 3. «Позитивные мысли».

Цель: развитие осознания сильных сторон своей личности.

Участникам по кругу предлагается дополнить фразу «Я горжусь собой за то...». Не следует удивляться, если некоторым подросткам будет сложно говорить о себе позитивно. Необходимо создать атмосферу помогающую, стимулирующую ребят к такому разговору.

Занятие № 2. «Осознание себя индивидуальностью».

Упражнение 1. «Я в своих глазах, я в глазах окружающих».

Цель: развитие позитивного отношения к себе путем получения обратной связи.

Упражнение 2. «Я уверена 100%».

Цель: научиться раскрепощаться и полюбить себя.

Цель: помочь участникам понять, что каждый из них индивидуальность.

Занятие №3 «Формирование самооценки».

Цель: помощь участникам группы в формировании самооценки.

Упражнение 1. «Побег из тюрьмы».

Цель: Отработка навыков эффективного общения. Упражнение 2.

«Повышение уверенности в себе».

Цель - формировать самоуважение, доверие к самому себе, способствовать приобретению опыта выступления перед аудиторией, что в свою очередь эффективно влияет на повышение уверенности в себе.

Занятие № 4 «Успех залог высокой самооценки. Воображение самооценки».

Цель: развитие умения использовать воображение для улучшения самовосприятия.

Упражнение 1. «Воображение успеха».

Цель: развитие умения использовать воображение для улучшения самовосприятия.

Упражнение 2. «Поделись успехом». Цель: повысить самооценку подростка.

Занятие № 5 «Саморазвитие».

Цель: учить ребят позитивно мыслить и использовать механизм самоподдержки.

Упражнение 1. «Афоризмы».

Цель: учить ребят позитивно мыслить и использовать механизм самоподдержки.

Упражнение 2. «Горячий стул» Цель: Разрядка.

Занятие № 6 «Перевоплощение».

Цель: научиться перевоплощаться, примерять на себя личности других людей.

Упражнение 1. «Король и королева».

Цель: обнаружение защит личности.

Упражнение 2. «Я – медийная личность»

Цель: научиться перевоплощаться, примерять на себя личности других людей.

Занятие № 7 «Повышение уровня уверенности в себе».

Цель: формировать самоуважение, доверие к самому себе, способствовать приобретению опыта выступления перед аудиторией, что в свою очередь эффективно влияет на повышение уверенности в себе.

Упражнение 1. «Повышение уверенности в себе». Цель: формировать самоуважение.

Упражнение 2. «Ощущение уверенности».

Цель: доверие к самому себе.

Занятие № 8 «Завершение».

Цель: подведение итогов занятия, обсуждение результатов работы, создание ощущения завершенности.

Упражнение 1. «Позитивные мысли».

Цель: развитие осознания сильных сторон своей личности. Упражнение

2. «Ежедневный отчет».

Цель: развитие возможности анализировать и регулировать свою повседневную жизнь.

Упражнение 3. «Ладочка».

Цель: Опыт получения и выражения позитивной обратной связи.

Возможность выражения положительных эмоций по отношению друг к другу