

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

Факультет начальных классов  
Кафедра психологии и педагогики начального образования

**ВЕРИГИНА ВИОЛА СЕРГЕЕВНА**

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ САМООЦЕНКИ В МЛАДШЕМ  
ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ**

44.03.01 Педагогическое образование направленность (профиль)  
образовательной программы  
Начальное образование

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой

канд. психол. наук, доцент Мосина Н.А.

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20 г.



Научный руководитель

канд. психол. наук, доцент Мосина Н.А.

Дата защиты

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20 г.



Обучающийся

Веригина В.С.

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20 г.



Оценка \_\_\_\_\_

Красноярск  
2020

## Содержание

ВВЕДЕНИЕ .....	3
ГЛАВА 1. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ САМООЦЕНКИ В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ .....	6
1.1 Понятие самооценка в психолого-педагогической литературе	6
1.2 Психологические особенности развития детей младшего школьного возраста .....	13
1.3 Методы и приемы по развитию адекватной самооценки в младшем школьном возрасте в образовательном процессе.....	19
ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ИЗУЧЕНИЮ АКТУАЛЬНОГО УРОВНЯ РАЗВИТИЯ САМООЦЕНКИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ .....	32
2.1. Методическая организация исследования.....	32
2.2. Результаты эксперимента и их обсуждение .....	38
2.3 Рекомендации учителям, родителям .....	49
Выводы 2 глава.....	55
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	56
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ .....	59
ПРИЛОЖЕНИЕ .....	65

## ВВЕДЕНИЕ

«Легче вырастить сильных людей, чем исправить сломленных мужчин». Мудрые слова американского аболициониста Фредерика Дугласа кажутся явно интуитивными. Однако воспитание способностей к успеху и укрепление уверенности за счет подготовки учащихся к успеху и частого предоставления положительных отзывов являются важными задачами, как учителей, так и родителей. У детей должна быть хорошая самооценка по ряду причин, так как это влияет практически на все аспекты их жизни. Хорошая самооценка не только улучшает успеваемость, но также укрепляет социальные навыки и способность развивать поддерживающие и прочные отношения.

Отношения со сверстниками и учителями наиболее благоприятны, когда у детей есть адекватная самооценка. Дети с высокой самооценкой также лучше подготовлены к тому, чтобы справляться с ошибками, разочарованиями и неудачами, а также с большей вероятностью выполнять сложные задачи и ставить собственные цели.

Подготовка учащихся к самостоятельному совершенствованию своих знаний как одна из центральных задач школы на современном этапе делает особо значимой проблему формирования активной позиции учащегося в учебном процессе, превращения его в подлинного субъекта учебной деятельности. Последнее требует умения всесторонне и объективно оценить особенности своей личности и деятельности, т. е. определенного уровня развития самооценки. В связи с этим исследования, направленные на выявление психологических условий и закономерностей становления самооценки на разных возрастных этапах, приобретают чрезвычайную актуальность.

Теоретический анализ психолого-педагогической литературы показывает, что в науке накоплены определенные познания о сущности самооценки и способах ее формирования у школьников. В исследованиях

Б.Г. Ананьева, А.В. Запорожца, Д.Б. Эльконина и др. показано, что чрезвычайно важным для формирования самооценки является школьный возраст - период ее происхождения. А.Н. Леонтьев, В.С. Мерлин, В.В. Столин, И.Н. Чеснокова, Е.В. Шорохова и др. ученые в своих работах исследуют самооценку как внутреннее ядро личности, как ее сознательное начало, как сгусток индивидуального самосознания, как систему представления о себе. Самооценке как личностному образованию отводится центральное место в общем контексте формирования личности, ее возможностей, способностей, направленности, активности, общественной значимости.

Формирование самооценки помогает учащимся правильно оценивать свои учебные достижения, способности, возможности, достоинства и недостатки, способствует саморегуляции учебной деятельности. Ученик по-разному оценивает свою учебную деятельность в зависимости от использования учителем различных методов, форм и средств контроля.

Актуальность данного вопроса обусловила выбор темы исследования «Особенности проявления самооценки в младшем школьном возрасте».

Цель работы: выявить актуальный уровень развития самооценки у детей младшего школьного возраста и разработать рекомендации развития адекватной самооценки у детей младшего школьного возраста для учителей и родителей.

Объект исследования: процесс развития самооценки у младшего школьника.

Предмет исследования: актуальный уровень развития самооценки у младшего школьника

Гипотеза: самооценка младших школьников имеет свои особенности, а именно:

- уровень адекватной самооценки у младших школьников зависит от формирования и становления всех личностных характеристик школьника;

- успешность младших школьников в учебной деятельности зависит от формирования уровня самооценки младших школьников.

Задачи исследования:

1. Изучить психолого – педагогическую литературу по теме развития самооценки;
2. Раскрыть психологические особенности развития детей младшего школьного возраста;
3. Выделить методы и приемы по развитию адекватной самооценки в младшем школьном возрасте в образовательном процессе;
4. Подготовить диагностический инструментарий;
5. Выявить актуальный уровень формирования самооценки у младших школьников;
6. Выделить рекомендации учителям, родителям по развитию адекватной самооценки младших школьников.

Методы исследования:

- анализ психолого-педагогической литературы по теме исследования; анализ и обобщение экспериментальных данных, формулирование выводов и методических рекомендаций по теме исследования;
- педагогический эксперимент;
- интерпретация результатов исследования.

База исследования МБОУ “СШ № 41” Красноярского края, г. Норильск в 2 «Б». В исследовании участвовало 23 обучающихся.

# ГЛАВА 1. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ САМООЦЕНКИ В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

## 1.1 Понятие самооценка в психолого-педагогической литературе

В последние десятилетия самооценка привлекала большое внимание социальных психологов, психологов, занимающихся вопросами развития, и клинических психологов. Самооценка - одна из наиболее широко изучаемых тем в психологии; более 35 000 публикаций посвящены тому, как люди относятся к себе. Причина такого пристального внимания, скорее всего, заключается в том, что самооценка связана с рядом важных жизненных результатов, включая психологическую адаптацию, академическую успеваемость, физическое здоровье и удовлетворенность отношениями.

Принципы активной работы, самооценки и саморазвития сформулированы в трудах Б.Г. Ананьева, Б.Ф. Ломова, Л.И. Божович, А.Н. Леонтьева, В. В. Столина В.А. Петровский, С. Рубинштейн, В.А. Ядов и другие работы. Данные авторы понимают самооценку как сложный и многогранный компонент самосознания. Во многих работах прослеживается утверждение о том, что самосовершенствование и самореализация рассматриваются как основные формы самооценки [5,15,26].

Многие авторы, в частности Дж. Хол, Л. Планкетт, Г. Хейс, С. Кэссиди [3] и другие участвовали в изучении процессов, связанных с саморегулированием в различных сферах жизни. По мнению Л.С. Выготского, развитие способности к саморегулированию должно привести к приобретению личности умения реагировать на ситуацию, видеть проблему и анализировать противоречия, ставить цель, планировать и прогнозировать результат деятельности, разработать критерии качества, самостоятельно контролировать и исправлять [7].

В психологии ученые сформулировали большое количество определений самооценки. По мнению А.Н. Леонтьева, самооценка является важным условием, при помощи которого человек формируется в личность

[25]. А.Г. Спиркин определяет самооценку через «отношение к себе», которое наряду с познанием себя входит в самопознание [31]. Другое определение самооценки даёт Н. Бранден в своей книге «Мощь самооценки» [10].

Самооценка - это 1. Быть уверенным в своих возможностях и уметь добиваться поставленных целей. 2. Быть уверенным в своих правах на счастье, иметь чувство достоинства, иметь право на удовлетворение своих потребностей и желаний, уметь наслаждаться результатами своей деятельности. И.И. Чеснокова, даёт определение самооценке как слияние самопознания и отношения к себе, имеющий твёрдый характер [22,32].

В этой исключительно разнообразной литературе исследуются многочисленные вопросы, связанные с самооценкой, включая ее потенциальные причины, последствия. Несмотря на значительное эмпирическое внимание, уделяемое самооценке, существуют важные вопросы, требующие дополнительного внимания со стороны ученых, такие как структура самооценки, групповые различия в самооценке, связь самооценки с важными жизненными результатами и неоднородный характер самооценки.

С.Л. Рубинштейн утверждает, что самооценка как важнейший компонент целостного самосознания личности, является необходимым условием гармонических отношений человека, как с самим собой, так и с другими людьми, с которыми он вступает в общение и взаимодействие [36].

Другой группой исследователей (Л.П. Гримак, А.С. Липкина, Г.К. Селевко, Н.С. Славин) рассматривались вопросы, связанные с особенностями самооценок, их взаимосвязью с оценками окружающих.

Самооценка, как отмечает Л.С. Божович, является человеческим побудителем поведения и развития личности [8]. В своих трудах Божович Л.И. ставит ударение на многозначности критериев самооценки. Человек оценивает себя с помощью двух путей: 1) путём сопоставления уровня своих

притязаний с объективными результатами своей деятельности. 2) путём сравнения себя с другими людьми.

В работах И.И. Чесноковой, В.В. Столина, С.Р. Пантелеева и ряда других авторов самооценка называется центральным звеном сферы самосознания личности, выполняющим, прежде всего, регуляторные роли в поведении. Развитие этой роли исследователи обоснованно связывают со становлением ее устойчивости, так как именно устойчивая самооценка выражает уже сформировавшееся отношение человека к себе и может оказывать существенный эффект на его поведение.

Понятие самооценки было детально исследовано Р. Бернсом. Ученый рассматривал самооценку в составе системы, известной как «Я - концепции личности». По мнению Р. Бернса Я - концепция - это совокупность всех представлений индивида о себе, сопряженная с их оценкой [7]. Я - концепция - важный термин, как для социальной, так и для гуманистической психологии. Я - концепция - это общий термин, используемый для обозначения того, как кто-то думает, оценивает или воспринимает себя. Осознавать себя - значит иметь представление о себе.

Согласно Р. Бернсу выделяют 3 вида Я - концепции:

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

Льюис (1990) предполагает, что развитие самооценки имеет два аспекта:

1. экзистенциальное Я. Это «самая основная часть Я - схемы или Я концепции; ощущение того, что вы отделены и отличны от других, и осознание постоянства себя» (Вее, 1992). Согласно Льюису, осознание экзистенциального «я» начинается в возрасте двух-трех месяцев и частично возникает из-за отношения ребенка к миру;

2. категоричное Я. Осознав, что он или она существует как отдельное переживающее существо, ребенок затем осознает, что он или она также является объектом в мире. Ребенок осознает себя как объект, который можно испытать и который имеет свойства.

Карл Роджерс (1959) считает, что самооценка состоит из трех различных компонентов:

1. ваше мнение о себе (самооценка);
2. насколько вы цените себя (самооценку или самооценку);
3. кем бы вы хотели быть на самом деле (идеал). [17,41]

На самооценку человека влияют многие факторы, такие как влияние родителей, друзей, окружение, школа, СМИ и т. д. Говоря об источниках самооценки, важно отметить взаимозависимость и взаимодействие самооценки и ее внешних и внутренних детерминант. Схема взаимного влияния самооценки и ее детерминант указаны на рисунке 1.



Рисунок 1. Схема взаимного влияния самооценки и ее детерминант

Кун (1960) согласно своему исследованию самооценки с помощью теста «Двадцать утверждений» обнаружил, что ответы можно разделить на две основные группы. Это были социальные роли (внешние или объективные аспекты самого себя, такие как сын, учитель, друг) и личностные качества

(внутренние или аффективные аспекты самого себя, такие как общительность, нетерпеливость, юмористичность).

Самооценка означает степень, в которой мы любим, принимаем или одобряем себя, или насколько мы себя ценим. Самооценка всегда предполагает определенную степень оценки, и мы можем иметь как положительное, так и отрицательное мнение о себе.

В современной психологии существует три вида самооценки: заниженная, адекватная, завышенная. Эти виды характеризуют самооценку по ее уровню (величине). При рассмотрении самооценки важно отметить, что как высокий, так и низкий уровень могут быть эмоционально и социально вредными для человека. На самом деле считается, что оптимальный уровень самооценки находится в середине континуума. Для простоты объяснения исследователи часто называют людей с относительно низкими показателями самооценки «низкими самооценками», а людей с относительно высокими баллами - «высокими самооценками».

Высокая самооценка (мы положительно относимся к себе) приводит:

- уверенность в собственных силах;
- самопринятие;
- не беспокоясь о том, что думают другие;
- оптимизм.

Низкая самооценка (мы негативно относимся к себе) приводит:

- отсутствие доверия;
- хотите быть / выглядеть как кто-то другой;
- всегда беспокоюсь о том, что могут подумать другие;
- пессимизм.[10,28]

Исследования показали ключевые различия между людьми с высокой и низкой самооценкой. Например, люди с высокой самооценкой сосредоточены на росте и совершенствовании, тогда как люди с низкой самооценкой стараются не делать ошибок в жизни. Людей с низкой самооценкой больше беспокоят неудачи, и они склонны преувеличивать

события как негативные. Часто интерпретируют не критические комментарии как критические, с большей вероятностью будут испытывать социальную тревогу и низкий уровень межличностной уверенности.

