Содержание

Введение

Глава I. Теоретические основы формирования адекватной самооценки в младшем школьном возрасте

1.1 Теоретические подходы в определении понятия «самооценка»

.2 Виды самооценки

1.3 Особенности и источники формирования адекватной самооценки младшего школьника

Глава II. Самооценка младших школьников и пути ее формирования

2.1 Описание процедуры исследования

.2 Анализ и интерпретация полученных данных

2.3 Приемы формирования адекватной самооценки младших школьников

Заключение

Литература

Приложение

Введение

Актуальность исследования

Современные тенденции развития общества, процесс его дальнейшей демократизации предъявляют особые требования к формированию активной, созидающей личности. Только такая личность может самостоятельно и осознанно строить собственное поведение и деятельность, определять перспективы, пути и средства своего личностного развития. В связи с этим возрастает интерес к образованию, ориентированному на личность, ее свободное творческое развитие. Необходимо уже на начальном этапе обучения учить детей адекватно оценивать свои поступки, свое личностное развитие, что имеет большое значение для реализации их возможностей.

В психолого-педагогических исследованиях неоднократно отмечалось, что в основе свободного творческого развития личности лежит самооценка, определяющая активность человека, его отношение к людям, к самому себе. Самооценка выступает в качестве важнейшего фактора формирования личности. Именно она позволяет делать выбор в самых различных жизненных ситуациях, определяет уровень его стремлений и ценностей, характер его отношений с окружающими. От самооценки зависят взаимоотношение человека с окружающими, его критичность, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам. Тем самым самооценка влияет на эффективность деятельности человека и дальнейшее развитие его личности.

Теоретический анализ психолого-педагогической литературы показывает, что в науке накоплены определенные знания о сущности самооценки и способах ее формирования у школьников. В исследованиях Б.Г. Ананьева, A.B. Запорожца, Д.Б. Эльконина и др. убедительно показано, что чрезвычайно важным для формирования самооценки является школьный возраст - период ее возникновения (Е.А. Горбачева, А.И. Липкина, JI.3. Неверович, Р.Х. Шакуров и др.). А.Н. Леонтьев, B.C. Мерлин, В.В. Столин, И.Н. Чеснокова, Е.В. Шорохова и др. ученые в своих работах рассматривают самооценку как внутреннее ядро личности, как ее сознательное начало, как сгусток индивидуального самосознания, как систему представлении о себе. Самооценке как личностному образованию отводится центральное место в общем контексте формирования личности, ее возможностей, способностей, направленности, активности, общественной значимости (К.А. Абульханова-Славская, А.И. Липкина, Е.В. Шорохова и др.).

На фоне большого числа исследований самооценки личности в целом, проблема формирования адекватной самооценки в младшем школьном возрасте мало привлекала внимание исследователей.

В психолого-педагогической литературе имеется ряд исследований, посвященных анализу проблемы формирования самооценки в младшем школьном возрасте, это работы Л.М. Фридмана, JI.B. Ковинько, Е.Е. Даниловой, А.А. Люблинской, Е.И. Рогова, Г.М. Бреслава, К.М. Гуревича, Р. Бернса. Самооценка, являясь звеном «Я - концепции», входит в структуру личности в качестве оценочного компонента. Самооценка представляет собой сложное психологическое образование и не может быть изолирована от всех других проявлений психической жизни человека.

Младший школьный возраст является периодом интенсивного складывания самооценки, что обусловлено включением ребенка в новую общественно значимую и оцениваемую деятельность. К завершению младшего школьного периода самооценка ребенка становится автономной и в меньшей степени зависимой от мнения окружающих.

В отечественных исследованиях (Б.Г. Ананьев, Л.И. Божович, Л.С. Выготский, А.В. Захарова, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, А.Г. Спиркин, И:Р. Чамата, И.И. Чеснокова, Е.В. Шорохова и др.) и исследованиях зарубежных авторов (Ч. Кули, Дж. Мид, Э. Шпрангер, Р. Берне, В. Сатир и другие) достаточно широко освещена проблема самооценки как структурного элемента самосознания.

