

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
им. В.П. АСТАФЬЕВА (КГПУ им. В.П. Астафьева)

Факультет Начальных классов
Выпускающая кафедра Педагогики и психологии начального образования

Смирнова Елизавета Сергеевна

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ СФОРМИРОВАННОСТИ
Я-КОНЦЕПЦИИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ
ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ**

Направление подготовки/специальность 44.03.05 Педагогическое образование с двумя
профилями подготовки
Профиль Начальное образование и русский язык

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Зав. кафедрой: кандидат психологических наук,
доцент по кафедре психологии Мосина Н.А.

19.06.2018 Мосина
(дата, подпись)

Руководитель: кандидат психологических наук,
доцент по кафедре педагогики и психологии
начального образования Сафонова М.В.

18.06.2018. Сафонова
(дата, подпись)

Обучающийся Смирнова Е.С. 18.06.2018 См
(фамилия, инициалы) (дата, подпись)

Дата защиты 28.06.2018г.

Оценка

(прописью)

Красноярск
2018

Содержание

Введение.....	4
Глава 1. Теоретические основы изучения Я-концепции младших школьников.....	7
1.1. Понятие Я-концепции в психолого-педагогической литературе.....	7
1.2. Особенности формирования Я-концепции у детей младшего школьного возраста.....	18
1.3. Приемы повышения уровня сформированности Я-концепции младших школьников.....	30
Выводы по Главе 1	38
Глава 2. Экспериментальная работа по повышению уровня сформированности Я-концепции младших школьников.....	40
2.1. Методическая организация исследования. Результаты констатирующего эксперимента и их обсуждение.....	40
2.2. Организация и проведение формирующего эксперимента.....	62
2.3. Результаты формирующего эксперимента и их обсуждение.....	78
Выводы по Главе 2.....	95
Заключение.....	98
Список используемых источников.....	100
Приложения.....	106

Введение

Для учителя немаловажно уметь выбрать способ для индивидуальной работы со школьниками, в частности – с учениками начальной школы, т.к. именно в этом возрасте закладываются основные способы реализации индивидуальных особенностей взрослеющей личности: закладывается фундамент для формирования устойчивого мировоззрения.

В настоящее время в психолого-педагогической практике происходит рост интереса к феномену Я-концепции – продукту процесса самосознания, от которого зависит выражение личностной активности человека, т.е., его взаимодействие с окружающим миром.

Тем не менее, комплексных исследований Я-концепции, включая ее когнитивную и эмоциональную составляющие, на сегодняшний день в отношении учащихся начальной школы практически не проводилось, что позволяет считать проблему становления Я-концепции в данный период недостаточно изученной и потому весьма актуальной.

Проблеме изучения Я-концепции было уделено немало внимания в работах отечественных и зарубежных психологов: К.А. Абульхановой, Б.Г. Ананьева, А.А. Бодалева, А.С. Арсентьева, А.В. Иващенко, И.С. Кона, С.Л. Рубинштейна, А.Н. Славской, Р. Бернса, К. Левина, А. Маслоу, К. Роджерса и др. Стоит отметить, что при исследовании литературы по данному вопросу нами почти не было выявлено интереса авторов к изучению половозрастных особенностей Я-концепции младших школьников. Это предоставляет нам более объемный круг вопросов для исследования.

Порой учителя уделяют не так много внимания вопросам, касающимся Я-концепции младших школьников: развитию представлений о себе, адекватной самооценки, поведенческой уверенности. В следствие этого школьники, переходя на среднюю ступень образования, не владеют такими навыками, как правильная оценка себя и окружающих, корректировка своего поведения в зависимости от жизненной ситуации, а также умением

достаточно полно рассказать о себе, что может отразиться как на школьной успеваемости, так и в жизни в обществе. У них высокий уровень тревожности, они хуже приспосабливаются к школьной жизни, трудно сходятся со сверстниками, учатся с явным напряжением.

Таким образом, мы полагаем, что есть необходимость в разработке соответствующей программы тренингов, которая и поможет малоквалифицированным учителям в формировании адекватной Я-концепции младшего школьника на школьном уровне.

Цель исследования – составить и апробировать систему занятий, направленную на повышение уровня сформированности Я-концепции младших школьников.

Объект исследования – процесс повышения уровня сформированности Я-концепции младших школьников.

Предмет исследования – система групповых занятий с младшими школьниками как средство повышения уровня сформированности их Я-концепции.

В соответствии с целью, объектом и предметом исследования поставлены следующие **задачи**:

1. Раскрыть теоретические основы Я-концепции младших школьников.
2. На основании существующих научных, научно-методических источников определить компоненты и уровни сформированности Я-концепции младших школьников.
3. Подобрать диагностический комплекс для изучения Я-концепции младших школьников.
4. Исследовать и описать актуальный уровень Я-концепции младших школьников.
5. Разработать программу групповых занятий с детьми, направленную на повышение уровня сформированности Я-концепции младших школьников.
6. Проследить различия в уровнях сформированности Я-концепции

младших школьников до и после формирующего эксперимента.

Основная **гипотеза** нашего исследования состоит в предположении о том, что процесс повышения уровня сформированности Я-концепции младших школьников будет результативным, если:

- 1) будет использована такая форма организации работы со школьниками, как групповые занятия;
- 2) в основу работы будут положены игровые приемы, которые обеспечат эффективность психологического воздействия на детей;
- 3) содержательно работа будет направлена на расширение представлений детей о себе за счет получения нового опыта и обратной связи, развитие адекватной самооценки, обучение навыкам уверенного поведения.

Методы исследования:

1. Анализ психолого-педагогической литературы.
2. Наблюдение.
3. Тестирование.
4. Эксперимент.
5. Методы количественного и качественного анализа.
6. Методы математической обработки данных.

Экспериментальная база исследования: исследование проводилось на базе 3 «Б» и 3 «Г» классов МБОУ СОШ № 8 г. Ачинска. В нем приняли участие 41 школьник в возрасте 8-9 лет, в том числе 21 мальчик и 20 девочек.

Апробация работы. Работа апробирована на Всероссийской (с международным участием) научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых ученых «Молодежь и наука XXI века» в г. Красноярске, на научно-практической конференции «Современное начальное образование: проблемы и перспективы развития» в рамках XIX Международного научно-практического форума студентов, аспирантов и молодых ученых «Молодежь и наука XXI века» в г. Красноярске 26 - 27 апреля 2018 года. По теме исследования имеются 2 публикации.

Глава 1. Теоретические основы изучения Я-концепции младшего школьника

1.1. Понятие Я-концепции в психолого-педагогической литературе

У каждой личности существует принцип организации восприятия и мышления, черт характера, способностей, воли, эмоций, установок, ценностей и т. д. в единое целое. Этот центр образует ядро человеческой личности и в различных психологических теориях называется Я-концепцией, самосознанием и т. д.

Развитие у человека самосознания неразрывно связано с самопознанием как с наполнением самосознания содержанием, связывающим человека с культурой, другими людьми и обществом в целом; процесс, происходящий внутри реального общения.

Основные черты самопознания, самораскрытия рассматривают вопрос о том, как происходит самопознание, в том числе и то, что уже усвоено или присвоено, превращено в личность субъекта и в его «Я».

Как научное понятие Я-концепция вошла в обиход специальной литературы не так давно, может быть, потому как в отечественной, так и зарубежной литературе нет единой трактовки этого понятия; ближе всего по смыслу подходит самосознание. Но Я-концепция – понятие менее нейтральное, включающее в себя оценочную часть самосознания. Это постоянно развивающаяся система представлений человека о самом себе, в которую входит как осознание своих интеллектуальных, физических и других качеств, как самооценка, так и субъективное восприятие влияющих на личность внешних факторов. Р. Бернс, один из ведущих ученых в области психологии, глубоко занимавшийся вопросами самосознания, так определяет это понятие: Я-концепция – это совокупность всех представлений человека о самом себе, сопряженная с их оценкой[38].

Описательную составляющую Я-концепции часто называют образом Я или

картиной Я. Составляющую, связанную с отношением к себе или к отдельным своим качествам, называют самооценкой или принятием себя. Я-концепция, в сущности, определяет не просто то, что собой представляет индивид, но и то, что он о себе думает, как смотрит на свое деятельное начало и возможности развития в будущем.

Я-концепция развивается в процессе социального взаимодействия как неизбежный и всегда уникальный результат психического развития, как относительно устойчивое и в то же время подверженное внутренним изменениям и колебаниям психическое явление. Оно накладывает неизгладимый отпечаток на все жизненные проявления человека – с самого детства до глубокой старости. Первоначальная зависимость Я-концепции от внешних влияний бесспорна, но в дальнейшем она играет самостоятельную роль в жизни каждого человека. С момента своего зарождения Я-концепция становится активным началом, выступающим в трех аспектах жизнедеятельности человека.

Таблица 1. – Функции Я-концепции

Функции Я-концепции	Характеристика
Совокупность ожиданий	Определяет ожидания человека, его представления о том, что должно произойти. Каждой личности свойственны какие-то ожидания, во многом определяющие и характер ее действий. Люди, уверенные в собственной значимости, ожидают, что и другие будут относиться к ним таким же образом; те, кто считает, что никому не нужны, не могут нравиться, либо ведут себя исходя из того же допущения, либо интерпретируют

Окончание таблицы 1

Объяснение опыта	Определение личностью характера индивидуальной интерпретации опыта, т.к. у нее существует устойчивая тенденция строить на основе собственных представлений о себе не только свое поведение, но и интерпретация своего опыта
Средство обеспечения внутренней согласованности личности	Представления, чувства или идеи, вступающие в противоречие с другими представлениями, чувствами или идеями человека, приводят к дисгармонизации личности, к ситуации психологического дискомфорта. Испытывая потребность в достижении внутренней гармонии, человек предпринимает различные действия, которые способствовали бы восстановлению утраченного внутреннего равновесия. Существенным фактором восстановления внутренней сбалансированности является то, что человек думает о самом себе.

Во многих психологических теориях Я-концепция является одним из центральных понятий. Вместе с тем до сих пор не существует ни ее универсального определения, ни единства в терминологии. Термины, которые одни авторы употребляют для обозначения Я-концепции в целом, другие используют для обозначения ее отдельных элементов.

Таблица 2. – Компоненты Я-концепции

Компонент	Описание
Когнитивный	Образ своих качеств, способностей, внешности, социальной значимости, своего характера и т. д.
Эмоционально-оценочный	Переживание человеком своих представлений о себе, самооценка, самоуважение или самоуничижение, себялюбие или любовь к другим и т.д.
Поведенческий	Действия, которые предпринимает человек, исходя из системы представлений о себе, социальные установки в отношении себя и окружающих.

Возможность развивать систему представлений о себе у человека возникает на основе способности к рефлексии, то есть благодаря самонаблюдению, самоанализу.

Когнитивный компонент. В феноменологической теории личности К. Роджерса Я-концепция включает не только наше восприятие того, какие мы есть, но также и то, какими, по нашему мнению, мы должны быть и хотели бы быть. В связи с этим в психологии в качестве когнитивной составляющей выделяют две формы Я-концепции – реальную и идеальную[44, с 288].

Понятие «реальная Я-концепция» не предполагает то, что эта концепция реалистична, главное – это представление личности о себе, о том, «какой я есть».

Я-идеальное – это представление личности о своих желаниях: «каким бы я хотел бы быть». В Я-идеальном отражаются признаки, которые человек хочет иметь, которые ценит и к которым стремится или же по причине неадекватного самовосприятия приписывает себе те или иные характеристики, которыми не обладает, но хотел бы.

Эмоционально-оценочный компонент. Этот компонент является ядром Я-концепции, к нему относят самооценку, уровень притязаний,

самоотношение. Степень адекватности Я-концепции связана с адекватностью самооценки личности. Самооценка личности – это оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. От самооценки личности зависят ее отношения с окружающими людьми, ее креативность, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам; тем самым самооценка влияет на эффективность деятельности личности, ее дальнейшее развитие.

Исходной точкой отчета самооценки является социальное взаимодействие: отношения с другими людьми в процессе деятельности и общения. Познавая качества другого человека, личность получает необходимые сведения, которые позволяют отработать собственную оценку. В дальнейшем уже сложившаяся оценка «Я» постоянно сопоставляется личностью с тем, что она видит в других людях. При укреплении самооценки личность, как правило, ориентируется на некоторую референтную группу. Референтная группа – это реальная или воображаемая социальная общность, с которой индивид соотносит себя с эталоном и на нормы, мнения, ценности и оценки которой он ориентируется в своем поведении и самооценке.

Сложившаяся у индивида самооценка может быть как адекватной (человек правильно оценивает себя), так и неадекватной (завышенной или заниженной), что влияет на уровень притязаний личности.

Уровень притязаний личности – степень трудности целей, к которым человек стремится, и достижение которых ему представляется привлекательным и возможным. На уровень притязаний личности оказывают влияние как динамика успеха и неуспеха в конкретной деятельности, так и динамика удач и неудач на всем жизненном пути. Уровень притязаний может быть адекватным: человек выбирает цели, которые соответствуют его способностям, умениям и возможностям, либо неадекватным – завышенным или заниженным. Завышенный уровень притязаний, когда человек ставит перед собой слишком сложные, нереализуемые цели, является результатом завышенной самооценки личности. Заниженный уровень притязаний, когда

человек ставит перед собой легко выполнимые цели, - результат заниженной самооценки личности.

Определяющим компонентом Я-концепции является самоуважение – обобщенное отношение личности к самой себе, характеризующееся отношением действительных ее достижений к уровню ее притязаний.

У. Джемс предложил следующую формулу самоуважения: $\text{самоуважение} = \text{успех} / \text{притязания}$. Таким образом, самоуважение личности прямо пропорционально количеству достигнутых ей успехов и обратно пропорционально уровню притязаний. Для высокого уровня самоуважения характерно следующее: чем выше притязания, тем большими должны быть достижения человека. Отсюда следует, что для повышения самоуважения можно идти двумя путями: в одном случае необходимо приложить максимум усилий и добиваться успеха (что является трудной задачей), в другом – человек может снижать уровень притязаний, и тогда, даже при самых скромных успехах, самоуважение не будет потеряно.

Высокий уровень самолюбия создает у личности чувство благоуверенности, стимулирует развитие уровня притязаний. Низкий уровень самолюбия, наоборот, приводит к острой неудовлетворенности собой, провоцирует неврозы и депрессию, но неудовлетворенность собой и высокая самокритичность не всегда свидетельствуют о пониженном самоуважении. Так, в самооценках интеллектуально развитых, у творческих людей остро осознается расхождение между теми свойствами, которыми они обладают, и теми, которыми бы они хотели обладать. Отсюда проистекает недовольство собой, побуждающее человека повышать свой уровень притязаний, ставить перед собой более сложные задачи, стремиться к самоусовершенствованию или, выражаясь термином А. Маслоу, к самоактуализации.

Возможность построения адекватной Я-концепции у человека складывается на основе критичности сознания.

При проведении исследования мы пользовались схемой, предложенной Робертом Бернсом, которая наиболее полно отображает

структуру Я-концепции, а также упорядочивает терминологию, встречающуюся в психологической литературе [44,с. 288].

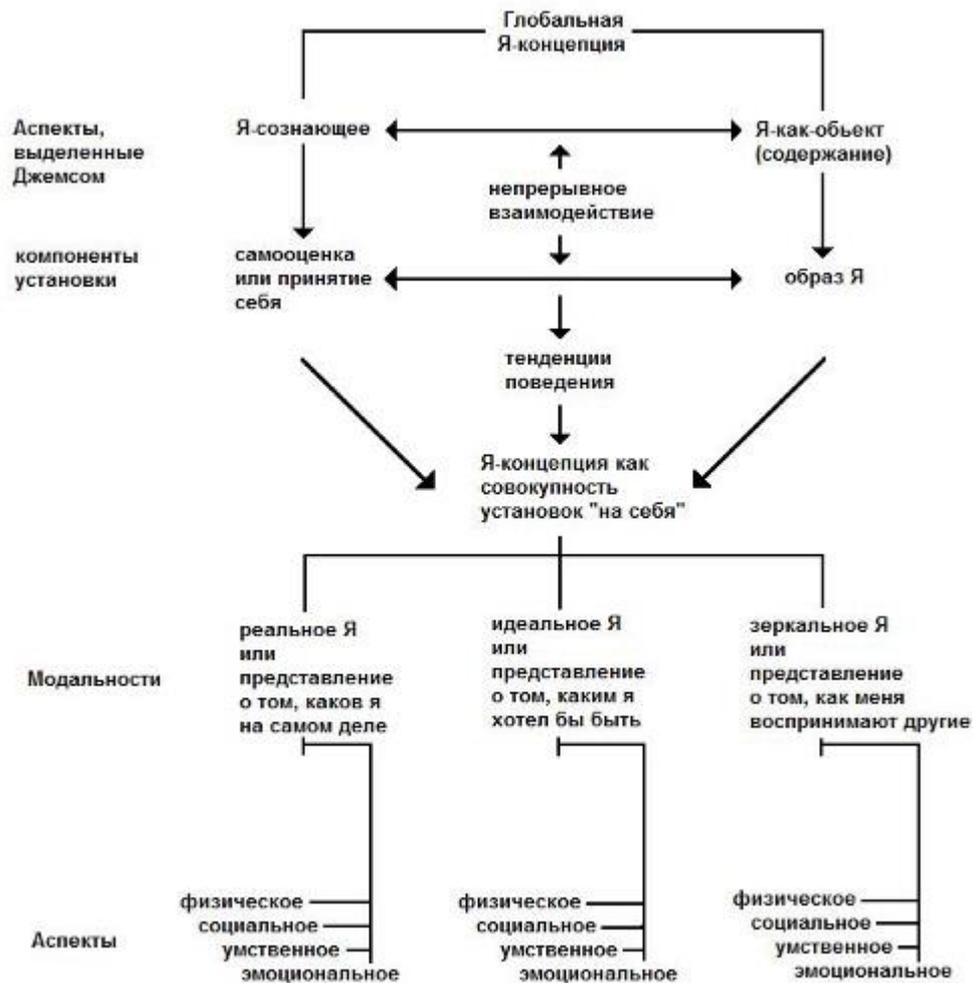


Рисунок 1. Иерархическая структура Я-концепции

На схеме Я-концепция представлена в виде иерархической структуры. На ее вершине располагается глобальная Я-концепция, включающая всевозможные грани индивидуального самосознания. В связи с тем, что человек с одной стороны обладает сознанием, а с другой - осознает себя как один из элементов действительности, Уильям Джеймс, первый из психологов, кто начал разрабатывать проблематику Я-концепции, глобальное, личностное Я рассматривал как двойственное образование, в котором соединяются Я-сознающее и Я-как-объект.

Из определения Р. Бернса следует, что в Я-концепции выделяются

описательная и оценочная составляющие, что позволяет рассматривать Я-концепцию как совокупность установок, направленных на себя. В большинстве определений установки подчеркиваются три главных элемента:

1. Убеждение, которое может быть как обоснованным, так и необоснованным (когнитивная составляющая установки).

2. Эмоциональное отношение к этому убеждению (эмоционально-оценочная составляющая).

3. Соответствующая реакция, которая может выражаться в поведении (поведенческая составляющая).

Применительно к Я-концепции эти три элемента установки конкретизируются следующим образом:

Таблица 3. – Элементы установок Я-концепции

Элемент	Характеристика
Образ Я	Представления индивида о самом себе.
Самооценка	Аффективная оценка этого представления, которая может обладать различной интенсивностью, поскольку конкретные черты образа Я могут вызывать более или менее сильные эмоции, связанные с их принятием или осуждением.
Потенциальная поведенческая реакция	Конкретные действия, которые могут быть вызваны образом Я и самооценкой.

К трем годам у детей того и другого пола складываются следующие новообразования возраста: зачатки самосознания, развитие Я-концепции, самооценка. Ребенок проделывает 90% работы по усвоению языка. За три года человек проходит половину пути своего психического развития. Первые представления о себе возникают у ребенка к году. Это представления о частях своего тела, но обобщить их малыш пока не может. При специальном

обучении взрослыми к полутора годам ребенок может узнавать себя в зеркале, осваивает идентичность отражения и своей внешности.

К трем годам – новый этап самоидентификации: с помощью зеркала ребенок получает возможность формировать свое представление о себе настоящем. Ребенок интересуется всеми способами подтверждения своего Я. Одухотворяя отдельные части тела, в игре он познает волю над самим собой. К 3 годам ребенок уже знает, мальчик он или девочка. Подобные знания дети черпают из наблюдений за поведением родителей, старших братьев и сестер. Это позволяет ребенку понять, каких форм поведения в соответствии с его половой принадлежностью ждут от него окружающие.

Начиная с 4-х лет, у ребенка появляются первые представления о том, каким он может стать человеком. Необычайно энергичной и настойчивой становится познавательная деятельность ребенка, главной движущей силой которой является любознательность. Говоря о Я-концепции ребенка, следует отметить, что она включает в себя как констатирующий реальный образ Я, так и Я – перспективное, т.е. то, на что Я – реальное ориентировано. Так, у детей в начале этапа среднего детства можно констатировать наличие не только ожидания и устремленности на предстоящие личностные преобразования (например, стать школьником), но и осознание себя (каким школьником я буду).

Чувство взрослости становится центральным новообразованием младшего подросткового возраста, а к концу периода, примерно в 15 лет, подросток делает еще один шаг в развитии своего самосознания. После поисков себя, личностной нестабильности у него формируется «Я-концепция» – система внутренне согласованных представлений о самом себе (теория собственного «Я»), образов «Я». При этом она может и не совпадать с реальным «Я». Необходимо вспомнить, как развивалось детское самосознание. К 3 годам появилась чисто эмоциональная, завышенная самооценка. Позже, в дошкольном возрасте возникают рациональные компоненты самооценки, осознание некоторых своих качеств и поведения,

согласующегося с требованиями взрослых. Несмотря на это, дошкольники судят о себе поверхностно и оптимистично. Если их попросить описать себя, они это сделают в основном с внешней точки зрения, отмечая такие особенности, как цвет волос, рост, любимые занятия. У младших школьников самооценка становится более адекватной и дифференцированной. Они различают свои физические и духовные качества, оценивают свои способности, сравнивают себя с другими: «Я лучше рисую, чем моя сестра».

У мужчин Я-концепция отмечается большей направленностью на самоактуализацию в творчестве, а Я-образ моделирует и осознает себя преимущественно в сферах: «работа», «любовь», «познание», с некоторым игнорированием Я-образа, связанного с семейными ролями.

У женщин Я-концепция, наряду с «мужскими» типами направленности самоактуализации (познание, творчество), содержит и специфические женские модели Я-образа, связанные с семьей, любовью, материально обеспеченной жизнью. Интересно и то, что для многих женщин такой «саморазвивающий прогноз» совпадал с их реальным Я-образом. Это объяснялось тем, что женщины-архитекторы с идеальным Я-образом, в котором акцентировалась семейная роль, часто работали не по основной профессии, но находили работу на неполный день (ведение кружков или научная работа), с тем, чтобы иметь возможность заниматься семьей и детьми.

Вывод Т.В. Андреевой (1998) о том, что молодые мужчины с направленностью на творчество имеют более сбалансированные приоритеты, дает основание предположить, что и Я-концепция мужчин (возможно, не только творчески ориентированных) более сбалансирована, тогда как у большинства женщин (не только творческих профессий) в Я-концепции преобладает семейная направленность. В связи с этим Я-концепция наиболее творчески активных женщин менее сбалансирована и более динамична.

Н.Н. Обозов на основе исследований ряда авторов подчеркивает следующие психологические различия между мужчинами и женщинами[50].

Существуют различия между полами по отношению к похвале и вознаграждению. Женщина, даже если она понимает, что работа сделана хорошо, все равно испытывает потребность в том, чтобы работа была отмечена окружающими людьми. Мужчины также любят получать вознаграждения за свой труд, но если мужчина уверен, что он сделал хорошую работу, то он будет иметь высокое мнение о себе даже в том случае, если его работа не признается окружающими. Мужчины более независимы в самооценке от мнения окружающих.

Я-концепция играет важнейшую роль в формировании целостной личности. Представления человека о самом себе даже в детском возрасте и тем более во взрослом периоде жизни должны быть согласованными, не противоречащими друг другу, иначе личность распадется на отдельные фрагменты, и человек будет страдать от смешения ролей. Я-концепция включает в себя как реальное, так и идеальное Я — наши представления о том, каковы мы на самом деле и какими бы нам хотелось и следовало быть. Человек, воспринимающий эти два Я как не слишком далеко отстоящие друг от друга, скорее приобретет зрелость и окажется приспособленным к жизни, чем тот, который ставит свое реальное Я намного ниже идеального. На рис. 2 приведены различные факторы, влияющие на Я-концепцию.



Рисунок 2. Факторы, влияющие на Я-концепцию

Если какая-то информация идет вразрез с нашими представлениями о себе, мы, скорее всего, не пропустим ее через наш «фильтр». Когда поведение

человека согласуется с его образом Я, он часто может обойтись и без одобрения со стороны окружающих: он доволен собой и ему не надо других наград. Это значит, что Я-концепция также может выполнять функцию самопоощрения. Но люди, считающие себя неудачниками, могут подсознательно умалять собственные силы, направленные в русло исправления ситуации, чтобы сохранить свой привычный образ в собственном представлении. Резкая его перемена — даже в лучшую сторону — может восприниматься человеком очень болезненно, так как ему придется вновь вести борьбу за свою идентичность и сохранность образа[45, с. 456].

Сделаем вывод о том, что, Я-концепция как научное понятие вошла в обиход специальной литературы не так давно. Это говорит о том, что как в отечественной, так и зарубежной в литературе нет единой трактовки этого понятия. Я-концепция ребенка включает в себя как констатирующий реальный образ Я, так как и Я – перспективное, т.е. то, на что Я – реальное ориентировано.

Представления человека о себе даже в детском возрасте, а тем более во взрослом играют самую важную роль в становлении личности. Об адекватном уровне развития личности говорит согласованность этих представлений. В противном случае личность может распасться на отдельные фрагменты, и человек будет страдать от смешения ролей.

1.2. Особенности формирования Я-концепции у детей младшего школьного возраста

Сознание и чувство «Я» не возникают у человека сразу. Отдельные компоненты этой сложной установочной системы складываются постепенно и сосредоточены на детстве и юности – периоде формирования личности. На данных возрастных этапах возникает свой комплекс специфических задач, в результате решения которых под влиянием объективных социальных условий и педагогических воздействий, складывается система отношений к

миру, взаимодействие с миром, к самому себе, т.е. «Я-концепция».

Младший школьный возраст – один из самых ранних и ответственных в плане развития и формирования «Я-концепции» период, так как для младшего школьника характерна тенденция к развитию и расширению сферы «Я».

Развитие личности младшего школьника может рассматриваться в свете формирования у него внутренней позиции, результатом действия которой является его произвольное поведение – стратегическая цель всего психического развития в этом возрасте.

Под влиянием нового образа жизни, формирующего новую социальную ситуацию развития личности младшего школьника, произвольность в поведении и деятельности ребенка проделывает значительный путь в своем развитии.

В развитии личности младшего школьника ведущим фактором становления произвольного поведения является учебная деятельность, отчасти труд в семье. Последний связан с наличием у ребенка определенных обязанностей в семье, когда сама деятельность начинает носить выраженный произвольный характер [7, 10].

1. Для развития произвольного поведения важно умение ребенка не только руководствоваться целями, которые ставит перед ним взрослый, но и умение самостоятельно ставить такого рода цели и в соответствии с ними самостоятельно организовывать и контролировать свое поведение и умственную деятельность.

При этом следует помнить о мощном побудительном значении цели для преодоления трудностей. Цель тогда выполняет свою конструктивную функцию, когда она формируется перед началом деятельности и если она связана с не очень большим объемом предстоящей работы. В противном случае ребенок отказывается от деятельности.

2. Следующий момент в развитии произвольного поведения связан с ростом значения отношений между школьниками. Именно в этот период

возникают коллективные связи, формируется общественное мнение, взаимная оценка, требовательность и другие феномены общественной жизни. На этой основе начинает формироваться и определяться направленность, появляются новые нравственные чувства, усваиваются нравственные требования[3].

Все сказанное имеет значение в жизни третьеклассников и четвероклассников, но слабо проявляется в жизни учеников первого-второго классов. Пока они все еще остаются безразличными к тому, получили ли они замечание наедине с учителем или в присутствии всего класса; в то же время замечание, сделанное в присутствии товарищей ученику третьего-четвертого класса, переживается гораздо труднее.

3. Вольность в поведении обуславливает становление и развитие у учеников начальных классов, а именно у четвероклассников, чувства взрослости.

Наталья Анатольевна Логинова различает такие виды взрослости.

Таблица 4. – Виды взрослости у младших школьников

Вид взрослости	Характеристика
Социально-моральная	Проявляется в отношениях со взрослыми, в участии ребенка в заботах о семье, ее благополучии, систематической помощи взрослым. Обычно это наблюдается в семьях, переживающих трудности, где ребенок берет на себя выполнение взрослых обязанностей.
Интеллектуальная	Стремление узнать что-то новое и уметь по-настоящему, что стимулирует познавательную деятельность ребенка.
Равнение на взрослого	Результат прямого подражания и выработка у себя таких качеств как сила, смелость, мужество, выносливость, воля, верность в дружбе и т.п.

Наряду с чувством взрослости мы можем встречаться с проявлением так называемой тенденции к взрослости, т.е. стремлением казаться и

считаться взрослым. Она может возникать в ответ на непризнание взрослыми или сверстниками претензий ребенка на взрослость. Нередко это выражается в проявлении ребенком дурных привычек (курение, игра в карты, потребление алкоголя, жаргон), мелкого хулиганства, т.е. совершения поступков, которые, по его мнению, ставят его на одну плоскость со взрослыми. Поэтому так важно адекватно реагировать на появляющиеся у ребенка проявления чувства взрослости.



Рисунок 3. Показатели чувства взрослости

Ранее уже подчеркивалось, что результатом личностного развития в дошкольном возрасте является формирование внутренней позиции ребенка – источник развития произвольного поведения и чувства взрослости. В ней отражается определенное место, которое ребенок занимает в социуме. Конечно, она еще находится в зачаточном состоянии, содержательно не наполнена, но активно требует этого хотя бы для того, чтобы придать большую уверенность ребенку в самом себе. Идет активный поиск этой позиции, и от того, какое содержание будет в нее включено и принято

ребенком, будет зависеть последующая его жизнь.