Это, в свою очередь, затрудняет социальное взаимодействие с другими людьми, поскольку они чувствуют себя неловко, застенчиво, бросаются в глаза и не могут адекватно выразить себя при взаимодействии с другими. Более того, люди с низкой самооценкой, как правило, пессимистично относятся к людям и группам в обществе.

Исследования также показали, что низкая самооценка связана с повышенным риском подростковой беременности.

Гиндон (2002) попросил школьных консультантов перечислить пять характеристик, которые лучше всего описывают учащихся с низкой самооценкой: Замкнутый / застенчивый / тихий; Небезопасный; Неуспевающий; Отрицательное отношение; Несчастный; Социально некомпетентный; Злой / враждебный; Немотивированный; Подавленный; Зависимый / последователь; Плохая самооценка; Не склонный к риску; Не хватает уверенности в себе; Плохое общение; Действует вне. [5,39]

Морс и Герген (1970) показали, что в неопределенных или вызывающих тревогу ситуациях наша самооценка может быстро измениться. Аргайл (2008) считает, что на самооценку влияют четыре основных фактора:

1. реакция окружающих. Если люди восхищаются нами, льстят нам, ищут нашу компанию, внимательно слушают и соглашаются с нами, мы, как правило, развиваем положительную самооценку. Если они избегают нас, пренебрегают нами, рассказывают нам о себе то, что мы не хотим слышать, у нас развивается негативное представление о себе.

2. сравнение с другими. Если люди, с которыми мы сравниваем себя, кажутся более успешными, счастливыми, богаче, лучше выглядящими, чем мы сами, мы склонны развивать негативное представление о себе, но если они менее успешны, чем мы, наш имидж будет положительным.

3. социальные роли. Некоторые социальные роли несут престиж, например, врач, пилот авиакомпании, телевидение, ведущий, футболист премьер-лиги, а это способствует повышению самооценки. Другие роли несут клеймо. Например, заключенный, пациент психиатрической больницы, сборщик мусора или безработный.

4. идентификация. Роли не просто «где-то там». Они также становятся частью нашей личности, то есть мы идентифицируем себя с занимаемыми позициями, ролями, которые мы играем, и группами, к которым мы принадлежим.

Но не менее важным, чем все эти факторы, является влияние родителей и ближайшего окружения.

Следовательно, между самооценкой, эго-идеалом и самооценкой существует тесная взаимосвязь.

Идеальное «я» человека может не соответствовать тому, что на самом деле происходит в жизни и опыте человека. Следовательно, может существовать разница между идеальным «я» человека и реальным опытом. Это называется неконгруэнтностью. Когда идеальное «я» человека и реальный опыт совпадают или очень похожи, существует состояние конгруэнтности. Развитие конгруэнтности зависит от безусловного положительного отношения. Роджер считал, что для самореализации человек должен находиться в состоянии конгруэнтности.

Майкл Аргайл говорит, что на его развитие влияют четыре основных фактора:

1. как другие (особенно важные) реагируют на нас;
2. как мы думаем, что сравниваем с другими;
3. наши социальные роли;
4. степень, в которой мы отождествляем себя с другими людьми.

Самооценка не только зависит от социальной поддержки и успехов/неуспехов в деятельности, но и сама определяет эти успехи и качество взаимоотношений.

Итак, проанализировав литературу по проблеме исследования, опираясь на позиции авторов Б.Г. Ананьева, М. Розенберга, А.Г. Спиркина, мы формулируем следующее определение самооценки.

Самооценка - это оценка личностью самого себя, своих достижений, возможностей, значимости среди других людей. Существует три вида самооценки: заниженная, адекватная и завышенная. Понимание сущности самооценки, особенностей ее развития и формирования, определение факторов влияющих на ее становление считается, на наш взгляд, по праву одной из самых актуальных задач современной психологической науки и требует подробного рассмотрения.

## **1.2 Психологические особенности развития детей младшего школьного возраста**

Младший школьный возраст называют пиком детства. В ребенке сохраняются многие детские качества - легкомыслие, наивность, взгляд на взрослого снизу вверх. Но он уже начинает терять детскую непосредственность в поведении, у него другая логика мышления. Стремясь избавиться от родительской зависимости, он все чаще обращается за идеями и знаниями к взрослым, которым доверяет.

Младший школьный возраст - классическое время для формализации моральных идей и правил. Конечно, раннее детство тоже вносит весомый вклад в нравственный мир ребенка, но пресс «правил» и «законов», которые нужно претворять в жизнь, идея «нормы», «долга» - все это - это типичные черты моральной психологии, которые определяются и формируются именно в младшем школьном возрасте. В эти годы ребенок обычно «послушен»; он с интересом и энтузиазмом в душе принимает разные правила и законы. Младший школьный возраст - очень благоприятное время для усвоения многих моральных норм. Дети хотят соответствовать этим нормам, что при

правильной организации обучения способствует формированию у них положительных нравственных качеств.

Младший школьный возраст по многим аспектам является ключевым возрастом для формирования личности. Этот период так же называют - периодом значительных позитивных изменений. Поэтому очень важны достижения самого ребенка: а) в познании; б) в приобретении умений и навыков учебной деятельности; в) во взаимоотношениях со сверстниками, учителями и родителями; г) в обретении уверенности в себе, своих возможностях; д) в развитии потребности в успехе.

Начало младшего школьного возраста определено моментом поступления в школу. В этот период происходит как физическое, так и психофизиологическое развитие ребенка, обеспечивающее возможность систематического обучения [13]. Уникальные потребности и сильные стороны типичных детей младшего школьного возраста, определяют одиннадцать ключевых характеристик учащихся начальной школы - их образ мышления и взаимодействия с миром, а также их жажду обучения. Каждая из этих характеристик основана на трудах психологов и педагогов развития, таких как Лев Выготский, Мария Монтессори и Жан Пиаже, а также на недавних рецензируемых исследованиях и опыте преподавателей начальной школы:

- находят безопасность в ритме, ритуалах и повторении;
- учатся через игру и исследуют мир;
- хотят принадлежать к безопасному, красивому и хорошему сообществу;
- «понимают» мир сначала через свое тело;
- стремятся к независимости и мастерству и преуспевают в естественном мире;
- используют рассказы, чтобы придать смысл;
- ищут закономерности в окружающем их мире;
- создают свою идентичность и наводят мосты между культурами;

- выражают себя сложным образом.

Дети школьного возраста чаще всего обладают плавной и сильной моторикой. Однако их координация (особенно зрение и рука), выносливость, равновесие и физические способности различаются. У детей этого возраста будут большие различия в росте, весе и телосложении. Важно помнить, что генетический фон, а также питание и физические упражнения могут повлиять на рост ребенка. Дети школьного возраста очень активны. Им нужна физическая активность и одобрение сверстников, и они хотят пробовать более смелые поступки.

Эмоциональное и социальное развитие глубоко взаимосвязаны. Эмоциональное развитие относится к тому, как ребенок чувствует, понимает и выражает свои эмоции. Эмоциональное развитие у детей школьного возраста выражается в основных эмоциях, таких как страх, радость, гнев и печаль. По мере развития ребенка возникают более сложные эмоции, такие как уверенность, надежда, вина и гордость. Эмоциональное развитие также включает способность ребенка чувствовать и понимать эмоции других людей через сочувствие. Многим детям школьного возраста трудно научиться правильно, регулировать и выражать эмоции[22,31].

Дети младшего школьного возраста склонны сосредотачиваться на себе и окружающем мире. Они упорно трудятся, чтобы узнать и понять, как их окружение может помочь им учиться, развиваться, и представить себе. Они сосредоточены на том, как они могут заставить мир вокруг себя переводиться и относиться к себе. Ожидается, что по мере взросления дети будут развивать набор навыков, которые позволят им взаимодействовать более широко. Для этого дети должны выйти за пределы своего собственного мира и принять во внимание эмоции, культуру и взгляды других людей. Эмоциональное развитие сильно влияет на социальное развитие. Как ребенок чувствует, понимает и выражает свои чувства, напрямую влияет на то, как он взаимодействует с другими людьми.

Ребенку младшего школьного возраста важно научиться справляться с неудачами или разочарованием, не теряя самооценки. Есть много причин неуспеваемости в школе, в том числе:

- нарушения обучаемости, такие как нарушение чтения;
- стрессоры, такие как издевательства;
- проблемы с психическим здоровьем, такие как беспокойство или депрессия.

Частые жалобы на физическое состояние (например, боль в горле, боли в животе, боль в руках или ногах) могут быть просто следствием повышенной осознанности тела ребенка. Хотя такие жалобы зачастую не имеют физических доказательств, их следует расследовать, чтобы исключить возможные состояния здоровья.

Принятие сверстников становится более важным в школьном возрасте. Дети могут участвовать в определенных формах поведения, чтобы стать частью «группы». Обсуждение такого поведения с вашим ребенком позволит ребенку почувствовать себя принятым в группе, не выходя за рамки стандартов поведения семьи.

Дружба в этом возрасте, как правило, складывается в основном с представителями одного пола. Фактически, дети младшего школьного возраста часто называют представителей противоположного пола «странными». По мере приближения к подростковому возрасту, дети становятся менее негативными по отношению к противоположному полу.

Ложь, обман и воровство - все это примеры поведения, которое дети школьного возраста могут «пробовать», когда они учатся согласовывать ожидания и правила, возложенные на них семьей, друзьями, школой и обществом. Родители должны справляться с таким поведением наедине со своим ребенком (чтобы друзья ребенка не дразнили их). Родители должны проявлять прощение и наказывать в соответствии с их поведением.

В школьные годы улучшается способность хранить и извлекать информацию из памяти, развивается метапамять. Дети не только лучше запоминают, но и могут размышлять о том, как они это делают.

7-11 лет - третий период психического развития по Пиаже - период определенных психических операций. Мышление ребенка ограничено проблемами, относящимися к конкретным реальным предметам. Присущий мышлению дошкольника эгоцентризм постепенно снижается, чему способствуют совместные игры, но полностью не исчезает. Особо мыслящие дети часто ошибаются, предсказывая результат [6,11].

На поведение и развитие детей влияет лидерство взрослых: авторитарное, демократическое или коварное (анархистское). Дети лучше себя чувствуют и более успешно развиваются в условиях демократического лидерства.

Начиная с шестилетнего возраста, дети все больше времени проводят со своими сверстниками, причем почти всегда одного пола. Популярные дети обычно хорошо адаптируются, комфортно себя чувствуют среди сверстников и, как правило, способны к сотрудничеству.

Дети по-прежнему много времени уделяют игре. Игра развивает чувство сотрудничества и соперничества, приобретает личное значение таких понятий, как справедливость и несправедливость, предубеждение, равенство, лидерство, подчинение, преданность, предательство. Игра приобретает социальную окраску: дети изобретают тайные общества, клубы, секретные карты, шифры, пароли и особые ритуалы.

С того момента, как ребенок пойдет в школу, его эмоциональное развитие больше, чем раньше, зависит от опыта, который он приобретает вне дома. Страхи ребенка отражают восприятие мира, рамки которого сейчас расширяются. На смену необъяснимым и выдуманным страхам прошлых лет приходят другие, более осознанные: уроки, уколы, природные явления, отношения между сверстниками. Время от времени дети школьного возраста не хотят ходить в школу. Симптомы (головная боль, спазмы желудка, рвота,

головокружение) широко известны. Это не симуляция, и в таких случаях важно как можно скорее выяснить причину. Это может быть страх неудачи, страх критики со стороны учителей, страх быть отвергнутым родителями или сверстниками. В таких случаях помогает доброжелательный и постоянный интерес родителей к посещаемости ребенком школы.

Подчеркивая характерные черты детей этого возраста, необходимо в то же время отметить, что дети разные. Индивидуальные различия касаются и когнитивной сферы: у одних зрительный тип памяти, у других слуховой, у третьих зрительно-моторный и т. д.

Пренебрежение индивидуальными особенностями учащихся в процессе обучения приводит к возникновению у них различного рода трудностей и усложняет путь к достижению поставленных целей.

В возрасте семи-одиннадцати лет ребенок начинает понимать, что он представляет собой некую индивидуальность, которая, конечно, подвержена социальным воздействиям. Ребенку важно научиться справляться с неудачами или разочарованием, не теряя самооценки. Дети школьного возраста учатся распознавать, что вызывает стресс и как это влияет на их поведение. Некоторые дети могут по-прежнему открыто разыгрывать свои чувства, тогда как другие будут держать стресс при себе. Он знает, что отличается от других и переживает своей уникальностью, своим «я», стремится утвердиться среди взрослых и сверстников. Он развивается благодаря развитию самосознания и обратной связи с окружающими, чье мнение они ценят.