Формирование самооценки помогает учащимся правильно оценить, свои учебные достижения, способности, возможности, достоинства и недостатки, содействует саморегуляции учебной деятельности. Школьник по-разному производит самооценку своей учебной деятельности в зависимости от применения учителем разнообразных методов, форм и средств контроля.

Однако существует противоречие между объективной потребностью» современного общества в выпускнике общеобразовательной школы, обладающем адекватной самооценкой, и недостаточной теоретической и практической разработанностью проблемы формирования адекватной самооценки у младших школьников.

Актуальность данного вопроса обусловила выбор темы исследования «Формирование адекватной самооценки младшего школьника».

Проблема исследования: Каковы особенности формирования адекватной самооценки в младшем школьном возрасте?

Цель исследования: изучение особенностей формирования адекватной самооценки в младшем школьном возрасте.

Объект исследования: самооценка как основной компонент самосознания младшего школьника.

Предмет исследования: процесс формирования адекватной самооценки в младшем школьном возрасте.

Задачи исследования:

*1.* Анализ психологической литературы по самооценке личности.

*2.* Изучение уровня самооценки младших школьников.

*3.* Разработка программы, направленной на формирование адекватной самооценки младших школьников.

Гипотеза исследования: если систематически использовать специальные приемы в работе с младшими школьниками, то это приведет к развитию у них адекватной самооценки.

Для реализации поставленных задач применялись:

 методика определения самооценки «Какой я?» Р.С. Немова;

 методика «Лесенка» Дембо - Рубинштейн в модификации В.Г. Шур.

Экспериментальная база исследования: в исследовании принимали участие 20 учащихся 4 класса в возрасте 9 - 10 лет. Из них: 8 мальчиков и 12 девочек.

Объем и структура курсовой работы: курсовая работа включает в себя введение, две главы по три параграфа, заключение, список используемой литературы, который содержит 33 источника и приложение. Общий объём работы составляет 45 страниц.

Глава I. Теоретические основы формирования адекватной самооценки в младшем школьном возрасте

.1 Теоретические подходы в определении понятия «самооценка»

В понятие «самооценка» входит широкий комплекс физических, поведенческих, психологических и социальных проявлений личности, связанных с оценкой личностью самой себя в данных характеристиках. Изучение данного понятия традиционно начинается с анализа самосознания личности. То есть самосознание выступает тем образованием, из которого вычленяют и пытаются найти место самооценки. Часто исследователи самооценки при ее изучении употребляют, казалось, такие тождественные термины: самосознание, самоотношение, самоуважение и собственно самооценка. Однако, несмотря на тождественность, существуют определенные концептуальные различия, позволяющие определить собственно термин «самооценка».

В самых общих чертах отметим, что термин «самооценка» в психологической литературе понимается как сложная система, определяющая характер самоотношения индивида и включающая общую самооценку, отражающую уровень самоуважения, целостное принятие или непринятие себя, и парциальные, частные самооценки, характеризующие отношение к отдельным сторонам своей личности, поступкам, успешности отдельных видов деятельности. «Самооценка может быть разного уровня осознанности» [24, с. 343]. В современной психологической науке существует ряд теоретических подходов, связанных с проблемой самооценки, с природой ее формирования и развития.