Э. Берн, анализируя позиции, которые может занять и принять человек в качестве исходных, говорит о четырех, выражающих отношение человека к окружающему миру, другим людям и самому себе [15, с. 36].

По мнению Э. Берна, любая позиция выражает отношение моего «Я» к твоему «Ты». Эти отношения основываются на убеждениях, формирующихся в очень раннем детстве.

Таблица 5. – Исходные позиции отношения человека к окружающему миру.

Название позиции	Характеристика
«Я» - «хороший», «Ты» - «хороший»	«Я» - хороший и у меня все хорошо». «Ты» - хороший и у тебя тоже все хорошо». Это позиция здоровой личности, позиция, символизирующая достойную жизнь. Это базовая позиция, отражающая успех личности. Именно поэтому важно в самом начале личностного становления ребенка родителям знать об их ответственности и роли в формировании будущей жизненной позиции их сына или дочери.
«Я» - «хороший», «Ты» - «плохой»	Позиция, когда нужно избавиться от кого-либо. Это позиция, отражающая превосходство личности над другими.
«Я» - «плохой», а «Ты» - «хороший»	В психологическом плане - это депрессивная позиция, характеризующая самоуничижающуюся личность.
«Я» - «плохой» и «Ты» - «плохой»	Позиция безнадежности, отчаяния, позиция человека, чувствующего тщетность своих жизненных усилий.

На формирование жизненных позиций, описанных выше, оказывает влияние появление таких новообразований, как рефлексия и интроспекция (самонаблюдение). Это приводит к тому, что младший школьник меняет взгляд на окружающий мир, вырабатывает свои собственные взгляды,

собственное мнение, представление о ценностях. Говоря о ценностных характеристиках, мы имеем в виду психологическую категорию, которая выражает избирательное отношение индивида, в том числе и ребенка, к материальным и духовным явлениям и к социальному окружению.

Прежде всего, это связано с социальной ситуацией развития и усложняющимися видами деятельности, в условиях которых и происходит осознание себя в обществе через видения себя в других людях и установления отношений их к нему и его к ним.

Согласно общепринятому положению в отечественной психологии о ведущей у младшего школьника учебной деятельности, происходит индивидуальное и социальное развитие. Прежде всего формируется позиция «Я» по отношению к обществу, формируются приемы умственной деятельности (развитие мышления, способности анализировать, обобщать, сравнивать), а также воспитываются определенные личностные качества. Таким образом, учение становится социально значимым видом деятельности и основным мотивом управления собой.

В социальной позиции «Я в обществе» реализуется потребность в приобщении себя к обществу, рассмотрения себя среди других, утверждения себя среди других, самореализации. «Я и общество» – это некая социальная позиция, в которой реализуется определение своего места в обществе, в общественном признании, осознании своего «Я» в системе равноправных отношений с другими людьми.

Ставя себя в позицию «Я – ученик», ребенок пытается выйти за рамки детского образа жизни, занять общественно важное и общественно оцениваемое место. Ребенок не только осознает себя субъектом, но и испытывает потребность реализовать себя как субъект.

Школьная жизнь наполнена оценочными отношениями. Их особенность в том, что они включены в различные виды деятельности, поведения, а также и сама личность ученика. Особенно большое влияние на становление «Я-концепции» оказывает оценка результатов учебной

деятельности. Именно от осознания успехов, достижений, возможностей в этом виде деятельности складывается вся система оценочных отношений к себе и другим людям, которыми опосредованы многие поступки детей. Таким образом, оценка учебной деятельности перестраивает мотивационно-потребностную сферу младшего школьника, эмоционально-ценностного отношения к себе, то есть, источником для возникновения адекватной или неадекватной самооценки.

Кроме того, от самооценки в учебной деятельности зависит и самооценка в других видах деятельности; самооценка может выступать в качестве доминирующего мотива деятельности и поведения ребенка.

Итак, самооценка — это одна из составляющих Я-концепции. Она связана с отношением к себе или отдельным своим качествам.

Негативная самооценка предполагает самоотрицание, неприятие всего, что входит в сферу человеческого Я; она снижает уровень притязаний человека, ограничивая его жизненные перспективы.

Выделяют три уровня сформированности самооценки:

1-й уровень: наиболее высокий: ориентация ребенка на знание своих особенностей.

2-й уровень: средний: ориентация ребенка в основном на мнения окружающих.

3-й уровень: низкий: неадекватность самооценки ребенка; обоснование ее эмоциональными предпочтениями (захотелось).

Позитивная Я-концепция оказывает непосредственное влияние на успешность обучения ребенка в школе. И сам учебный процесс воздействует на школьника, формирует его личность в целом и самооценку в частности.

Дети же с отрицательной самооценкой склонны чуть ли ни в каждом деле видеть непреодолимые препятствия. У них высокий уровень тревожности, они хуже приспосабливаются к школьной жизни, трудно сходятся со сверстниками, учатся с напряжением.

Стремление отождествлять себя со всеми, быть как все, возникает из-за

многих условий, особенности которых можно проследить в групповом методе работы детей, где индивидуальность каждого теряется желанием вписаться в общество «себе подобных»

Стремление быть лучше, чем все проявляется в готовности быстрее и лучше выполнить задание, получить признание своих трудов, т.к. успехи становятся предметом постоянного интереса и обзора со стороны окружающих, и в первую очередь в классе, среди сверстников. Таким образом, проблема взаимоотношений в группе сверстников определяет адекватность оценочных отношений между ее членами.

Уверенность или неуверенность в себе складывается у ребенка под влиянием оценок окружающих и результатов собственной деятельности, когда определенная самооценка поддерживается окружающими и у ребенка возникает потребность в ее сохранении. Выражением этой потребности является некоторый устойчивый уровень притязаний. Знать уровень притязания и самооценку необходимо, чтобы правильно воздействовать на него.

От уровня притязаний и самооценки младшего школьника зависят и представления о будущем. Хотя младший школьник и живет сегодняшним днем, основы его нравственного и профессионального самоопределения закладываются именно в этом возрасте. Через свои интересы и увлечения, которые ребенок воплощает в жизнь, он пытается выяснить, оценить, понять свои возможности, соотнести их требованиями, ребенок постепенно начинает ориентироваться на свою оценку, проявлять самостоятельность.

К концу младшего школьного возраста самооценка у ребенка может выступать в качестве мотива его деятельности, поведения и общения, а также становится показателем качественного изменения его «Я – концепции». Но в то же время оценка окружающих не утрачивает своего значения, так как младший школьник постоянно сверяет свою самооценку с мнением окружающих. Кроме этого, он сам является источником оценивания других, поэтому важно, чтобы здесь складывалось взаимопонимание,

обеспечивающее адекватность взаимооценивания. В качестве таких условий выступает сложившееся «Я-концепция».

Объективные условия формирования личности, а значит и «Я-концепции», включают в себя макро-, мезо- и микрофакторы. Их влияние на формирование личности посвящено много работ не только в области психологии, но и других наук: социологии, педагогики и др.

Оптимальным условием полноценного и здорового функционирования психики человека, как любой саморазвивающейся системы, является, по Б.Г. Ананьеву «обеспечение открытого взаимодействия или диалога на всех этапах и уровнях развития человека»

Среди феноменов самосознания личности, одним из центральных феноменов является «диалогичность самосознания».

Проблема взаимосвязи становления «Я» и межличностной коммуникации широко рассматривается в психологии. В исследованиях многих ученых показано, что уже на ранних этапах онтогенеза человеку необходимо для его психологической жизни взаимодействие с другими людьми. На ранних этапах развития ребенка от общения со взрослым в семье закладывается его общий фундамент установки к миру социальных отношений, собственному «Я», на становление самопознания и самоотношения.

Основными предпосылками формирования у ребенка высокой самооценки являются, прежде всего, внутренняя установка матери на принятие ребенка и уровень ее собственной самооценки, а также дисциплинирующее начало в семейном воспитании.

Формирование «Я – концепции» может рассматриваться как результат усвоения ребенком определенных отношений к нему родителей. Еще в работах Э. Эриксона стержнем концепции развития личности выступает «чувство Я» или идентичность. Важнейшим средством выработки «чувства Я» является родительская забота и любовь.

Установка родителей, благодаря которой ребенок чувствует, что его

любят, принимают в семье, относятся к нему с уважением, порождает у него аналогичную самооценку, приводящую к ощущению собственной успешности и значимости. Установка собственной ценности созревает у ребенка интуитивно, а оценочные установки передаются через социальное подкрепление со стороны любящих родителей, которые выступают не только в роли проводников этих установок, но и в качестве моделей для подражания. Считалось, что теплота и забота со стороны матери должна благоприятно влиять на формирование «Я-концепции» как мальчиков, так и девочек, но для девочек значительно сильнее. В то же время теплота в отношении ребенка со стороны отца, который включается в воспитательный процесс сравнительно поздно, должна оказать более сильное влияние на благоприятное развитие «Я-концепции» мальчиков. Хотя эта гипотеза не подтвердилась, она породила многие работы по исследованию влияния матери и отца на формирование половой идентичности ребенка.

Было также обнаружено, что взаимосвязь между самооценкой и отношениями с родителями зависит преимущественно от характера отношений ребенка с родителями одного с ним пола. У мальчиков, испытывающих недостаток в отцовской любви, больше развито чувство неуверенности и защищенности, они хуже адаптируются в социальной среде, чем девочки из подобных семей. Благоприятное воздействие на «Я-концепцию» ребенка оказывают активная забота матери, незамедлительная помощь в любой ситуации, установление определенных норм, регулирующих его поведение.

На основании приведенных фактов можно сделать вывод, что тип взаимоотношений, которые складываются в семье между ребенком и родителями, является важным фактором развития «Я-концепции». Р. Бернс объясняет это двумя причинами. Во-первых, основа «Я-концепции» закладывается в раннем детстве, когда значимым человеком является родитель, взаимодействие с которым обеспечивает обратную связь, необходимую для возникновения и развития представлений о себе. Во-

вторых, ребенок в раннем возрасте во многом зависит от родителей, и, следовательно, они имеют уникальную возможность влиять на развитие его личности[18].

На психическое развитие младшего школьника оказывает влияние и характер межличностных отношений и общения с другими людьми.

Межличностные отношения в любой группе определяются разными причинами. Я.Л. Коломинский выявил, что положение ученика в системе межличностных отношений определяется следующими факторами:

- личностными качествами;
- учебной успеваемостью;
- характером взаимоотношений с учителем;
- внешней привлекательностью.

Г. Крайг, рассматривая проблему положения младшего школьника в группе сверстников, выделяет следующие факторы:

- общая приспособляемость (энтузиазм и активное участие в общих делах, способность сотрудничать, отзывчивость);
- успехи в учебе и спортивные достижения; о положительная обратная связь от учителя;
- адекватное поведение (никому не нравится как слишком агрессивное, так и излишне застенчивое поведение)[30].

В рассматриваемом возрастном периоде общение со сверстниками приобретает все большее значение. При этом можно говорить о том, что стремление к установлению более глубоких отношений с товарищами возрастает с течением времени. Содержание общения младших школьников связано не только с решением задач ведущей учебной деятельности, но имеет и свою «внутреннюю природу», часто связано с внешкольными делами. Взаимодействие детей также способствует формированию коммуникативных навыков и их нравственному развитию. В этот период также можно наблюдать такое социально-психологическое явление, как лидерство, когда между детьми возникают отношения доминирования и зависимости.

Важную роль в формировании самооценки семилетнего ученика, как показывают педагогические наблюдения, играет не только эмоциональный контакт в паре ученик — учитель, но и контакт учитель — родитель. Первоклассник еще очень зависим от оценки и влияния родителей, поэтому конструктивное и продуктивное общение двух значимых взрослых создает у него состояние психологического комфорта, которое является основой оптимального уровня тревожности и стремления к социальной активности. Отношения школьника с родителями тоже во многом опосредованы его учебной деятельностью: очень часто с приходом ребенка в школу родители начинают строить с ним отношения, исходя из его успехов в учебной деятельности или поведении. Если хорошо ведет себя и учится — родители им довольны, в противном случае — недовольны. С детьми обсуждаются в основном только темы, относящиеся к школе, отсюда вывод: родители дублируют школу. Для благополучного психического развития ребенка важно, чтобы он был не только объектом постоянного контроля и оценки со стороны родителей, но и чувствовал, что они его принимают полностью, со всеми ошибками и недостатками.

Социальной группой, имеющей большое значение для развития «Я-концепции» личности ребенка, является детская субкультура.

Детская группа представляет собой социально-психологическую реальность, включенную в конкретные обстоятельства развития общества и обладающую собственным социальным статусом. Выражением и реализацией социального статуса является социальная роль детской группы, которую она осваивает и выполняет по отношению к другим социальным общностям. Подчиняясь основным социально-психологическим закономерностям, детская группа имеет собственную специфику, обусловленную не только возрастными ограничениями, но и содержанием детской субкультуры, специфической ролью сверстников в социализации ребенка.

Дома все члены семьи занимают определенную ступень в возрастной и социальной лестнице, поэтому различия между ними очевидно для ребенка.

В группе сверстников ребенку нужно доказывать, что он стоит наравне с другими. В семье ребенок всегда любим, а группе сверстников он должен заслужить уважение, проявить активность, не отставать от других. Поведение ребенка не всегда оценивается взрослыми достаточно полно, некоторые достижения могут быть и не замечены или неадекватно поняты ими так, как это расценивают сверстники. Группа сверстников необходима ребенку для разрешения многих психологических проблем, связанных с социальным и индивидуальным развитием.

Резюмируя, нужно отметить, что младший школьный возраст – один из самых ранних и ответственных в плане развития и формирования «Я-концепции» период, так как для младшего школьника характерна тенденция к развитию и расширению сферы «Я». В этом возрасте в Я-концепции детей существуют тенденции к взрослости, т.е. стремление казаться и считаться взрослым, что может выражаться в проявлении ребенком дурных привычек (игра в карты, жаргон), мелкого хулиганства, т.е. совершения поступков, которые, по его мнению, ставят его на одну плоскость со взрослыми. Поэтому так важно адекватно реагировать на появляющиеся у ребенка проявления чувства взрослости и следить за общими проявлениями его психики.

1.3. Приемы повышения уровня сформированности Я-концепции младших школьников

Сформированную на высоком уровне Я-концепцию называют положительной, что понимается как положительно сформированное отношение к себе, к своей деятельности, принятие себя, а также умение видеть себя среди других людей, т.е. в обществе.

Эти характеристики приобретаются или усваиваются в процессе межличностного взаимодействия в определенной социокультурной среде. Родители, учителя, сверстники предоставляют ребенку необходимую

обратную связь, убеждающую его в том, что он нужен, что он нравится, что он способен добиваться успеха в том или ином деле и что вообще он обладает значимостью для них. Это касается всех сторон жизни ребенка - его физического развития, социальных навыков, успеваемости, эмоционального тонуса и т. д.

Для того, чтобы ребенок чувствовал себя счастливым, был способен лучше адаптироваться к изменяющимся условиям жизни и преодолевать трудности, ему необходимо иметь положительное представление о себе.

Связь между успехами младших школьников в учебной деятельности и особенностями их Я-концепции позволяет сделать вывод о формировании положительной Я-концепции благодаря повышению успешности с учетом факторов возникновения низкого уровня учебных достижений.

Условием успешной самореализации личности является динамическое функциональное единство, где образ мира и образ Я уравновешены через адекватное понимание своего места в мире и использование адекватных социальных умений.

С целью формирования положительной Я-концепции психологами успешно используются разнообразные психотехнические методики, приемы, тренинги личностного роста.

Система упражнений и приемов работы, направленная на формирование позитивного Я-образа, прежде всего, преследует цель повышения самопознания. Небезызвестно, что процесс самопознания начинается с осознания собственного тела (то есть физических характеристик собственного Я); активизации процесса самопознания существенно способствует познание индивидуальных особенностей других людей и сравнения себя с ними. Одной из основных задач процесса самопознания является познание собственного внутреннего мира.

Коррекционную работу следует начинать с оптимизации процесса развития физических качеств образа Я. С этой целью учитель на уроках и во внеурочное время вместе с учениками выделяет и обосновывает критерии

анализа внешности литературных персонажей, известных актеров, певцов, конкретных учеников из класса. Также ученики могут активно участвовать в игре, по условиям которой они должны узнать своих одноклассников по вербальным описанием их внешности, который сначала делает учитель, а впоследствии и сами школьники. Для активизации формирования физических аспектов идеального образа Я проводятся занятия, на которых описывают изменения, происходящие во внешности других людей. Среди этих изменений выделяются такие, которые нравятся и не нравятся; определяются схожие и отличительные черты во внешности исследуемых школьников и других людей.

С целью формирования эмоциональных аспектов образа Я во внеурочное время используется каждая удобная ситуация, при которой анализируется эмоциональное состояние ребенка. Также проводятся занятия, на которых вырабатываются критерии анализа и оценки эмоциональных состояний других людей. Учеников учат определять чувства окружающих их людей в различных жизненных ситуациях, выяснять причины их возникновения. Появление эмоций других людей и факторы их возникновения в свою очередь способствует процессу познания собственных эмоциональных состояний, а, следовательно, и становлению эмоциональных характеристик в Я-образе младших школьников.

Для активизации процесса самопознания используются упражнения, для выполнения которых необходимо воссоздать различные черты характера в воображаемых ситуациях, рассказать о самом счастливом и худшем дне в своей жизни, рассказать, что хорошего, а что плохого произошло в собственной жизни в последнее время.

На занятиях, способствующих формированию идеального образа Я, детям предлагается вспомнить и назвать конкретное лицо (человека, литературного персонажа), которое им нравится, и поступкам которого они хотели бы подражать. Сначала рассматриваются конкретные поступки этого человека, называются его личностные качества, а затем детьми вместе с

учителем или психологом выделяются идеальные качества для подражания, выясняется их ценность.

Нужно помнить также и о том, чтобы школьники учились выявлять расхождения между представлениями о себе и своем поведении, вносить коррективы в существующий Я-образ, определять собственные личностные качества. В процессе работы стимулируется и поддерживается даже малейшее стремление к изменениям тех качеств в собственном Я, которые противоречат соответствующим качествам в Я-идеальном.

Появление удовольствия от общения с психологом и учителями выступает свидетельством появления интереса к собственному внутреннему миру. В свою очередь, потребность в самопознании способствует интенсивному развитию адекватных представлений о собственном Я.



Рисунок 4. Составляющие адекватного Я-образа

Внимательно изучив подходы, с помощью которых формируется позитивная Я-концепция, мы выделили такие психолого-педагогические приемы, как: занятия с элементами сказкотерапии, групповые занятия, игровые методы.

Сказкотерапия – это метод, использующий сказочную форму для

интеграции личности, развития творческих способностей, расширения сознания, совершенствования взаимодействия с окружающим миром.

Сказкотерапевтическая психокоррекция – это процесс восстановления адекватного поведения ребенка с помощью различных приемов и средств сказкотерапии.

Таблица 6. – Сферы применения сказкотерапии

Сфера применения	Содержание
Инструмент передачи опыта «из уст в уста».	Это способ воспитания у ребенка личного отношения к миру, принятого у данного социума. Это способ передачи личности (чаще детской) необходимых моральных норм и правил. Эта информация заложена в фольклорных сказках и преданиях, былинах, притчах.
Инструмент развития.	В процессе слушания, придумывания и обсуждения сказки у ребенка развиваются необходимые для эффективного существования фантазия, творчество. Он усваивает основные механизмы поиска и принятия решений. Эти же механизмы работают и у взрослых, и поэтому многие тренеры используют сказки в работе, с целью помочь найти клиентам более продуктивный способ решения жизненных задач.
Нарратив (повествование).	Слушая и воспринимая сказки, человек встраивает их в свой жизненный сценарий, формирует его. У детей этот процесс особенно ярок, многие дети просят читать им одну и ту же сказку много раз. В некоторых психоте-

Окончание таблицы 6

	рапевтических подходах (нарративная психотерапия) детским сказкам уделяется особое внимание.
Психотерапия.	Работа со сказкой направлена непосредственно на лечение и помощь человеку. Сказкотерапевт создает условия, в которых клиент, работая со сказкой (читая, придумывая, разыгрывая, продолжая), находит решения своих жизненных трудностей и проблем. Возможны как групповые, так и индивидуальные формы работы.

Выделим преимущества групповой работы над индивидуальной.

1. Групповой опыт противодействует отчуждению, помогает решению межличностных проблем; человек избегает непродуктивного замыкания в самом себе со своими трудностями, обнаруживает, что его проблемы не уникальны, что и другие переживают сходные чувства, - для многих людей подобное открытие само по себе оказывается мощным психотерапевтическим фактором.

2. Группа отражает общество в миниатюре, делает очевидными такие скрытые факторы, как давление партнеров, социальное влияние и конформизм, т.е. в группе моделируется система взаимоотношений и взаимосвязей, характерная для реальной жизни участников, это дает им возможность увидеть и проанализировать в условиях психологической безопасности психологические закономерности общения и поведения других людей и самих себя, не очевидные в житейских ситуациях.

3. Возможность получения обратной связи и поддержки от людей со сходными проблемами. В реальной жизни далеко не все люди имеют шанс получить безоценочную обратную связь, позволяющую увидеть свое отражение в глазах других людей, понимающих сущность личных

переживаний, поскольку сами они переживают почти то же самое.

4. В группе человек может обучаться новым умениям, экспериментировать с различными стилями отношений среди равных партнеров. Если в реальной жизни подобное экспериментирование может быть связано с риском недопонимания, неприятия и даже наказания, то так называемые тренинговые группы выступают в качестве своеобразного «психологического полигона», где можно попробовать вести себя иначе, чем обычно, примерить новые модели поведения, научиться по-новому относиться к себе и к людям – и все это в атмосфере дружеской обстановки, принятия и поддержки.

5. В группе участники могут идентифицировать себя с другими, «сыграть» роль другого человека для лучшего понимания его и себя и для знакомства с новыми эффективными способами поведения, применяемыми кем-то; возникающие в результате этого эмоциональная связь, сопереживание, эмпатия способствуют личностному росту и развитию самосознания.

6. Группа облегчает процессы самораскрытия, самоисследования и самопознания. Иначе, чем в группе, эти процессы в полной мере невозможны в целом обществе. Открытие своего Я и другим самому себе позволяет постичь свои качества, изменить себя, а также повысить уверенность в себе. Таким образом, использование групповой формы работы наиболее эффективно при повышении уровня Я-концепции младших школьников.

В процессе развития ребенок переходит от простых, готовых сюжетов игры к сложным, самостоятельно придуманным, охватывающим практически все сферы действительности. Он учится играть не рядом, с другими детьми, а вместе с ними, обходиться без многочисленных игровых атрибутов, овладевает правилами игры, начинает следовать им, а также придумывать свои. Вместе с тем игра рассматривается как ведущая деятельность в дошкольном возрасте. Сюжетно-ролевой тип игры наиболее доступен и распространен. У мальчиков и девочек модели такой игры в основном

разнятся. Для девочек характерны такие сюжеты игр, как «Дочки-матери», «Магазин», для мальчиков – «Войнушка», «Гонки машин».

В насыщенной, интересной игре, наполненной фантазиями и воображением, ребенок моделирует общество, которое его окружает, что приносит осознание принятых в нем норм, а также помогает с возрастом легче самостоятельно вливаться в его новые сферы.

Таким образом, проанализировав вышеописанные психолого-педагогические приемы, мы можем сделать вывод о том, что они несомненно подойдут для работы над совершенствованием позитивной Я-концепцией младшего школьника.

Выводы по Главе 1

Теоретический анализ научной литературы по проблеме исследования позволяет нам сделать следующие выводы:

1. Как научное понятие Я-концепция вошла в обиход специальной литературы не так давно, поэтому как в отечественной, так и зарубежной литературе нет единой трактовки этого понятия. Однако можно точно сказать, что Я-концепция – это совокупность всех представлений человека о самом себе, сопряженная с их оценкой.

2. В структуру Я-концепции входят следующие компоненты:

1) когнитивный – образ своих качеств, способностей, внешности, социальной значимости, своего характера и т. д.;

2) эмоционально-оценочный – переживание человеком своих представлений о себе, самооценка, самоуважение или самоуничижение, себялюбие или любовь к другим и т.д.;

3) поведенческий – действия, которые предпринимает человек, исходя из системы представлений о себе, социальные установки в отношении себя и окружающих.

3. Младший школьный возраст – один из самых ответственных в плане развития и формирования личности человека период, так как для младшего школьника характерна тенденция к развитию и расширению сферы «Я». Характерным признаком адекватно формирующейся Я-концепции служит умение ребенка не только руководствоваться целями, которые ставит перед ним взрослый, но и умение самостоятельно ставить такого рода задачи и в соответствии с ними самостоятельно организовывать и контролировать свою деятельность. Стоит отметить, что именно в этот период возникают коллективные связи, формируется общественное мнение, взаимная оценка, требовательность и другие феномены общественной жизни. На этой основе начинает формироваться и определяться направленность, появляются новые нравственные чувства, усваиваются нравственные требования.

4. Я-концепция различна у мужчин и у женщин. У первых она характеризуется большей направленностью на самоактуализацию в творчестве, а Я-образ моделирует и осознает себя преимущественно в сферах: «работа», «любовь», «познание», с некоторым игнорированием Я-образа, связанного с семейными ролями. У женщин же Я-концепция, наряду с «мужскими» типами направленности самоактуализации (познание, творчество), содержит и специфические женские модели Я-образа, связанные с семьей, любовью, материально обеспеченной жизнью.

5. С целью формирования положительной «Я-концепции» младшего школьника психологами успешно используются разнообразные психолого-педагогические приемы такие, как: элементы сказкотерапии, групповые занятия, игровой метод.

Глава 2. Экспериментальная работа по повышению уровня сформированности Я-концепции младших школьников

2.1. Методическая организация исследования. Результаты констатирующего эксперимента и их обсуждение

На основании анализа научной литературы нами был спланирован констатирующий эксперимент, направленный на исследования особенностей развития Я-концепции младших школьников. Для реализации исследования был подобран следующий диагностический комплекс:

1. Для изучения когнитивного компонента был выбран тест М. Куна и Т. Макпартленда в модификации Т. В. Румянцевой «Кто я?».
2. Для изучения аффективного компонента (самооценки) выбраны методика В.Г. Щур «Лесенка» и методика А.И. Липкиной «Три оценки»
3. Для изучения конативного (поведенческого) компонента было организовано наблюдение за поведением младших школьников.

При выборе методик мы опирались на теоретическую ценность, а также практическую ценность полученного материала, руководствовались соображениями схожести методик между собой, и в то же время их разной направленности, которая помогла бы осветить больший ракурс нашего исследования. Подобранный диагностический материал также соответствует требованиям возраста. Рассмотрим используемые методики более подробно.

1. Тест М. Куна и Т. Макпартленда в модификации Т.В. Румянцевой «**Кто Я?**» используется для изучения содержательных характеристик идентичности личности. Вопрос «Кто Я?» напрямую связан с характеристиками собственного восприятия человеком самого себя, то есть с его образом «Я» или Я-концепцией.

В течение 12 минут школьникам необходимо было в письменном виде дать как можно больше ответов на один вопрос, относящийся к ним самим: «Кто Я?». Каждый новый ответ нужно фиксировать с новой строки.

Школьники могли отвечать так, как им хочется, поскольку в этом задании нет правильных или неправильных ответов.

Проанализировав ответы школьников, мы определили общие позиции, которые школьники указывали в своих ответах. Социальному Я соответствует: прямое обозначение пола (мальчик, девочка); учебно-профессиональная ролевая позиция (школьник, ученик, одноклассник); семейная принадлежность (сын, дочь, брат, сестра, внук, внучка); этническо-региональная идентичность (россиянин, гражданин, из Ачинска); групповая принадлежность (коллекционер, спортсмен). Коммуникативному Я соответствует дружба или круг друзей (друг, подруга, товарищ). Материальное Я в ответах школьников представлено не было. Физическое Я среди ответов включает в себя такой аспект, как субъективное описание своих физических данных (сильный, приятный, спортивный). Деятельному Я соответствует следующее: занятия, деятельность, интересы, увлечения (футболист, люблю играть в игры, люблю читать) и самооценка способности к деятельности (умный, хорошо играю в волейбол). Перспективное Я также не было представлено в ответах школьников. Рефлексивное Я включает в себя персональную идентичность (добрый, общительный, злая). Опираясь на данные позиции, мы выявляли результаты проведенного теста

2.Методика В.Г. Щур «Лесенка» предназначена для исследования личностной самооценки детей младшего школьного возраста.

Школьникам был роздан материал в виде нарисованной на листе бумаги лесенки с семью ступеньками и объяснено задание: «Если всех детей рассадить на этой лесенке, то на трех верхних ступеньках окажутся хорошие дети: умные, добрые, сильные, послушные – чем выше, тем лучше. А на трех нижних ступеньках окажутся плохие дети – чем ниже, тем. На средней ступеньке – дети не плохие и не хорошие. Нарисуй человечка на той ступеньке, на какую ты поставил бы себя».

Мы определяли уровень личностной самооценки школьников, пользуясь следующими критериями:

- 1) о завышенной самооценке школьника говорит то, что он рисует человечка на 1 и 2 ступеньках сверху;
- 2) адекватную самооценку ребенка поможет выявить то, что он нарисовал человечка на 3 и 4 ступеньках;
- 3) заниженная самооценка школьника определяется рисунком на 5 – 7 ступеньках снизу.

Если ребенок выбирает только верхние ступеньки лесенки, можно считать, что его самооценка завышена, он не может или не хочет правильно себя оценить, не замечает своих недостатков. Образ, выстроенный ребенком, не совпадает с представлениями о нем других людей. Такое несовпадение препятствует контактам и может являться причиной асоциальных реакций ребенка.

Выбор нижних ступенек свидетельствует о заниженной самооценке. Для таких детей, как правило, характерны тревожность, неуверенность в себе.

Если значимые люди (по мнению ребенка) оценивают его так же, как он оценил себя, или дают более высокую оценку – ребенок защищен психологически, эмоционально благополучен.