Младший школьный возраст - завершение развития самосознания. Следует отметить, что в среднем в детстве самооценка относительно высока. Однако существуют индивидуальные различия, и некоторые дети, к сожалению, испытывают чувство заниженной самооценки. Низкая самооценка у детей, как правило, связана с физическим наказанием и отказом родителей в любви и привязанности[9,19].

В социальном отношении дети с низкой самооценкой могут быть замкнутыми или застенчивыми, им трудно развлекаться. Хотя у них может быть широкий круг друзей, они более склонны поддаваться групповому давлению и более уязвимы для издевательств. В школе они избегают пробовать новое (из страха потерпеть неудачу) и легко сдаются.

Исходя из вышесказанного, младший школьный возраст сензитивен для становления такого компонента, как самооценка, которая характеризуется оценкой личностью самого себя, своих действий, своего положения в коллективе, определенного отношения к другим его членам. На формирование самооценки влияют разные факторы, такие как: общение с учителем, с одноклассниками, взаимоотношения в семье, от семейного воспитания. В младшем школьном возрасте могут сформироваться все виды самооценок, такие как: адекватная устойчивая, завышенная устойчивая, неустойчивая в сторону завышения или занижения.

### **1.3 Методы и приемы по развитию адекватной самооценки в младшем школьном возрасте в образовательном процессе**

Ведущей деятельностью в младшем школьном возрасте является учебная деятельность, в которой формируются новообразования личности. Поэтому очень важно изучать специфику формирования и протекания учебной деятельности в этом возрасте. Так как одним из важных системообразующих качеств личности является самооценка, то представляется значимым проследить специфику формирования самооценки в младшем школьном возрасте, выявить связь самооценки с успешностью учебной деятельности.

Формирование самооценки - процесс длительного периода времени. Ею нужно заниматься, развивая различные области и стороны личности ребенка.

Эмоциональное и психологическое развитие детей в младшем школьном возрасте включает понимание, контроль и выражение ряда эмоций, таких как счастье, страх и гнев. Это также включает развитие у ребенка самооценки, уверенности, доверия и привязанности к значимым людям.

Теплая, любящая и отзывчивая среда имеет решающее значение для развития адекватной самооценки в младшем школьном возрасте. На это сильно влияет то, как ребенок взаимодействует с взрослыми и близкими им детьми. Заботливые, поддерживающие и позитивные взаимодействия позволяют ребенку развить доверие и привязанность к близким людям. Тогда они смогут чувствовать себя в безопасности в своей среде и в отношениях, которые они устанавливают с другими.

То, как дети растут, чтобы уважать себя и свой выбор, является важной частью их развития. По мере развития дети также начинают осознавать свои чувства и учатся их выражать. Важно замечать любые изменения в уровне участия ребенка в общественной деятельности, так как это может означать, что у него есть определенные трудности или его социальные, эмоциональные или психологические потребности не удовлетворяются.

Для формирования адекватной самооценки младших школьников, учитель может использовать разные источники и механизмы. Ряд работ посвящен раскрытию динамики адекватности самооценки в младшем школьном возрасте. Изучая первоклассников, Э.В. Витушкина и Т.В. Кружилина подчеркивают, что «большинству учащихся свойственна высокая самооценка, но она не всегда адекватна» [5,7,15].

Задача педагога детей школьного возраста так же состоит в том, чтобы наблюдать и оценивать детей, находящихся на их попечении: способность устанавливать и поддерживать отношения; способность управлять эмоциями; способность справляться со стрессом.

В школе у детей есть возможность научиться взаимодействовать с другими детьми и взрослыми социально приемлемыми способами. Они

начинают наблюдать, а затем следят за тем, что делают другие. Педагогу важно следить за признаками того, что ребенок может быть перегружен стрессом, чтобы вы могли помочь ему справиться с ним здоровым образом.

Самооценка младшего школьника конкретна, существует тенденция к переоценке собственных способностей, возможностей, достигнутых результатов. На самооценку влияет учебная деятельность и стиль воспитания родителей и учителя. В рамках развития адекватной самооценки детей младшего школьного возраста необходимо ориентироваться на индивидуальные потребности учащегося.

Существует много различных методов и приемов формирования адекватной самооценки в младшем школьном возрасте в образовательном процессе. В образовательном процессе для развития адекватной самооценки применяются 3 основных метода, указанных в таблице 1.

Таблица 1

Методы, применяемые в образовательном процессе для развития адекватной самооценки

Метод	Практические рекомендации для развития адекватной самооценки
Оценка	Оценки делаются частными, а не общедоступными. Разрешить учащимся улучшать оценки, переделывая работу. Избегать выставления оценок, позволяющих лишь нескольким учащимся получить высокие оценки.
Группировка	Избегать использования групп умений для обучения. Сделайте членство в группе гибким; позволяют переходить от одной группы к другой.
Задачи	Предоставляйте индивидуализированные задания, в которых все участники могут добиться успеха. Снизить акцент на соревновании с другими учениками; подчеркнуть улучшение по сравнению с предыдущая успеваемость школьника

Методы формирования адекватной самооценки младших школьников:

- метод оценивания школьника взрослым;
- метод поощрения со стороны взрослого;
- создание ситуации успеха;
- упражнения;
- игры (сюжетно-ролевые, игры-инсценировки, дидактические, подвижные);
- тренинги с участниками образовательного процесса.

Педагог предлагает детям изобразить себя в качестве любимого или вообще любого сказочного персонажа с выдуманным именем. Описать качества, какими наделен персонаж, и на основе этого опытный специалист способен определить, какая личность скрывается за тем или иным рисунком.

Комплексный подход к проблеме предполагает разработку специальных опросов. Проведя анализ ответов учеников, психолог определит адекватность самооценки каждого и отклонения от нормы.

Обратная связь, которую получают дети в образовательном процессе, играет главную роль в развитии их самооценки, особенно когда она исходит от наставников. Непродуктивная, чрезмерно критическая обратная связь может быть очень болезненной для учащихся и привести к заниженной самооценке. Положительная и продуктивная обратная связь может иметь противоположный эффект. То, что дети слышат о себе и своих способностях, влияет на их мнение о себе.

Кэрол Двек утверждает, что обратная связь с детьми должна быть целенаправленной, а не личностной. Она утверждает, что этот тип похвалы более эффективен и, в конечном итоге, с большей вероятностью прививает школьнику установку на рост или веру в то, что они могут «расти», совершенствоваться и развиваться, прилагая усилия.

Не злоупотреблять своими положительными отзывами в отношении школьника. Такие утверждения, как «Я горжусь тобой» и «Ты действительно

хорошо разбираешься в математике» не только бесполезны, но также могут побудить детей развивать завышенную самооценку, основанную только на похвале. Вместо этого привлекают внимание к конкретным усилиям и стратегиям, примененным к задачам. Таким образом, школьники воспринимают обратную связь как полезную и мотивирующую. Необходимо исключить как себя, так и учащегося из своих отзывов и комментировать только их работу, особенно улучшения: «Я могу сказать, что вы делаете меньше ошибок в вычислениях, когда не торопитесь», «Вы действительно улучшили свой почерк, я знаю, что вы очень много над этим работали».

Используя целенаправленную обратную связь, педагог положительно влияет на самооценку и поддерживает мотивационный уровень ребенка для достижения академических целей [23,35].

Некоторых учеников нужно побуждать указать, что они могут делать хорошо и что им нравится. Для некоторых детей потребуется подсказка, упражнение.

Дифференцированное обучение - ключ к обеспечению того, чтобы ученики получали необходимую им поддержку. Приступая к работе, следует создавать для школьника задачи, которые не являются настолько сложными, что их невозможно выполнить, но достаточно сложными, чтобы они почувствовали чувство выполненного долга после завершения.

Учиться на ошибках - еще одна прекрасная возможность подавать ученикам пример. Когда они увидят, что взрослый ошибается и терпеливо и оптимистично справляется со своими ошибками, они тоже начнут рассматривать ошибки как возможность для обучения.

Самым несложным инструментом возможно назвать известную методику цветных дорожек или светофора.

1. Цветные дорожки (Е. А. Фокина) дают возможность ребенку, используя разноцветные карандаши, самим оценить то, как он принял материал, способен ли сделать задание, какие эмоции он переживает при

ответе на вопросы. Выбрав один из трех цветов, ребята делают пометки в своих тетрадях рядом с домашней или классной работой.

- красный цвет — это сигнал тревоги: я этого не могу, мне трудно;
- желтый — неуверенности: я не совсем в этом разобрался,
- зеленый — благополучия: мне все понятно, я с этим справлюсь.

Учитель, взяв тетради учеников, видит, кто из них и в каком вопросе нуждается в помощи.

2. Светофор (И. А. Гурова), другой вариант той же методики, дает возможность посылать учителю сигналы в реальном времени, по ходу урока. У детей для этого есть три карточки тех же трех цветов. Отвечая на вопрос учителя, получив задание, дети оценивают свои возможности и поднимают красную, желтую или зеленую карточку, сообщая о том, насколько им по силам предложенная задача. Зажигая вместе с детьми светофор в наиболее важных моментах урока, учитель может быстро сориентироваться и увидеть, готов ли класс продолжить движение, достигнуты ли желаемые результаты, реализованы ли цели урока (1-2 класс).

3. Смайлики (Л. В. Соколова). Если ты доволен собой, у тебя все получалось, то поднимай улыбающееся лицо. Если тебе на уроке было временами непросто, не все получалось, то поднимай такое лицо «спокойное». Если тебе на уроке было сложно, многое не получалось, то поднимай грустное лицо.

4. Солнышко и туча (А. Н. Спицына). «Солнышко улыбается» - я работал отлично. «Солнышко серьезное» - я старался. «Тяжелые тучи» - я ничего не понял.

Такая оценка позволяет любому ребенку увидеть свои успехи (всегда есть критерий, по которому ребенка можно оценить, как успешного).

5. Лесенка успеха (Г. А. Цукерман).

1-я ступенька – ученик не понял новое знание, ничего не запомнил, у него осталось много вопросов; с самостоятельной работой на уроке не справился;

2-я и 3-я ступеньки – у ученика остались вопросы по новой теме, в самостоятельной работе были допущены ошибки;

4-я ступенька – ученик хорошо усвоил новое знание и может его рассказать, в самостоятельной работе ошибок не допустил (диагностическая методика).

6. Карточка самовнушения (Е. В. Доценко). «Красный цвет» - цвет активности; «Белый цвет» - цвет успеха; «Синий цвет» – цвет стойкости, силы воли.

Для оценки этой же самостоятельной работы на уроке применяется еще один инструмент, автором которого является Г. А. Цукерман.

8. Радуга (Т. Н. Доронова). Учащимся выдается карточка – круг, разделенный на столько частей, сколько заданий учитель выносит на контроль. Каждое задание, выполненное правильно, дети отмечают красным цветом, с одной ошибкой – зеленым цветом, 3 и более ошибок – желтым цветом. Эффективно используется на уроках по обобщению и систематизации знаний.

9. Древо творчества (Л. П. Пономаренко). Данная методика используется для рефлексии собственной учебной деятельности в течение всего урока. Наиболее эффективно применяется на уроках закрепления и обобщения знаний по теме. На доске наглядный материал: ствол яблони, отдельно вырезанные листочки, цветы, яблоки, рядом с которыми указаны критерии оценивания. Яблоко – урок прошел плодотворно, лист – пропавший день, цветы – довольно неплохо. При подведении итога урока дети выбирают и прикрепляют на ствол яблони или яблоко, или лист, или цветок. В поле зрения учителя все дети. По собственному желанию дети комментируют свой выбор. Учителем фиксируются результаты тех детей, которые для оценки своей работы выбрали лист. Планируется коррекционная работа. На мой взгляд, данная методика универсальна. Ее можно использовать на различных уроках и в качестве пособия, например, урок русского языка, тема «Однокоренные слова».

10. Лесенка (В. Г. Щур). Предлагается лесенка из 5 ступеней. Каждый из детей рисует себя на той ступеньке, на которой считает нужным. Такая работа будет способствовать формированию и совершенствованию самооценки на каждом уроке или в начале и конце недели.

С целью формирования правильной самооценки необходимо использовать на уроках методику для работы в парах.

11. Сосед по парте (А. Г. Асмолов). Работу целесообразно проводить двумя способами:

1-й способ: сосед по парте оценивает рядом сидящего ученика сразу после выполнения самостоятельной работы, обосновывает свою оценку, указывает недочеты.

2-й способ: ученик сначала оценивает себя, затем идет обмен тетрадями и оценивание в паре. Если оценки совпали, то крестик соседа обводится кружком. Несоответствие оценок фиксируется крестиком соседа, взятого в кружок. Оценки совпали: оценки не совпали. Проверяя тетради, учитель может судить об адекватности оценки учащихся.