Отечественная наука в контексте фундаментальных положений теории Л.С. Выготского рассматривает самооценку как компонент самосознания личности в концепции деятельности и общения: «Все процессы самосознания носят опосредованный характер, поскольку они развиваются в деятельности человека и его общении с другими людьми» [31, с. 174]. В трудах исследователей советского периода Б.Г. Ананьева, Л.И. Божович, А.Н. Леонтьева, С.Л. Рубинштейна, И.И. Чесноковой, В. В. Столина, А.Г. Спиркина в общетеоретическом и методологическом аспектах проанализирован вопрос о становлении самосознания и самооценки в контексте развития личности. Данные авторы понимают самооценку как сложный и многогранный компонент самосознания (сложный процесс опосредованного познания себя, развернутый во времени, связанный с движением от единичных, ситуативных образов через интеграцию подобных ситуативных образов в целостное образование - понятие собственного), являющийся прямым выражением оценки других лиц, участвующих в развитии личности. А.Н. Леонтьев при этом добавляет к когнитивному компоненту эмоциональный аспект, предлагая осмыслить самооценку через категорию «чувство» как устойчивое эмоциональное отношение, имеющее «выраженный предметный характер, который является результатом специфического обобщения эмоций» [18, с. 304]. Данную связь когнитивного и эмоционального компонентов формулирует И.И. Чеснокова, раскрывая самооценку как обобщенные результаты познания себя и эмоционально ценностного отношения к себе, выделяет общую самооценку как синтез и обобщение отдельных самооценок, в которой отражается понимание личностью ее сущности. «Переживания, связанные с самосознанием, обобщаются в эмоционально-ценностное отношение к себе. Обобщенные результаты познания себя и эмоционально-ценностное отношение к себе закрепляется в самооценку, которая включается в регуляцию поведения личности как один из определяющих мотивов» [31, с. 89]. 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 функции в поведении. Развитие этой функции исследователи обоснованно связывают со становлением ее устойчивости, так как именно устойчивая самооценка выражает уже сформировавшееся отношение человека к себе и может оказывать существенное влияние на его поведение.

По мнению большинства авторов (Захарова, 1989; Столин, 1983; Берне, 1986 и др.), действенная природа самооценки проявляется в единстве двух ее компонентов - когнитивного и эмоционального. М.И. Лисина и другие исследователи отмечают, что существуют принципиальные различия в генезисе этих двух психических образований. Когнитивная часть образа (как и представление о своих возможностях) возникает в основном в результате опыта индивидуальной деятельности ребенка, аффективная - благодаря опыту общения и взаимодействия, где происходит ассимиляция ребенком отношения к нему окружающих людей (хотя в общении рождаются и важные когнитивные элементы образа) [19].

Наиболее продуктивная позиция в изучении развития самосознания детей представлена в исследованиях М.И. Лисиной и ее учеников. Характеризуя структуру самосознания ребенка, М.И. Лисина подчеркивала, что отражение отдельных качеств находится на периферии образа Я, а место его центрального, ядерного образования, называемого «общей самооценкой», занимает «целостное отношение ребенка к себе», которое имплицитно базируется на отношении близких взрослых к ребенку. В тех случаях, когда взрослые не выражают своего отношения к младенцу, а ограничиваются физическим уходом (как это, например, бывает в домах ребенка), ребенок не выделяет себя, а его самосознание остается неразвитым [19]. Рубинштейн добавляет, что самооценка выражает фундаментальные свойства личности и наряду с другими факторами отражает ее направленность и активность [24].

Из современных разработок, несомненно представляет интерес теория О.А. Белобрыкиной, автор выделяет общую самооценку - как базовое ядро личности, включающее в себя устойчивую совокупность знаний о себе и частные самооценки, формирующиеся на основе выполнения определенных деятельностей личностью [4]. Также достойна внимания теория Р. Азимовой, где самооценка понимается как действующая динамичная система, определяющая положительную и отрицательную структуру намерений и поступков личности [2, с. 99].

Зарубежные психологи Бернс и Куперсмит рассматривают самооценку как эмоциональный компонент Я-концепции (содержательной структуры самосознания), связанный с отношением к себе или отдельным своим качествам [5]. И определяют ее как степень отражения у индивида чувства самоуважения, ощущения собственной ценности и позитивного отношения ко всему тому, что входит в сферу его Я.