3. Методика А.И. Липкиной «Три оценки» позволила выявить уровень самооценки младших школьников в учебной деятельности.

Самооценка – сложное личностное образование, личностный параметр умственной деятельности. Она выполняет, в том числе, и регулятивную функцию. Эффективность учебной деятельности школьника зависит не только от системы хорошо усвоенных знаний, владения приемами умственной деятельности, но и от уровня самооценки. Существует тесная связь между успехами в учебной деятельности и развитием личности.

Ученикам было предложено самостоятельно выполнить письменное задание. Работа оценивалась тремя отметками: адекватной, завышенной и заниженной. Перед раздачей тетрадей с проставленными отметками ученикам было сказано: «Три учительницы из трех разных школ проверяли

ваши работы. У каждой сложилось разное мнение о выполненном задании, поэтому каждая поставила разные отметки. Обведите ту отметку, с которой вы согласны».

Чтобы определить уровень самооценки школьника в учебной деятельности, мы руководствовались следующим: ребенок, который обвел завышенную отметку, имеет завышенную самооценку своей учебной деятельности; ребенок, который обвел адекватную отметку, имеет, соответственно, адекватную самооценку учебной деятельности; ребенок, который обвел заниженную отметку, в соответствии с этим имеет заниженную самооценку своей учебной деятельности.

4. Наблюдение за поведением было организовано с целью фиксации проявлений уверенного, неуверенного, самоуверенного поведения как внешнего выражения Я-концепции. Карта наблюдений представлена в Приложении А, таблицы 8, 9.

В группу уверенного поведения вошли такие аспекты поведения, как: ребенок не стесняется отвечать у доски, выступает инициатором контакта, может оказывать помощь учителю в организации какой-либо работы, часто переспрашивает.

О неуверенном поведении школьника говорят следующие фрагменты поведения: стесняется отвечать с места, проявляет скованность в движениях, говорит слишком тихо, не стремится объединяться с кем-либо в группу/пару.

Если младший школьник перебивает учителя и не реагирует на его реплики, может вступить в спор с педагогом, проявляет демонстративность в поведении, старается командовать остальными во время групповой или парной работы, делает замечания другим детям, то это говорит о его самоуверенном поведении.

Таблица 7. –Критерии и уровни сформированности Я-концепции в младшем школьном возрасте

Уровни Критерии	Высокий	Средний	Низкий	Методики
Когнитивный (уровень сформированности адекватного образа своих качеств, способностей, внешности, социальной значимости, статуса (самосознание))	Значительное число высказываний, раскрывающих представление о себе, высокий уровень рефлексии, сильная дифференцированность образа Я, представленного отдельными категориями, высокая согласованность образа Я, непротиворечивость.	Достаточное число высказываний, раскрывающих представление о себе, уровень рефлексии развит недостаточно хорошо, дифференцированность образа Я незначительна, согласованность образа Я на среднем уровне.	Незначительное число высказываний, раскрывающих представление о себе, низкий уровень рефлексии, слабая дифференцированность образа Я, представленного отдельными категориями, низкая согласованность образа Я.	Тест «Кто Я?» в модификации Т.В. Румянцевой
Эмоционально-оценочный компонент или аффективный (уровень сформированности самооценки младших школьников)	Адекватная самооценка. Характеризуется реалистичной самооценкой ребенка: преимущественная ориентация ребенка при обосновании самооценки на знание своих особенностей; наличие способности ребенка к обобщению ситуаций, в которых реализуются оцениваемые качества; глубокое и разностороннее содержание самооценочных суждений и употребление их преимущественно в проблематичных формах.	Непоследовательные проявления реалистичных самооценок; ориентация ребенка при обосновании самооценки в основном на мнения окружающих, на анализ конкретных фактов и ситуаций самооценивания, наличие самооценочных суждений сравнительно узкого содержания и их реализация как в проблематичных, так и в категоричных формах.	Преимущественная неадекватность самооценки ребенка (завышенная, заниженная); обоснование ее эмоциональными предпочтениями (захотелось), отсутствие подтверждения самооценки анализом реальных фактов, неглубокое содержание самооценочных суждений и употребление их преимущественно в категоричных формах.	Методика В.Г. Щур «Лесенка», Методика А.И. Липкиной «Три оценки»

Окончание таблицы 7

Поведенческий или конативный компонент (особенности поведения, действия младшего школьника, вызванные образом Я и самооценкой)	Уверенное поведение, выражение себя и удовлетворение своих собственных потребностей, душевный комфорт и доброжелательное отношение к окружающим.	Поведение в основном уверенное, возможны ситуативные проявления агрессивного и/или неуверенного поведения в субъективно сложных ситуациях.	Агрессивное поведение попытки доминирования или достижение своей цели в ущерб другим. Удовлетворение потребностей за счет взаимоотношений с другими. Неуверенное поведение, отказ от собственных желаний с целью помочь кому-либо, игнорирование своих потребностей.	Наблюдение за поведением
--	--	--	--	--------------------------

Ниже мы приводим обсуждение результатов исследования

Результаты констатирующего эксперимента и их обсуждение

Для изучения особенностей Я-концепции младших школьников мы раздели общую выборку детей, принявших участие в экспериментах, по критерию гендерных различий. Поэтому мы провели сравнительный анализ общих выборок и групп девочек и мальчиков.

Анализ результатов теста М. Куна и Т. Макпартленда в модификации Т.В. Румянцевой «Кто Я?»

С помощью самоописания мы смогли получить ответы детей, указывающие их характеристики и сгруппировать их по категориям, отражающим те или иные особенности «Я-образа» младших школьников.

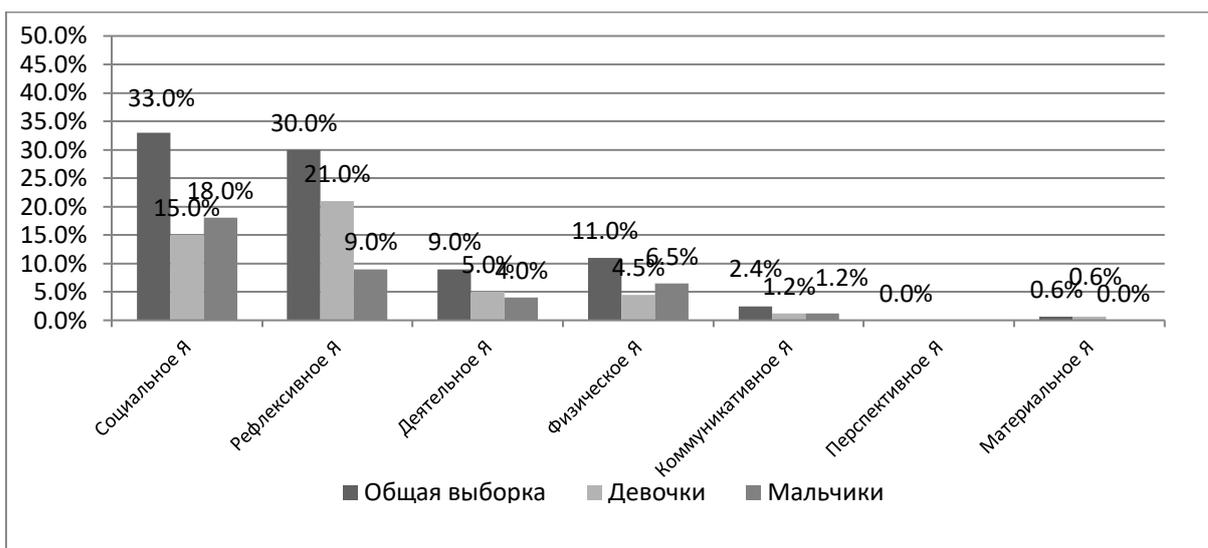


Рисунок 5. Распределение суждений учащихся 2 «Б» класса по категориям «Я» (по Т.В. Румянцевой)

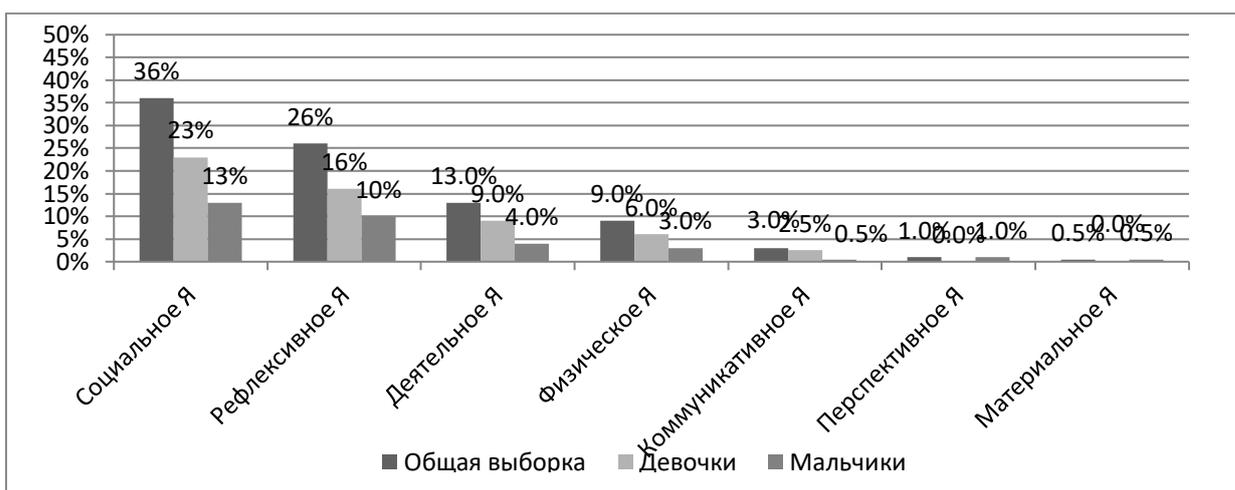


Рисунок 6. Распределение суждений учащихся 2 «Г» класса по категориям «Я» (по Т. В. Румянцевой)

Так как результаты двух выборок отличаются незначительно, мы можем описать результаты как общие для обеих групп.

По данным рисунков 1 и 2, преобладающей по шкале идентичности является категория «Социальное Я» (35% суждений во 2 «Б» и 2 «Г» классах соответственно). К ней можно отнести 122 ответа, что составляет 35% от общего числа высказываний. Девочки дали наибольшее количество ответов (19% или 68 высказываний), которые можно отнести к этой категории. В их выражениях в большей степени преобладают профессионально-ролевая

позиция, семейная принадлежность и прямое обозначение пола. Например: «ученица», «девочка», «сестра», «внучка», «племянница». Мальчики дали 54 ответа, относящихся к категории «Социальное Я», что составляет 15% от общего числа высказываний. В их ответах в большей степени преобладают профессионально-ролевая позиция и прямое обозначение пола. В числе ответов такие, как: «мальчик», «сын», «брат», «люблю маму». Так же у мальчиков встретила такая категория, как этническо-региональная идентичность. Например, «гражданин», «россиянин».

Хотелось бы отметить, что в младшем школьном возрасте у детей появляется новый уровень самосознания – осознание себя не только как мальчика или девочки, сына, дочери, брата, племянницы, внука, партнера по игре, но и как ученика, одноклассника. Это обусловлено тем, что поступление в школу вносит в жизнь ребенка важнейшие изменения, которые происходят с ним на протяжении всего периода обучения в начальной школе. Резко изменяется весь уклад его жизни, его социальное положение в коллективе, семье. Основной, ведущей деятельностью становится отныне учение, важнейшей обязанностью – обязанность учиться, приобретать знания. А учение – это серьезный труд, требующий организованности, дисциплины, волевые усилия ребенка. Школьник включается в новый для него коллектив, в котором он будет жить, учиться, развиваться в период обучения в школе. Ставя себя в позицию «Я – ученик», ребенок пытается выйти за рамки детского образа жизни, занять общественно важное и общественно оцениваемое место. Ребенок не только осознает себя субъектом, но и испытывает потребность реализовать себя как субъект.

Еще один показатель «Социального Я» – этническо-региональная идентичность, которая включает в себя этническую идентичность, гражданство (русский, гражданин, россиянин и др.). В возрасте 8-11 лет у детей происходит формирование представления о себе, как о представителе определенной этнической группы, принадлежности к территории, на которой он проживает. Также складывается групповая принадлежность: восприятие

себя членом какой-либо группы людей (коллекционер, и т.д.).

В социальной позиции «Я в обществе» реализуется потребность младшего школьника в приобщении себя к обществу, рассмотрения себя среди других, утверждения себя среди других, самореализации. «Я и общество» – это некая социальная позиция, в которой реализуется определение своего места в обществе, в общественном признании, осознании своего «Я» в системе равноправных отношений с другими людьми.

Таким образом, в когнитивном компоненте Я-концепции представлена социальная идентичность младших школьников. На основе осознания своей принадлежности к различным социальным группам ребенок воспринимает себя, принимает соответствующие нормы и модели поведения, что способствует успешному протеканию процесса социализации, развитию рефлексии.

Следующей по числу выборов является категория «Рефлексивное Я» (28% суждений во 2 «Б» и 2 «Г» классах соответственно). Она включает в себя 98 ответов, что составляет 28% от общего числа ответов, из которых ответов девочек – 65 (18,6%), а ответов мальчиков – 33 (9,4%). Стоит отметить, что разнообразие характеристик, относящихся к «Рефлексивному Я», у девочек представлено больше, чем у мальчиков. У девочек обоих классов преобладает такой показатель, как персональная идентичность: личностные качества, особенности характера, описание индивидуального стиля поведения, персональные характеристики (фамилия, имя); эмоциональное отношение к себе (я незабываемая). Девочки выделяют такие характеристики, как аккуратность, активность, любопытная, веселая, послушная, обидчивая, хитрая, подозрительная, ласковая и другие. В основном это характеристики, относящиеся к внутренним качествам, эмоционально окрашенные. У мальчиков преобладают характеристики иной направленности: ответственный, трудолюбивый, балованный и другие. Они более однозначны в своих суждениях, чем девочки. Такие результаты свидетельствуют о том, что девочкам свойственно более эмоционально

открыто описывать свои внутренние характеристики, а мальчикам, в свою очередь, присуща эмоциональная жесткость, что считается одной из важнейших описательных характеристик «настоящего мужчины».

Достаточно высокий показатель уровня рефлексии у детей младшего школьного возраста позволяет сделать вывод о более благоприятном прохождении кризиса подросткового возраста, смягчении рассогласования между старыми и новыми представлениями и пониманием своего Я в ситуации переходного возраста.

Такая категория как «Деятельное Я» (11,5% суждений во 2 «Б» и 2 «Г» классах соответственно) была обозначена учащимися через два показателя. У мальчиков обоих классов преобладающим является такой показатель, как занятия, деятельность, интересы, увлечения (люблю собирать конструктор и т.д.). В меньшей степени проявляется самооценка способности к деятельности, самооценка навыков, умений, знаний, компетенции, достижений, (хорошо учусь, хорошо плаваю, умный; работоспособный, изобретательный и т.д.). У девочек 2 «Б» и 2 «Г» классов преобладает показатель самооценки навыков, умений, знаний, компетенций, достижений. Однако, в отличие от девочек 2 «Б» класса, которые указали 9 характеристик «Деятельного Я», девочки 2 «Г» класса обозначили 17 характеристик. Среди них встречаются такие, как: «талантливая», «изобретательная», «рукодельница», «умелая», «способная», «актриса», «художник», «певица» и т.д. Разнообразие характеристик «Деятельного Я», выделенных девочками 2 «Г» класса свидетельствует о включенности их в различные виды деятельности и о сформированности соответствующих качеств, характерных для личности, занимающейся этой деятельностью.

Идентификация своего «Деятельного Я» связана со способностью сосредоточиться на себе, сдержанностью, взвешенностью поступков. Невысокий показатель «Деятельного Я» характеризуется не до конца сформированной областью интересов. В школе для учеников начальной ступени созданы такие условия, в которых дети знакомятся с

разнообразными видами деятельности (рисование, пение, изучение иностранных языков, занятость в театральные кружках, бисероплетение). Многие дети находятся в поиске любимого занятия или предмета в рамках учебной деятельности, их интересы рассредоточены в разных областях знаний.

Следующая категория «Физическое Я» (10% суждений во 2 «Б» и 2 «Г» классах соответственно) представлена двумя компонентами: субъективное описание своих физических данных, внешности (у девочек – красивая, маленькая, изящная и др., у мальчиков – спортивный, красивый, ловкий) и фактическое описание своих физических данных (быстрый, модный, быстро бегаю и т.д.). Из полученных результатов видно, что проявляются определенные гендерные различия, обусловленные следованием традиционным стереотипам: характерным для девочек является акцент на внешности, для мальчиков – на физических данных.

Обозначение своей физической идентичности имеет прямое отношение к расширению учащимися границ осознаваемого внутреннего мира, поскольку границы между «Я» и «не-Я» первоначально проходят по физическим границам собственного тела. Именно осознание своего тела является ведущим фактором в системе самоосознания человека. Расширение и обогащение «образа Я» в процессе личностного развития тесно связано с рефлексией собственных эмоциональных переживаний и телесных ощущений. Такой невысокий показатель обосновывается тем, что к окончанию второго класса дети успели достаточно узнать друг друга, их внешние телесные характеристики уже не являются ведущим фактором, определяющим реакции детей друг на друга в процессе их взаимодействия. Также можно отметить, что физиологическое развитие мальчиков и девочек находится приблизительно на одинаковом уровне.

Стоит обратить внимание, что количество характеристик у мальчиков и девочек в разных классах отличается незначительно. Так, во 2 «Б» классе показатель «Физического Я» больше, чем у девочек, во 2 «Г» – наоборот,

число ответов девочек больше числа ответов мальчиков.

«Коммуникативное Я» (2,8% суждений во 2 «Б» и 2 «Г» классах соответственно) включает такой показатель, как дружба или круг друзей, восприятие себя членом группы друзей (друг, товарищ и т.д.).

Низкий показатель «Коммуникативного Я» обусловлен тем, что специфическая роль сверстников в социализации ребенка только формируется. Классный коллектив находится на самой начальной стадии своего развития. По мнению И.С. Кона, «включение в общество сверстников расширяет возможности самоутверждения ребенка, дает ему новые роли и критерии самооценок. По мере того, как расширяется и обогащается круг его «принадлежностей», выражающийся словом «мы», усложняется и «образ Я».

Такая категория, как «Перспективное Я» (0,5% суждений во 2 «Б» и 2 «Г» классах соответственно) выражена одним показателем из девяти возможных – семейная перспектива: пожелания, намерения, мечты, связанные с семейным статусом (будущий отец, будущий дед). Такой показатель обусловлен тем, что детям младшего школьного возраста не свойственно задумываться об отдаленном будущем, в силу их возрастных особенностей.

«Материальное Я» (0,5% суждений во 2 «Б» и 2 «Г» классах соответственно) представлена одним аспектом: оценка своей обеспеченности, отношение к материальным благам (богатый). Низкий показатель обусловлен тем, что уровень социального статуса родителей обоих классов отличается незначительно (в основном это средний уровень на его верхней границе). Ученики не располагают большим количеством денежных средств в пространстве школы. Значимого разграничения в одежде на дорогую и недорогую нет. В школе введена школьная форма, что тоже способствует уравниванию между более и менее материально обеспеченными детьми.

В ходе анализа данных методики «Кто Я?» не были выявлены два самостоятельных показателя: проблемная идентичность (я ничто, не знаю –

кто я, не могу ответить на этот вопрос) и ситуативное состояние: переживаемое состояние в настоящий момент (голоден, нервничаю, устал, влюблен, огорчен). Это позволяет сделать выводы о том, что в обоих классах нет детей с проблемой идентичности.

При анализе полученных данных были выделены характеристики, которые мы отнесли к категории «не классифицируемые» (10%). Например: «дождевик».

Таким образом, можно сделать вывод о высокой степени сформированности когнитивного компонента. Представленность большого количества характеристик (349) разных категорий Я, свидетельствует о дифференцированности, когнитивной сложности образа Я у учащихся 2 «Б» и 2 «Г» классов. В целом, мальчики и девочки дали разное количество характеристик: мальчики – 122, девочки – 186 характеристик. Разность в количестве ответов у мальчиков и девочек характеризуется рядом их возрастных и гендерных особенностей. Так, уровень развития рефлексии у девочек выше, чем у мальчиков. Наблюдается высокая степень согласованности образа Я у учащихся обоих классов (нет противоречивых высказываний – «я добрый» и тут же – «дерусь»).

В процессе работы над когнитивным компонентом Я-концепции необходимо обратить внимание на то, что дети не фиксируют свой круг общения. Для развития составляющей «Коммуникативного Я» необходимо работать над сплоченностью коллектива, объединять детей в разные виды совместной деятельности. Результаты теста «Кто я?» представлены в Приложении А, в таблицах 2, 3.

Анализ результатов методики В.Г. Щур «Лесенка»

Методика позволила определить уровень самооценки младшими школьниками своих личностных качеств.

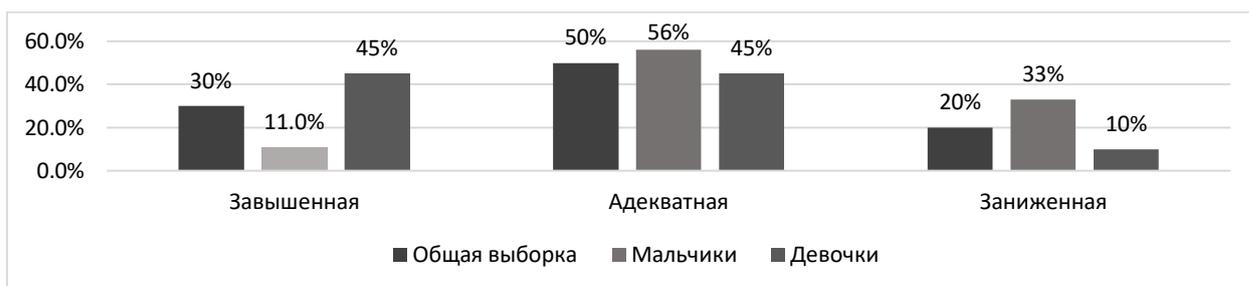


Рисунок 7. Распределение учащихся 2 «Б» класса по уровням личностной самооценки (в %)

Из рисунка 7 видно, что большинство детей из 2 «Б» класса имеют адекватную самооценку (50%). В целом можно сказать, что у детей этого класса достаточно хорошо сформирован такой компонент Я-концепции, как самооценка. Самый высокий процент адекватной самооценки составляют мальчики (56%). Более низкий – девочки (45%). Людям с адекватной самооценкой свойственны активность, находчивость, бодрость, чувство юмора, общительность, желание идти на контакт. Завышенная самооценка свойственна 30% детей, из которых мальчики составляют 11%, девочки – 45%. Люди с таким уровнем самооценки чаще всего активны, категоричны, агрессивны, не принимают чужой точки зрения. В наименьшей степени присуща заниженная самооценка (у 20% детей). Резко заниженная самооценка характерна для 30% детей (мальчики), однако заниженная самооценка наблюдается также и у девочек, но в меньшей степени (10%). При заниженной самооценке человек болезненно реагирует на любые высказывания в свой адрес, зависит от мнения других.

Различия в уровнях самооценки мальчиков и девочек может быть связано со стереотипностью мышления школьников. Мальчики более критично оценивают себя, чем девочки, тем самым идя в сторону общественного мнения о том, что девочки аккуратнее, красивее, прилежнее и т.д.

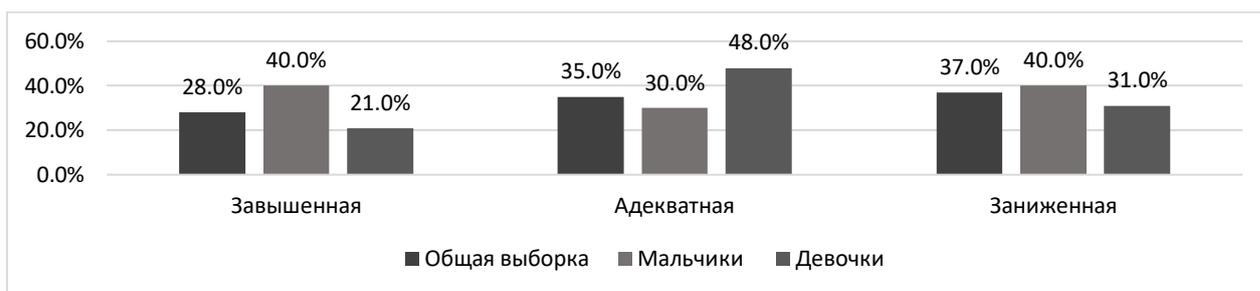


Рисунок 8. Распределение учащихся 2 «Г» класса по уровням личностной самооценки (в %)

При рассмотрении рисунка 8 можно увидеть, что по личностному фактору уровень адекватной самооценки младших школьников 2 «Г» класса превышает уровень заниженной (37%), следующим идет показатель адекватной самооценки (35%), что расходится с общепринятыми данными о преобладании в младшем школьном возрасте завышенной самооценки, как нормы для этого периода, а далее – завышенной (28%). Среди детей, кто имеет заниженную личностную самооценку, преобладают мальчики (40%). Девочки с заниженной личностной самооценкой 31%.

В противовес результатам 2 «Г» класса, во 2 «Б» адекватную самооценку личности имеет больше девочек (48%), чем мальчиков (30%), что говорит о достаточной сформированности у школьников представлений о себе и о том, как их оценивают другие люди. Так же в противовес результатам параллельного класса завышенной самооценкой в большей степени обладают мальчики (40%), чем девочки (21%). Отсюда можно сделать вывод, что среди младших школьников есть дети, мыслящие стереотипно и оценивающие себя так, как принято в обществе, и дети, чье восприятие расходится с общепринятыми данными.

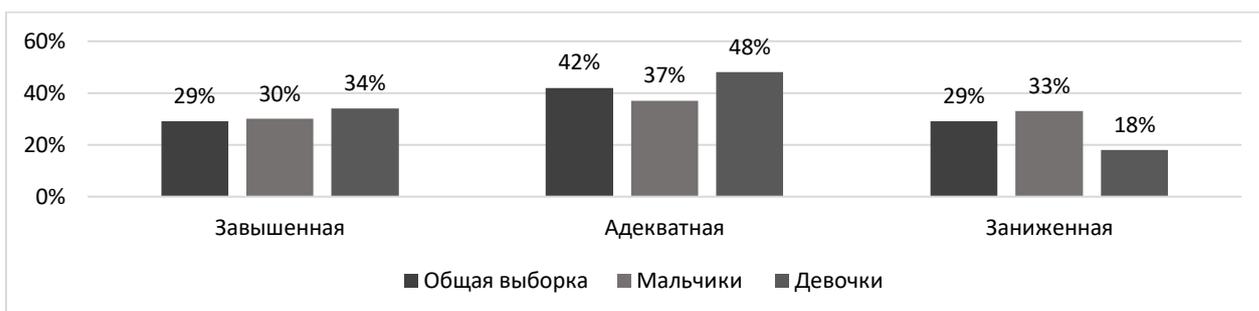


Рисунок 9. Распределение учащихся по уровням самооценки личностных качеств (в %)

Подводя итог, можно сказать, что в исследуемой группе детей преобладает адекватный уровень самооценки (42%). При этом адекватная самооценка личных качеств в большей степени свойственна девочкам (48%) в отличие от мальчиков (37%). Результаты методики «Лесенка» представлены в Приложении А, в таблицах 4, 5.

Анализ результатов методики А.И. Липкиной «Три оценки»

Методика позволила определить самооценку младшими школьниками своих учебных достижений.

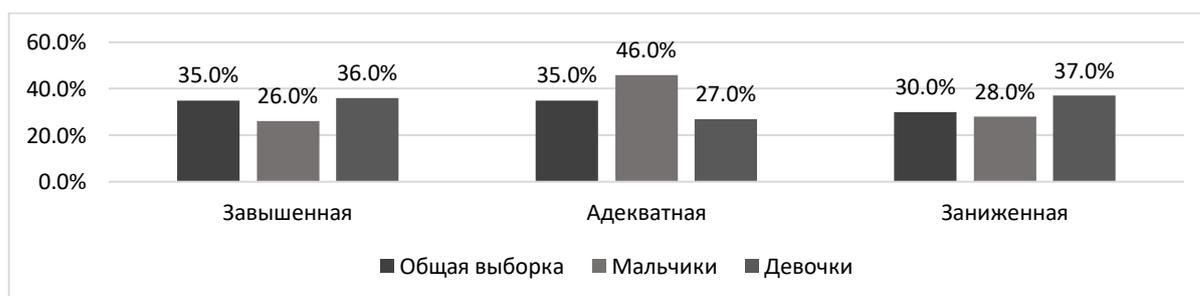


Рисунок 10. Распределение учащихся 2 «Б» класса по уровням учебной самооценки (в %)

На рисунке 10 мы можем наблюдать, что во 2 «Б» классе число детей с завышенной и адекватной самооценкой учебной деятельности находится на одном уровне (35%), однако адекватный уровень в большей степени присущ мальчикам (46%), чем девочкам (27%), а завышенный уровень – девочкам

(36%), чем мальчикам (26%), чьи показатели почти сходны с показателями заниженной самооценки школьников (30% в общей выборке, 28% составляют мальчики, 37% – девочки).

Дети, имеющие адекватную самооценку своей учебной деятельности, активны, находчивы, с интересом и самостоятельно ищут ошибки в своих работах, выбирают задачи, соответствующие своим возможностям. После успеха в решении задачи выбирают такую же или более трудную. После неудачи проверяют себя или берут задачу менее трудную. Это основывается на правильной самооценке своих возможностей и способностей.

Дети с завышенной самооценкой отличаются активностью, стремлением к достижению успеха в учебной деятельности. Их характеризует максимальная самостоятельность.

Заниженная самооценка учебной деятельности у младших школьников проявляется ярко в их поведении и чертах личности. Дети выбирают легкие задачи. Они берегут свой успех, боятся его потерять и в силу этого в чем-то боятся самой учебной деятельности. Нормальному развитию детей с заниженной самооценкой мешает их повышенная самокритичность, неуверенность в себе.