Описанные способы и инструменты дают лишь первое представление о возможностях, которые раскрывает перед учителем и учениками оценивание, построенное на диалоге и общем понимании учебных задач. Полезным для учителя результатом может быть не только освоение конкретных оценочных методик и применение их на уроке. Формирующее оценивание помогает каждому учителю получить информацию о том, как много и насколько успешно учатся его ученики. Педагоги могут на основе полученной обратной связи переориентировать преподавание так, чтобы дети учились более активно и с удовольствием. Вот несколько примеров использования методик развития самооценки у учеников на уроках. Следует отметить, что после первого года обучения уже наблюдаются положительные результаты работы по формированию самооценки младшего школьника:

- осознанное восприятие учащимися учебного материала,
- понимание границ своих знаний;

- в поступках детей уже чувствуется умение предвидеть результаты их деятельности, большинство умеют прогнозировать последствия;
- уверенность в способности освоения для самореализации и самоутверждения социального опыта;
- умение оценить свое положение в системе социальных отношений «взрослый – сверстник - я»;
- повышение уровня ответственности за учебную деятельность;
- самооценка и самоконтроль постепенно переходят во внеурочную деятельность.

Педагог в становлении самооценки должен придерживаться двух принципов: меры и системы.

Принцип меры основан на том, что любое личное качество хорошо до определенной степени развития. Его несоблюдение чревато появлением у ученика самомнения, нескритичности к себе. При этом он видит только свои достоинства, не замечая недостатков и, как следствие, не считает необходимым работать над самосовершенствованием. Он считает, что всегда и во всем должен быть первым, что физически невозможно. Это противоречие злит ребенка и причиняет ему страдания. В этом случае очень важно научить ребенка снимать мышечные и эмоциональные нагрузки [20].

Принцип системности, по мнению К.О. Казанской, предполагает разработку процесса целенаправленного формирования личности в соответствии с индивидуальным проектом для каждого человека, который учитывает его конкретные физиологические и психологические особенности, такие как: самооценка, темперамент, уровень тревожности, уровень притязаний [18].

Особое значение имеет учет внутренних движущих сил, потребностей человека, его сознательных устремлений. Включение ребенка в организованную взрослыми деятельность, в ходе которой развиваются многогранные отношения, консолидируют формы социального поведения, формируется необходимость действовать в соответствии с моральными

принципами, которые действуют как мотивы, стимулирующие деятельность и регулирующие отношения детей со сверстниками и взрослыми.

По словам М. Феннеля, дети могут недооценивать свои достижения, хотя каждому есть чем гордиться. Даже когда взрослые гордятся своими успехами, им часто трудно показать это. Выражение лица, тон голоса, походка обычно информируют окружающих о внутреннем состоянии человека. Поэтому гордость за свои успехи и достижения можно продемонстрировать ребенку, выразительно говоря об этом, сопровождая его слова выражениями лица и движениями[33].

Для того чтобы повысить самооценку, нужно поддерживать, проявлять заботу к ребенку и поддерживать его в любых ситуациях. Чтобы помочь ребенку снять эмоциональное и мышечное напряжение, можно научить его выполнять специальные упражнения. Можно использовать специальные игры для релаксации, также можно проводить игры с водой, песком, рисование красками. Для снятия напряжения можно использовать массаж.

Дети, становясь успешными, начинают себя оценивать позитивно. Детям важно делать то, что им нравится, и чем они могут гордиться. Чтобы ребенок стал успешным, нужно, чтобы были успешны и родители. Родители должны предоставлять ребенку стимулы к позитивному отношению к себе.

Дети оценивают себя через:

- игру;
- слушание сказок;
- просмотр мультфильмов;
- разговоры об определенных действиях;
- общение с другими.

Одним из любимых занятий детей младшего школьного возраста является игра. В игре дети могут оценивать и сравнивать все то, что они знают. Благодаря поддержке, которая есть в процессе игры, дети становятся более уверенными, тем самым они повышают свою самооценку. Нужно ребенку давать право выбора той или иной игры, однако иногда следует

помочь с выбором. В игре у ребенка может раскрыться много хороших черт личности, главное, чтобы эта игра была полезной, а не вредила ребенку. Иногда партнером в процессе игры могут быть взрослые, в остальных случаях - сверстники. Ребенок в игре с взрослым должен проявлять качества лидера.

Для повышения самооценки ребенка взрослым следует использовать определенные правила:

- хвалить ребенка при других детях (главное не переусердствовать);
- не заставлять ребенка делать что-то быстрее;
- не использовать задач, которые следует выполнить за определенное время;
- учить ребенка снимать напряжение;
- использовать релаксирующие занятия;
- давать ребенку право выбора;
- давать возможность оценивать себя положительно в процессе игры,

общения.

Таким образом, при организации образовательных мероприятий учитель должен сознательно и целенаправленно развивать самооценку учащихся. Рекомендуется, чтобы дети играли в игры, которые повышают самооценку, и расслабляющие игры, чтобы уменьшить мышечное и эмоциональное напряжение. Важно дать детям возможность делать то, чем они могут гордиться. Другими словами, чтобы развить адекватную самооценку учеников начальной школы, учитель должен следовать этим рекомендациям:

- методологически правильно строить оценочные мероприятия, которые помогают ребенку понять положительные и отрицательные качества их деятельности;
- поместить ребенка в ситуацию выбора. Это основное образовательное требование для формирования индивидуальности ребенка.

- когда учитель предлагает ученику сделать осознанный и желаемый выбор, он помогает им создать собственную уникальность;

- выполнять расслабляющие игры и упражнения. Это помогает снять мышечное напряжение, полностью или частично расслабить тело и укрепить нервную систему. Рекомендуется делать физические нагрузки после большой занятости.

Также следует запомнить, что самооценка, которая будет сформирована в детстве, окажет влияние на протяжении всей жизни. Она будет влиять на успеваемость, достижения в будущем.

Таким образом, проанализированные методы и приемы непосредственно влияют на формирование самооценки младших школьников.

## Выводы по 1 главе

Проанализировав литературу по проблеме исследования, опираясь на позиции авторов Б.Г. Ананьева, М. Розенберга, А.Г. Спиркина, мы формулируем следующее определение самооценки. Самооценка - это оценка личностью самого себя, своих достижений, возможностей, значимости среди других людей. Существует три вида самооценки: заниженная, адекватная и завышенная. Понимание сущности самооценки, особенностей ее развития и формирования, определение факторов влияющих на ее становление считается, на наш взгляд, по праву одной из самых актуальных задач современной психологической науки и требует подробного рассмотрения.

Самооценка влияет практически на все аспекты вашей жизни. Сохранение здорового и реалистичного представления о себе.

Младший школьный возраст сензитивен для становления такого компонента, как самооценка, которая характеризуется оценкой личностью самого себя, своих действий, своего положения в коллективе, определенного отношения к другим его членам. На формирование самооценки влияют разные факторы, такие как: общение с учителем, с одноклассниками, взаимоотношения в семье, от семейного воспитания. В младшем школьном возрасте могут сформироваться все виды самооценок, такие как: адекватная устойчивая, завышенная устойчивая, неустойчивая в сторону завышения или занижения. Проанализированные методы и приемы непосредственно влияют на формирование самооценки младших школьников.

## **ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ИЗУЧЕНИЮ АКТУАЛЬНОГО УРОВНЯ РАЗВИТИЯ САМООЦЕНКИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

### **2.1. Методическая организация исследования**

Теоретический отбор научной литературы по проблеме развития адекватной самооценки младших школьников предоставил возможность проведения диагностических методик для выявления актуального уровня развития самооценки.

Этапы исследования:

Первый этап организации – подготовительный. Заключается в определении цели и задач исследования, выбор предмета и объекта изучения и анализ научной литературы по проблеме исследования. Этот шаг также включает в себя основные знания о практике и подготовки выборки респондентов. Подбор методик и критериев формирования самооценки соответствующие возрастному уровню.

Второй этап – диагностический. Состоит в определении и выборе методов, направленных на изучение формирования знаний по теме исследования.

Третий этап – констатирующий. Состоит в проведении диагностики уровня развития самооценки младших школьников.

Четвертый этап оценки – заключается в обработке результатов. Анализ и выводы исследования будут проведены на качество и количество обработки.

Экспериментальную базу составят учащиеся 2 «Б» класса МБОУ “СШ № 41” Красноярского края, г. Норильск, в работе примут участие 23 школьника.

Задача констатирующего этапа исследования: выявление актуального уровня развития самооценки у младших школьников.

Педагогические критерии, указывающие на уровень формирования самооценки определяются по бальной системе:

- уровень самооценки: заниженный, оптимальный, завышенный
- уровень притязаний: низкий, средний, высокий
- динамика развития самооценочной деятельности: устойчивая

/неустойчивая, положительная/отрицательная, отсутствие динамики, психологические критерии:

- уровень общей самооценки (по Казанцевой Г.Н.): высокий, средний, низкий;

- частные (парциальные) самооценки - ум, авторитет, умения, уверенность (по Пригожину А.М.): завышенный, средний, заниженный.

Для нашего исследования итоговый уровень самооценки определялся на основании таблицы критериев и уровней, составленной по результатам анализа научной литературы таблица 2.

Таблица 2

### Критерии и уровни развития самооценки

Критерии	Уровни развития самооценки		
	Адекватная и адекватно завышенная	Неустойчивая	Неадекватно - заниженная
	Высокий	Средний	Низкий
Когнитивный компонент	Характеризуется реалистичной самооценкой ребенка: преимущественная ориентация при обосновании самооценки на знание своих особенностей; наличие способности к обобщению	Свойственны непоследовательные проявления реалистичных самооценок; ориентация ребенка при обосновании самооценки, основном, мнения окружающих, анализ конкретных фактов и ситуаций	Этот уровень отличают преимущественная неадекватность самооценки ребенка; обоснование эмоциональными предпочтениями (захотелось), отсутствие подтверждения

	ситуаций, в которых реализуются оцениваемые качества; глубокое и разностороннее содержание самооценочных суждений и употребление их преимущественно в проблемных формах.	самооценивания, наличие самооценочных суждений самого узкого содержания и их реализация, как проблематичных, так и категоричных формах.	самооценки анализом реальных фактов, неглубокое содержание самооценочных суждений употребление преимущественно категоричных формах.
Эмоциональный компонент	Считает себя уникальным. Принятие себя, уверенность в себе.	Критичность, стремление к самосовершенствованию.	Неудовлетворенность собой, критичность по отношению к себе.
Оценка учебной деятельности	Характер аргументации самооценки: любая другая аргументация.	Аргументация, направленная на качество выполненной работы.	Неустойчивость самооценки, о которой судят по степени совпадения выставленной самому себе отметки и ответов на поставленные вопросы.

Теоретический обзор научной психолого – педагогической литературы по проблеме развития самооценки младших школьников позволил определить методики для выявления актуального уровня развития самооценки у младших школьников:

1. Методика исследования самооценки личностных качеств Дембо-Рубинштейна. Цель: выявление уровня самооценки учащегося по заранее определенным личным качествам; выбор определенных личностных качеств обуславливается целями исследования. Материал для исследования послужит ряд шкал, условно указывающих на проявление различных личностных качеств (ум, характер, авторитет среди одноклассников и т.д.) таблица 3.

Под каждой чертой учащийся отметит свое качество в данный момент. Так же отмечает уровень развития этих качеств, сторон, при которых вы

были бы удовлетворены собой или почувствовали гордость за себя (приложение А).

Таблица 3

Уровни формирования самооценки у младших школьников

	Уровни сформированности самооценки личностных качеств Дембо-Рубинштейна		
	Заниженный уровень притязаний/ Заниженная самооценка	Норма притязаний/ Адекватная самооценка	Высокий уровень притязания/ Завышенная самооценка
Уровень притязаний	Индикатор неблагоприятного развития личности	Подтверждающий оптимальное представление о своих возможностях.	Удостоверяет нереалистическое, некритическое отношение к собственным возможностям
Критерии /баллы	Низкий/ До 60	Средний/60-89	Высокий/90-100
Самооценка	Проявляется сложности создания личностного благополучия	Проявляется в реалистичном оценивании личности по перечисленным в методике и другим параметрам	Школьнику трудно адекватно оценить свою, как учебную, так и трудовую деятельность. ребенок менее чувствителен к критике, мнению и оценкам окружающих людей.
Критерии /баллы	Заниженный/До 45	Оптимальный/45 – 74	Завышенный/ 75-100

Определения участников оценивались по трем критериям: наличию качеств, адекватности и степени обобщенности.

Данная методика выбрана для использования в исследованиях, для уточнения не только уровня самооценки, но и сформированное на ее основе представление о себе, тем самым позволяя определить методы и средства по

оптимизации самооценки подростков. Так же на уточнение характерных черт личности, как отдельно, так и в совокупности с другими методическими материалами.

2. Методика А. И. Липкиной «Три оценки». Цель методики: изучение уровня самооценки школьников.

Ученикам предлагается выполнить любое учебное задание в письменной форме. Учитель оценивает работу учеников тремя оценками: адекватной, завышенной и заниженной. Перед раздачей тетрадей ученикам говорят: «Три учительницы из разных школ проверяли ваши работы. У каждой сложилось разное мнение о выполненном задании, и поэтому они поставили разные оценки. Обведи кружком ту оценку, с которой ты согласен».