В рамках ценностной организации личности рассматривает самооценку Т. Шибутани: «Если личность - это организация ценностей, то ядром такого функционального единства является самооценка» [32, с. 220].

Автор данного термина У. Джемс понимает самооценку как оценку своего положения в обществе, своего успеха или неуспеха в жизни. «Самооценка бывает двух родов: самодовольство и недовольство собой. Впрочем, можно сказать, что нормальным возбудителем самочувствия является для человека его благоприятное или неблагоприятное положение в обществе - его успех или неуспех» [14, с. 86]. Также Джемс выделяет самоуважение как более кратковременный аспект самооценки, связывая его с уровнем притязаний личности. «Самоуважение определяется отношением наших действительных способностей к потенциальным, предполагаемым - дробью, в которых числитель выражает наш действительный успех, а знаменатель наши притязания» [14, с. 91]. На основе этих рассуждений У. Джемс вывел формулу:

Самоуважение = Успех/Уровень притязаний.

При увеличении числителя или уменьшении знаменателя дробь будет возрастать. Отказ от притязаний дает нам такое же желаемое облегчение, как и осуществление их на деле. Наше самочувствие, повторяю, зависит от нас самих. «Приравняй свои притязания к нулю, - говорит Карлесть, - и целый мир будет у ног твоих» [14, с. 93].

Представители символического интеракционизма Д. Мид и Ч. Кули рассматривают самооценку как результат взаимодействия индивида и группы: «Индивид оценивает и воспринимает себя в соответствии с теми характеристиками и ценностями, которые приписывают ему другие» [5, с. 52].

Традиционно в западной литературе выделяются пять основных подходов к пониманию глобальной самооценки (общего самоуважения, самоотношения) и ее структуры.

. Самоотношение - как сумма частных самооценок, связанных с различными аспектами Я-концепции.

. Самоотношение - как интегральная самооценка частных аспектов, взвешенных по их субъективной значимости. Истоки данных представлений исторически лежат во взглядах У. Джемса, который считал, что неуспех в малозначимых сферах мало влияет на общую самооценку. Однако прямых доказательств обоснованности соответствующих представлений не получено. В определенной степени это связано с неразработанностью понятия субъективной значимости и возможностью существования взаимодействия между значимостью и самооценкой. Так, Узле и Дж. Марвелл считают, что если низкая самооценка по отдельному качеству вступает в противоречие с потребностью иметь высокое общее самоуважение, то одним из возможных механизмов является снижение значимости тех аспектов, по которым субъект себя низко оценивает. М. Розенберг получил подтверждение этой идеи: он обнаружил, что более высокая значимость приписывается индивидом именно тем аспектам, по которым он успешен. В исследовании Ходжа и Маккарти была предпринята попытка прямой проверки положения об интегральном характере обобщенной самооценки. На основании полученных результатов они пришли к выводу, что интегральная самооценка частных аспектов и общее самоуважение - это разные «конструкты», за которыми надо искать различное психологическое содержание. В целом, как считают исследователи, результаты этих экспериментов заставляют усомниться в утверждении глобальной самооценки как самооценки, интегрированной из частных составляющих.

. Самоотношение - как иерархическая структура, включающая частные самооценки, интегрированные по сферам личностных проявлений и в комплексе составляющие обобщенное «Я», которое находится на верху иерархии. Так, Р. Щавельзон предложил модель такого рода: обобщенная самооценка находится на вершине иерархии и может быть разделена на академическую и неакадемическую (связанную или не связанную с успехами в учебе). Последняя подразделяется на физические, эмоциональные и социальные аспекты. Однако структура обобщенного самоотношения остается неясной. Существует множество сфер, в которых проявляется личность, так что сведение психологической структуры самоотношения к структуре сфер самооценивания ничего не прояснит. Теоретические установки, согласно которым самооценка и общее самоуважение есть эмоциональная реакция на то или иное содержание образа себя, оказываются сводимы к тем сферам личности и жизнедеятельности, которые могут быть объектами осознавания и оценки. Именно это выражено в концепции Р. Щавельзона, который на основе анализа исследований, разводящих когнитивную и оценочную компоненты Я-концепции, пришел к выводу, что данное разграничение не имеет большого смысла (так как в его пользу нет достаточных аргументов). Отсюда Я-концепция и обобщенная самооценка - это просто одно и то же.