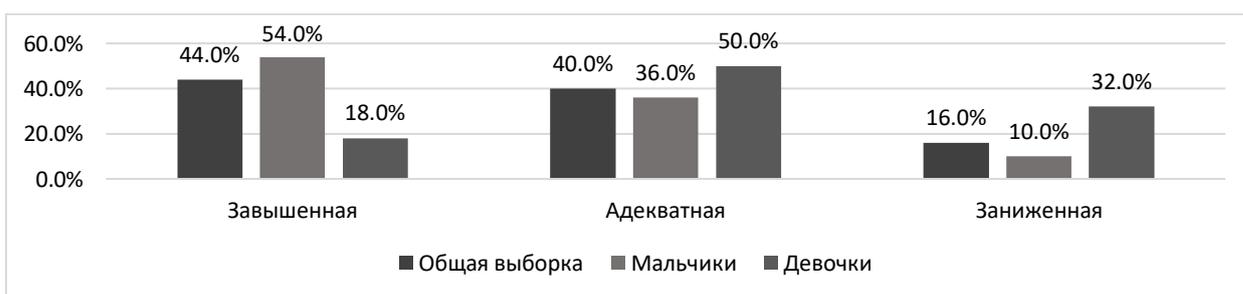


Рисунок 11. Распределение учащихся 2 «Г» класса по уровням учебной самооценки (в %)

Рисунок 11 иллюстрирует уровни учебной самооценки у учеников 2 «Г» класса. Среди них преобладает завышенный (44%), что составляет 54% мальчиков и 18% девочек. Адекватный уровень самооценки из всех детей класса имеют 40%, где число девочек (50%) превалирует над числом

мальчиков (36%). Заниженной самооценкой учебной деятельности можно характеризовать 16% детей всего класса, где количество девочек (32%) также преобладает над количеством мальчиков (10%).

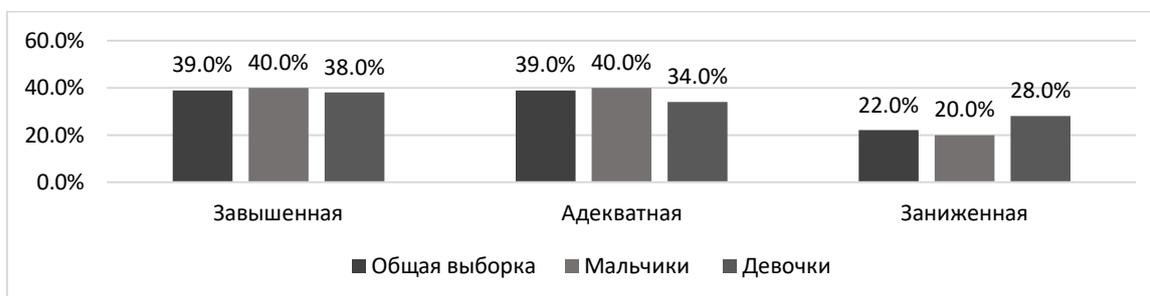


Рисунок 12. Распределение учащихся по уровням самооценки учебной деятельности (в %)

Таким образом, опираясь на рисунок 12, можно сделать вывод о том, что младшие школьники в равной степени имеют завышенную и адекватную самооценку (по 39%), такая же тенденция характерна для мальчиков – по 40% в каждой группе. Заниженная самооценка отмечается у 22% детей, среди них 20% мальчики. У девочек же обеих классов почти незначительно преобладает завышенная самооценка (38%) над адекватной (34%) и заниженной (28%).

В учебной деятельности заниженная самооценка проявляется преимущественно у девочек, а в оценке личностных качеств – у мальчиков. Эти данные расходятся с существующими представлениями о самооценке в младшем школьном возрасте и делают актуальными дальнейшие исследования в этом направлении. Результаты методики «Три оценки» представлены в Приложении А, в таблицах 6, 7.

Анализ результатов карты наблюдения за поведением младших школьников

В ходе длительного наблюдения мы фиксировали составляющие поведения младших школьников в учебное и внеучебное время (перемены) и

выявили общие критерии для определения уровня поведения. Карты наблюдений за обоими классами представлены в Приложении А в таблицах 8 – 9.

При наблюдении мы выявили такие уровни поведения, как: уверенное, неуверенное, сверхуверенное.

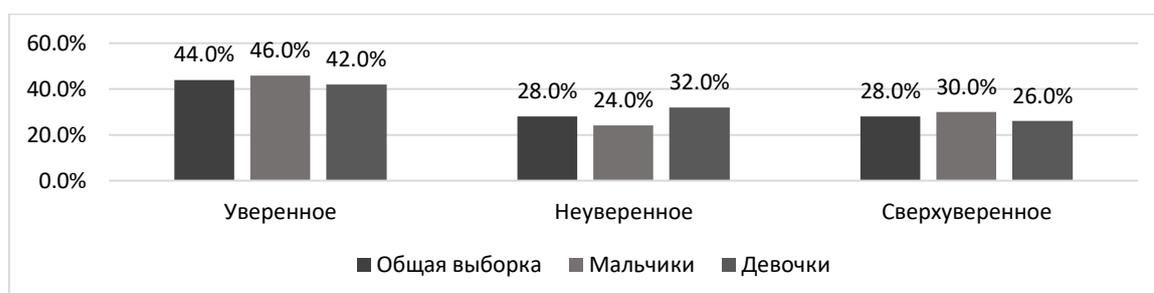


Рисунок 13. Распределение учащихся 2 «Б» класса по видам поведения (в %)

При рассмотрении рисунка 13 можно выявить следующую тенденцию: большинство детей из 2 «Б» класса имеют уверенное поведение (44%). Неуверенное и сверхуверенное поведение наблюдается у равного количества школьников (28%). Количество детей с уверенным поведением среди мальчиков и девочек почти не различается (46% и 43% соответственно). Однако стоит отметить, что в классе девочек с неуверенным поведением больше, чем мальчиков (32% и 24% соответственно), а мальчиков со сверхуверенным поведением больше, чем девочек (39% и 26% соответственно).

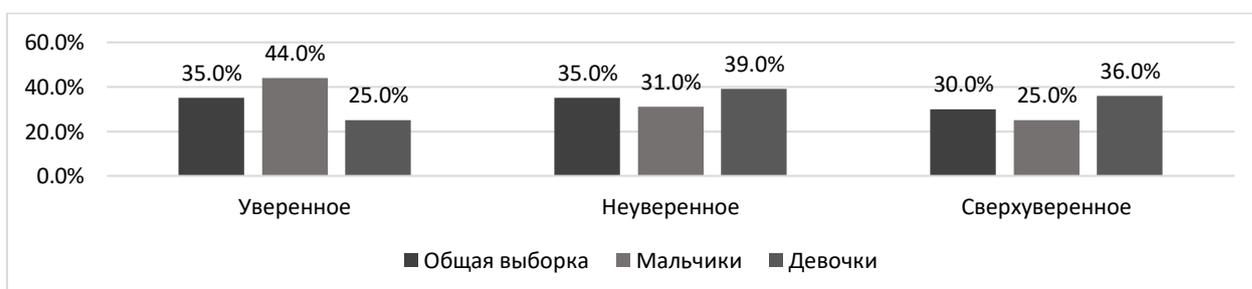


Рисунок 14. Распределение учащихся 2 «Г» класса по видам поведения (в %)

На рисунке 14 видно, что число школьников с уверенным и

неуверенным поведением составляет по 35%, сверхуверенным поведением характеризуются 30% детей. В целом можно сказать, что все показатели находятся на одинаковом уровне, за исключением преобладания уверенного поведения у мальчиков (44%) в сравнении с девочками (25%). И, напротив, преобладания девочек со сверхуверенным поведением (36%) в сравнении с мальчиками (25%).

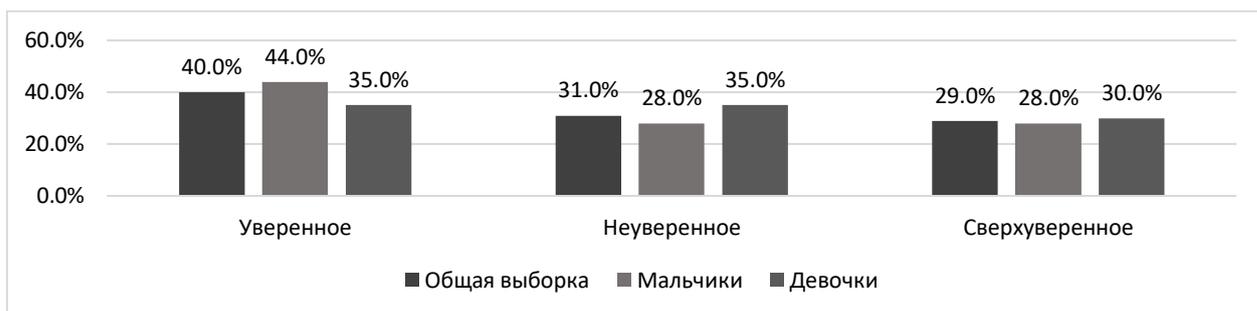


Рисунок 15. Распределение учащихся по видам поведения (в %)

На рисунке 15 видно, каждому из выделенных видов поведения соответствует примерно равное количество младших школьников. Тем не менее, преобладают дети с уверенным поведением (40%), из них мальчиков (44%) чуть больше, чем девочек (35%).

Третья часть детей (31%) демонстрируют неуверенное поведение, среди них 28% мальчиков и 35% девочек.

Сверхуверенное поведение выражено у 29% детей в размере, количество мальчиков и девочек примерно равное (28% и 30% соответственно).

Мы выяснили, что дети со сверхуверенным поведением чаще нарушают дисциплину на уроках, выступают инициаторами конфликтов, чем школьники, чье поведение мы классифицировали как уверенное или неуверенное. Дети со сверхуверенным поведением имеют в большинстве своем громкий голос и частую смену интонаций. Движения их раскованные и решительные. Любая форма самопрезентации является для них средством заявить о себе, к чему и стремится большинство.

Младшие школьники с уверенным поведением чаще всего являются зрителями в конфликтах. Также именно дети с уверенным поведением чаще предупреждают учителя о назревающем конфликте или пытаются сами разобраться с ситуацией, не прибегая к помощи учителя.

Школьники же с неуверенным поведением стараются держаться в стороне, чтобы их не замечали. Они всегда встают последними в колонну, чтобы пойти в столовую и не производят резких движений. Голоса их тихие, взгляд чаще всего устремлен вниз. Любая форма самопрезентации для них неприятна.

Итоговые результаты изучения уровня развития Я-концепции младших школьников

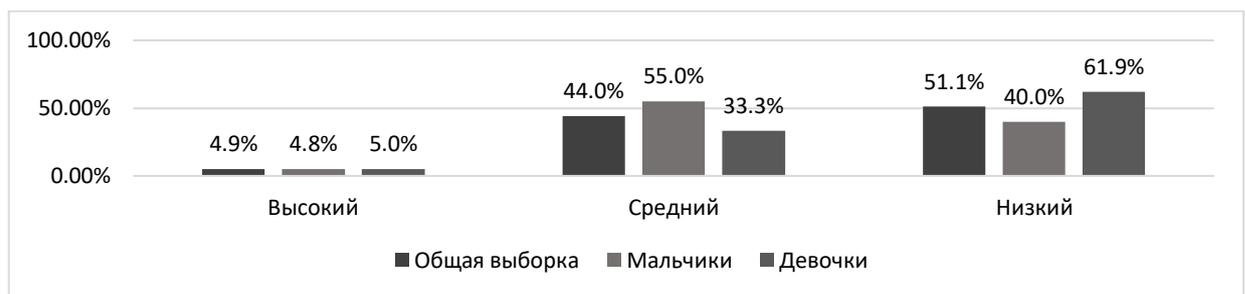


Рисунок 16. Итоговый уровень развития Я-концепции младших школьников у учащихся 2 «Б» и 2 «Г» классов (распределение в %)

Итоговые результаты экспериментального исследования по изучению уровня развития Я-концепции у младших школьников показали, что для меньшинства детей младшего школьного возраста характерен средний уровень развития Я-концепции (4,9%). Количество мальчиков и девочек практически совпадает (4,8% и 5% соответственно). Для детей с высоким уровнем сформированности Я-концепции характерно следующее: на когнитивном уровне это высокая дифференцированность образа Я, представленного отдельными категориями (социальное Я, коммуникативное Я, физическое Я и т.д.), а также высокая степень рефлексии; на эмоционально-оценочном уровне – реалистичная самооценка: ребенок при

обосновании ее опирается на знание своих особенностей, обобщение ситуаций, в которых реализуются оцениваемые качества, а также глубокое и разностороннее содержание оценочных суждений; на уровне поведения – уверенное поведение, выражение себя и удовлетворение собственных потребностей, доброжелательное отношение к окружающим.

Средний уровень развития Я-концепции отмечается у 44% младших школьников, мальчики составляют 55%, девочки – 33,3%. Для детей с таким уровнем развития Я-концепции по когнитивному критерию характерна недостаточная развитость рефлексии и незначительность дифференциации образа Я; по эмоционально-оценочному критерию характерны непоследовательность проявления реалистичных самооценок, при обосновании ребенком своей самооценки ориентация на мнение окружающих, а также наличие самооценочных суждений сравнительно узкого содержания. По поведенческому аспекту Я-концепции средний уровень может быть представлен в основном уверенным поведением, но при этом возможны ситуативные проявления сверхуверенного или неуверенного поведения в субъективно сложных ситуациях.

Низкий уровень развития Я-концепции наблюдается у 51,1% младших школьников, мальчиков меньше, чем девочек (40% и 61,9% соответственно). По когнитивной составляющей этот уровень развития Я-концепции отличается незначительным числом высказываний, раскрывающих представление о себе, низким уровнем способности рефлексировать, а также слабой дифференцированностью образа Я, представленного отдельными категориями; по эмоционально-оценочному критерию школьникам с низким уровнем развития Я-концепции присуща преимущественно неадекватная самооценка (завышенная или заниженная) и обоснование ее эмоциональными предпочтениями (хочется), отсутствие подтверждения самооценки реальными фактами, неглубокое содержание самооценочных суждений; по поведенческому компоненту Я-концепции – агрессивным поведением школьников, попытками доминирования или достижения цели в

ущерб другим людям, удовлетворение своих потребностей за счет взаимоотношений с людьми, а также неуверенным поведением, отказом от собственных желаний с целью помочь кому-либо, игнорированием своих потребностей.

Таким образом, полученные результаты свидетельствуют о необходимости развития всех компонентов Я-концепции у младших школьников, что станет целью нашего дальнейшего исследования.

2.2. Организация и проведение формирующего эксперимента

Исходя из результатов констатирующего эксперимента нашего исследования, мы пришли к выводу, что с учениками 3 «А» и 3 «Б» классам необходимо проводить работу, направленную на формирование положительной Я-концепции.

На формирующем этапе исследования нами была разработана программа, способствующая развитию вышеуказанного раздела изучения личности.

Алгоритм составления программы заключался в следующих **этапах**:

Первый этап – постановка общих проблем, цели и задач программы.

Второй этап – определение количественного состава участников эксперимента и выделение временных рамок, для проведения программы.

Третий этап – составление системы занятий, согласно выделенным ранее проблемам, цели и задачам; подбор и разработка мероприятий, выбор наиболее продуктивных методов реализации программы.

На первом этапе составления программы мы определили общие проблем, цель и задачи.

Исходя из результатов констатирующего эксперимента, мы выделили общие проблемы, с которыми столкнулись при изучении Я-концепции группы младших школьников:

1. Младшие школьники не обладают адекватной самооценкой.

2. Ученики младших классов не умеют регулировать поведение в зависимости от происходящей ситуации, вследствие чего обладают неуверенным поведением.

3. Школьники имеют узкий круг представлений о себе.

Работе над каждой проблемой посвящен отдельный блок занятий.

Таблица 8. – Психологическая матрица занятий

Сферы	Задачи		
	Развитие представлений о себе	Повышение уровня самооценки до адекватного	Развитие уверенного поведения
Когнитивная	Расширять представления о себе, своих качествах. Формировать представления о мнении окружающих. Развивать рефлексивность. Способствовать осознанию своей уникальности.	Содействовать пониманию своих ресурсов и дефицитов. Развивать представления детей об эмоциональных состояниях, умение их различать и понимать. Формирование знаний о внешних выражениях эмоций	Дать представления об уверенном, неуверенном и самоуверенном поведении. Обучать самоанализу своего поведения.
Эмоциональная	Способствовать самораскрытию через эмоции.	Формирование адекватного способа реагирования на критику. Развитие позитивной самооценки.	Дать опыт проживания ситуации проявления уверенного, неуверенного и самоуверенного поведения.
Поведенческая	Формирование умения находить сходства и различия в окружающих людях.	Формирование навыка невербальной передачи эмоций.	Способствовать самораскрытию с помощью поведения. Формирование навыка уверенного поведения. Формирование навыка саморегуляции.

Цель программы состоит в развитии у младших школьников положительной Я-концепции.

Задачи, которые комплексно обеспечивает разработанная программа:

1. Развивать положительную самооценку.

2. Формировать навыки уверенного поведения.
3. Расширять представления младших школьников о себе.

Дополнительные **задачи**, реализуемые в программе:

1. Обучение школьников способов дифференцирования эмоций и их передачи.
2. Способствование развитию коммуникативных навыков.
3. Формирование алгоритма выстраивания собственного поведения в различных ситуациях.

На втором этапе мы определили качественный и количественный состав участников эксперимента. В состав экспериментальных групп детей вошли ученики 3 «Б» и 3 «Г» классов МБОУ СОШ №8 г. Ачинска.

Таблица 9. –Участники детских групп

№ п/п	Экспериментальная группа	Контрольная группа
1.	Ульяна А.	Елизавета А.
2.	Марьяна А.	Никита Б.
3.	Ольга А.	Александра Б.
4.	Дарья Б.	Алена Б.
5.	Даниил К.	Мирослав Д.
6.	Дмитрий Л.	Даниил З.
7.	Мария М.	Дарья З.
8.	Анастасия М.	Матвей И.
9.	Елена М.	Мария К.
10.	Наталья М.	Дарина М.
11.	Максим М.	Александр Н.
12.	Роман Н.	Карина О.
13.	Федор П.	Алина П.
14.	Александра Р.	Никита С.
15.	Александра Р.	Артем С.
16.	Владимир У.	Степан С.
17.	Егор У.	Злата Т.
18.	Михаил Ц.	Захар У.
19.	Матвей Ч.	Богдан Ф.
20.	Алена Ш.	Александр Ш.
21.		Анастасия Ш.

Далее мы определили временные рамки для проведения программы.

Срок реализации программы: ноябрь – декабрь 2017 года. Цикл состоит из 8 занятий по 45 минут. Количество встреч в неделю с интервалом в 2-3 дня составляет две встречи.

Следующим этапом нашей работы было выделение основных этапов занятий, определение содержания каждого и подбор соответствующих упражнений.

Программа включает в себя три **блока** упражнений, направленных на корректировку составляющих сфер Я-концепции. В каждом блоке 2-3 занятия:

- I. «Кто я?» (когнитивная сфера)
- II. «Какой я?» (эмоциональная сфера)
- III. «Уверен ли я?» (сфера поведения)

В содержании развивающей психологической программы представлены сценарные планы всех занятий с достаточно подробным описанием используемых упражнений. Она представляет собой систему групповых занятий, которые включают в содержание элементы сказкотерапии, игровой метод, а также метод беседы.

Сказкотерапия – это не только общение со своей собственной личностью, но и контакт с личностями других людей, так как сказочная метафора является эффективным способом выстраивания коммуникации между людьми. Этот метод идеально подходит для выявления и решения определенных личностных трудностей как у детей, так и у взрослых.

Групповые занятия – один из самых результативных способов оказать психологическое влияние на группу людей. Выполняя разного рода упражнения, члены группы устанавливают межличностный контакт, тем самым получая и передавая опыт, а также помогая себе разрешить внутренние конфликты, либо научиться новому – в зависимости от цели проводимого группового занятия.

Игровой метод, в отличие от группового занятия, относится к тем методам психологической работы, которые дети младшего школьного

возраста воспринимают легче в силу своего возраста и увлечений. Важнейший структурный элемент в игре — это моделирование. Моделирование — замена непосредственного экспериментирования созданием и манипулированием объектами, замещающими реальный объект. Данный элемент присущ исключительно играм взрослых. Аналогом его в детской игре является ролевое использование предметов.

Метод беседы –психологический вербально-коммуникативный метод, заключающийся в ведении тематически направленного диалога между психологом и респондентом с целью получения сведений от последнего. Для работы с младшими школьниками этот метод также эффективен, так как с помощью него можно выявить проблемные участки понимания детьми какой-либо области знаний и работать над их корректировкой.

Каждое занятие состоит из четырех **этапов**:

1. Приветствие.
2. Практический этап.
3. Рефлексия.
4. Прощание.

Приветствие и прощание обычно занимают примерно по четверти всего времени занятия. Около половины времени уделено практической части. Первый и последний этапы занятия включают в себя вопросы о состоянии учеников и одно разминочное упражнение. На первом занятии вводная часть занимает больше времени, расширена, поскольку необходимо объяснить правила, уделить внимание мотивации учеников.

Практический этап обычно посвящен теме занятия, включенного в определенный блок, и проводится в соответствии с программой. В основной части проводятся упражнения, включающие в себя беседу, рисование, элементы сказкотерапии, игры, рефлексия.

Рефлексия по итогам занятий позволяет психологу выяснить, насколько сложно участникам было выполнять то или иное упражнение, а участникам, в свою очередь, проследить, насколько успешно они справились с

поставленной задачей. Также целью данного этапа является освобождение от накопившихся эмоций и чувств.

Этап прощания имеет целью символическое окончание занятия. Здесь психолог дает последнее задание на конкретный день – попрощаться с товарищами. Периодически нужно предлагать разные формулировки прощания, например: «Мне приятно было с тобой работать, до свидания», «До завтра, надеюсь, завтра мы также хорошо поработаем» или «Спасибо за весело проведенное время, всем до свидания!».

Рассмотрим подробнее содержание каждого блока программы.

Таблица 10. –Тематическое планирование занятий для младших школьников

Блок	Занятие	Задачи	Применяемые упражнения
«Кто Я?»	1. Знакомство с новым видом работы. Расширение знаний о себе	1. Настроить коллектив на новый вид работы. 2. Расширение знаний о себе. 3. Расширение представлений о своих качествах.	Ритуал приветствия. Мотивация учеников к новому типу работы. Введение правил группы. «Цветные ладошки», «Мое имя», «За что меня любит мама». Рефлексия. Ритуал прощания.
	2. Продолжаем узнавать себя	1. Настроить коллектив на позитивный лад, создать атмосферу доверия 2. Формирование положительной самооценки 3. Формирование представлений о себе.	Ритуал приветствия. «Найди меня», «Фотография», «Расскажи о друге». Рефлексия. Ритуал прощания.
	3. Развиваем позитивное «Я»	1. Формирование навыка самоанализа. 2. Развитие процесса самораскрытия. 3. Укрепление позитивной самооценки	Ритуал приветствия. «Карлики и великаны», «Никто не знает», «Мой портрет в лучах солнца», «Все мы». Рефлексия. Ритуал прощания.

Окончание таблицы 10

«Какой Я?»	4. «Я очень хороший!»	1. Развитие положительной самооценки 2. Повышение уверенности в себе 3. Формирование умения слушать собеседника	Ритуал приветствия. «Я очень хороший!», «Скажи мишке добрые слова», «Я такой, какой есть», «Расскажи обо мне». Рефлексия. Ритуал прощания.
	5. «Я уверенный!»	1. Создание положительного эмоционального фона, повышение уверенности в себе. 2. Формирование самоуважения, доверия к самому себе. 3. Формирование позитивной самооценки у детей дошкольного возраста.	Ритуал приветствия. «Комплименты», «Клеевой дождик», «Мое взрослое будущее». Рефлексия. Ритуал прощания.
	6. Мои эмоции	1. Развитие представлений детей об эмоциональных состояниях. 2. Развитие умения управлять своим эмоциональным состоянием. 3. Развитие умения передавать свое эмоциональное состояние.	Ритуал приветствия. «Мыльные пузыри», «Путешествие в страну эмоций», беседа об эмоциях, элементы сказкотерапии, «Маски». Рефлексия. Ритуал прощания.
«Какой Я в поведении?»	7. «Быть уверенным»	1. Развитие навыка самоанализа поступков. 2. Активизировать вербальные и невербальные способы общения. 3. Работать над повышением уровня уверенного поведения, развивать поведенческую пластичность.	Ритуал приветствия. «Рисунок по кругу», «Прозорливость», «Подиум». Рефлексия. Ритуал прощания.
	8. «Я уверенный». Заключительное занятие	1. Продолжить формировать уверенное поведение. 2. Активизация навыка самоанализа. 3. Формирование навыка самопрезентации. Выявить отношение учащихся к занятиям, сделать выводы совместно с ними о прошедших занятиях.	Ритуал приветствия. «Абстрактная живопись», «Молодец!», «Приглашение» Рефлексия по прошедшему занятию. Рефлексия по всем прошедшим занятиям. Ритуал прощания.

В первом блоке «Кто Я?» были выделены следующие задачи: расширение знаний о себе и о близких людях, расширение представлений о своих качествах, формирование навыка самоанализа, самопознания, развитие процесса самораскрытия, укрепление позитивной самооценки.

Для расширения знаний о себе и о близких людях, а также осознания своей уникальности, а также формирования навыка самоанализа было выбрано упражнение «Расскажи о друге». Детям нужно было рассказать всем о своем друге: при каких обстоятельствах познакомились, что общего и наоборот, что они в нем ценят. Для формирования процесса самораскрытия использовалось упражнение «За что меня любит мама», в котором дети должны были рассказать всем, за что их любит мама, тем самым актуализируя свои знания о себе и пополняя их посредством ответов других участников занятия. Для того, чтобы формировать навык самопознания у младших школьников, нами было выбрано упражнение «Никто не знает», в котором дети, сидя в кругу и бросая друг другу мяч, должны были закончить фразу «Никто не знает, что я...».

Во втором блоке «Какой Я?» были выделены следующие задачи: формирование самоуважения, доверия к самому себе, развитие положительной самооценки, повышение уверенности в себе, формирование доверия к самому себе, совершенствование выработки у участников более объективной самооценки, совершенствование знаний об эмоциях.

Для того чтобы помочь ребенку увидеть свои положительные стороны, дать почувствовать, что его ценят и уважают, мы выбрали упражнение «Комплименты». Детям нужно было встать в круг и взяться за руки. Глядя соседу в глаза, нужно было продолжить фразу «Мне нравится в тебе...». Для формирования положительной самооценки младших школьников нами было выбрано упражнение «Скажи мишке добрые слова». Психолог представляет гостя на текущее занятие – плюшевого мишку. Детям нужно было сказать ему добрые слова. Затем мишка передавался детям по кругу – каждым «становился» им – остальным нужно было сказать добрые слова уже в адрес

того, у кого в руках находилась игрушка. Для развития представления детей об эмоциональных состояниях нами выбрана сказка про Змея Горыныча, в ходе прослушивания которой дети учатся распознавать различные эмоции. Также, нами было выбрано упражнение «Маска», при выполнении которого дети пытаются узнать, какую эмоцию изображает другой участник тренинга, учатся передавать свои эмоции без слов.

В третьем блоке «Какой Я в поведении?» нами были выделены такие задачи, как: развитие навыка самоанализа поступков, активизация вербальных и невербальных способов общения, повышение уровня уверенного поведения, развитие поведенческой пластичности, развитие внимания, способности чувствовать и анализировать ситуацию, формирование навыка самопрезентации. Для формирования умения слушать остальных было выбрано упражнение «Расскажи обо мне». Школьники должны были соотнести свое имя с прилагательным, которое их описывает, и оно должно начинаться на первую букву имени. Работа по цепочке. Следующий по порядку должен назвать свое имя с прилагательным и вспомнить то, что назвал предыдущий ученик. Для развития внимания и умения чувствовать и анализировать ситуацию, мы выбрали упражнение «Прозорливость». Одному человеку нужно было выйти за дверь, а остальным разделиться на две группы по какому-либо внешнему признаку и визуально отделиться друг от друга. Отсутствовавший должен угадать, по какому признаку группа разделилась. Для развития поведенческой пластичности было выбрано упражнение «Подиум», во время выполнения которого участникам требовалось пройтись по воображаемому подиуму и продемонстрировать какой-либо элемент одежды.

Анализ проведенных занятий с младшими школьниками по повышению уровня сформированности Я-концепции

Занятие 1

Настрой группы был рабочим, все дети были в предвкушении начала занятий. С первых же минут ребята были заинтересованы в происходящем, задавали вопросы на уточнение.

Настроиться на продуктивную работу и войти в ее атмосферу помогло вступительное слово ведущего. Дети сосредоточили свое внимание на себе.

После вступительного слова было уделено внимание правилам группы, так как в начале групповых занятий у детей присутствовало несерьезное отношение, связанное с недостаточным опытом работы в такой форме. Правила помогли создать рамки, в которых ребенок вынужден действовать.

Упражнение «Цветные ладошки» стало на этом занятии первым. Оно помогло ученикам начальных классов объединиться в одну команду и создать рабочий настрой и на следующие занятия. Дети вырезали свои ладошки из бумаги и составили композицию в форме радуги, что свидетельствовало о том, что они все настроены друг к другу по-дружески и изъявляют желание работать в коллективе.

Упражнение «Мое имя» дает возможность расширить знания о себе, осознать свою уникальность. Участникам необходимо подумать, на что похоже их имя, чем пахнет, как звучит и т.д. Далее им нужно было изобразить это на бумаге с помощью фломастеров. На наш взгляд, очень важно убедить детей в том, что необязательно нарисовать красиво, главное – изобразить задуманное, как получится. Когда задание было дано, один ученик отказался его выполнять, аргументируя отказ словами: «Я не умею красиво рисовать», но сразу приступил к работе после слов ведущего: «Некрасивых рисунков не бывает». Также сложно было организовать дисциплину среди тех, кто закончил выполнять задание. Мы попросили

внимательно рассмотреть получившиеся рисунки и добавить еще деталей для более красочной выразительности мыслей детей.