Данная методика выбрана для подтверждения данных, о том, что большую роль в процессе формирования самооценки и уровня притязаний играет мотив достижения успеха.

3. Методика В. Г. Щур «Лесенка». Цель методики: позволяет выявить уровень сформированности самооценки младших школьников.

Ребёнок должен условно поставить себя на ступень, соответствующую уровню проявления у него определённого качества.

Данная методика выбрана для подтверждения данных, полученных по предыдущим методикам, так как они аналогичны друг другу. Также данный опросник позволяет уточнить не только уровень самооценки, но и позволяет вовремя распознать проблемы, связанные с самооценкой детей.

4. Методика А. В. Захарова «Тест на определение эмоционального уровня самооценки»

Цель методики: позволяет выявить уровень сформированности эмоциональной самооценки младших школьников.

Опыт выполняется на основе проективной методики, включающей в себя 7 субтестов, в которых ребёнку необходимо выбрать своё место или место близких ему людей в схематичных рисунках. Все спонтанные

высказывания испытуемого при выполнении субтестов фиксируются в протоколе.

Данная методика выбрана для подтверждения данных, того, насколько адекватно ребёнок воспринимает особенности своего «Я – образа», осознает свою ценность и принимает себя; позволяет определить отношение с близкими людьми; определяет социальную заинтересованность, а также степень близости с той или иной категорией людей; определение степени эгоцентризма; позволяет выявить осознание своего сходства или своей уникальности (индивидуализация).

На основании анализа представленных методик можно сделать вывод, что диагностика самооценки младшего школьника является необходимым и самостоятельным компонентом психолого-педагогической деятельности. При организации и проведении диагностики важно учитывать возрастные и индивидуальные особенности детей, их состояние и настроение в данный момент. Важным условием диагностики является интерпретация данных на основании нескольких методик.

Уровни формирования самооценки младших школьников представлены в таблице 4.

Таблица 4

Уровни формирования самооценки у младших школьников

Блоки	Уровни сформированности самооценки		
	Завышенная самооценка	Адекватная самооценка	Заниженная самооценка
Методика В.Г. Щур «Лесенка»	Ребенок ставит себя на самую высокую ступень 6-7	Ребенок ставит себя на среднюю ступень 3-5	Ребенок ставит себя на самую низкую ступень 0-2
Методика А.В. Захарова «Тест на определение эмоционального	При расположении сверху треугольника признает превосходство. 6-7	Нормой для ребенка является указание на 3 – 4 круг слева. 3-5	Если ребенок указал себя вне треугольника, то можно сказать, что он чувствует себя

уровня самооценки»			отверженным. 0-2
Методика А. И. Липкиной «Три оценки»	Устойчивость или неустойчивость самооценки, о которой судят по степени совпадения характера выставленной учеником самому себе отметки и ответов на поставленные вопросы. 6-7	Устойчивость или неустойчивость самооценки, о которой судят по степени совпадения характера выставленной учеником самому себе отметки и ответов на поставленные вопросы. 3-5	Устойчивость или неустойчивость самооценки, о которой судят по степени совпадения характера выставленной учеником самому себе отметки и ответов на поставленные вопросы. 0-2
Общий уровень формирования самооценки	16-21 баллов	7-15 баллов	0-6 баллов
Критерии	Высокий	Средний	Низкий

Таким образом, мы определили этапы работы, подобрали методики, обозначили критерии и показатели уровней, с помощью которых будет установлен актуальный уровень сформированности самооценки у младших школьников по каждому из критериев.

## 2.2. Результаты эксперимента и их обсуждение

Первоочередно и во время всего исследования была применена методика наблюдения за школьниками. После наблюдения за испытуемыми был составлен анализ учащихся по оценкам в журнале (рисунок 2).

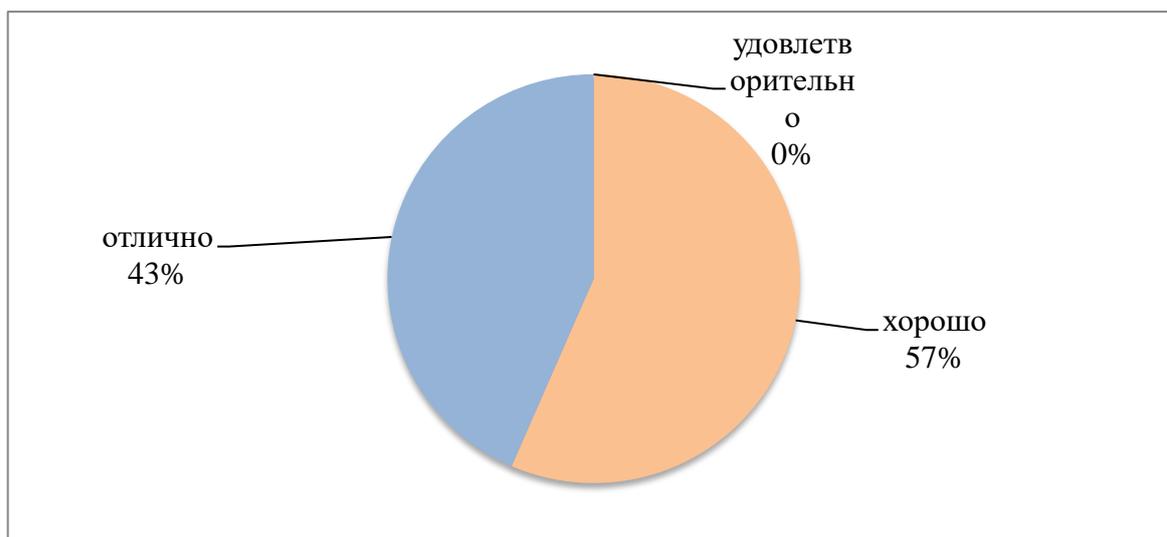


Рисунок 2 - Сравнительный обзор испытуемых и уровень обучения участников в исследовании

Исходя из полученных данных можно сказать о том, что обучающиеся не имеют отстающих среди школьников. Анализ оценочных данных учащихся 2 «Б» класса показал, что в классе больше хороших оценок (13 человек) 57% детей. На отлично учатся 43% детей (10 человек).

Далее была проведена методика исследования самооценки личностных качеств Дембо-Рубинштейна

Учащимся необходимо было оценить себя по шкалам:

I Здоровье;

II Ум, способности;

III Характер;

IV Авторитет у сверстников;

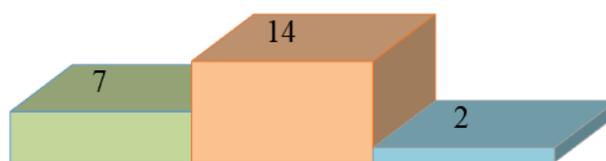
V Умение многое делать своими руками;

VI Внешность;

VII Уверенность в себе.

I шкала не учитывается.

Самооценка младших школьников представлена на рисунке 3



■ завышенная самооценка    ■ адекватная самооценка    ■ заниженная самооценка

Рисунок 3 - Результаты, полученные после интерпретации исследования по методике Дембо-Рубинштейна

Анализ данных показал, что самооценка большинства младших школьников адекватная:

У 14 школьников средний/ адекватный уровень самооценки, что отражает наиболее реальное представление о своих возможностях.

У 7 школьников высокий уровень самооценки, он указывает на определенные отклонения в формировании личности. Завышенная самооценка может подтверждать личностную незрелость, неумение правильно оценить результаты своей деятельности, сравнивать себя с другими; такая самооценка может указывать на существенные искажения в формировании личности — «закрытости для опыта», нечувствительности к своим ошибкам, неудачам, замечаниям и оценкам окружающих.

У 2 школьников отмечен низкий уровень самооценки, свидетельствует о крайнем неблагополучии в развитии личности. Эти ученики составляют «группу риска». За низкой самооценкой могут скрываться два совершенно разных психологических явления: подлинная неуверенность в себе и «защитная», когда декларирование (самому себе) собственного неумения, отсутствия способности и тому подобного позволяет не прилагать никаких усилий.

Результаты, полученные после интерпретации исследования по методике Дембо-Рубинштейн представлены на рисунке 4.

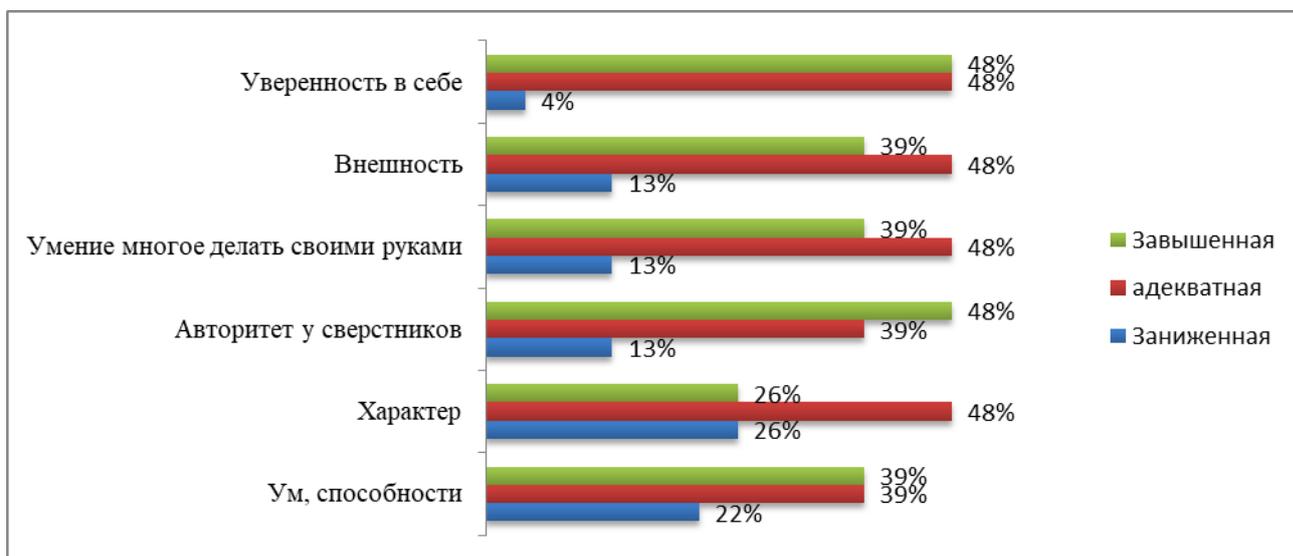


Рисунок 4 - Результаты, полученные после интерпретации исследования по методике Дембо-Рубинштейн

Если сравнивать все показатели по методике Дембо-Рубинштейна, то преобладает адекватная самооценка, но в большинстве показателей (физические, своего места в окружающем мире, нравственные) самооценка завышена.

Между тем уровень самооценки ума и средний уровень самооценки в выборке показали 39% (9 школьников), низкий уровень по шкале «ум, способности» показали 22% школьников. 9 школьников демонстрируют высокий уровень по параметру ум и общая самооценка.

Средний уровень по шкале «характер» в выборке показали 48% (11 школьников), низкий уровень по шкале показали 26% школьников. 6 школьников демонстрируют высокий уровень по параметру характер и общая самооценка.

Средний уровень по шкале «Авторитет у сверстников» в выборке показали 39% (9 школьников), низкий уровень по шкале показали 13% школьников.

39% (9 школьников) школьников демонстрируют высокий уровень самооценки по параметру «Умение многое делать своими руками» и общая самооценка. Средний уровень по шкале «Умение многое делать своими руками» в выборке показали 48% (11 школьников), низкий уровень по шкале показали 13% школьников.

39% (9 школьников) школьников демонстрируют высокий уровень самооценки по параметру «Внешность» и общая самооценка. Средний уровень по шкале «Внешность» в выборке показали 48% (11 школьников), низкий уровень по шкале показали 13% школьников.

48% (11 школьников) школьников демонстрируют высокий уровень самооценки по параметру «Уверенность в себе» и общая самооценка. Средний уровень по шкале «Уверенность в себе» в выборке показали 48% (11 школьников), низкий уровень по шкале показали 4% школьников.

Уровень самооценки, так и уровень притязаний можно трактовать как несколько идеалистическое представление о себе в настоящем и высоких притязаний к себе в будущем (либо высокой оценке своих теоретических возможностях).

Таким образом, по результатам исследования самооценки младших школьников по методике Дембо-Рубинштейн у большинства учащихся адекватная самооценка.

Далее мы провели диагностику младших школьников выполнения задания по методике А. И. Липкиной «Три оценки». Анализ результатов исследования по методике А. И. Липкиной «Три оценки» в процентном соотношении показал, что:

- завышенный уровень самооценки имеют 22% (5 учащихся)
- адекватный уровень самооценки имеют 52% (12 учащихся)
- заниженный уровень самооценки имеют 26% (6 учащихся)

Результаты, которые были получены в ходе констатирующего среза показали, что у детей младшего школьного возраста в основном доминирует адекватный уровень самооценки.