При выполнении упражнения «За что меня любит мама» некоторые ученики стеснялись говорить, но со временем, глядя на остальных, с удовольствием делились этим.

Рефлексия помогла ученикам осознать, насколько легко или сложно им было в первый день занятий. Занятие завершилось ритуалом прощания.

Первое занятие прошло достаточно эффективно, т.к. все поставленные цели были выполнены.

Занятие 2

Очередное занятие началось с ритуала приветствия, который прошел весьма успешно: дети были настроены на продуктивную работу.

Упражнение «Найди меня» способствовало раскрепощению детей, а также создало доверительную атмосферу среди участников игры. Кроме того, дети актуализировали свои знания о себе и познавали других. Упражнение «Фотография» позволило ученикам понять, насколько много людей на планете, и насколько они разные, а также сопоставить себя с ними через анализ выражений лиц, поз и элементов одежды. Упражнение «Расскажи о друге» больше всех понравилось детям, что говорит о высокой степени значимости дружбы у младших школьников. Все с удовольствием рассказывали о своих друзьях, выделяя и старших членов семьи как друзей.

Рефлексия в конце занятия позволила нам определить круг предпочтений детей касаясь прошедшего занятия: о понравившихся упражнениях ученики рассказывали с особым воодушевлением.

Занятие завершилось ритуалом прощания и в целом прошло успешно.

Занятие 3

Ритуал приветствия на третьем занятии был нестандартным: каждый

участник здоровался с рядом сидящим, таким образом, приветствие прошло по кругу.

Упражнение «Карлики и великаны» позволило настроиться на позитивный лад и создать в группе атмосферу добра и веселья. Упражнение «Никто не знает» способствовало активизации процесса самопознания. Дети с удовольствием рассказывали о себе, но среди них были и такие, кто ничего не знал. Тогда на помощь приходили другие участники: спрашивали об увлечениях, о членах семьи и т.д. В последствии уже все участники занятия были полностью включены в работу. Упражнение «Мой портрет в лучах солнца» было направлено на активизацию процесса самораскрытия, а также на определение личностных особенностей и творческого мышления. Во время его выполнения школьники с удовольствием вспоминали свои достоинства и записывали их, а позже презентовали и с интересом слушали остальных. Во время выполнения упражнения «Все мы» участники с легкостью и желанием говорили приятные слова в адрес ушедшего за дверь. Вернувшийся позже участник группы с благодарностью их принимал. Желающих быть ведущим было очень много.

Рефлексия третьего дня позволила нам определить, с какими сложностями столкнулись дети при выполнении упражнений, и какие из упражнений наиболее ученикам понравились.

Занятие прошло успешно с учетом поставленной цели.

Занятие 4

Упражнение «Приветствие» начало новый рабочий день. Каждый школьник-участник занятия с удовольствием подходил к товарищу и здоровался с ним, при этом делая комплимент. Данное упражнение позволило настроить детей на дружную работу.

Упражнение «Я очень хороший!» было направлено на создание положительного фона, а также было призвано на повышение уверенности в

себе. Поначалу некоторые ученики стеснялись произносить фразу «Я очень хороший!», но со временем, глядя на остальных, барьер неуверенности преодолели все без исключения.

«Скажи мишке добрые слова» – это упражнение, направленное на повышение самооценки. Выполняя его, школьники старались вспомнить как можно больше хороших слов, некоторые провели аналогию с упражнением «Все мы», что выполняли ранее. Двум участникам было сложно вспомнить хорошие слова в адрес мишки, но по прошествии времени им удалось полноценно включиться в работу. Упражнение «Я такой, какой есть» направлено на совершенствование выработки у участников более объективной самооценки. Задания такого рода дети любят и выполняют с удовольствием. По сравнению с прошлым упражнением, содержащим рисование, от выполнения этого не отказался никто, все без исключения учащиеся с удовольствием приступили к рисованию, а позже – и к выставке общих работ. Упражнение «Расскажи обо мне» способствовало формированию умения слушать остальных. При его выполнении дети испытывали проблемы с запоминанием того, что говорил впереди сидящий. В целом выполнение задания прошло успешно: все смогли соотнести свое имя со своим качеством.

Рефлексия помогла нам выявить трудности, с которыми столкнулись ученики в этот день. Занятие закончилось ритуалом прощания. Вся группа отчетливо хором произнесла слово «спасибо». Занятие прошло успешно и достигло поставленной цели.

Занятие 5

Очередное занятие началось с упражнения на приветствие. Все участники разбивались на пары и приветствовали каждого, желая ему хорошего дня. Некоторые школьники проявили творческие способности и разнообразили приветствие мини-игрой «Я встретил давнего друга», как

сами ее и назвали.

Целью упражнения «Комплименты» должно помочь ребенку увидеть свои положительные стороны, дать почувствовать, что его ценят и уважают. Все участники были включены в работу, но были те, кто стеснялся говорить комплименты. Со временем неуверенность прошла благодаря остальным членам коллектива: они помогали тем, кто затрудняется.

Упражнение «Клеевой дождик» поначалу дети восприняли скептически, некоторые отказались играть, но, когда игра началась, отказавшиеся с удовольствием начали присоединяться, что говорит о том, что цель данного упражнения достигнута: тревожность была снижена.

Упражнение «Мое взрослое будущее» позволило ученикам неосознанно поработать над своей самооценкой. Рисуя себя в будущем, дети проявили творческие и аналитические способности, а представляя свои рисунки смогли проявить навык самопрезентации.

Рефлексия была направлена на актуализацию нового понятия на прошествии текущих занятий как «эмоции», так как именно им по плану посвящено следующее занятие.

Занятие было завершено ритуалом прощания и в целом прошло успешно.

Занятие 6

Очередное занятие началось с ритуала приветствия-пожелания друг другу хорошего дня. Все дети высказали свои пожелания друг другу.

Упражнение-разминка «Мыльные пузыри» способствовало созданию благоприятного фона, непринужденной атмосферы. Во время его выполнения присутствовали все участники, им было весело и комфортно.

Упражнение «Путешествие в страну эмоций» с элементами сказкотерапии и включающее в себя метод беседы дети восприняли благоприятно и с удовольствием выполняли предложенные нами задания. Все с интересом слушали сказку. От некоторых детей поступило

предложение придумать конец сказки, и остальные приняли его на «ура». Все договорились о таком конце: «Добрые жители королевства пригласили Змея Горыныча на свой праздник, он стал добрым, и все зажили счастливо». Это упражнение было выбрано развития для представления о разных эмоциональных состояниях. Помимо него было выбрано упражнение «Маски», при выполнении которого дети с легкостью определяли, какую эмоцию изображает товарищ, а также учились передавать свои эмоции без слов.

Рефлексия занятия позволила нам определить трудности, с которыми столкнулись ученики при выполнении упражнений.

Занятие закончилось ритуалом прощания и в целом прошло успешно.

Занятие 7

Занятие началось с приветствия, во время которого каждый подходил к товарищу и здоровался с ним.

Упражнение «Рисунок по кругу» позволило снять психофизическое напряжение и настроить детей на благоприятное отношение друг к другу. Все с удовольствием рисовали и дополняли рисунки друг друга.

Во время выполнения упражнения «Прозорливость» школьники столкнулись с проблемами определения общих признаков, чтобы разделить на группы. В связи с этим им была оказана помощь со стороны педагога ивещующего, благодаря чему школьники быстро реабилитировались, и к концу выполнения упражнения с легкостью находили сходства и различия между собой.

Упражнение «Подийум» позволило ученикам актуализировать умение самопрезентации и способствовало развитию поведенческой пластичности. Большая часть школьников поначалу стеснялась выполнять данное упражнение в силу стеснительности, поэтому упражнение начали делать сначала те, которые были уверены в себе, но со временем неуверенные в себе

ребята начали присоединяться, и в конечном итоге все смогли попробовать себя в качестве моделей.

Рефлексия показала, что большинству детей было трудно выполнять упражнение «Подиум», но часть из них до конца справилась с волнением, и по утверждениям детей, с удовольствием отправилась на подиум вслед за остальными.

Занятие закончилось ритуалом прощание, где каждый пожал руку каждому своему товарищу.

В целом, занятие прошло успешно: задачи выполнены.

Занятие 8.

Занятие началось с приветствия и слов ведущего о том, что это последнее занятие. Дети расстроились из-за этого и спрашивали, будут или еще когда-нибудь подобные занятия.

Упражнение «Абстрактная живопись» было направлено на развитие творческих способностей и формирование уверенного поведения. Для детей данный вид рисования оказался новым, и они все с удовольствием выполняли задание.

Упражнение «Молодец!» направлено на развитие уверенного поведения в ситуации самооценки. В связи с тем, что настрой у группы был доброжелательным, дети успешно выполнили данное задание.

Упражнение «Приглашение» направлено на снятие внутреннего напряжения и развитие уверенного поведения. Так как занятие выпало на пятницу, дети с удовольствием принялись приглашать друг друга вместе провести выходной день. При этом они расспрашивали товарищей, кто где живет, чем увлекается.

Рефлексия на последнем занятии проходила дольше остальных, т.к. подводились итоги всей проделанной работы. Дети высказали чувства, эмоции, которые испытали на протяжении всех занятий, а также пожелания

друг другу и мысли о том, кто чему научился.

Занятие закончилось ритуалом прощания. Все дети выбрали свой способ прощания.

Занятие прошло успешно, все поставленные цели были достигнуты.

Таким образом, можно предполагать, что реализованная программа будет способствовать повышению уровня сформированности Я-концепции младших школьников.

2.3. Результаты формирующего эксперимента и их обсуждение

На основании подобранных методик и полученных результатов проведенного констатирующего эксперимента мы провели формирующий эксперимент с целью выявить качественные изменения в структуре Я-концепции экспериментальной и контрольной групп младших школьников.

Анализ результатов теста М. Куна и Т. Макпартленда в модификации Т.В. Румянцевой «Кто Я?»

После формирующего эксперимента мы наблюдаем изменения в структуре представлений младших школьников о себе

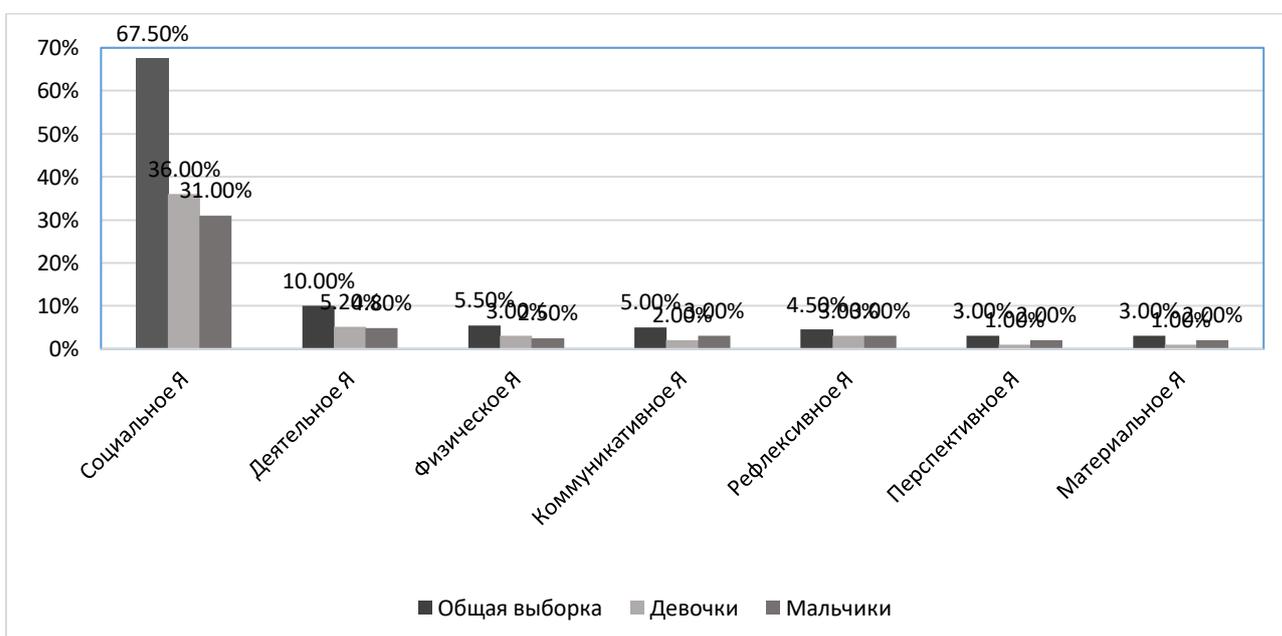


Рисунок 17. Распределение суждений учащихся экспериментального класса по категориям «Я» (по Т.В. Румянцевой)

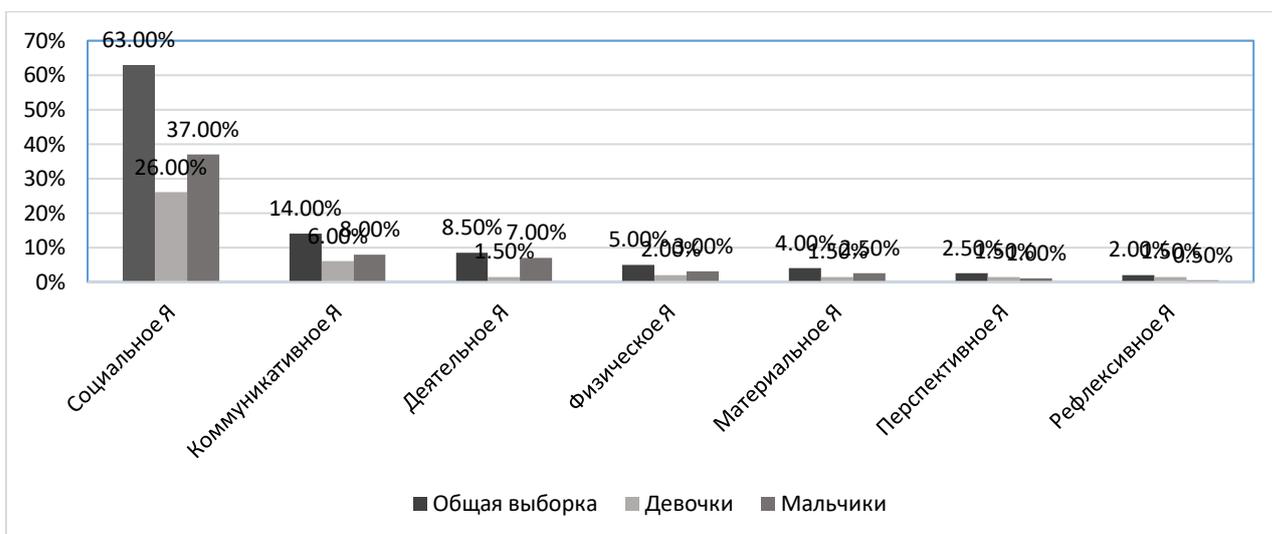


Рисунок 18. Распределение суждений учащихся контрольного класса по категориям «Я» (по Т.В. Румянцевой)

По данным рисунков 17 и 18, категория «Социальное Я» является преобладающей по шкале идентичности. К ней можно отнести 152 ответа в 3 «Б» классе и 119 в 3 «Г», что составляет 67,5% и 63% от общего числа высказываний соответственно. Девочки в 3 «Б» классе дали наибольшее количество ответов (82), которые можно отнести к этой категории. В их выражениях в большей степени преобладает учебная профессионально-ролевая позиция, семейная принадлежность, прямое обозначение пола и групповая принадлежность. Например: «ученица», «девочка», «сестра», «внучка», «племянница», «подружка». Мальчики дали 70 ответов, относящихся к категории «Социальное Я», что составляет 37% от общего числа высказываний. В их ответах в большей степени преобладают профессионально-ролевая позиция и прямое обозначение пола. В числе ответов такие, как: «мальчик», «сын», «брат», «люблю маму». Так же у мальчиков встретилась такая категория, как этническо-региональная идентичность. Например, «гражданин», «россиянин», «житель Ачинска».

Следующей по числу ответов в 3 «Б» классе является категория

«Деятельное Я» (10% суждений). Разнообразие характеристик, относящихся к «Деятельному Я», у девочек и мальчиков представлено одинаково. Стоит отметить, что эта характеристика в 3 «Г» классе выражена в меньшей степени в общей сложности (8,5% суждений), а количество ответов у мальчиков больше, чем у девочек (7% и 1,5% соответственно), что говорит о более широком спектре увлечений у мальчиков, чем у девочек. Чаще всего были даны ответы в следующих формулировках: «хочу водить машину», «водитель», «будущий летчик», «модель».

Коммуникативная компетентность непосредственно связана с особенностями выполняемых человеком социальных ролей. Такая характеристика, как «Коммуникативное Я», более выражена в ответах учеников 3 «Г» класса, чем 3 «Б» (14% и 5% соответственно). Это говорит нам о более широком круге общения в разных сферах жизни учеников 3 «Г» класса.

Следующая категория когнитивного компонента Я-концепции – «Физическое Я». Ответы учеников распределены равномерно в обоих классах (5% суждений). Из полученных результатов мы можем наблюдать гендерные различия в представлениях детей о физической составляющей их личности: внимание девочек акцентируется на внешних данных («я модная», «красивая», «голубые глаза»), у мальчиков – на их физических способностях («я сильный», «активный»).

«Материальное Я» (3% суждений в 3 «Б» и 4% в 3 «Г» классах) включает отношение к материальным благам жизни. Среди ответов девочек и мальчиков обеих групп нет ярко выраженных различий: отсутствует значимое разграничение как в описании личных вещей, так и одежды. В школе введена специальная форма одежды, а большинство детей обеих групп из полных благополучных семей, что способствует уравниванию показателей.

Следующая характеристика – «Рефлексивное Я» – включает в себя 4,5% ответов учеников 3 «Б» класса и 2% 3 «Г». Малое количество суждений свидетельствует о малом уровне развитости данного компонента

когнитивного составляющего личности младших школьников.

Категория «Перспективное Я» выражена наименьшим количеством ответов и двумя показателями: семейная перспектива и профессиональная. В большинстве ответов было выявлено определяющее слово «будущий/будущая», что позволяет сделать вывод о том, что младшие школьники начинают задумываться о своем будущем с тех позиций, с которыми знакомятся через свое «взрослое» окружение. В ответах представлены такие формулировки, как: «будущая жена», «будущий отец», «будущий летчик», «хочу быть художником».

В процессе анализа данных проведенной методики «Кто Я?» нами был выявлен один самостоятельный показатель, не вписывающийся в выделенные нами характеристики для анализа: переживаемое состояние в момент работы над заданием («хочу есть», «весело», «хочу домой»).

Таким образом, можно сделать вывод о достаточно сформированной когнитивной составляющей личности младшего школьника. Большое количество представленных характеристик (413) различных категорий Я указывает на умение учеников 3 «Б» и 3 «Г» классов понимать и разделять сферы своей жизни, а также умение адекватно представлять себя в них. В общей сложности, мальчики и девочки дали разное количество характеристик: мальчики – 216, девочки – 194, что объясняется возрастными и гендерными особенностями: уровень представления себя в окружающем мире у мальчиков выше, чем у девочек. Также наблюдается высокая степень согласованности образа Я у учащихся обоих классов, т.е., среди ответов школьников отсутствуют противоречивые высказывания.

Подводя итог анализа представленных данных по проведенной методике, можно сказать, что когнитивный компонент Я-концепции младших школьников сформирован на высоком уровне, что позволяет судить о достаточно полноценном развитии личности учащихся в целом в соответствии с их возрастными показателями. Результаты теста «Кто Я?» представлены в Приложении А, в таблицах 9, 10.

При сравнении данных результатов с результатами констатирующего эксперимента видно, что количество ответов учащихся 3 «Б» класса по пункту «Социальное Я» возросло в два раза (от 33% до 67,5%). Количество ответов к характеристике «Коммуникативное Я» возросло с 2,4% до 5%. Количество ответов по пункту «Перспективное Я» возросло с 0% до 3% (1% составляют мальчики, 2% – девочки), что говорит о довольно прогрессирующем представлении школьников о себе в целом, т.к. умение представлять свое будущее играет важную роль в становлении личности. Количество ответов по характеристике «Материальное Я» также возросло с 0,6% до 3%, среди них количество девочек возросло с 0,6% до 1%, мальчиков – с 0% до 2%, что может свидетельствовать о более глубоком представлении о материальных ценностях среди младших школьников.

При сравнении результатов методики в 3 «Г» классе мы видим, что количество ответов по показателю «Социальное Я» возросло практически в два раза (с 36% до 63%). Среди мальчиков и девочек количество ответов также возросло: у девочек – с 23% до 26%, у мальчиков наблюдается более высокий показатель: с 13% до 37%, что говорит о возросшей степени социализации младших школьников. По следующей характеристике – «Коммуникативное Я» – количество ответов школьников также возросло с 3% до 14%, среди девочек – с 2,5% до 6%, среди мальчиков – с 0,5% до 8%, что свидетельствует также о возросшей степени способности школьников к коммуникации. На 3,5% возросло количество ответов школьников по характеристике «Материальное Я». У девочек показатель возрос с 0% до 1,5%, у мальчиков – с 0,5% до 2,5%. Это говорит о возрастании материальной значимости вещей для детей. Характеристика «Перспективное Я» увеличилась с 1% до 2,5%, среди девочек – с 0% до 1,5%, у мальчиков показатель остался прежним – 1%. Вероятно, девочки 3 «Г» класса более склонны думать о будущем.

В целом при сравнении результатов теста М. Куна и Т. Макпартленда в модификации Т.В. Румянцевой «Кто Я?» мы наблюдаем тенденцию на

увеличение ответов по большинству выделенных нами характеристик, что позволяет положительно судить о результатах проведенного формирующего эксперимента.

Анализ результатов методики В.Г. Щур «Лесенка»

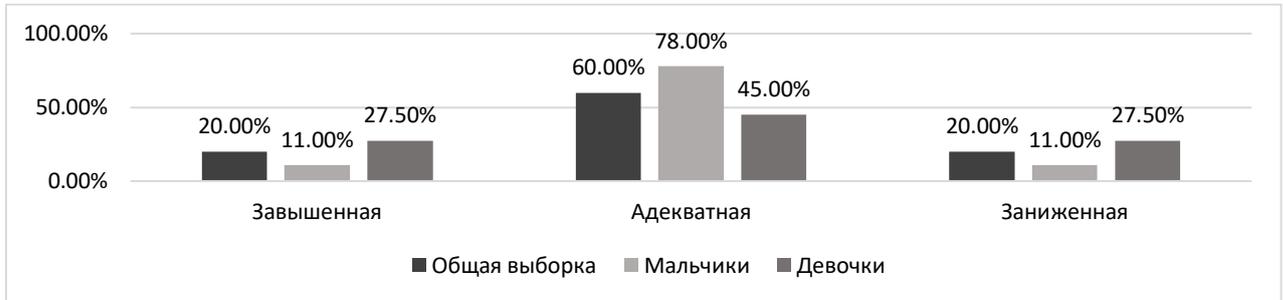


Рисунок 19. Распределение учащихся экспериментального класса по уровням личной самооценки (в %)

Из рисунка 19 мы наблюдаем, что большая часть учащихся имеет адекватную самооценку (60%). У мальчиков адекватная самооценка встречается чаще (78%), чем у девочек (45%). Адекватная личностная самооценка – оценка своих качеств, соответствующая реальным фактам, не завышающая и не занижающая собственных способностей и особенностей. Завышенная самооценка наблюдается у 20% школьников, из которых мальчики составляют 11%, а девочки – 27,5%. Индивидам с таким типом самооценки присуще переоценивание собственного потенциала, что может оказать как положительно, так и отрицательное воздействие на личность человека. Положительное влияние проявляется в выражении уверенности в себе, к отрицательному можно отнести повышенный эгоизм. Количество младших школьников с заниженной самооценкой совпадает с количеством детей, которым присуща завышенная самооценка как в общей выборке, так и по гендерному признаку. Заниженная самооценка может проявляться в любом возрасте, но ее зачатки формируются в большей степени родителями в детстве. К основным признакам такой самооценки относятся трусость,

опасение показаться смешным, а также чрезмерная обидчивость.

Стоит отметить, что разные типы самооценки у девочек в среднем находится на одинаковом уровне, в то время, как разброс результатов в процентном содержании среди мальчиков колеблется от 11% до 78%, что говорит о неоднозначности их умения адекватно оценивать себя.

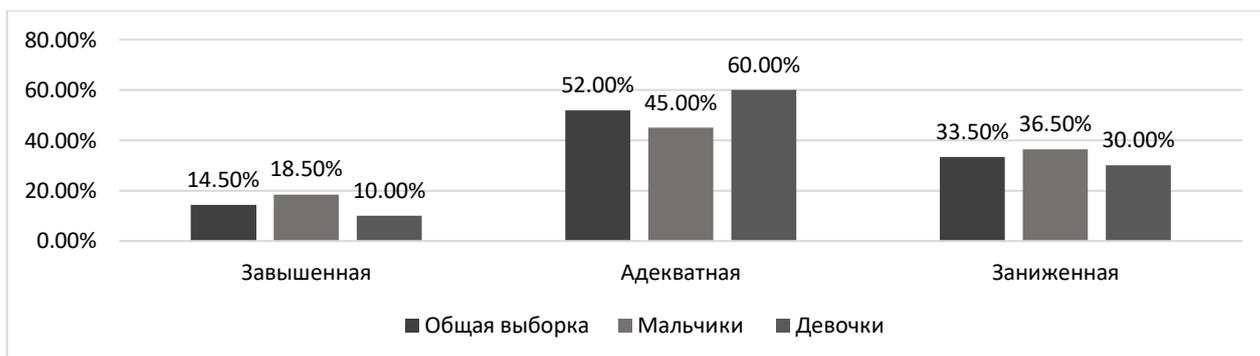


Рисунок 20. Распределение учащихся контрольного класса по уровням личной самооценки (в %)

При рассмотрении рисунка 20 видно, что уровень адекватной самооценки учеников 3 «Б» класса превышает остальные (52%), следующим идет показатель заниженной самооценки (35,5%), далее – завышенной (14,5%). Среди детей с преобладанием адекватной самооценки преобладают девочки (60%) в сравнении с мальчиками (45%), что идет в противовес результатам проведенной методики в 3 «Б» классе. Количество детей в процентном содержании, имеющих завышенную самооценку, по гендерному признаку также разнится: мальчики составляют 18,5%, девочки – 10%. Стоит отметить, что больший показатель имеет заниженная самооценка детей данной группы: мальчики составляют 36,5%, девочки – 30%. Отсюда можно сделать вывод, что среди младших школьников есть дети, мыслящие стереотипно и оценивающие себя так, как принято в обществе, и дети, чье восприятие расходится с общепринятыми данными.

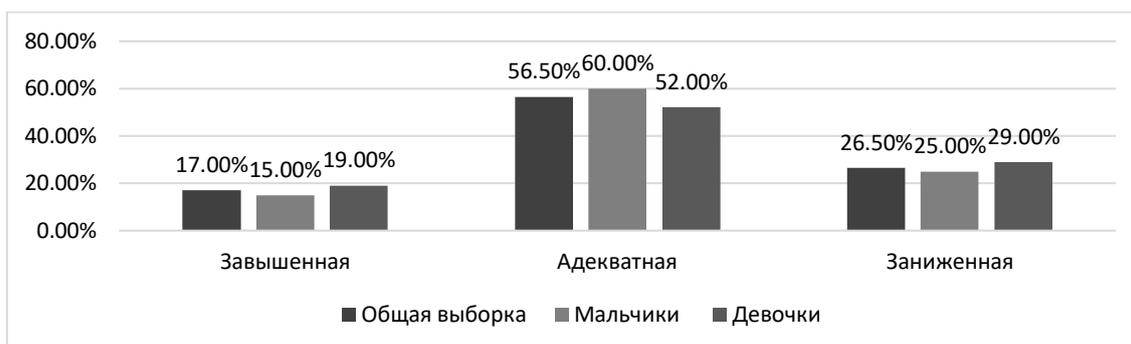


Рисунок 21. Распределение учащихся по уровням самооценки личностных качеств (в %)

Подводя итог, можно сделать вывод о том, что в обеих исследуемых группах детей преобладает адекватная их самооценка (56,5%) как среди мальчиков (60%), так и среди девочек (52%). Результаты методики «Лесенка» представлены в Приложении А, в таблицах 11, 12.

При сравнении результатов методики в «Б» классе видно, что процент детей с адекватной самооценкой возрос с 50% до 60%, среди них количество девочек не изменилось – 45%, а количество мальчиков возросло с 56% до 78%. Показатель завышенной самооценки имеет тенденцию на снижение: с 30% до 20%. По показателю завышенной самооценки количество девочек снизилось с 45% до 27,5%, а количество мальчиков не изменилось: 11%. Заниженной самооценкой обладает 20% детей – показатель не изменился, но количество девочек возросло с 10% до 27,5%, однако количество мальчиков снизилось с 33% до 11%.

Сравнивая результаты методики в «Г» классе, мы видим, что процент адекватной самооценки возрос с 35% до 52%; количество девочек возросло с 48% до 60%, а мальчиков – с 30% до 45%. Заниженная самооценка наблюдается у 14,5% детей по сравнению с годом ранее (28%). Среди мальчиков и девочек также наблюдается тенденция на понижение процента: с 40% до 18,5% снизилось количество мальчиков с завышенной самооценкой, с 21% до 10% снизилось количество девочек. Количество детей с заниженной самооценкой снизилось с 37% до 33,5%. Количество мальчиков снизилось с

40% до 36,5%, девочек – с 31% до 30%.

В целом, рассматривая полученные результаты по данной методике, можно сделать вывод о том, что после проведенного формирующего эксперимента количество детей с адекватной личностной самооценкой возросло по сравнению с результатами констатирующего эксперимента, а значит, эксперимент удался.

Анализ результатов методики А.И. Липкиной «Три оценки»

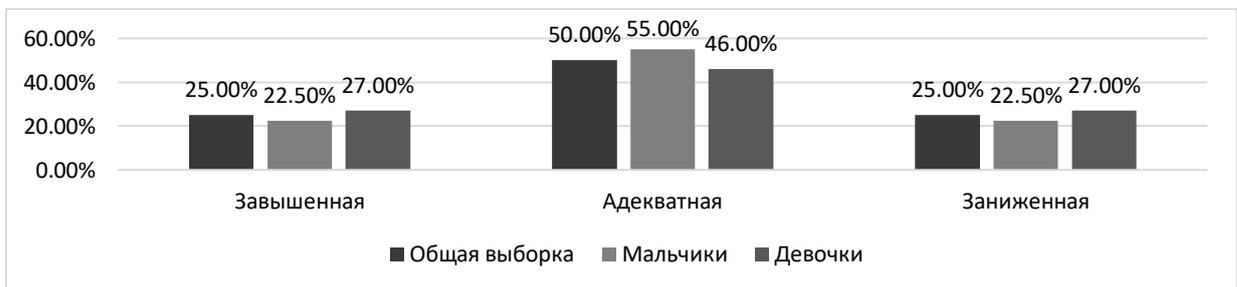


Рисунок 22. Распределение учащихся экспериментального класса по уровням учебной самооценки (в %)

Рисунок 22 иллюстрирует уровни учебной самооценки учеников 3 «Б» класса, среди которых преобладает адекватный (50%) как в общей выборке, так и по гендерному признаку (мальчики – 55%, девочки – 46%). Количество детей, имеющих завышенную и заниженную самооценку, распределилось одинаково (25%). Среди учебной самооценки мальчиков и девочек разницы тоже нет: по обеим характеристикам количество детей одинаково (22,5% мальчиков и 27% девочек). Преобладание количества детей с адекватной самооценкой своей учебной деятельностью свидетельствует о высокой развитости осознания своих интеллектуальных способностей. У детей с завышенной учебной самооценкой наблюдается чрезмерная активность на занятиях и стремление к достижению лучшего результата. Заниженная самооценка характеризует учеников следующим образом: выбирают более легкие задания, почти не проявляют активности на уроках в силу боязни дать неверный ответ, им также присуща излишняя самокритичность.

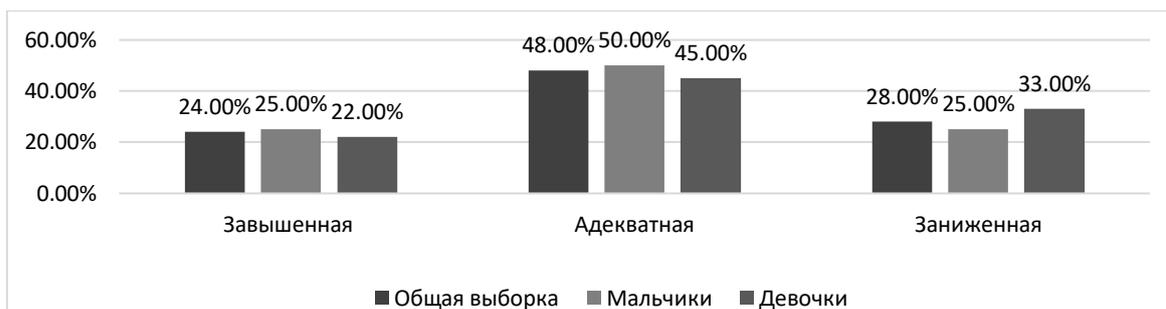


Рисунок 23. Распределение учащихся контрольного класса по уровням учебной самооценки (в %)

На рисунке 23 мы наблюдаем, что в 3 «Г» классе, как и в 3 «Б», преобладает количество учеников с адекватной учебной самооценкой (48%), среди них 50% мальчиков и 45% девочек. Завышенный уровень присущ 24% детей класса, из которых 25% – мальчики, 22% – девочки, а заниженный уровень характеризует 28% детей в целом, 25% мальчиков и 33% девочек.

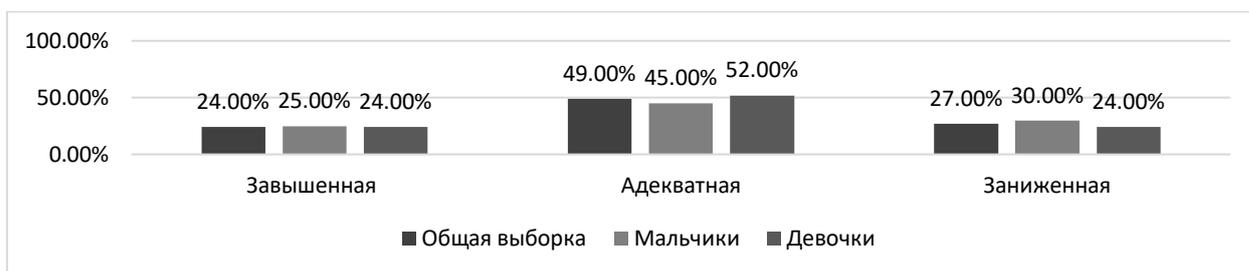


Рисунок 24. Распределение учащихся по уровням учебной самооценки (в %)

Таким образом, опираясь на рисунок 24, можно сделать вывод о высоком уровне способности школьников оценивать свою учебную деятельность, о чем свидетельствует высокий показатель адекватной самооценки – 49%, из числа которых мальчики составляют 45%, а девочки – 52%. Это говорит о большей включенности девочек в учебную деятельность. Завышенную самооценку имеют дети в количестве 24%, из которых 25% – мальчики, 24 – девочки. Заниженная учебная самооценка наблюдается у 27% учащихся, среди них 30% мальчиков и 33% девочек.

При сравнении результатов мы видим, что процент детей с адекватной учебной самооценкой возрос с 35% до 50%. Количество мальчиков возросло

с 46% до 55%, девочек – с 27% до 46%. Завышенной самооценкой после второго эксперимента обладает 25% детей, что меньше на 10% по сравнению с результатами до эксперимента. Количество мальчиков снизилось с 26% до 22,5%, девочек – с 36% до 27%. Количество младших школьников с заниженной самооценкой также снизилось (с 30% до 25%). Количество мальчиков и девочек, имеющих заниженную самооценку, также сократилось: с 28% до 22,5% показатель снизился среди мальчиков, и с 37% до 27% – среди девочек параллели «Б».

Сравнивая результаты методики «Три оценки» в 3«Г», видно, что адекватной учебной самооценкой обладало сначала 40% детей, а после проведения формирующего эксперимента – 48%. Количество детей с завышенной самооценкой снизилось с 44% до 24%. Общее число детей с заниженной самооценкой возросло с 16% до 28%. Вероятно, это связано с тем, что незадолго до проведения эксперимента школьники писали контрольную работу по одному из предметов, что ситуативно негативно повлияло на их учебную самооценку, и, преимущественно, это девочки. Это может свидетельствовать о том, что девочки более подвержены ситуативным переменам самооценки из-за возникающих трудностей в той или иной сфере жизни.

В целом, сравнение результатов методики «Три оценки» показали неплохой результат.

Анализ результатов карты наблюдения за поведением младших школьников

В ходе работы с детьми мы организовали наблюдение за их поведением в учебное и внеучебное время (перемены) и выявили основные его аспекты. Карты наблюдений за обоими классами представлены в Приложении А в таблицах 15 – 16.

При наблюдении мы выявили такие уровни поведения, как: уверенное,

неуверенное, сверхуверенное.

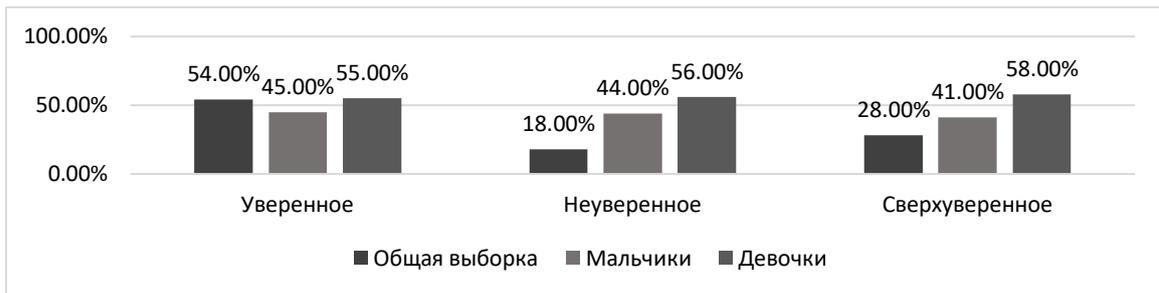


Рисунок 25. Распределение учащихся экспериментального класса по видам поведения (в %)

Большинство учеников 3 «Б» класса имеет уверенное поведение (54%), среди них мальчики составляют 24%, а девочки – 29%. Неуверенное поведение присуще 18% детей данной группы, из которых мальчики составляют 8%, а девочки 10%. Такую характеристику поведения, как сверхуверенное, демонстрируют 28% учащихся 3 «Б» класса. В данном случае, наоборот, количество мальчиков (11%) несколько превышает количество девочек (16%), и это подтверждает факт о том, что девочки обладают более высоким уровнем контроля своего поведения как в учебной, так и во внеучебной деятельности.

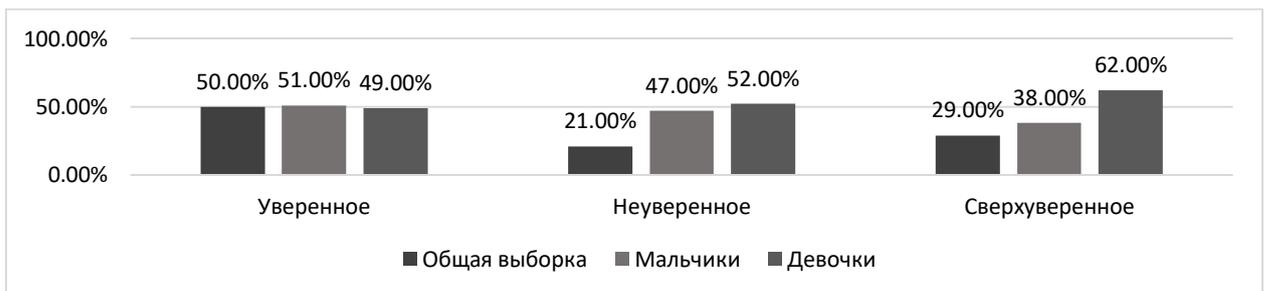


Рисунок 26. Распределение учащихся контрольного класса по видам поведения (в %)

Уверенным поведением обладает 50% младших школьников, когда как неуверенным – 21%, а сверхуверенным – 29%. Уверенных мальчиков и девочек примерно поровну (51% и 49% соответственно), как и в ситуации с неуверенным поведением (47% и 52% соответственно). Сверхуверенное

поведение чаще встречается у девочек (62% и 38% соответственно).

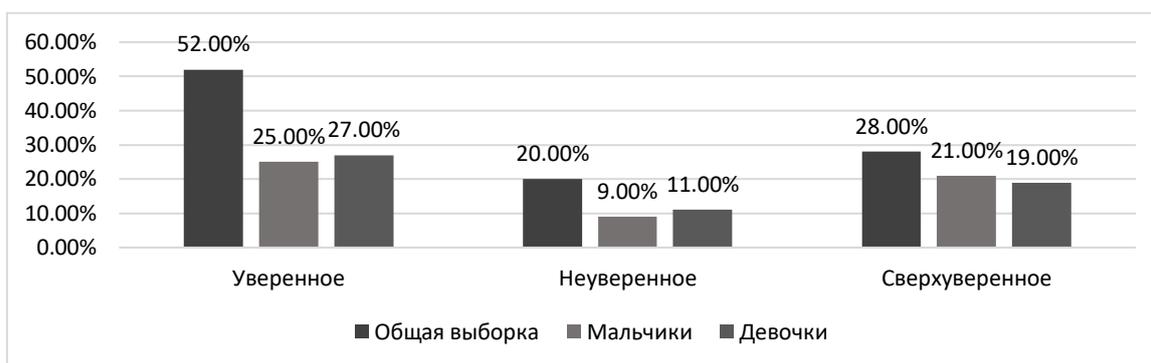


Рисунок 27. Распределение учащихся по видам поведения (в %)

Наибольшее количество детей (52%) имеет уверенное поведение, количество девочек (27%) и мальчиков (25%) одинаково. Неуверенное поведение отмечено у 20% детей, из них мальчики составляют 9%, а девочки – 11%, сверхуверенное поведение встречается у 28% (мальчиков – 21%, а девочек – 31%).

При анализе типов поведения младших школьников мы выявили следующие характеристики. Детям с уверенным поведением характерно конкретное представление своих учебных и внеучебных целей (получить хорошую отметку на уроке и планирование своей деятельности на перемене), а также ориентирование на преодоление препятствий, которые могут возникнуть на пути к выявленной цели. Их же характеризует такая черта, как направление на построение конструктивных отношений с окружающими людьми: движение по направлению в их сторону, а не наоборот, замыкание в себе.

Неуверенное поведение у младших школьников выражается в стремлении к сотрудничеству, но вместе с тем их движение в эту сторону не наблюдается: это дает понять скованность в движениях, избегание зрительного контакта, отказ в принятии участия в совместной деятельности.

Сверхуверенное поведение характеризует учеников 3 «Б» и 3 «Г» классов как излишне навязчивыми как в учебной сфере жизни, так и во

внеучебной: на уроках дети часто отвечают «невпопад», не дожидаясь, пока их спросят. Во время взаимодействия с другими детьми на переменах сверхуверенные проявляют инициативу в соревновательных видах игр.

При сравнении уровней поведения школьников 3 «Б», можно сделать вывод о том, что количество детей, обладающих уверенным поведением, увеличилось на 10% (с 44% до 54%). Неуверенным поведением теперь обладает 18% школьников, в отличие от результатов до формирующего эксперимента (28%). Сверхуверенное поведение характеризует 28% школьников – этот параметр не изменился.

Сравнивая результаты наблюдения за поведением младших школьников параллели «Г», мы видим, что количество детей с уверенным поведением возросло с 35% до 50%, количество младших школьников, обладающих неуверенным поведением, сократилось на 14%, состав учащихся, обладающих сверхуверенным поведением в данной группе, снизился на 2%.

В целом, сравнивая общие показатели результатов наблюдения за поведением, мы можем сделать вывод о том, что задания разработанной программы, направленные на корректировку уровней поведения младших школьников до «уверенного», были выбраны удачно, т.к. мы достигли положительных результатов.

Итоговые результаты изучения уровня сформированности Я-концепции младших школьников

Опираясь на выделенные критерии и уровни сформированности Я-концепции, мы определили уровни сформированности Я-концепции у учащихся экспериментального и контрольного классов.

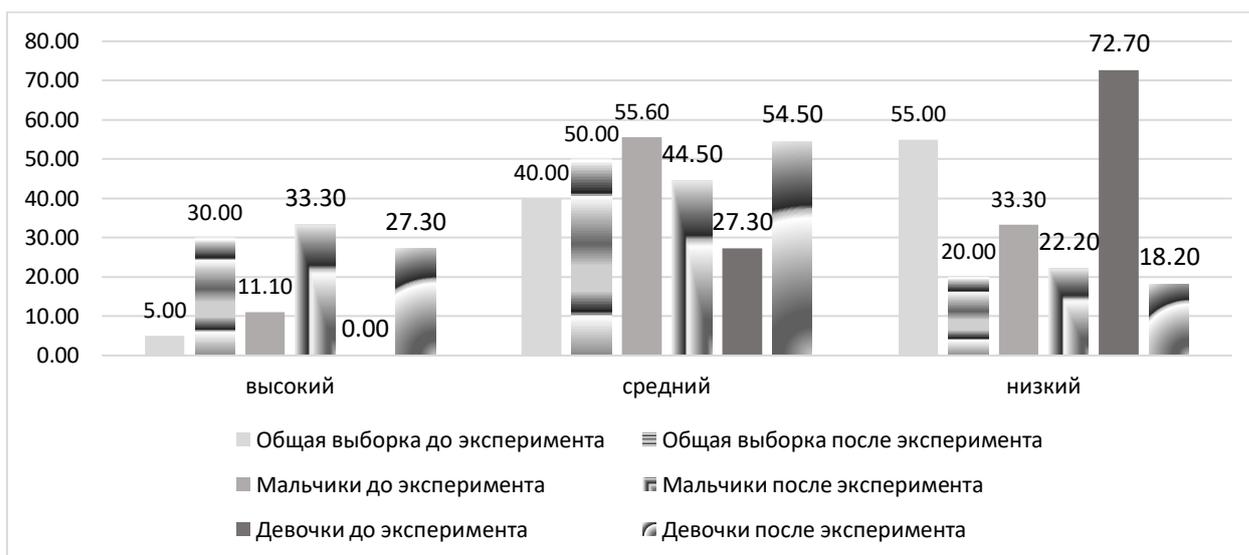


Рисунок 28. Итоговый уровень сформированности Я-концепции у учащихся экспериментального класса до и после формирующего эксперимента (распределение в %)

После проведения формирующего эксперимента в экспериментальном классе произошли следующие изменения. Количество школьников с высоким уровнем сформированности Я-концепции возросло с 5% до 30%, со средним – с 40% до 50%, с низким – уменьшилось с 55% до 20%. Это говорит о том, что в целом в экспериментальном классе у детей наблюдается положительная тенденция. Рассмотрим полученные результаты у мальчиков и девочек. Количество мальчиков с высоким уровнем сформированности Я-концепции возросло с 11,1% до 33,3%, со средним уменьшилось с 55,6% до 44,5%, с низким уменьшилось с 33,3% до 22,2%. Число девочек, обладающих высоким уровнем Я-концепции увеличилось с 0% до 27,3%, со средним – с 27,3 до 54,5, с низким сократилось с 72,7% до 18,2%. Выше перечисленное позволяет сделать вывод, что среди мальчиков и девочек наблюдается положительная тенденция в сторону повышения уровня сформированности Я-концепции. Резкий скачок по шкале высокого уровня наблюдается у девочек, по сравнению с мальчиками этой же группы. Однако со средним уровнем сформированности Я-концепции детей больше – количество

мальчиков сократилось, а девочек – возросло, – что свидетельствует о том, что более выражен у младших школьников средний уровень. Количество мальчиков и девочек с низким уровнем по всем компонентам Я-концепции снизилось, что еще раз подтверждает то, что тенденция формирования Я-концепции у данной группы детей положительна.

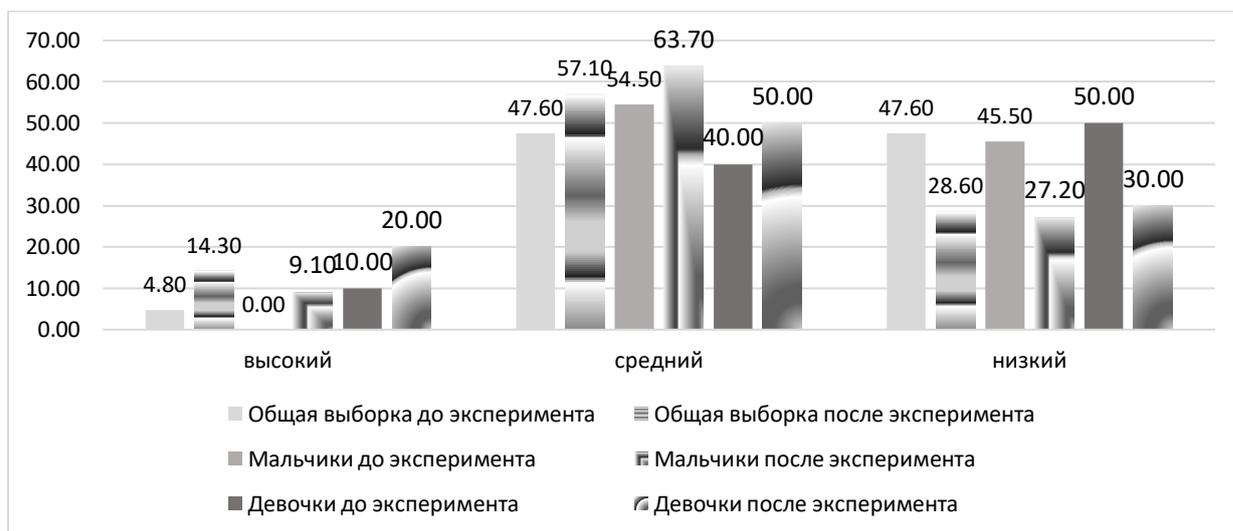


Рисунок 29. Итоговый уровень сформированности Я-концепции у учащихся контрольного класса до и после формирующего эксперимента (распределение в %)

В контрольном классе мы наблюдаем следующие изменения. По общей выборке возрос процент детей с высоким уровнем сформированности Я-концепции с 4,8% до 14,3%, со средним – с 47,6% до 57,1%, а с низким снизился с 47,6% до 28,6%. Количество мальчиков с высоким уровнем возросло с 0% до 9,1%, а девочек – в два раза: с 10% до 20%. Средний уровень преобладает у мальчиков, по результатам второго среза их 63,7% (было 54,5%), количество девочек тоже возросло: с 40% до 50%. Число мальчиков, обладающих низким уровнем сформированности Я-концепции, уменьшилось с 45,5% до 27,2%, а девочек – с 50% до 30%. Т.е. мы наблюдаем естественную возрастную динамику, но не столь значительную, как при специально организованной работе.

В целом результаты исследования свидетельствуют о повышении уровня сформированности Я-концепции в экспериментальном классе и подтверждают эффективность предложенной нами программы.

Для статистической проверки различий между уровнем сформированности Я-концепции у младших школьников после формирующего эксперимента был применен U-критерий Манна-Уитни (см. Приложение Г).

Выявлены достоверные различия между уровнем сформированности Я-концепции экспериментальной и контрольной групп после проведения формирующего эксперимента на 95% уровне значимости. Таким образом, различия между уровнями развития позитивной Я-концепции у младших школьников в экспериментальной и контрольной группах являются статистически значимыми.

Таким образом, мы экспериментально подтвердили, что проведение групповых занятий с использованием приемов сказкотерапии, арт-терапии, психологических техник и упражнений с детьми является эффективным средством повышения уровня сформированности Я-концепции младших школьников, что подтверждает гипотезу нашего исследования.

Выводы по Главе 2

Анализ результатов экспериментального исследования позволяет сделать следующие выводы:

1. Для большинства детей младшего школьного возраста характерен низкий уровень развития Я-концепции (55%). По когнитивной составляющей этот уровень развития Я-концепции отличается незначительным числом высказываний, раскрывающих представление о себе, низким уровнем способности рефлексировать, а также слабой дифференцированностью образа Я, представленного отдельными категориями; по эмоционально-оценочному критерию школьникам с низким уровнем развития Я-концепции присуща преимущественно неадекватная самооценка (завышенная или заниженная) и обоснование ее эмоциональными предпочтениями (хочется), отсутствие подтверждения самооценки реальными фактами, неглубокое содержание самооценочных суждений; по поведенческому компоненту Я-концепции – агрессивным поведением школьников, попытками доминирования или достижения цели в ущерб другим людям, удовлетворение своих потребностей за счет взаимоотношений с людьми, а также неуверенным поведением, отказом от собственных желаний с целью помочь кому-либо, игнорированием своих потребностей.

2. Средний уровень развития Я-концепции отмечается у 40% младших школьников. Для детей с таким уровнем развития Я-концепции по когнитивному критерию характерна недостаточная развитость рефлексии и незначительность дифференциации образа Я; по эмоционально-оценочному критерию характерны непоследовательность проявления реалистичных самооценок, при обосновании ребенком своей самооценки ориентация на мнение окружающих, а также наличие самооценочных суждений сравнительно узкого содержания. По поведенческому аспекту Я-концепции средний уровень может быть представлен в основном уверенным

поведением, но при этом возможны ситуативные проявления сверхуверенного или неуверенного поведения в субъективно сложных ситуациях.

3. Высокий уровень развития Я-концепции отмечается только у 5% младших школьников. Для детей с высоким уровнем сформированности Я-концепции характерно следующее: на когнитивном уровне это высокая дифференцированность образа Я, представленного отдельными категориями (социальное Я, коммуникативное Я, физическое Я и т.д.), а также высокая степень рефлексии; на эмоционально-оценочном уровне – реалистичная самооценка: ребенок при обосновании ее опирается на знание своих особенностей, обобщение ситуаций, в которых реализуются оцениваемые качества, а также глубокое и разностороннее содержание оценочных суждений; на уровне поведения – уверенное поведение, выражение себя и удовлетворение собственных потребностей, доброжелательное отношение к окружающим.

4. Уровень сформированности Я-концепции мальчиков выше, чем у девочек, так как у мальчиков более высоко сформированы отдельные компоненты их личности: дифференциация понятий о себе у них раскрыта больше, поведение преобладает уверенное, а самооценка адекватная. Это может быть связано установками, которые заложены в воспитании мальчиков, например, ориентация на мужскую рациональность. Девочек же воспитывают как самых красивых, скромных и умных. Отсюда и завышенная/заниженная самооценка, и низкая дифференциация понятий о себе, и свехуверенное/неуверенное поведение.

5. Анализ результатов контрольного среза показал, что после проведения формирующего эксперимента в экспериментальной группе детей произошли значительные изменения в уровнях сформированности Я-концепции и всех ее компонентов. Число детей с высоким уровнем возросло с 5% до 30%, со средним – возросло с 40% до 50%, с низким – сократилось с 55% до 20%.

6. На основе анализа полученных в ходе формирующего эксперимента данных, мы можем заключить, что:

- высокие показатели развитости когнитивного компонента Я-концепции младших школьников свидетельствуют о росте осознания детьми себя такими, какие они есть, окружающих их сверстников и взрослых; о появлении разноплановости суждений о себе, что способствует их успешной социальной адаптации;

- дети с адекватной учебной самооценкой положительно относятся к исправлениям учителя и к получаемым отметкам;

- дети с адекватной личностной самооценкой способны к адекватному восприятию себя в определенных ситуациях и окружающей среды;

- учащиеся, обладающие уверенным поведением, способны предвидеть действия окружающих и тем самым улаживать назревающие конфликты, а также предрасположены к проявлению тех или иных лидерских качеств, которые положительно сказываются на коллективной работе детей.

7. В контрольной группе также произошли изменения. Число детей с высоким уровнем сформированности Я-концепции возросло с 4,8% до 14,3%, показатели среднего уровня возросли с 47,6% до 57,1%, количество детей с низким уровнем сократилось с 47,6% до 28,6%, что соответствует тенденциям естественного развития.

8. Между экспериментальной и контрольной группами выявлены различия в уровнях сформированности Я-концепции после формирующего эксперимента на 95% уровне достоверности.

9. Опираясь на полученные результаты, можно заключить, что внедренная нами программа групповых занятий с использованием психологических игр и упражнений является эффективным средством повышения уровня развития Я-концепции у младших школьников, что подтверждает выдвинутую нами гипотезу.

Заключение

В настоящее время в психолого-педагогической практике происходит рост интереса к феномену Я-концепции – продукту процесса самосознания, от которого зависит выражение личностной активности человека, т.е., его взаимодействие с окружающим миром.

Социальная ситуация развития современных младших школьников претерпела изменения, что делает задачу изучения сформированности Я-концепции в границах возраста и разработки мер по ее адекватному формированию весьма актуальной.

В ходе теоретического анализа литературы нами были изучены различные теоретические аспекты проблемы: подходы к пониманию «Я-концепции», составляющие аспекты Я-концепции: когнитивный, эмоционально-оценочный и поведенческий, психологические особенности Я-концепции в младшем школьном возрасте.

Для проведения экспериментального исследования был подобран диагностический комплекс методик, позволяющий определить степень выраженности каждого компонента Я-концепции и общий уровень сформированности Я-концепции детей.

В ходе исследования было выявлено, что степени сформированности компонентов Я-концепции разнятся у мальчиков и у девочек, что обусловлено стереотипностью мышления младших школьников, общественным мнением: мальчики более критично оценивают себя, чем девочки, однако девочки более скованны в действиях, чем мальчики.

В ходе проведенного исследования была подтверждена актуальность темы. Для того, чтобы более качественно организовать образовательный процесс, учителю начальных классов необходимо иметь представление о Я-концепции младших школьников. Это поможет ему подобрать те методы обучения и воспитания, которые наиболее подойдут детям.

Полученные результаты легли в основу формирующего эксперимента,

направленного на комплексное развитие различных сфер Я-концепции: когнитивной, эмоциональной и поведенческой. Нами предложена система групповых занятия на основе игровых приемов и элементов сказкотерапии. В разработанной программе представлены групповые занятия с использованием психологических игр и упражнений, направленные на стимуляцию и активизацию компонентов Я-концепции.

Результаты эксперимента показали, что программа, разработанная на основе комплекса групповых развивающих занятий, в которых основными приемами являются игры и психологические упражнения, является эффективной в формировании всех компонентов Я-концепции. Статистическая проверка различий в экспериментальной и контрольной группах позволила подтвердить выдвинутую гипотезу.

Анализ работы позволяет оценить ее теоретическую и практическую значимость.

Теоретическая значимость заключается в изучении особенностей развития сфер Я-концепции младших школьников, а также анализе приемов и средств, способствующих, комплексному формированию ее компонентов.

Практическая значимость работы заключается в составлении и апробации программы групповых занятий, основанной на приеме психологических игр и упражнений, возможности использования ее результатов в практике преподавания в начальной школе. Кроме того, разработанные материалы исследования могут быть использованы практическими психологами и педагогами при работе над повышением уровня сформированности Я-концепции младших школьников, а также родителями и студентами, интересующимися данной темой.

Список используемых источников

1. Алберти Р., Эммонс М. Самоутверждающее поведение. СПб.: Гуманитарное агентство «Академический проспект», 1998. 151 с.
2. Абрамова Г.С. Введение в практическую психологию. Екатеринбург: «Деловая книга», Москва: Издательский центр «Академия», 1995. 370 с.
3. Абрамова Г.С. Возрастная психология. М.: Академический проект: Альма Матер, 2005. 672 с.
4. Аверин В.А. Психология детей и подростков. Учеб. пособие. 2-е изд., перераб., СПб: изд-во Михайлова В.А., 1998. 379 с.
5. Агафонова И.Н. Программа «Уроки общения для детей 6-10 лет «Я и мы». СПб, 2003. 45 с.
6. Асеев В.Г. Мотивация поведения и формирования личности. М.; «Мысль», 2000. 158 с.
7. Алиева М.А. и др. Я сам строю свою жизнь. СПб., 2000. 216 с.
8. Бернс Э. Р. Развитие Я-Концепции и воспитание / Э. Р. Бернс. М.: Прогресс, 1986. 366 с.
9. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте (психологическое исследование). М., Просвещение, 2001. 399 с.
10. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте. М.: Просвещение, 1968, 464 с.
11. Божович Л.И. Проблемы формирования личности / Под ред. Д.И. Фельдштейна. М., 2002. 350 с.
12. Большой психологический словарь/ Сост и общ. ред. Б. Мешеряков, В. Зинченко. СПб: ЕВРОЗНАК, 2004. 860 с.
13. Боцманова М.Э. Захарова А.В. Самооценка как фактор нравственной саморегуляции в младшем школьном возрасте. Нов. исследования в психологии. М. Педагогика, №2, 1998.
14. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. М.: Прогресс, 1986 г.