Результаты данных отображены на рисунке 5.



Рисунок 5 - Сводные результаты данных диагностики уровня самооценки у младших школьников по методике А. И. Липкиной «Три оценки»

Анализ данных показал, что в основном преобладает адекватная оценка, завышенная и заниженная оценка почти на одном уровне:

22% (5 учащихся) имеют завышенную самооценку. В целом, такая самооценка в большей степени характерна для детей младшего школьного возраста. Дети поставили себе оценку выше, чем они заслужили, на вопрос, почему они поставили себе такую оценку, дети отвечали, что любят получать хорошие отметки, поэтому выбрали самую лучшую оценку. 3 детей считают себя сильными учениками, на вопрос обрадуются ли они оценке лучшей, чем они заслужили, 4 детей ответили, да обрадуются.

52% (12 учащихся) характеризуются адекватной самооценкой. То есть у данных детей сформировано положительное отношение к себе, они умеют оценивать себя и свою деятельность, причем не только в контексте учебной деятельности. Такой вариант развития самооценки в младшем школьном возрасте является нормальным, адекватным. На вопрос, почему они поставили себе такую отметку, 5 детей ответили, что их работа без ошибок,

поэтому они поставили пятерки, 3 детей также аргументировали свою оценку, тем, что у них есть одна ошибка, поэтому мы не могли поставить себе отметку пять, 4 учеников считают себя средними учениками, поэтому они согласились с отметкой три, аргументировали это тем, что у нас много ошибок.

26% (6 учащихся) имеют заниженную самооценку. Как правило, это связано с определенной психологической проблемой: разрушение ситуации успеха, высокий уровень тревожности. 2 ученика аргументировали это тем, что они никогда не получали пятерки по предметам, хотя считают себя сильными учениками, 3 учеников, сказали, что у нас там есть ошибки, данные дети считают себя слабыми учениками. Все дети обрадовались бы, если учитель поставил им оценку выше, чем они того заслужили.

Следующей методикой была «Лесенка». Анализ результатов исследования по методике В.Г. Щур «Лесенка» в процентном соотношении показал, что:

- завышенный уровень самооценки имеют 0% (7 учащихся)
- адекватный уровень самооценки имеют 44% (10 учащихся)
- заниженный уровень самооценки имеют 26% (6 учащихся)

Анализ результатов исследования диагностики младших школьников выполнения задания по методике В.Г. Щур «Лесенка» отображены на диаграмме рисунок 6.



Рисунок 6 - Сводные результаты данных диагностики уровня самооценки у младших школьников по методике В.Г. Щур «Лесенка»

Результаты, которые были получены в ходе констатирующего среза показали, что у младших школьников в основном доминирует адекватный уровень самооценки.

30% (7 учащихся) имеют завышенную самооценку. В целом, такая самооценка в большей степени характерна для учащихся.

44% (10 учащихся) характеризуются адекватной самооценкой. То есть у данных детей сформировано положительное отношение к себе, они умеют оценивать себя и свою деятельность, причем не только в контексте учебной деятельности. Такой вариант развития самооценки в младшем школьном возрасте является нормальным, адекватным;

26% (6 учащихся) имеют заниженную самооценку. Как правило, это связано с определенной психологической проблемой: разрушение ситуации успеха, высокий уровень тревожности.

Анализ результатов исследования по методике А. В. Захарова «Тест на определение эмоционального уровня самооценки» в процентном соотношении показал, что:

- завышенный уровень самооценки имеют 35% (8 учащихся)
- адекватный уровень самооценки имеют 60% (14 учащихся)
- заниженный уровень самооценки имеют 5% (1 ученик)

Результаты, которые были получены в ходе констатирующего среза показали, что у учащихся в основном доминирует адекватный уровень самооценки.

Наглядно результаты диагностики младших школьников выполнения задания по методике А. В. Захарова «Тест на определение эмоционального уровня самооценки» отображены на диаграмме рисунок 7.



Рисунок 7 - Сводные результаты данных диагностики уровня самооценки у младших школьников методике А. В. Захарова «Тест на определение эмоционального уровня самооценки»

35% (8 учащихся) имеют завышенную самооценку. В целом, такая самооценка в большей степени характерна для детей младшего школьного возраста.

60% (14 учащихся) характеризуются адекватной самооценкой. То есть у данных детей сформировано положительное отношение к себе, они умеют оценивать себя и свою деятельность, причем не только в контексте учебной деятельности. Такой вариант развития самооценки в младшем школьном возрасте является нормальным, адекватным;

5% (1 ученик) имеет заниженную самооценку. Как правило, это связано с определенной психологической проблемой: разрушение ситуации успеха, высокий уровень тревожности.

Результаты обработки представлены в таблице 5 и проиллюстрированы в диаграмме.

Таблица 5

Уровень формирования самооценки у младших школьников

2 «Б» Класс	Критерии	Уровень формирования самооценки					
		завышенная		адекватная		заниженная	
		человек	%	человек	%	человек	%
Методика 2		5	22%	12	52%	6	25%

Методика 3	7	30%	10	44%	6	26%
Методика 4	8	35%	14	60%	1	5%
В целом по всему классу	20	87%	36	156%	13	56%

На рисунке 8 проиллюстрированы результаты констатирующего среза, сводные результаты данных по шкале «Адекватная самооценка» 2 «Б» класса, который помог выявить уровень формирования самооценки у младших школьников согласно 1 методики.

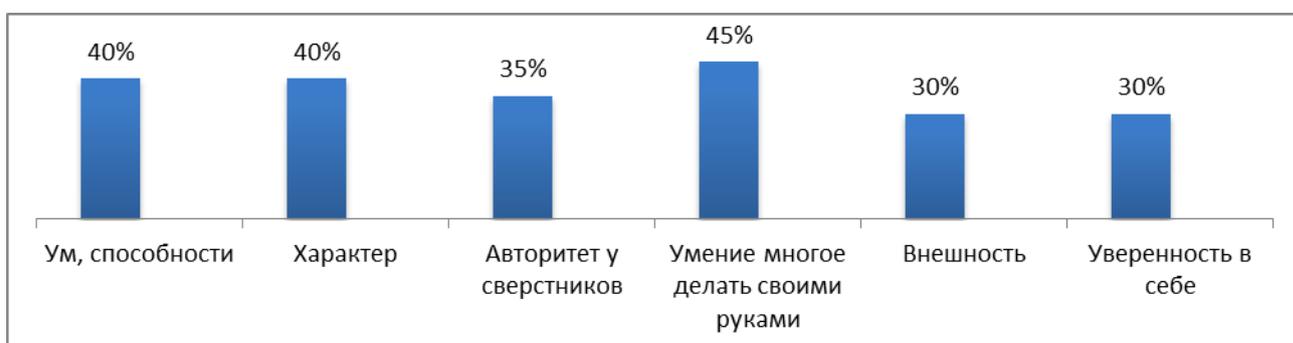


Рисунок 8 - Сводные результаты данных по шкале «Адекватная самооценка»

На рисунке 9 проиллюстрированы результаты констатирующего среза, который помог выявить уровень формирования самооценки у младших школьников согласно 2-4 методики.

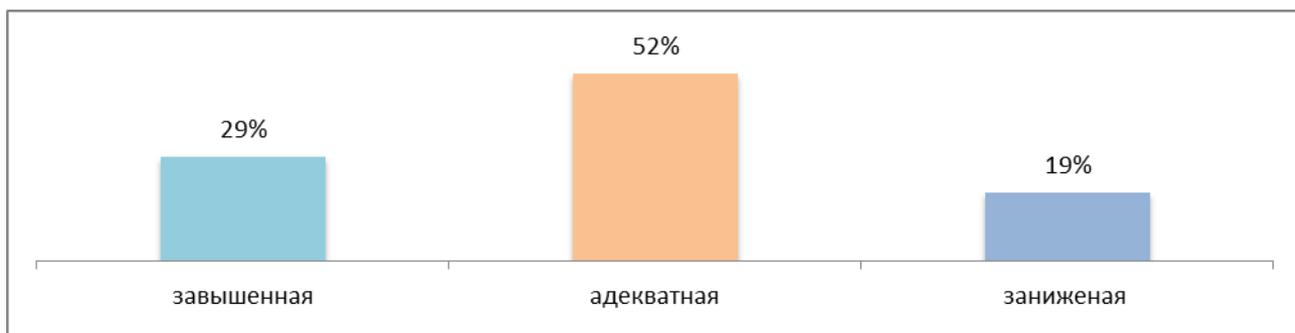


Рисунок 9 - Сводные результаты данных диагностики уровня формирования самооценки у младших школьников методик 2-4

Таким образом, если сравнивать все показатели по методике Дембо-Рубинштейна, то преобладает адекватная самооценка, но в большинстве показателей (физические, своего места в окружающем мире, нравственные) самооценка завышена. По этим данным можно сделать вывод, что эти данные подтвердили показатели других методик. При помощи методик было выявлено, что основная масса младших школьников, принимавшая участие в исследовании, имеет адекватную самооценку, но у значительной части детей самооценка завышена. Это является возрастной нормой, и нужно учитывать тот факт, что образ «Я» у младших школьников в этом возрасте очень быстро структурируется, задачей педагога и родителей является в помощи формировании адекватной самооценки у детей на основе их личных особенностей самовосприятия.

Так для детей с завышенными притязаниями характерны острые аффективные переживания, если эти притязания, столкнувшись со средними возможностями ребенка, не удовлетворяются. Такие дети могут проявлять грубость, агрессивность, упрямство, повышенную раздражительность и обидчивость. Для развития адекватной самооценки во втором классе реализуются занятия с педагогом-психологом, уделяется внимание беседам и взаимодействию педагога со школьниками. Детям, у которых преобладает заниженная самооценка предлагают задание, с возможностью оказания ему

помощи, дети собираются в группы по интересам, что так же способствует развитию адекватной самооценки.

### **2.3 Рекомендации учителям, родителям**

Изучив психолого-педагогическую литературу по проблеме, реализуя свою работу по развитию адекватной самооценки важно уделить особое внимание следующим вопросам:

- Все элементы современного урока считаются системой, направленной на достижение основных целей обучения, с развитыми творческими способностями, активным мышлением, формированием независимой личности; все составляющие системы урока находятся в строгой взаимосвязи и определяются целью урока; центральный элемент обучения - постановка учебных задач;

- Наиболее рефлексивные компоненты воспитательной работы, требующие учета пределов своих знаний и умений: постановка целей, мониторинг, оценка; особое внимание следует уделить формированию рефлексивных способностей у школьников;

- Самооценка влияет на успешность упражнения; рефлексивная самооценка, безусловно, вырабатывается только на основе надежного основания для положительной оценки конкретного;

- Эмоциональное благополучие ученика, а значит мотивация к учебе, полнота его усилий зависит от самого главного подхода «Оценка климата» на уроках; знания, навыки и умения учащихся не следует оценивать в одиночку; Оценка творческих способностей и инициативы во всех сферах школьной жизни должна приравниваться к сложности оценки навыков.

Каждое задание начинается с постановки цели, и если цель ставится учителем в классе, мы можем с уверенностью сказать, что ученики провели время в классе безрезультатно. Самым важным в этой работе было научить детей видеть пределы знаний и невежества, навыков и некомпетентности.

Самооценка - это то, насколько дети чувствуют себя ценными, ценными, принятыми и любимыми. Те, кто страдает низкой самооценкой, обычно не могут терпеть критику, даже если она призвана им помочь. Родители и учителя играют самую большую роль в саморазвитии ребенка. Они могут легко поднять или сломать самооценку ученика.

Для учащихся важно иметь здоровую самооценку как в классе, так и за его пределами, но многим детям нужна помощь в развитии позитивных теорий о себе. И здесь на помощь приходят их наставники. Вот что могут сделать учителя и родители, чтобы поддержать высокую самооценку у учащихся:

- сосредоточьтесь на позитиве;
- только конструктивная критика;
- поощряйте студентов находить в себе то, что им нравится;
- установите реалистичные ожидания;
- учите студентов учиться на своих ошибках;
- сосредоточение на позитиве.

Подавайте своим ученикам пример и демонстрируйте, как это выглядит - прощать себя за ошибки и ценить свои сильные стороны. Они увидят, что самооценка должна определяться хорошими качествами, а не недостатками. Сосредоточение внимания на положительном не означает, что вы никогда не сможете дать отрицательный отзыв, это просто означает, что вы должны чаще хвалить и оставлять отрицательные отзывы умеренно.

Занятия по развитию самооценки помогут школьникам признать свои таланты и признать способы, которые могут помочь им достичь и поддерживать здоровую самооценку (приложение Б)

- 1) Сад величия. Цели: Признать их личные таланты; понимание, что здоровая самооценка - это личное чувство значимости и ценности
- 2) Цепочка комплиментов. Цель: показать то, как комплименты могут заставить человека почувствовать себя ценным.

Позитивная самооценка и здоровая самооценка необходимы детям, чтобы обрести независимость по мере взросления. В таблице ниже перечислены ключевые характеристики Американской академии педиатрии, важные для развития здоровой самооценки.

Таблица 6

Ключевые характеристики, важные для развития здоровой самооценки

Характерная черта	Как поддержать
Чувство безопасности	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Поддерживайте безопасную и здоровую среду обучения, соблюдая правила и процедуры безопасности.</li> <li>- Покажите всем детям, что вы заботитесь об их благополучии, разговаривая с ними каждый день и узнавая об их жизни.</li> <li>-Будьте последовательны и выполняйте свои обещания.</li> </ul>
Чувство принадлежности	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Создайте атмосферу сообщества.</li> <li>-Отмечайте всех детей как личности.</li> <li>-Реализуйте политику абсолютной нетерпимости к издевательствам, поощряйте доброту и воспитание характера.</li> </ul>
Чувство цели, ответственности и вклада	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Дайте детям ответственность за окружающую среду.</li> <li>-Попросите детей внести свой вклад при создании планов занятий и определении тем.</li> </ul>
Чувство личной компетентности и гордости	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Дайте детям возможность добиться успеха.</li> <li>-Предлагайте занятия, которые различаются по уровню сложности, чтобы дети могли безопасно справляться с ними.</li> </ul>
Чувство доверия	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Завоюйте доверие детей, создав атмосферу, основанную на уважении и доброте.</li> <li>-Установите границы, дающие детям возможность безопасно рисковать.</li> <li>-Будьте последовательны и выполняйте свои обещания.</li> </ul>
Чувство делать настоящий выбор и принимать решения	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Дайте детям возможность выбирать занятия, экскурсии и т. Д. Заставьте их почувствовать, что их вклад и озвучить имеют значение, серьезно относясь к их предложениям и используя их для разработки планов действий.</li> </ul>
Чувство самодисциплины и	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Используйте методы позитивного руководства, которые поддерживают детей школьного возраста и их</li> </ul>

самообладания	способность регулировать свое поведение. -Помогите детям обрести самоконтроль, обучая их методам преодоления трудностей.
Чувство ободрения, поддержки и вознаграждения	-Обеспечьте руководство, поддержку, обратную связь и похвалу, когда дети усердно работают над достижением какой-либо цели (большой или маленькой).
Чувство принятия ошибок и неудач	-Превратите ошибки, неудачи или неудачи в возможности для обучения, рассказывая детям о том, что произошло. Обсудите с ними варианты, шаги или решения, которые могли изменить результат. -Всегда говорите о том, как ребенок в будущем поступит иначе. Это помогает им применить текущую ситуацию к будущим событиям.
Чувство семейного самоуважения	-Семьи - первые и самые важные опекуны, учителя и защитники ребенка. Дети должны чувствовать себя комфортно, любимыми и безопасными в своей семье. -Работайте с семьями, чтобы удовлетворить их потребности.

Учитывая, что семьи оказывают наибольшее влияние на развитие детей, очень важно, чтобы они активно участвовали в программах, которые способствуют развитию у детей чувства собственного достоинства и общего развития.

Установление и поддержание отношений сотрудничества между домом и школой способствует оптимальному обучению и росту детей. Когда речь идет о семьях детей с особыми потребностями в обучении, общение имеет важное значение.

В книге Рос Лейден и Эрин Шейл «Что нужно знать учителям о социальном и эмоциональном развитии» раскрываются способы развития адекватной самооценки детей младшего школьного возраста:

- развивайте сочувствие и чувство морали;
- установите и поддерживайте позитивные отношения и дружбу;
- управляйте импульсивным поведением, выявление эмоций и управление ими;

- сформировать позитивную самооценку и чувство собственного достоинства;
- начните действовать более независимо, уметь высказать свое мнение и договориться;
- начните понимать, «кто я» («Кто я такой? Кому я нравлюсь?»);
- соответствует и принимается коллегами (озабочен сравнениями - вписываюсь ли я?);
- есть лучший друг, укрепляйте навыки сотрудничества;
- приспособьтесь к сексуально развивающемуся телу и справитесь с агонией неловкости и неловкости (Как я буду выглядеть? Я буду выглядеть нормально?);
- продолжайте совершенствовать самоощущение (подвижное и постоянно меняющееся);
- разрабатывать ценности и убеждения и часто страстно занимать этическую позицию;
- установление независимости и индивидуальности (очень личное, нежелание побыть в одиночестве, демонстрация несоблюдения правил в школе и дома);
- вести себя соответствующим образом в различных социальных ситуациях;
- отточить коммуникативные навыки;
- разрешать межличностные конфликты и понимать разницу между пассивными, напористыми и агрессивными ответами;
- более независимыми и ответственными за действия;
- цените и уважайте правила и авторитет;
- знайте, как действовать адекватно и безопасно в киберсоциальном мире;
- развивайте более позитивную самооценку и стойкость, наращивая сильные стороны и принимая ограничения;
- признать «кто я» через призму оптимизма;

- стать более самоуверенным и способным сказать нет;
- справляться с проблемами и растущими опасениями по поводу сексуальности и отношений;
- двигайтесь к принятию себя.

Родители больше, чем кто-либо другой, могут способствовать повышению самооценки своего ребенка. Большинство родителей делают это, даже не осознавая, что их слова и действия имеют большое влияние на то, как их ребенок или подросток думает о себе. Вот несколько советов, о которых следует помнить.

Когда вы чувствуете себя хорошо и относитесь хорошо к своему ребенку, скажите ему об этом. Родители часто быстро выражают отрицательные чувства детям, но почему-то не успевают описать положительные чувства. Они хранят их и «проигрывают» эти утверждения себе.

Будьте щедры на похвалу. Когда ваш ребенок выполняет задание или выполняет работу по дому, используя похвалу, чтобы указать на положительные черты характера.

Поэтому важно научить детей позитивно относиться к тому, как они «разговаривают сами с собой». Он сочетает в себе техники релаксации, позитивные самооценки и мысленные образы, чтобы помочь детям развить чувство собственного достоинства.

Избегайте критики, которая принимает форму насмешек или стыда. Иногда необходимо покритиковать действия ребенка, и это уместно. Однако, когда критика адресована ребенку как личности, она легко может перерасти в насмешку или стыд. При критике важно научиться использовать «Я - утверждения», а не «Я - утверждения».

## Выводы 2 главе

Сравнительный обзор испытуемых и уровень обучения участников в исследовании показал о том, что обучающиеся не имеют отстающих среди школьников.

Анализ данных методики исследования самооценки личностных качеств Дембо - Рубинштейна показал, что самооценка младших школьников 2 «Б» класса адекватная.

Анализ результатов исследования по методике А. И. Липкиной «Три оценки» в процентном соотношении показал, что: завышенный уровень самооценки имеют 22% (5 учащихся), адекватный уровень самооценки имеют 52% (12 учащихся), заниженный уровень самооценки имеют 26% (6 учащихся).

Анализ результатов исследования по методике В.Г. Щур «Лесенка» в процентном соотношении показал, что: завышенный уровень самооценки имеют 0% (7 учащихся), адекватный уровень самооценки имеют 44% (10 учащихся), заниженный уровень самооценки имеют 26% (6 учащихся 2) .

Анализ результатов исследования по методике А. В. Захарова «Тест на определение эмоционального уровня самооценки» в процентном соотношении показал, что: завышенный уровень самооценки имеют 35% (8 учащихся), адекватный уровень самооценки имеют 60% (14 учащихся), заниженный уровень самооценки имеет 5% (1 ученик).

Таким образом, в классе преобладает адекватный уровень сформированности самооценки.

В работе даны рекомендации учителям и родителям детей младшего школьного возраста.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализ литературных источников позволил выявить и изучить основные аспекты данной работы:

1) Принципы активной работы, самооценки и саморазвития сформулированы в трудах отечественных и зарубежных авторов. В психологии ученые сформулировали большое количество определений самооценки. По мнению А.Н. Леонтьева, самооценка является важным условием, при помощи которого человек формируется в личность С.Л. Рубинштейн утверждает, что самооценка как важнейший компонент целостного самосознания личности, является необходимым условием гармонических отношений человека, как с самим собой, так и с другими людьми, с которыми он вступает в общение и взаимодействие.

2) Согласно Р. Бернсу выделяют 3 вида Я - концепции: познавательная, описательная (образ Я); эмоциональная, оценивающая (самооценка), поведенческая (реакцией на эти составляющие является поведение (действия) индивидуума).

3) В современной психологии существует три вида самооценки: заниженная, адекватная, завышенная. Эти виды характеризуют самооценку по ее уровню (величине). При рассмотрении самооценки важно отметить, что как высокий, так и низкий уровень могут быть эмоционально и социально вредными для человека.

4) Младший школьный возраст - завершение развития самосознания. Этот период так же называют - периодом значительных позитивных изменений. Поэтому очень важны достижения самого ребенка: а) в познании; б) в приобретении умений и навыков учебной деятельности; в) во взаимоотношениях со сверстниками, учителями и родителями; г) в обретении уверенности в себе, своих возможностях; д) в развитии потребности в успехе.

5) Для формирования адекватной самооценки младших школьников, учитель может использовать разные источники и механизмы. Существует много различных методов и приемов формирования адекватной самооценки в младшем школьном возрасте в образовательном процессе (Оценка, группировка, задачи). Проанализированные методы и приемы непосредственно влияют на формирование самооценки младших школьников.

Теоретический отбор научной литературы по проблеме развития адекватной самооценки младших школьников предоставил возможность проведения диагностических методик для выявления актуального уровня развития самооценки. Исследование проводилось в несколько этапов (подготовительный, диагностический, констатирующий и этап оценки)

Экспериментальную базу составили учащиеся МБОУ «СШ № 41» Красноярского края, г. Норильск, в работе принимали участие 23 школьника, учащихся 2 «Б».

Определены и апробированы методики для выявления актуального уровня развития самооценки у младших школьников:

- Методика исследования самооценки личностных качеств Дембо-Рубинштейна.
- Методика А. И. Липкиной «Три оценки».
- Методика В. Г. Щур «Лесенка».
- Методика А. В. Захарова «Тест на определение эмоционального уровня самооценки»

Сравнительный обзор испытуемых и уровень обучения участников в исследовании показал о том, что обучающиеся не имеют отстающих среди школьников.

Анализ данных методики исследования самооценки личностных качеств Дембо-Рубинштейна показал, что самооценка младших школьников 2 «Б» класса адекватная.

Анализ результатов исследования по методике А. И. Липкиной «Три оценки» в процентном соотношении показал, что: завышенный уровень самооценки имеют 22% (5 учащихся), адекватный уровень самооценки имеют 52% (12 учащихся), заниженный уровень самооценки имеют 26% (6 учащихся).

Анализ результатов исследования по методике В.Г. Щур «Лесенка» в процентном соотношении показал, что: завышенный уровень самооценки имеют 0% (7 учащихся), адекватный уровень самооценки имеют 44% (10 учащихся), заниженный уровень самооценки имеют 26% (6 учащихся 2) .

Анализ результатов исследования по методике А. В. Захарова «Тест на определение эмоционального уровня самооценки» в процентном соотношении показал, что: завышенный уровень самооценки имеют 35% (8 учащихся), адекватный уровень самооценки имеют 60% (14 учащихся), заниженный уровень самооценки имеет 5% (1 ученик).

Таким образом, в классах преобладает адекватный уровень сформированности самооценки.