ч. 2/3.

15. Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве. Пособие для студентов и педагогов. М.: Педагогика, 1990. 36 с.

16. Важничая Л.В. Тренинг «Уверенность в себе» для младших школьников [Электронный ресурс]//: URL: <https://kopilkaurokov.ru/psihologu/uroki/trieningh-uvieriennost-v-siebie-dlia-mladshikh-shkol-nikov>

17. Варианты завершения тренингового дня [Электронный ресурс]//: URL: <http://azps.ru/training/razminka/proshchanie.html>

18. Витушкина Э.В. Роль учителя в формировании самооценки у младшего школьника. // Начальная школа. 2014, № 4.

19. Возможности практической психологии в образовании. Под ред. Н.С. Бурлаковой. УЦ Перспектива. СПб.: 1998 г. 108 с.

20. Возрастная и педагогическая психология. М.: Изд-во МГУ, 1992. 268 с.

21. Возрастная и педагогическая психология / Под ред. А.В. Петровского. М., 1979. 287 с.

22. Возрастная психология: Детство, отрочество, юность / Сост. В.С. Мухина. М.: Академия, 2000. 624 с.

23. Выготский Л. С. История развития высших психических функций. Собр. соч.: В 6 т., Т.3. М.: Педагогика, 1983. 421 с.

24. Выготский Л.С. Педагогическая психология. М.: Педагогика, 1991. 480 с.

25. Грецов А. Г. Тренинг уверенного поведения. СПб.: 2008. 47 с.

26. Другая психология. Детско-родительские отношения: дефиниции, классификации, роль в развитии личности ребенка [Электронный ресурс]URL<http://www.safepsychology.ru/pcofs-189-6.html>

27. Емельянова, М.Н. Подвижные игры как средство формирования самооценки // Ребенок в детском саду. 2007. №4.

28. Ильенков Э.В. Что же такое личность? С чего начинается личность.

М.: Политиздат, 1984. 501 с.

29. Леонтьев А.Н. Деятельность, сознание, личность. М.: Политиздат, 1975. с. 304.

30. Левис Ш. Ребенок и стресс. Питер 1997. 127 с.

31. Игровые методы в тренинге [Электронный ресурс]//: URL: <http://student.zoomru.ru/psih/igrovye-metody-v-treninge/81373.663245.s3.html>

32. Исаева Л.М., Неретина Т.Г. Становление образа Я младшего школьника как психолого-педагогическая проблема. [Электронный ресурс]URL<https://www.scienceforum.ru/2015/1059/11522#>

33. Кулагина И.Ю. Возрастная психология. Развитие ребенка от рождения до 17 лет. М.: Изд-во РОУ, 1996.177 с.

34. Логинова Н.А. Жизненный путь человека как проблема психологии // Вопросы психологии. 1985, № 1.

35. Лейтес Н.С. Возрастная одаренность и индивидуальные различия / Н. С. Лейтес. М.: Воронеж, 1997. 446 с.

36. Логинова Н.А. Развитие личности и ее жизненный путь // Принцип развития в психологии. М.:ЧеРо, 2005. 524 с.

37. Лебон Г. Психология масс. Минск: МИНГУ, 2000. 240 с.

38. Ломов, Б.Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии. М.: Академия, 2010. 444 с.

39. Лучшие разминки для тренингов [Электронный ресурс]//: URL: <http://hrtime.ru/contents.php?id=370>

40. Макаренко А.С. Книга для родителей. М.: Педагогика, 1983. 334 с.

41. Матюхина М.В., Михальчик Т.С., Прокина Н.Ф. Возрастная и педагогическая психология: Учеб. пособие для студентов пед. ин - тов. по спец. № 2121 «Педагогика и методика нач. обучения»/ Под ред. М.В. Гамезо и др.М.: Просвещение, 1984. 256с.

42. Межличностные отношения и общение в младшем школьном возрасте [Электронный ресурс]URL<http://lektsii.org/11-86695.html>

43. Минеева В. М. Развитие эмоций. Москва 1999. 383 с.
44. Мудрость воспитания. Сост. Б.М.Бим-Бад, Э.Д. Днепров, Г.Б. Корнетов. М., 1988, с. 288.
45. Мухина В.С. Возрастная психология, феноменология развития, детство, отрочество. М.: Академия, 1999. 456с.
46. Незговорова Ж.И. Влияние самооценки на успешность обучения в младшем школьном возрасте [Электронный ресурс]// URL <http://festival.1september.ru/articles/515693/>
47. Обухова Л.Ф. Детская психология. М.: Педагогика, 1995, с. 390.
48. Обухова О.С., Развитие позитивной Я-концепции младшего школьника во внеурочной деятельности [Электронный ресурс]// URL: <http://http://festival.1september.ru/articles/414127/> 2016.
49. Особенности эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста [Электронный ресурс] // http://studbooks.net/694255/psihologiya/osobennosti_emotsionalnogo_razvitiya_detej_doshkolnogo_mladshego_shkolnogo_vozrasta
50. Половые различия [Электронный ресурс]// URL http://www.psyarticles.ru/view_post.php?id=29
51. Понятие, значение и структура Я-концепции [Электронный ресурс]// URL <http://www.expertpsychology.ru/epsys-1060-1.html>
52. Понятие и структура Я-концепции личности [Электронный ресурс]// URL <http://cito-web.yspu.org/link1/metod/met121/node63.html>
53. Психология А - Я: Словарь-справочник/Майк Кордуэлл. М.: ФАИР-ПРЕСС, 2002. 448 с.
54. Психология личности. Тексты. // Под ред. Гиппенрейтер Ю.Б., Пузыря А.А. М.: изд-во Моск. ун-та, 1982. 288 с.
55. Психическое развитие младших школьников / Под ред. В.В. Давыдова. М., 1990. 288 с.
56. Психология. Учебник/ Под редакцией А.А. Крылова. М.: ПБОЮЛ Гриженко Е.М., 2000. 584 с.

57. Программа тренинга позитивного самовоспитания и уверенного поведения [Электронный ресурс]// URL: http://azps.ru/training/training_positiv.html

58. Роджерс К.Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека: Пер. с англ. //Общ. ред. и предисл. Исениной Е.И. М.: Издательская группа «Прогресс», «Универс», 1994. 480 с.

59. Сидоренко Е.В. Методы математической обработки в психологии. – СПб.: Социал. психол. центр, 1996. 349 с.

60. Смит М. Тренинг уверенности в себе. СПб.:Речь, 2001. 242 с.

61. Столяренко Л.Д. Основы психологии. 5-е изд., перераб. и доп. (серия «Учебники, учебные пособия».) Ростов н/Д: Феникс, 2002. 672 с.

62. Тест Куна. Тест «Кто Я?» (М.Кун, Т.Макпартленд; модификация Т.В.Румянцевой) [Электронный ресурс]// URL <http://vsetesti.ru/424/> - 2007.

63. Упражнение на развитие позитивного Я-образа [Электронный ресурс]// URL:<http://www.psihologu.info/diagnosticheskaya-rabota/67-korreksionno-razvivayushchie-igry-dlya-starsheklassnikov/812-uprazhneniya-na-razvitie-pozitivnogo-ya-obraza.html>

64. Упражнения разминки [Электронный ресурс]// URL: <http://azps.ru/training/indexrz.html>

65. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. М., 2000. 160 с.

66. Фопель К. Чтобы дети были счастливы. Психологические игры и упражнения. М. Генезис, 2005 г. 255 с.

67. Чикишева О.В. Психолого-педагогические особенности детей младшего школьного возраста // Проблемы и перспективы развития образования: материалы II междунар. науч. конф. (г. Пермь, май 2012 г.). Пермь: Меркурий, 2012. С 90 – 92.

68. Швецов Д.Ф. Современные теории личности и их положения относительно личностного развития [Электронный ресурс]// URL: <http://www.gennadij.pavlenko.name/ex-book?text=523> 2000.

69. Шкуричева Н.А. Лесенка самооценки [Электронный ресурс]// URLhttp://nsc.1september.ru/view_article.php?ID=200900408

70. Хван Ю. Психология человека от рождения до смерти. М.: «Олма-пресс», 2003, с. 286.

Приложения

Таблица 1. - Результаты теста «Кто Я?» учащихся 2 «Б» класса

	Прямое обозначение пола	Учебно-профессиональная ролевая позиция	Семейная принадлежность	Этническо-региональная идентичность	Групповая принадлежность	Дружба или круг друзей			Занятия, деятельность, интересы, увлечения	Самооценка способности к деятельности		Персональная идентичность
Ульяна А.	1	2	3		4							
Марьяна А.	1	1	1	1	1	1						
Ольга А.	1		1									
Дарья Б.	1	1	1		2		3	1	1			
Даниил К.	1	2	2		1	1						
Дмитрий Л.	1	2		1	3							
Мария М.	1	1	1	1	2	1		1				
Анастасия М.	1	1	2	1	4	1						
Елена М.	1	2	3		1	1						
Наталья М.	1	1			2			1				
Максим М.												
Роман Н.	1				1			1				
Федор П.	1				4							
Александра Р.	1	2	1		1	1						
Александра Р.	1	2	2					1				
Владимир У.		3		1	2		2	5	1			
Егор У.		1	1	1	2	2						
Михаил Ц.	1		1		2							
Матвей Ч.	1		1	1	1			5				
Алена Ш.	1	1	2	1	1							1

Таблица 2. - Результаты теста «Кто я?» учащихся 2 «Г» класса

ИФ	Социальное Я						Коммуникативное Я	Материальное Я	Физическое Я	Деятельное Я		Перспективное Я	Рефлексивное Я
	Прямое обозначение пола	Учебно-профессиональная ролевая позиция	Семейная принадлежность	Этническо-региональная идентичность	Групповая принадлежность	Дружба или круг друзей				Занятия, деятельность, интересы, увлечения	Самооценка способности к деятельности		
Елизавета А.	1	2	1		1			1	1				
Никита Б.		1	3		1	1		1		1			
Александра Б.	1		1	1						1			
Алена Б.	1		1	1	2	3							
Мирослав Д.	1	1	1		2	1			1				
Даниил З.	1		1	1	1	1							
Дарья З.	1	1	1		2	1							
Матвей И.	1	1	1	1		2		1	2	1			
Мария К.	2		1		1								
Дарина М.		1		1		3							
Александр М.		1			2								
Карина О.	2		1		2	2							
Алина П.		1	1		1								
Никита С.	1	2	1		1	1			2				
Артем С.		1		1		1							
Степан С.			2	1		1		1	1				
Злата Т.	1		2	1	1								
Захар У.	1							1	1				
Богдан У.			1		2								
Александр Ш.	1	1			1								
Анастасия Ш.		2	1		1				1				

Таблица 3. - Результаты Методики «Лесенка» 2 «Б» класса

ИФ	Уровень самооценки		
	Завышенная	Адекватная	Заниженная
Ульяна А.		+	
Марьяна А.		+	
Ольга А.	+		
Дарья Б.	+		
Даниил К.		+	
Дмитрий Л.		+	
Мария М.	+		
Анастасия М.			+
Елена М.		+	
Наталья М.	+		
Максим М.			+
Роман Н.			+
Федор П.		+	
Александра Р.		+	
Александра Р.	+		
Владимир У.		+	
Егор У.		+	
Михаил Ц.	+		
Матвей Ч.			+
Алена Ш.		+	

Таблица 4. - Результаты методики «Лесенка» учащихся 2 «Г» класса

ИФ	Уровень самооценки		
	Завышенная	Адекватная	Заниженная
Елизавета А.	+		
Никита Б.			+
Александра Б.		+	
Алена Б.			+
Мирослав Д.	+		
Даниил Э.	+		
Дарья З.		+	
Матвей И.			+
Мария К.		+	
Дарина М.	+		
Александр Н.		+	
Карина О.		+	
Алина П.			+
Никита С.			+
Артем С.	+		
Степан С.		+	
Злата Т.		+	
Захар У.	+		
Богдан Ф.			+
Александр Ш.			+
Анастасия Ш.			+

Таблица 5. - Результаты методики «Три оценки» учащихся 2 «Б» класса

ИФ	Уровень самооценки		
	Завышенная	Адекватная	Заниженная
Ульяна А.			+
Марьяна А.			+
Ольга А.	+		
Дарья Б.		+	
Даниил К.	+		
Дмитрий Л.		+	
Мария М.		+	
Анастасия М.	+		
Елена М.	+		
Наталья М.	+		
Максим М.			+
Роман Н.		+	
Федор П.		+	
Александра Р.		+	
Александра Р.			+
Владимир У.		+	
Егор У.		+	
Михаил Ц.	+		
Матвей Ч.			+
Алена Ш.			+

Таблица 6. - Результаты методики «Три оценки» учащихся 2 «Г» класса

ИФ	Уровень самооценки		
	Завышенная	Адекватная	Заниженная
Елизавета А.		+	
Никита Б.			+
Александра Б.		+	
Алена Б.	+		
Мирослав Д.	+		
Даниил З.		+	
Дарья З.		+	
Матвей И.		+	
Мария К.	+		
Дарина М.		+	
Александр Н.		+	
Карина О.			+
Алина П.			+
Никита С.	+		
Артем С.		+	
Степан С.	+		
Злата Т.	+		
Захар У.	+		
Богдан Ф.	+		
Александр Ш.	+		
Анастасия Ш.		+	

Таблица 7. - Карта наблюдений за поведением учащихся 2 «Б» класса

ИФ	Фрагменты поведения												
	Уверенное				Неуверенное				Сверхуверенное				
	Не стесняется отвечать у доски	Выступает инициатором контакта	Может оказывать помощь учителю в организации какой-л. работы	Часто переспрашивает	Стесняется отвечать с места	Проявляет скованность в движениях	Говорит слишком тихо	Не стремится объединяться с кем-л. в группу/пару	Перебивает учителя и не реагирует на его реплики	Может вступить в спор с педагогом	Проявляет демонстративность в поведении	Старается командовать остальными во время групповой или парной работы	Делает замечания другим детям
Ульяна А.	+	+				+						+	+
Марьяна А.					+	+	+	+					
Ольга А.	+		+					+					+
Дарья Б.					+	+	+						
Даниил К.	+	+		+							+		
Дмитрий Л.	+	+	+	+								+	+
Мария М.	+	+	+	+					+				+
Анастасия М.	+			+		+	+						
Елена М.	+			+		+	+					+	
Наталья М.	+	+	+								+	+	
Максим М.			+		+	+	+	+					
Роман Н.				+	+	+	+		+				
Федор П.	+	+		+					+	+		+	
Александра Р.	+	+	+				+					+	+
Александра Р.	+	+	+								+	+	+
Владимир У.					+							+	+
Егор У.	+		+				+	+					
Михаил Ц.	+	+		+					+		+	+	+
Матвей Ч.	+	+											
Алена Ш.			+		+	+		+					

Таблица 8. - Карта наблюдений за поведением учащихся 2 «Г» класса

ИФ	Фрагменты поведения												
	Уверенное				Неуверенное				Сверхуверенное				
	Не стесняется отвечать у доски	Выступает инициатором контакта	Может оказывать помощь учителю в организации какой-л. работы	Часто переспрашивает	Стесняется отвечать с места	Проявляет скованность в движениях	Говорит слишком тихо	Не стремится объединяться с кем-л. в группу/пару	Перебивает учителя и не реагирует на его реплики	Может вступить в спор с	Проявляет демонстративность в поведении	Старается командовать остальными во время групповой или парной работы	Делает замечания другим детям
Елизавета А.	+						+						
Никита Б.		+	+		+					+			
Александра Б.	+		+				+				+		+
Алена Б.					+	+			+				
Мирослав Д.			+			+						+	
Даниил З.				+			+	+					
Дарья З.					+	+				+			
Матвей И.	+	+	+	+				+					
Мария К.							+		+			+	
Дарина М.	+		+	+		+							+
Александр Н.			+					+		+			
Карина О.					+						+		
Алина П.		+					+		+			+	
Артем С.	+			+		+					+		
Степан С.			+	+					+				
Злата Т.	+					+		+				+	
Захар У.		+			+		+		+		+		+
Богдан Ф.	+			+		+		+		+			
Александр Ш.	+		+				+					+	
Анастасия Ш.			+			+		+	+	+			

Таблица 9. - Итоговый уровень развития Я-концепции у учащихся 2 «Б» класса

№ п/п	Имя, фамилия	Итоговый уровень развития когнитивного компонента	Итоговый уровень развития эмоционально-оценочного компонента	Итоговый уровень развития учебного эмоционально-оценочного компонента	Итоговый уровень развития поведенческого компонента	Уровень развития Я-концепции
1	Ульяна А.	высокий	адекват	завыш	сверхуверен	средний
2	Марьяна А.	высокий	завыш	заниж	неуверен	низкий
3	Ольга А.	низкий	завыш	заниж	неуверен	низкий
4	Дарья Б.	средний	адекват	адекват	неуверен	средний
5	Даниил К.	средний	адекват	адекват	уверен	высокий
6	Дмитрий Л.	высокий	завыш	адекват	сверхуверен	средний
7	Мария М.	средний	завыш	завыш	сверхуверен	низкий
8	Анастасия М.	средний	завыш	завыш	неуверен	низкий
9	Елена М.	средний	заниж	завыш	неуверен	низкий
10	Наталья М.	низкий	завыш	заниж	сверхуверен	низкий
11	Максим М.	средний	заниж	завыш	неуверен	низкий
12	Роман Н.	низкий	завыш	заниж	неуверен	низкий
13	Федор П.	высокий	адекват	заниж	уверен	средний
14	Александр Р.	средний	адекват	завыш	сверхуверен	средний
15	Александр Р.	высокий	завыш	заниж	сверхуверен	низкий
16	Владимир У.	средний	завыш	адекват	уверен	средний
17	Егор У.	высокий	адекват	заниж	неуверен	средний
18	Михаил Ц.	средний	завыш	завыш	сверхуверен	низкий
19	Матвей Ч.	низкий	завыш	адекват	уверен	средний
20	Алена Ш.	средний	заниж	завыш	сверхуверен	низкий

Приложение А

Таблица 10. - Итоговый уровень развития Я-концепции у учащихся 2 «Г» класса

№ п/п	Имя, фамилия	Итоговый уровень развития когнитивного компонента	Итоговый уровень развития эмоционально-оценочного компонента	Итоговый уровень развития учебного эмоционально-оценочного компонента	Итоговый уровень развития поведенческого компонента	Уровень развития Я-концепции
1	Елизавета А.	низкий	адекват	адекват	сверхуверен	средний
2	Никита Б.	средний	завыш	завыш	уверен	средний
3	Александра Б.	высокий	адекват	заниж	неуверен	средний
4	Алена Б.	высокий	адекват	адекват	уверен	высокий
5	Мирослав Д.	средний	адекват	завыш	неуверен	средний
6	Даниил З.	низкий	завыш	адекват	сверхуверен	низкий
7	Дарья З.	средний	завыш	заниж	неуверен	низкий
8	Матвей И.	низкий	завыш	завыш	неуверен	низкий
9	Мария К.	средний	завыш	адекват	уверен	средний
10	Дарина М.	низкий	завыш	завыш	сверхуверен	низкий
11	Александр Н.	средний	уверен	адекват	неуверен	средний
12	Карина О.	низкий	завыш	адекват	сверхуверен	низкий
13	Алина П.	низкий	адекват	завыш	неуверен	низкий
14	Никита С.	высокий	заниж	заниж	уверен	средний
15	Артем С.	высокий	завыш	заниж	сверхуверен	низкий
16	Степан С.	средний	завыш	адекват	уверен	средний
17	Злата Т.	низкий	адекват	завыш	неуверен	низкий
18	Захар У.	средний	завыш	заниж	сверхуверен	низкий
19	Богдан Ф.	высокий	завыш	завыш	неуверен	средний
20	Александр Ш.	средний	заниж	завыш	сверхуверен	низкий
21	Анастасия Ш.	средний	заниж	заниж	уверен	средний

**Программа занятий с детьми, направленная на развитие
позитивной Я-концепции**

Цель программы состоит в развитии у младших школьников положительной Я-концепции.

Задачи, которые комплексно обеспечивает разработанная программа:

4. Развивать положительную самооценку.
5. Формировать навыки уверенного поведения.
6. Расширять представления младших школьников о себе.

Занятие 1. Знакомство с новым видом работы. Расширение знаний о себе

Задачи:

1. Настроить коллектив на новый вид работы.
2. Расширение знаний о себе.
3. Расширение представлений о своих качествах.

Используемые материалы: листы формата А4 по количеству детей, цветные карандаши, фломастеры, ножницы, аудиозаписи спокойной музыки.

I. Приветственный этап.

Приветствую всех, кто пришел на наше первое занятие. Для начала приведите свои ассоциации, характеристики к слову «человек». (Хороший, добрый, злой, не похожий на других...)

Вы привели много ассоциаций, ответьте на вопрос: много ли людей на свете? Значит, они все разные, и нет очень похожего на нас человека. А вы хотели бы узнать, чем отличаются люди вокруг от нас? С этого дня мы с вами начнем увлекательную работу, посвященную узнаванию себя и людей вокруг нас, а также мы будем учиться, как правильно вести себя в

определенных ситуациях. У кого-то есть вопросы? (Психолог отвечает на поставленные учениками вопросы.)

Сядьте удобнее, уберите со стола все ненужное, чтобы не отвлекаться. Настраиваемся на рабочий лад.

Наше первое занятие будет посвящено нашему узнаванию себя. Для начала давайте поприветствуем друг друга улыбкой. Улыбнитесь своему соседу по парте. Чтобы нам с вами было легче работать, я предлагаю ввести правила, которыми мы будем руководствоваться. Но не пугайтесь, они вам понравятся (на экране появляется стихотворение, которое сначала читает учитель, потом дети хором вслух. Впоследствии стихотворение будет присутствовать на доске на каждом занятии).

Чтоб было весело играть,

Пять правил нужно выполнять:

- 1) Игру всем вместе начинать,
- 2) По очереди отвечать, друг друга не перебивать,
- 3) Активным быть, все выполнять,
- 4) По имени всех называть,
- 5) Друг над другом не смеяться и почаще улыбаться!

II. Практический этап

Упражнение «Цветные ладошки»

Цель: сплочение группы, настройка на позитивное общение, создание благоприятной атмосферы.

У нас с вами впереди еще много занятий, и, чтобы каждый раз приходя в кабинет и ловить позитивные эмоции, мы с вами сделаем общее украшение в виде наших ладошек. Для этого возьмите по листу бумаги, положите на него свою ладошку, обведите, затем аккуратно вырежьте ее. Для того, чтобы она получилась яркой и радовала вас, раскрасьте ее такими цветами, каким захотите, после чего не забудьте написать на ней свое имя. Все ваши

бумажные ладошки мы соберем вместе и наклеим на большой ватман, который украсит ваш классный уголок.

Упражнение «Мое имя»

Цель: расширение знаний о себе, формирование осознания своей уникальности, развитие творческих способностей.

Закройте глаза и представьте себе, на что похоже ваше имя, как оно выглядит. Из чего оно сделано? Какие в нем есть цвета? Как оно пахнет? Как звучит? А, может быть, оно находится в движении? Как оно двигается?

А теперь, используя цветные карандаши или фломастеры, изобразите портреты ваших имен, на листах бумаги, чтобы все могли не только услышать, но и увидеть ваши чудесные имена (включается спокойная музыка. После завершения работы дети представляют свое имя).

Упражнение «За что меня любит мама»

Цель: развитие представлений о себе, развитие позитивной самооценки.

Для выполнения последнего на сегодня задания сядьте в круг. Каждый из вас по очереди должен рассказать, за что его любит мама. (после рассказов детей психолог просит желающих о том. Чтобы они повторили то, что сказали другие. При затруднении остальные могут помогать.)

Скажите, приятно ли вам было, то остальные запомнили, за что вас любят?

III. Рефлексия

Наше первое занятие подошло к концу, и я прошу вас высказаться: что понравилось или не понравилось, что было трудным или что, наоборот, далось легко.

IV. Прощание

Всем спасибо за хорошо проведенное время, все молодцы, поэтому

давайте поаплодируем друг другу. До свидания.

Занятие 2. Продолжаем узнавать себя

Задачи:

4. Настроить коллектив на позитивный лад, создать атмосферу доверия

5. Формирование положительной самооценки

6. Формирование представлений о себе

Используемые материалы: фотографии незнакомых людей.

I. Приветственный этап

Добрый день! Сегодня мы с вами продолжим нашу работу над познанием себя. Поздоровайтесь друг с другом: для этого встаньте в круг и возьмитесь за руки. Затем посмотрите на напротив стоящего товарища и улыбнитесь ему.

Кто может вспомнить, чем мы занимались на прошлом занятии?

Теперь давайте вспомним правила, которые мы установили. Для этого обратите внимание на экран (появляется стихотворение с правилами поведения в группе).

II. Практический этап

Перед тем, как начать играть, давайте разомнемся.

Упражнение «Найди меня»

Цель: раскрепостить участников, создать доверительные отношения, учить находить сходства и различия между окружающими людьми.

Для выполнения этого упражнения нужен ведущий. Кто хочет им стать? Теперь нам нужно убрать один стул из нашего круга. Суть этой игры заключается в том, чтобы занять место. Для этого ведущий называет какой-то признак, ориентируясь на который остальные участники встают со своих мест и меняются ими, за это время участник-ведущий должен занять пустое место, тем самым ведущим становится новый участник игры. Пример формулировки: «Поменяйтесь местами те, кто любит кататься на коньках».

Упражнение «Фотография»

Цель: развитие навыка анализа и самоанализа.

У каждого из вас в руках фотография незнакомого человека.

Всмотритесь в его лицо, обратите внимание на позу, взгляд, одежду.

Попробуйте описать этого человека: чем занимается, характер, настроение.

После выполнения задания каждый участник занятия рассказывает другим о своих выводах. После каждого выступления психолог задает участникам вопрос: смогли бы вы дружить с человеком с фотографии, почему?

Упражнение «Расскажи о друге»

Цель: расширение круга представлений о себе и о близких людях.

Для выполнения этого задания вам необходимо рассказать о своем друге, имя называть не обязательно. Расскажите, как вы познакомились, что у вас общего, почему вы дружите, что в нем цените.

III. Рефлексия

Подведем итог нашего занятия: для этого расскажите, что вам понравилось или не понравилось.

IV. Прощание

Спасибо за сегодняшний день! Всем до свидания.

Занятие 3. Развитие позитивного «Я»

Задачи:

1. Формирование навыка самоанализа.
2. Развитие процесса самораскрытия.
3. Укрепление позитивной самооценки

Используемые материалы: резиновый мяч, бумага, фломастеры.

I. Приветственный этап

Приветствую всех! Начинается наш новый рабочий день. Что нужно сделать перед тем, как приступить к работе? (Поздороваться со всеми)

Для этого поздоровайтесь за руку с рядом сидящим товарищем, таким образом, приветствие объединит вас всех.

Что еще нужно сделать перед началом нашей работы? (Вспомнить и повторить правила).

II. Практический этап

Упражнение – разминка «Карлики и великаны»

Цель: создать позитивный настрой в группе, непринужденную атмосферу.

Для начала разомнемся и поиграем в игру «Карлики и великаны». Когда я скажу «Великаны», вы должны встать, а по команде «Карлики» - присесть (психолог намеренно путает детей, неправильно выполняя действия).

Упражнение «Никто не знает»

Цель: активизация процесса самопознания.

Для выполнения упражнения вам необходимо сесть в круг. Сейчас мы будем бросать друг другу мяч, и тот, у кого он окажется, завершает фразу «Никто из вас не знает, что я (или у меня)...» Будьте внимательны и сделайте так, чтобы каждый принял участие в выполнении задания. У каждого мяч должен побывать по несколько раз.

Упражнение «Мой портрет в лучах солнца»

Цель: способствовать углублению процессов самораскрытия, учить находить в себе индивидуальные особенности, определять личностные особенности.

Нарисуйте солнце, в центре солнечного круга напишите свое имя или нарисуйте свой портрет. Затем вдоль лучей напишите все свои достоинства, все хорошее, что вы о себе знаете. Постарайтесь, чтобы было как можно больше лучей. После выполнения задания каждый расскажет нам о том, что у него получилось.

Упражнение «Все мы»

Цель: способствовать углублению процессов самораскрытия, учить находить в себе главные индивидуальные особенности, определять свои личностные особенности.

Чтобы продолжить играть, один участник должен выйти за дверь.

А теперь, когда ваш товарищ вышел, скажите о нем что-нибудь приятное, а я буду записывать это на доске.

Приглашается вышедший участник.

Пока тебя не было, мы случайно завели о тебе разговор. Вот что сказали о тебе остальные ребята (психолог обращает внимание ребенка на доску).

III. Рефлексия

Какая игра вам понравилась больше всего? Что было сложным? Что нового о себе вы узнали?

IV. Прощание

Сегодняшний рабочий день окончен, вы все молодцы. Попрощаемся друг с другом, пожав друг другу руки.

Занятие 4. «Я очень хороший!»

Задачи:

4. Развитие положительной самооценки
 5. Повышение уверенности в себе
 6. Формирование умения слушать собеседника
- I. Приветственный этап

Всем здравствуйте! Рада вас здесь видеть. Начнем новый день с приветствия.

Упражнение «Приветствие»

Цель: организовать доброжелательное общение между детьми.

Поздоровайтесь с каждым и подчеркните при этом какое-нибудь качество этого человека, можно сделать комплимент. Например: «Привет, ты хорошо сегодня выглядишь! Мне нравится цвет твоей кофты»

А теперь снова вспомним о правилах, которые выделили в первый день наших занятий (появляются на экране).

II. Практический этап

Упражнение «Я очень хороший!»

Цель: создание положительного эмоционального фона, повышение уверенности в себе.

Ребята, садитесь на стулья в круг. Каждый из вас должен сказать о себе: «Я очень хороший» или «Я очень хорошая». Но перед тем, как сказать, давайте потренируемся. Сначала произнесем слово «Я» шепотом, потом – обычным голосом, а затем прокричим его. Теперь таким же образом поступим со словами «очень» и «хороший» (или «хорошая»). И, наконец, дружно: «Я очень хороший (хорошая)». Теперь каждый, начиная с того, кто сидит справа от меня, скажет, как захочет – шепотом, обычным голосом или прокричит, например: «Я – Катя! Я – очень хорошая!» или «Я – Саша! Я очень хороший!». Теперь встанем в круг, возьмемся за руки и скажем все вместе скажем: «Мы очень хорошие!» - сначала шепотом, потом обычным голосом и прокричим.

Упражнение «Скажи мишке добрые слова»

Цель: способствование повышению самооценки детей.

На следующем упражнении у нас будет гость (психолог достает игрушечного мишку). Ваша задача заключается в том, чтобы придумать хорошие слова в адрес нашего гостя.

Теперь мы с вами по очереди будем становиться мишками, а все остальные будут говорить нам приятные слова, как говорили только что нашему гостю.

Упражнение «Я такой, какой есть»

Цель: совершенствование выработки у участников более объективной самооценки.

Ваша задача заключается в том, чтобы вы нарисовали себя так, чтобы никто не видел. После того, как ваши рисунки будут готовы, мы их смешаем и попытаемся угадать, кто есть кто.

Упражнение «Расскажи обо мне»

Цель: формирование умения слушать остальных.

Сейчас вы должны соотнести свое имя с прилагательным, которое вас

описывает, и оно должно начинаться на первую букву имени. Работаем по цепочке. Следующий по порядку за вами должен назвать свое имя с прилагательным и вспомнить то, что назвали вы.

III. Рефлексия

Психолог выясняет у детей, с какими сложностями они столкнулись, выполняя задания.

IV. Прощание

Сегодня был продуктивный день, давайте друг друга поблагодарим за него. Встанем в круг и скажем друг другу «Спасибо» хором.

Занятие 5. «Я уверенный!»

Задачи:

4. Создание положительного эмоционального фона, повышение уверенности в себе.
5. Формирование самоуважения, доверия к самому себе.
6. Формирование позитивной самооценки у детей дошкольного возраста.

I. Приветственный этап

Всем здравствуйте, добро пожаловать на наше очередное занятие. Поприветствуем друг друга.

Упражнение «Приветствие»

Разбейтесь на пары и в произвольной форме и поприветствуйте товарища. Затем меняйтесь парами и приветствуйте уже нового члена нашей группы. Чтобы разнообразить приветствие, можно проиграть различные ситуации и роли, например, вы неожиданно встретили давнего друга.

После окончания игры по сигналу начинается обмен мнениями.

II. Практический

Упражнение «Комплименты»

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

Встаньте в круг и возьмитесь за руки. Глядя в глаза соседу, продолжите

фразу: «Мне нравится в тебе...». Принимающий комплимент должен кивнуть головой и ответить: «Спасибо, мне очень приятно». Упражнение продолжается по кругу.

Рефлексия.

Что вы чувствовали во время выполнения упражнения? Что нового о себе узнали?

Упражнение «Клеевой дождик»

Цель: сплочение детей, повышение самооценки, снижение тревожности.

Ребята, представьте, что сейчас лето, и мы все вместе вышли погулять на улицу. Но внезапно начался ласковый летний дождик, который оказался не простым, а волшебным – клеевым. Он склеил нас всех в одну цепочку (дети выстраиваются друг за другом, держа за плечи впереди стоящего товарища). Давайте освежимся и погуляем под дождиком (дети передвигаются по кабинету, преодолевая различные препятствия: широкое озеро, дремучий лес). Ваша главная задача – не отцепляться друг от друга.

Упражнение «Мое взрослое будущее»

Цель: способствовать повышению самооценки детей.

Сейчас я вам предлагаю нарисовать себя в будущем.

После завершения работы дети представляют свои рисунки.

Рефлексия. Какие усилия вам пришлось бы получить для того, чтобы стать таким, каким вы себя нарисовали?

III. Рефлексия

Опишите чувства и эмоции, которые вы получили сегодня во время нашего занятия. Давайте поблагодарим друг друга за хорошо проведенное время.

Занятие 6. Мои эмоции

Задачи:

1. Развитие представлений детей об эмоциональных состояниях.
2. Развитие умения управлять своим эмоциональным состоянием.

3. Развитие умения передавать свое эмоциональное состояние.

I. Приветственный этап

Используемые материалы: фотографии людей с разными эмоциями, музыка для сопровождения сказки, листы бумаги, фломастеры.

Здравствуйте! Добро пожаловать на наше очередное занятие. начнем его с приветствия и пожелания друг другу чего-нибудь хорошего. Я начну: «Желаю вам, ребята, сегодня получить много положительных эмоций, веселья и хорошего настроения» (каждый участник по кругу высказывает остальным свои пожелания).

II. Практический этап

Разминка «Мыльные пузыри»

Цель: создание благоприятного фона, непринужденной атмосферы.

Перед началом работы давайте разомнемся и поиграем в игру «Мыльные пузыри». Разделитесь на пары. Каждый из вас должен надуть щеки, будто это пузыри. Задача вашего товарища – рассмешить вас. Проигравшим считается тот, кто рассмеялся первым: считается, что его «пузырь» лопнул.

Упражнение «Путешествие в страну эмоций»

Ребята, кто может рассказать, что такое эмоции? (Дети высказываются, например: то, что мы чувствуем, наши чувства.)

Сегодня мы с вами отправимся в страну эмоций. Наклонитесь к коленям, закройте глаза и представьте, что мы летим в эту страну.

И вот мы прилетели. Здесь живет много-много эмоций.

Беседа об эмоциях

Цель: развитие представлений об эмоциональных состояниях.

Перед вами лежат фотографии людей. Посмотрите на них, что вы наблюдаете? (У людей разные эмоции.) Назовите эти эмоции. (Все, кроме радости.) Как вы их определили? По каким признакам определяются эмоции?

А со всеми ли мы эмоциями познакомились? (Нет, их очень много.)

Давайте закроем глаза и переместимся в другое место. Может быть, там нас будут ждать недостающие эмоции.

Элементы сказкотерапии

Послушайте сказку.

Цель: развитие представлений об эмоциональных состояниях.

Жили-были жители сказочного королевства. А недалеко от него в горах в глубокой пещере жил Змей Горыныч. Однажды утром проснулись жители, начали заниматься своими делами: кто-то варил обед, кто-то пошел на охоту, кто-то лепил горшки. Все было спокойно. И вдруг налетел Змей Горыныч... (играет «злая» музыка»)

Какую эмоцию передает музыка? Какой Змей Горыныч?

Все жители сказочного королевства успели спрятаться, и Змей Горыныч улетел в свою пещеру ни с чем.

Вскоре добрые жители устроили праздник. (играет веселая музыка).
Какое настроение передает музыка? (Радостное.)

Ребята, наконец-то мы нашли радость. Она живет в сказке.

Давайте нарисуем настроение, которое подходит жителям сказочной страны после того, как Змей Горыныч улетел (дети рисуют радость. После выполнения задания проходит выставка работ, и авторы рассказывают о них).

Мы столько прошли по Стране эмоций и так мало видели радости. Я предлагаю вам смять эмоцию злость и выбросить, чтобы у вас не было такого настроения.

Мы закончили наше путешествие. Давайте закроем глаза и переместимся обратно в школу.

Упражнение «Маски»

Цель: развитие умения передавать эмоциональное состояние, управлять своим эмоциональным состоянием, распознавать эмоции окружающих людей.

Начнем следующую игру. Разбейтесь на пары. Каждому из вас нужно

выразить несколько эмоций без слов. Ваш товарищ должен определить, какую эмоцию вы изображаете. Затем вы меняетесь ролями.

Когда вы закончите, вам нужно по очереди, используя «грустную маску», сказать что-то веселое, и наоборот.

Рефлексия.

Что вам труднее всего далось в этом задании? Что легче?

III. Рефлексия

Выскажитесь, понравилось ли вам сегодня работать? Что вы хотели бы сказать по окончании нашего занятия?

IV. Прощание

Попрощаемся друг с другом и пожелаем каждому хорошего дня. Вам нужно подойти к каждому вашему товарищу и высказать пожелание и попрощаться.

Занятие 7. «Быть уверенным»

Задачи:

1. Развитие навыка самоанализа поступков.
2. Активизировать вербальные и невербальные способы общения.
3. Работать над повышением уровня уверенного поведения, развивать поведенческую пластичность.

Используемые материалы: листы бумаги, фломастеры.

I. Приветственный этап

Всем здравствуйте. Добро пожаловать на новое занятие, я рада всех видеть. Начнем с приветствия. Вам нужно подойти к каждому вашему товарищу и поздороваться.

II. Практический этап

Упражнение «Рисунок по кругу»

Цель: снятие психофизического напряжения.

Возьмите по листу бумаги и выберете самый приятный для себя цвет фломастера. Как только услышите сигнал - хлопок, начинайте рисовать, что хотите. По следующему хлопку передайте свой лист вместе с карандашом

соседу слева, тот дорисовывает. Затем дальше по кругу до тех пор, пока лист не вернется назад к хозяину.

Может, кто-то из вас хочет дополнить свой рисунок, а может быть, изменить что-то в нем или нарисовать новый?

Рефлексия

Понравилось ли вам то, что получилось? Поделитесь своими чувствами, настроением. Трудно ли было поддержать тему рисунка другого человека?

Упражнение «Прозорливость»

Цель: развитие внимания, способности чувствовать и анализировать ситуацию.

Сядьте в круг. Один из вас должен пройти за дверь.

Остальные разделяются на две подгруппы по какому-то выбранному нами признаку. Признак должен визуально фиксироваться и однозначно делить группу на две части (например, наличие шнурков на обуви). Две образовавшиеся подгруппы садятся в разных местах так, чтобы они были отделены. Вернувшийся участник должен определить, по какому признаку группа разделилась на две части. Во второй части упражнения этот же участник снова выходит за дверь, а группа тем временем делится на две подгруппы, но уже по другому признаку, а вернувшийся участник должен будет определить, по какому признаку группа разделилась на этот раз.

Рефлексия. Как активные участники упражнения справились с заданием? Какие особенности мимики, речи, действий вы заметили?

Упражнение «Подиум»

Цель: развитие поведенческой пластичности.

На отведенном пространстве ("подиум") необходимо пройти каждому участнику, продемонстрировав какую-то часть своей одежду, как на показе мод, и завершить движение кратким обращением к остальным.

Рефлексия. Кто из вас почувствовал собственное чувство уверенности, двигаясь по "подиуму"? Как со стороны выглядел уверенный в себе человек?

III. Рефлексия

Опишите, что было трудным и легким для вас сегодня. Что понравилось и не понравилось.

IV. Прощание

В завершение сегодняшнего дня занятий хочу поблагодарить вас за активность и хорошее настроение. Попрощаемся друг с другом, пожав каждому товарищу руку.

Занятие 8. «Я уверенный». Заключительное занятие

Задачи:

4. Продолжить формировать уверенное поведение.
5. Активизация навыка самоанализа.
6. Формирование навыка самопрезентации.
7. Выявить отношение младших школьников к подобного рода занятиям, сделать выводы совместно с ними о прошедших занятиях.

Используемые материалы: листы бумаги, фломастеры.

I. Приветственный этап

Добрый день всем присутствующим. Сегодня пройдет наше последнее занятие. Прежде чем начать, по традиции давайте друг с другом поздороваемся. Для этого встаньте в круг, посмотрите на напротив стоящего и кивните ему головой, обязательно улыбнувшись.

II. Практический этап

Упражнение «Абстрактная живопись»

Цель: на этапе создания рисунков тренируется креативность участников, на этапе презентации - уверенное поведение в ситуации представления публике результатов своего труда.

Участники получают по листу бумаги формата А4.

Возьмите фломастер, закройте глаза и разрисуйте лист таким образом, чтобы на нем не осталось свободного пространства, чтобы фломастер побывал во всех углах.

После участников просят открыть глаза, внимательно взглядеться в получившиеся каракули, придумать, на что они похожи, и дорисовать их

таким образом, чтобы вышло осмысленное изображение. Заключительный этап - презентация авторами своих работ перед группой.

Рефлексия. Какие рисунки запомнились, показались наиболее интересными, чем именно?

Упражнение «Молодец!»

Цель: развитие уверенного поведения в ситуации самооценки.

Вам необходимо разделить на две группы по принципу: внешний - внутренний. Образуйте внутренний и внешний круг. Участники внешнего круга должны найти себе партнера из внутреннего; встать друг напротив друга и по сигналу по очереди начать говорить о своих достижениях. Тот, кто слушает - загибает пальцы и произносит фразу на каждое сказанное достижение партнера: «А это ты молодец! Раз! А это ты молодец! Два!» И так далее.

Рефлексия. Много ли хорошего вы вспомнили о себе и про себя? Говорите ли вы иногда себе: «Это у меня хорошо получается?» Чему вы научились у своего партнера?

Упражнение «Приглашение»

Цель: снятие внутреннего напряжения и развитие уверенного поведения.

Вы должны выбрать себе партнера. Каждый придумывает, каким образом можно провести следующий день (например, кататься на коньках, пойти в кино и т.д.), и приглашает товарища, не используя слов. После нужно поменяться местами.

Рефлексия. С какими трудностями вы встретились? Что делали для преодоления затруднений?

III. Рефлексия

Сядем в круг. Выскажите свое мнение о том, как прошло сегодняшнее занятие.

А теперь поделитесь мыслями по поводу того, понравилось ли вам ходить на наши занятия, почему. Хотели бы вы посетить подобные занятия?

Было ли интересно?

IV. Прощание

Встаньте со своих мест и выберите свой способ прощания со всеми или с каждым.

Таблица 1.- Результаты теста «Кто Я?» учащихся экспериментального класса

ИФ	Социальное Я					Коммуникативное Я	Материальное Я	Физическое Я	Деятельное Я		Перспективное Я	Рефлексивное Я
	Прямое обозначение пола	Учебно-профессиональная ролевая позиция	Семейная принадлежность	Этническо-региональная идентичность	Групповая				Занятия, деятельность, интересы, увлечения	Самооценка способности к деятельности		
Ульяна А.	1	3	3		4			1			1	
Марьяна А.	1	2	1	1	1	1	1					1
Ольга А.	1		2	1								
Дарья Б.	1	3	1		3			3	1	1		1
Даниил К.	1	3	2		2	1						
Дмитрий Л.	1	2		1	3		1		2		2	
Мария М.	1	1	2	1	2	1			1			1
Анастасия М.	1	2	2	1	4	1		1		2		
Елена М.	1	3	3	1	3	1					1	2
Наталья М.	1	1		1	2				1			
Максим М.	1		1	2	2	2		1			1	
Роман Н.	1	2		1	1	1	2		1			1
Федор П.	1	1	1	2	4			2		1		
Александра Р.	1	2	2		1	1	1				1	
Александра Р.	1	4	2					1	1			1
Владимир У.	1	3		1	2			2	5	1		
Егор У.	1	3	1	1	4	2						2
Михаил Ц.	1	2	3	2	2		1	1		1		1
Матвей Ч.	2		1	2	3	1			5			
Алена Ш.	1	3	2	1	1		1	1			1	1

Таблица 2. – Результаты теста «Кто я?» учащихся контрольного класса

ИФ	Социальное Я					Коммуникативное Я	Материальное Я	Физическое Я	Деятельное Я		Перспективное Я	Рефлексивное Я
	Прямое обозначение пола	Учебно-профессиональная ролевая позиция	Семейная принадлежность	Этническо-региональная идентичность	Групповая принадлежность				Занятия, деятельность, интересы, увлечения	Самооценка способности к деятельности		
Елизавета А.	1	3	1		1			2	1			
Никита Б.	1	2	3		1	1		1		1		1
Александра Б.	1	2	1	1						1		
Алена Б.	1		1	1	2	3					1	
Мирослав Д.	1	1	1	2	2	1		1	1			
Даниил З.	2	1	1	1	1	2	1					
Дарья З.	1	3	1		2	1						
Матвей И.	1	1	1	2		2	1	1	2	1		
Мария К.	2		1		1						1	
Дарина М.	1	1		1		3	1					
Александр М.	1	3			2							
Карина О.	2	1	1		2	2				1		
Алина П.	1	2	1	2	1			2				2
Никита С.	1	2	1		1	1			2			
Артем С.	1	1	2	1		2	1			1		
Степан С.			2	1		1		1	1			
Злата Т.	2	1	2	1	1	3	2				1	1
Захар У.	1	1	1	1				2	1			
Богдан У.			1		2	1				2	1	
Александр Ш.	1	1	1		1	1	1					
Анастасия Ш.	1	2	2	1	1	1			1		1	

Таблица 3. – Результаты Методики «Лесенка» учащихся экспериментального класса

ИФ	Уровень самооценки		
	Завышенная	Адекватная	Заниженная
Ульяна А.		+	
Марьяна А.		+	
Ольга А.			+
Дарья Б.	+		
Даниил К.		+	
Дмитрий Л.		+	
Мария М.	+		
Анастасия М.		+	
Елена М.		+	
Наталья М.	+		
Максим М.			+
Роман Н.		+	
Федор П.		+	
Александра Р.			+
Александра Р.			+
Владимир У.		+	
Егор У.		+	
Михаил Ц.	+		
Матвей Ч.		+	
Алена Ш.		+	

Таблица 4. – Результаты методики «Лесенка» учащихся контрольного класса

ИФ	Уровень самооценки		
	Завышенная	Адекватная	Заниженная
Елизавета А.		+	
Никита Б.			+
Александра Б.		+	
Алена Б.			+
Мирослав Д.		+	
Даниил Э.	+		
Дарья З.		+	
Матвей И.			+
Мария К.		+	
Дарина М.	+		
Александр Н.		+	
Карина О.		+	
Алина П.			+
Никита С.		+	
Артем С.	+		
Степан С.		+	
Злата Т.		+	
Захар У.			+
Богдан Ф.			+
Александр Ш.		+	
Анастасия Ш.			+

Таблица 5. – Результаты методики «Три оценки» учащихся экспериментального класса

ИФ	Уровень самооценки		
	Завышенная	Адекватная	Заниженная
Ульяна А.		+	
Марьяна А.			+
Ольга А.		+	
Дарья Б.	+		
Даниил К.	+		
Дмитрий Л.		+	
Мария М.		+	
Анастасия М.	+		
Елена М.		+	
Наталья М.	+		
Максим М.			+
Роман Н.		+	
Федор П.		+	
Александра Р.		+	
Александра Р.			+
Владимир У.		+	
Егор У.			+
Михаил Ц.	+		
Матвей Ч.		+	
Алена Ш.			+

Таблица 6. – Результаты методики «Три оценки» учащихся контрольного класса

ИФ	Уровень самооценки		
	Завышенная	Адекватная	Заниженная
Елизавета А.		+	
Никита Б.			+
Александра Б.		+	
Алена Б.	+		
Мирослав Д.		+	
Даниил З.			+
Дарья З.		+	
Матвей И.		+	
Мария К.	+		
Дарина М.		+	
Александр Н.		+	
Карина О.			+
Алина П.			+
Никита С.	+		
Артем С.		+	
Степан С.	+		
Злата Т.			+
Захар У.	+		
Богдан Ф.			+
Александр Ш.		+	
Анастасия Ш.		+	

Таблица 7. – Карта наблюдений за поведением учащихся экспериментального класса

ИФ	Фрагменты поведения												
	Уверенное				Неуверенное				Сверхуверенное				
	Не стесняется отвечать у доски	Выступает инициатором контакта	Может оказывать помощь учителю в организации какой-л. работы	Часто переспрашивает	Стесняется отвечать с места	Проявляет скованность в движениях	Говорит слишком тихо	Не стремится объединяться с кем-л. в группу/пару	Перебивает учителя и не реагирует на его реплики	Может вступить в спор с педагогом	Проявляет демонстративность в поведении	Старается командовать остальными во время групповой или парной работы	Делает замечания другим детям
Ульяна А.	+	+	+	+			+				+	+	+
Марьяна А.	+					+							
Ольга А.	+		+				+		+				+
Дарья Б.		+	+		+	+							
Даниил К.	+	+		+				+			+		
Дмитрий Л.	+	+	+									+	+
Мария М.	+	+	+	+					+				
Анастасия М.	+						+						
Елена М.		+	+	+		+			+	+		+	
Наталья М.		+	+							+		+	
Максим М.			+		+			+					+
Роман Н.	+	+		+			+		+				
Федор П.	+	+		+					+	+			
Александра Р.	+	+	+				+					+	
Александра Р.	+	+	+						+		+		+
Владимир У.	+				+		+					+	
Егор У.	+		+					+					
Михаил Ц.	+	+		+					+		+		+
Матвей Ч.	+	+	+										
Алена Ш.	+		+					+					

Таблица 8. – Карта наблюдений за поведением учащихся контрольного класса

ИФ	Фрагменты поведения												
	Уверенное				Неуверенное				Сверхуверенное				
	Не стесняется отвечать у доски	Выступает инициатором контакта	Может оказывать помощь учителю в организации какой-л. работы	Часто переспрашивает	Стесняется отвечать с места	Проявляет скованность в движениях	Говорит слишком тихо	Не стремится объединяться с кем-л. в группу/пару	Перебивает учителя и не реагирует на его реплики	Может вступить в спор с	Проявляет демонстративность в поведении	Старается командовать остальными во время групповой или парной работы	Делает замечания другим детям
Елизавета А.	+	+		+			+		+			+	
Никита Б.		+	+		+					+			
Александра Б.	+		+								+		+
Алена Б.	+	+	+	+	+				+				
Мирослав Д.	+		+				+						
Даниил З.		+		+					+		+		
Дарья З.					+	+				+			+
Матвей И.	+	+	+	+			+						
Мария К.		+					+		+	+			
Дарина М.	+		+	+		+							+
Александр Н.			+							+		+	
Карина О.	+		+	+							+		
Алина П.		+	+						+			+	
Артем С.	+			+							+		
Степан С.		+	+	+	+			+	+				
Злата Т.	+		+							+		+	
Захар У.	+	+	+		+				+				
Богдан Ф.	+			+						+			
Александр Ш.	+		+									+	
Анастасия Ш.		+	+		+	+		+		+			

Таблица 9. Итоговый уровень развития Я-концепции у учащихся экспериментального класса

№ п/п	Имя, фамилия	Итоговый уровень развития когнитивного компонента	Итоговый уровень развития эмоционально-оценочного компонента	Итоговый уровень развития учебного эмоционально-оценочного компонента	Итоговый уровень развития поведенческого компонента	Уровень развития Я-концепции
1	Ульяна А.	высокий	адекват	адекват	уверен	высокий
2	Марьяна А.	высокий	адекват	завыш	неуверен	средний
3	Ольга А.	низкий	завыш	адекват	неуверен	низкий
4	Дарья Б.	высокий	адекват	заниж	неуверен	средний
5	Даниил К.	высокий	адекват	адекват	уверен	высокий
6	Дмитрий Л.	высокий	адекват	адекват	уверен	высокий
7	Мария М.	средний	завыш	адекват	уверен	средний
8	Анастасия М.	высокий	адекват	завыш	неуверен	средний
9	Елена М.	средний	заниж	адекват	неуверен	низкий
10	Наталья М.	средний	адекват	завыш	уверен	средний
11	Максим М.	средний	заниж	завыш	неуверен	низкий
12	Роман Н.	средний	адекват	завыш	неуверен	средний
13	Федор П.	высокий	адекват	адекват	уверен	высокий
14	Александр Р.	высокий	адекват	адекват	уверен	высокий
15	Александр Р.	высокий	адекват	заниж	сверхуверен	средний
16	Владимир У.	средний	завыш	адекват	уверен	средний
17	Егор У.	высокий	адекват	завыш	неуверен	средний
18	Михаил Ц.	высокий	завыш	заниж	сверхуверен	низкий
19	Матвей Ч.	низкий	адекват		уверен	средний
20	Алена Ш.	высокий	адекват	адекват	уверен	высокий

Таблица 10. Итоговый уровень развития Я-концепции у учащихся контрольного класса

№ п/п	Имя, фамилия	Итоговый уровень развития когнитивного компонента	Итоговый уровень развития личностного эмоционально-оценочного компонента	Итоговый уровень развития учебного эмоционально-оценочного компонента	Итоговый уровень развития поведенческого компонента	Уровень развития Я-концепции
1	Елизавета А.	высокий	адекват	адекват	уверен	высокий
2	Никита Б.	высокий	адекват	адекват	уверен	высокий
3	Александр Б.	высокий	адекват	завыш	неуверен	средний
4	Алена Б.	высокий	адекват	адекват	уверен	высокий
5	Мирослав Д.	средний	адекват	адекват	неуверен	средний
6	Даниил З.	низкий	адекват	адекват	уверен	средний
7	Дарья З.	средний	завыш	заниж	неуверен	низкий
8	Матвей И.	низкий	завыш	завыш	неуверен	низкий
9	Мария К.	средний	завыш	адекват	уверен	средний
10	Дарина М.	низкий	завыш	заниж	сверхуверен	низкий
11	Александр Н.	средний	адекват	адекват	неуверен	средний
12	Карина О.	низкий	завыш	адекват	сверхуверен	низкий
13	Алина П.	низкий	адекват	адекват	уверен	средний
14	Никита С.	высокий	заниж	адекват	уверен	средний
15	Артем С.	высокий	завыш	завыш	сверхуверен	низкий
16	Степан С.	средний	завыш	завыш	уверен	средний
17	Злата Т.	средний	адекват	заниж	неуверен	средний
18	Захар У.	средний	завыш	завыш	сверхуверен	низкий
19	Богдан Ф.	высокий	адекват	завыш	неуверен	средний
20	Александр Ш.	средний	заниж	адекват	уверен	средний
21	Анастасия Ш.	средний	заниж	адекват	уверен	средний

Статистическая обработка данных

С целью сравнения уровней сформированности Я-концепции у детей экспериментальной группы до и после проведения формирующего эксперимента мы применили статистический метод обработки данных. Так как экспериментальные данные получены по ранговой шкале и выборки независимы, то необходимо использовать статистический метод U-критерия Манна-Уитни.

Определим гипотезы:

H_0 – достоверного различия между выборками не существует;

H_1 – существует достоверное различие между выборками.

Таблица 1 – Частота встречаемости детей с различными уровнями сформированности Я-концепции в контрольной группе

Уровень выраженности сформированности Я-концепции	1	2	3	N
Частота встречаемости уровня у детей младшего шк.возраста	7	11	3	21

На основе приведенных данных находим моду M_o и медиану M_e .

$$M_o=3$$

$$M_e=3$$

$$Nme=13$$

Таблица 2. – Частота встречаемости детей с различными уровнями сформированности Я-концепции в контрольной группе

Уровень выраженности сформированности Я-концепции	1	2	3	N
Частота встречаемости уровня у детей младшего шк. возраста	4	10	6	20

На основе приведенных данных находим моду M_o и медиану M_e .

$$M_o=3.$$

$$M_e=3.$$

$$Nme=13.$$

Таблица 3. – Сводная частотная таблица

Уровень развития	1	2	3	N
Количество детей, 1 выборка (контрольная группа)	7	11	3	21
Количество детей, 2 выборка (экспериментальная группа)	4	10	6	20

Таблица 4. – Ранжирование сводной выборки

№ пп	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Значение	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2
Код группы	к	к	к	к	к	к	к	э	э	э	э	к	к	к	к	к	к
Ранг	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	28	28	28	28	28	28

Продолжение таблицы 4

№ пп	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Значение	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Код группы	к	к	к	к	к	э	э	э	э	э	э	э	э	э
Ранг	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28

Окончание таблицы 4

№ пп	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41
Значение	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Код группы	э	к	к	к	э	э	э	э	э	э
Ранг	28	40,5	40,5	40,5	40,5	40,5	40,5	40,5	40,5	40,5

$$R_k=9*7+28*11+40,5*3=63+308+121,5=492,5$$

$$R_{\text{Э}} = 9 \cdot 4 + 28 \cdot 10 + 40,5 \cdot 6 = 36 + 280 + 243 = 559$$

Проверка:

$$R = R_{\text{Э}} + R_{\text{К}} = 492,5 + 559 = 1051,5,$$

$$\Sigma = N \cdot (N+1) / 2 = 41 \cdot 42 / 2 = 1051,5$$

1051,5 = 1051,5, следовательно, $R = \Sigma$, следовательно, ранжирование и подсчет ранговых сумм проведены верно.

Далее рассчитываем $U_{\text{Эмп}}$ по следующей формуле:

$$U_{\text{Эмп}} = (N_1 \cdot N_2) + N_x \cdot (N_x + 1) / 2 - R_x = (20 \cdot 21) + 20 \cdot (20 + 1) / 2 - 559 = 420 + 210 - 559 = 71$$

Где N_1 – объем выборки экспериментальной группы,

N_2 – объем выборки контрольной группы,

N_x – объем выборки, имеющей наибольшее значение ранговой суммы R ,

R_x – наибольшая из ранговых сумм.

Найдем $U_{\text{кр}}$.

67 для $\rho \leq 0,05$

$U_{\text{кр}} =$,

92 для $\rho \leq 0,01$

Если $U_{\text{Эмп.}} > U_{\text{крит.}}$, то принимаем H_0 и отвергаем H_1

Если $U_{\text{Эмп.}} \leq U_{\text{крит.}}$, то принимаем H_1 и отвергаем H_0

так как

71 < 67, то принимаем H_1 и отвергаем H_0

224 > 92, то отвергаем H_1 и принимаем H_0

Следовательно, в результате проведенных статистических исследований мы принимаем H_1 на 0,95 %.

Следовательно, выявлены достоверные различия между уровнем сформированности Я-концепции экспериментальной и контрольной групп после проведения формирующего эксперимента.