В работе даны рекомендации учителям и родителям детей младшего школьного возраста.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии.- М: «Академический проект», «Гаудеамус», 2015.- 240 с.
2. Андреева К.П., Богомолова Н.Н., Петровская Л.А. Зарубежная социальная психология XX столетия: Теоретические подходы: Учеб. пособие для вузов. - М.: Аспект Пресс, 2015. -147 с
3. Американская академия педиатрии (2015). Уход за ребенком школьного возраста: от 5 до 12 лет . Доступно по адресу: <https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/gradeschool/Pages/Helping-Your-Child-Develop-A-Healthy-Sense-of-Self-Esteem.aspx>
4. Арт-терапия в практической деятельности специалистов в области психологии, образования, медицины и социального обслуживания населения [] : материалы III международной научно-практической конференции 29-30 ноября 2018 года / ред.: Ю. П. Платонов, Н. М. Платонова, М. В. Киселева. - СПб. : СПбГИПСР, 2018. - 129 с
5. Бороздина Л.В. Сущность самооценки и ее соотношение с ^-концепцией // Вестник Московского университета. - 2011. - № 1. - (Серия 14: Психология). - С. 54-66.
6. Баймухаметова В.Р., Николаев Е.В. Результаты опытно-экспериментальной деятельности по формированию адекватной самооценки детей младшего школьного возраста // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2017. – № 10-2. – С. 336-340 URL: <https://www.applied-research.ru/ru/article/view?id=11916> (дата обращения: 22.09.2020)
7. Баймухаметова В.Р., Николаев Е.В. Исследование формирования адекватной самооценки младших школьников (на примере опыта работы педагогов и психологов РФ) // Психология, социология и педагогика. 2015. № 11 [Электронный ресурс]. URL: <http://psychology.snauka.ru/2015/11/6077> (дата обращения: 22.08.2020)

8. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. - М.: Просвещение, 2014, 258с
9. Витушкина, Э.В. Особенности формирования самооценки младших школьников как основы достижения личностного результата образования [Текст] / Э.В. Витушкина, Т.В. Кружилина // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2015. – № 3. – С. 48–59.
10. Варданын Ю.В., Кавадина А.О. Развитие самооценки детей старшего дошкольного возраста в условиях Центра психологической помощи // Мир науки. Педагогика и психология, 2019 №1, <https://mir-nauki.com/PDF/25PSMN119.pdf> (доступ свободный)
11. Василькова Ю. В., Василькова Т. А. Социальная педагогика: Курс лекций: Учеб. пособие для студ. пед. вузов и колледжей. - М.: Издат. центр «Академия», 2015. - С. 147.
12. Витушкина Эмма Викторовна, Кружилина Тамара Васильевна Особенности формирования самооценки младших школьников как основы достижения личностного результата образования // Вестник ЮУрГГПУ. 2014. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-formirovaniya-samootsenki-mladshih-shkolnikov-kak-osnovy-dostizheniya-lichnostnogo-rezultata-obrazovaniya> (дата обращения: 14.09.2020).
13. Долгова, В.И. Психолого-педагогическая коррекция самооценки первоклассников: кросскультурное исследование [Текст] / В.И. Долгова, М.В. Яковлева // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2016. – № 9. – С. 165–170
14. Долгова В.И. Психофизиологические детерминанты готовности к инновационной деятельности // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. 2015. № 12. С. 89-98
15. Джиева, Г.Х. К проблеме формирования самооценки младшего школьника [Текст] / Г.Х. Джиева // Азимут научных исследований: Педагогика и психология. – 2018. – № 2 (23). – С. 89–92

16. Даньшова Т. А. Психолого-педагогические условия формирования личностных универсальных учебных действий младших школьников // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – № S8. – С. 16–20
17. Звягина, А. Н. Исследовательская деятельность младших школьников/ А. Н. Звягина // Начальное образование. - 2010. - № 1. - С. 14-18.
18. Кенсарина, М. В. Теория коллектива А. С. Макаренко: философские и психологические аспекты // Успехи современного естествознания. — 2015. — № 1. — С. 301–304.
19. Коломинский, Я. Л. Психология взаимоотношений в малых группах (общие и возрастные особенности)./ Я.Л. Коломинский. — Минск: ТетраСистемс, 2006. — С. 431.
20. Леонтьев Д.А. Саморегуляция, ресурсы и личностный потенциал [Текст] / Д.А. Леонтьев // Сибирский психологический журнал. – 2016. – № 62. – С. 18–37.
21. Молчанова О.Н. Проблемы самооценки индивидуальной личности // Мир психологии. -2011. - № 1(65). - С. 82-95.
22. Модель формирования самооценки младших школьников как достижение личностных результатов обучения // ПНиО. 2018. №1 (31). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/model-formirovaniya-samootsenki-mladshih-shkolnikovkak-dostizhenie-lichnostnyh-rezultatov-obucheniya> (дата обращения: 26.09.2020).
23. Мерриам-Вебстер. (nd). Самооценка. В словаре Merriam-Webster.com . Получено 25 сентября 2020 г. с сайта <https://www.merriam-webster.com/dictionary/self-rating>.
24. Мещерякова, И.Н. Взаимосвязь самооценки и успеваемости детей младшего школьного возраста [Текст] / И.Н. Мещерякова, Е.Г. Демец // Проблемы современного педагогического образования. – 2016. – № 53-5. – С. 328–335.

25. Мижериков А.Б. Введение в педагогическую деятельность /– М.: Роспедагентство, 2015 – 324 с.
26. Мудрик С.К. Социальная педагогика: Уч. для студ. пед. вузов– М.: Академия, 2015 –300 с.
27. Мудрик С.К. Социальная педагогика: Уч. для студ. пед. вузов / - М.: Изд. центр «Академия», 2013. -98 с.
28. Мухортова К. Э. Продуктивная деятельность как фактор самооценки у младшего школьника // Молодой ученый. — 2016. — №15.1. — С. 103-105
29. Огольцова, Е. Г. Роль родителей в формировании самооценки ребёнка / Е. Г. Огольцова, А. А. Лесюнина, А. Г. Овчаренко. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2017. — № 48 (182). — С. 161-164. — URL: <https://moluch.ru/archive/182/46807/> (дата обращения: 16.09.2020).
30. От общеучебных умений к универсальным учебным действиям: материалы вторых областных педагогических чтений, Вологда, 30 марта 2011 г. / Департамент образования Вологод. обл., Вологод. пед. колледж. – Вологда: ВПК, 2011. – 184 с.
31. Павлова, Л. В. Методические приемы по формированию адекватной самооценки у учащихся как метапредметного результата: из опыта работы МБОУ г. Астрахани «НОШ № 19» / Л. В. Павлова, Е. Ю. Савинова. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2014. — № 2 (61). — С. 815-818. — URL: <https://moluch.ru/archive/61/8963/> (дата обращения: 23.09.2020).
32. Пирмагомедова Э. А., Нагиева А. Т., Сулейманова Г. К. Формирование самооценки детей младшего школьного возраста и факторы, влияющие на её развитие // МНКО. 2015. №2 (51). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-samoosenki-detey-mladshego-shkolnogo-vozrasta-i-factory-vliyayuschie-na-eyo-razvitiye> (дата обращения: 26.09.2020).

33. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. Ред.-сост. Д.Я. Райгородский. Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2011. — 672 с.
34. Слостенин С.Д. Педагогика :Учеб. Пособие для студ. Пед. Вузов/ Под ред. В.А. Слостенина.- М. : Академия,2016.-567с.-
35. Сергеева Б.В., Габелия Т.К. Факторы развития самооценки в младшем школьном возрасте// Международный журнал экспериментального образования.- 2016.- №1.- с. 128-132
36. Самылова Ольга Анатольевна, Дмитриевских Светлана Сергеевна Особенности самооценки младших школьников // Вестник Шадринского государственного педагогического университета. 2016. №4 (32). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-samootsenki-mladshih-shkolnikov> (дата обращения: 26.09.2020).
37. Савинова, Е. Ю. Исследование уровня самооценки младших школьников / Е. Ю. Савинова. — Текст : непосредственный // Педагогическое мастерство : материалы I Междунар. науч. конф. (г. Москва, апрель 2012 г.). — Москва : Буки-Веди, 2012. — С. 178-180
38. Сергеева Б. В., Габелия Т. К. Педагогические условия формирования самооценки в младшем школьном возрасте [Текст] // Актуальные задачи педагогики: материалы VII Междунар. науч. конф. (г. Чита, апрель 2016 г.). — Чита: Издательство Молодой ученый, 2016. — С. 9-12.
39. Серёжникова Р. К. Компетентностно-деятельностный подход в профессионально-педагогическом образовании / Р. К. Серёжникова // Высшее образование в России. Научно-педагогический журнал. — № 3. — Москва, 2015. — С.127–133
40. Тодорова, М.С. Самооценка как фактор социометрического статуса детей в группе [Текст] / М.С. Тодорова // Перспективы науки и образования. – 2014. – № 5 (11). – С. 94–98

41. Троицкая, И. Ю. Специфика самооценки в младшем школьном возрасте / И. Ю. Троицкая, Т. Н. Петрова. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2017. — № 6 (140). — С. 207-209. — URL: <https://moluch.ru/archive/140/39396/> (дата обращения: 26.08.2020).

42. Шилова, А. А. Формирование адекватной самооценки у детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации / А. А. Шилова. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2015. — № 24 (104). — С. 1050-1053. — URL: <https://moluch.ru/archive/104/24422/> (дата обращения: 24.09.2020).

43. Шигина, Е. П. Коррекция самооценки и уровня притязаний младших школьников с задержкой пси-хического развития в процессе их психолого-педагогического сопровождения / Е. П. Шигина. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2017. — № 2 (136). — С. 713-715

44. Царева, С. В. К вопросу о самооценке детей младшего школьного возраста / С. В. Царева. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2017. — № 2 (136). — С. 710-713. — URL: <https://moluch.ru/archive/136/38249/> (дата обращения: 15.09.2020).

45. Юденкова, И. В. Влияние оценки учителя на формирование самооценки младших школьников / И. В. Юденкова, Д. Н. Бежаева. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2016. — № 19 (123). — С. 409-410. — URL: <https://moluch.ru/archive/123/33973/> (дата обращения: 30.08.2020).

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение А

Методика самооценки Дембо-Рубинштейн.

Имя, фамилия _____	Возраст _____	Класс _____	Дата _____			
<u>здоровый</u>	<u>хороший характер</u>	<u>умный</u>	<u>способный</u>	<u>авторитетен у сверстников</u>	<u>красивый</u>	<u>уверенный в себе</u>
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
<u>больной</u>	<u>плохой характер</u>	<u>глупый</u>	<u>неспособный</u>	<u>презирается сверстниками</u>	<u>некрасивый</u>	<u>не уверенный в себе</u>

Сад величия.

Цели: Признать их личные таланты; понимание, что здоровая самооценка - это личное чувство значимости и ценности

Материалы:

Художественные принадлежности (ручки, фломастеры, мелки), Большой круг и другие формы, Чертеж, Ножницы, Клей

Деятельность:

Что у тебя хорошо получается? Играете в определенную игру? Стелить постель? Заставляешь маму улыбаться? Вещи, которыми ты являешься умение делать называется вашими талантами. Какие у тебя таланты? Например, у вас может быть талант в том, как вы относитесь к хорошему уходу за своим питомцем.

Зная, что у вас есть талант или что вы хорошо делаете, вы чувствуете себя хорошо. Который хорошее самочувствие - это часть вашей самооценки или вашего отношения к себе.

Талант может сделать так хорошо, что появляется уверенность в том, что это можно набраться смелости пробовать новое и сделать правильный выбор.

Сделайте свой собственный цветок, чтобы добавить его в классную экспозицию под названием Сад величия.

Этот рисунок будет демонстрировать таланты каждого! Используя принадлежности для рисования, сделайте цветок, на котором изображены вы и все ваши таланты. Обведите на листе плотной бумаги большой круг для головы цветка.

Нарисуйте и раскрасьте картинку (вы внутри цветка) и вырежьте его. Затем нарисуйте или обведите листья и лепестки цветка. На каждом листе и лепестке, нарисуйте и раскрасьте свой талант.

Вырежьте эти кусочки, сделайте зеленый стержень из плотной бумаги и склейте все части цветка вместе.

Наконец, прикрепите свой цветок на доску, чтобы он стоял с цветами и талантами ваших друзей.

Дополнительно:

Играйте в угадайку с друзьями. На листе бумаги напишите три подсказки, говорящие о чем-то особенном: о тебе и твоих талантах. Учитель прочитает подсказки, а ученики угадают, у кого есть эти таланты.

Сделайте коллаж «Чудесный я», чтобы отпраздновать то, что вы являетесь собой! Полистайте старые журналы и газеты и вырежьте картинки и слова, которые вас описывают. Наклейте их на лист бумаги, чтобы получился коллаж.

Помогая своей семье, соседям и друзьям, вы чувствуете себя хорошо. Что ты делаешь для них и для вашей школы? Подбирать мусор, летящий по футбольному полю? Защитите библиотечные книги с помощью аккуратно положить их в коробку возврата?

Сделайте учебник, в котором будут показаны изящные вещи, которые каждый делает, чтобы помочь в вашем классе.

#### Цепочка комплиментов

Цель : показать то, как комплименты могут заставить человека почувствовать себя ценным, развитие адекватной самооценки

Материалы: Раздаточный материал «Цепочка комплиментов», Лента или клей.

Деятельность:

Как ты можешь быть хорошим другом и одноклассником? Что вы чувствуете, когда делаете кого-то счастливым или подбадриваете кого-то кто грустит? Быть полезным и дружелюбным по отношению к другим может помочь вам почувствовать себя хорошо.

Один из способов заставить всех чувствовать себя хорошо – это расскажите однокласснику или другу что-нибудь хорошее о нем или о ней. Эти приятные слова называют комплиментом.

Сделайте цепочку комплиментов со своим классом и потренируйтесь давать и получать комплименты. Прочтите каждый предложение в раздаточном материале «Цепочка комплиментов». Каждое предложение может быть комплиментом после того, как вы напишете слова и имена на пустых местах, чтобы завершить предложение.

Заполните пропуски и поделитесь своим комплиментом с классом. Обязательно благодарите людей, которые делают вам комплименты.

Затем вырежьте все предложения и склейте или склейте их вместе. Переплетите круги, чтобы получилась цепочка.

На второй странице раздаточного материала сделайте себе комплименты! Напишите или нарисуйте 5 вещей, в которых вы хороши или любите заниматься звездой.