. Самоуважение понимается как самостоятельная переменная, имеющая свою особую природу. Так, С. Куперсмит и М. Розенберг рассматривают самоотношение как своеобразную личностную черту, малоизменяющуюся от ситуации к ситуации и даже от возраста к возрасту. В основе устойчивости общего самоуважения, как предполагается, лежат два основных внутренних мотива: мотив самоуважения и потребность в постоянстве образа. Мотив самоуважения определяется как «личная потребность» сделать максимальным переживание положительных и минимальным отрицательных установок по отношению к себе.

. Самоотношение - как чувство, включающее переживания различного содержания (самоуверенность, самопринятие и т.п.). Исследователи Л. Уэлс и Дж. Марвелл, проанализировавшие различные концепции обобщенной самооценки, выделили три основных понимания самоотношения:

. Любовь к себе.

. Самоприятие.

. Чувство компетенции.

К. Роджерс рассматривает самоприятие как приятие себя в целом, вне зависимости от своих свойств и достоинств, а также выделяет самооценку - отношение к себе как носителю определенных свойств и достоинств. Однако если в обзоре Уэлса и Марвелла представлены различные понимания глобальной самооценки как единого и целостного образования, то К. Роджерс рассматривает само-приятие и самооценку как два аспекта самоотношения, которые разбиваются на две подсистемы: самооценочную и эмоциональную. В то же время большинство исследователей представляют аффективный процесс как оценочный, описанный в терминах эмоций [21].

Обзор выделенных подходов в определении природы самооценки позволяет определить сложность данной проблемы, ее многоплановость и противоречивость.

.2 Виды самооценки

«Самооценка - это наличие критической позиции индивида по отношению к тому, чем он обладает, это не констатация имеющегося потенциала, а именно его оценка с точки зрения определенной системы ценностей…. По итогам проводимой самооценки формируется то или иное отношение к себе, позитивное или негативное, с чертами отрицания, неприятия» [9].

«Самооценка» - суждение человека о наличии, отсутствии или слабости тех или иных качеств, свойств, в сравнении их с определенным образцом - эталоном. Самооценка выявляет оценочное отношение человека к себе, к своему характеру, внешнему виду, речи и т.д. Это сложная психологическая система, иерархическая, организованная, функционирующая на разных уровнях. Человек выступает для самого себя как особый объект познания. Познания себя включено в еще более широкую систему познания внешнего мира и осуществления непрерывного воздействия человека с миром. Самооценка связана со всеми проявлениями психической жизни человека. Бернс Р. [5].

По мнению А.В. Захаровой [15, с.13], «структура самооценки представлена двумя компонентами: когнитивным и эмоциональным». Первый отражает знания ребенка о себе, второй - его отношение к себе.

В процессе оценивания себя эти компоненты функционируют в неразрывном единстве: ни тот, ни другой не может быть представлен в чистом виде. Знания о себе человек приобретает в социальных контактах, и они неизбежно обрастают эмоциями, сила, и напряженность которых зависит от значимости для личности оцениваемого содержания. Качественное своеобразие когнитивного и эмоционального компонентов придает их единству внутренне дифференцированный характер, определяющий особенности развития каждого из них [15].

Божович Л.И. обращает внимание на неоднозначность критериев самооценки. Индивид оценивает себя двумя путями: 1) путем сопоставления уровня своих притязаний с объективными результатами своей деятельности и 2) путем сравнения себя с другими людьми. Чем выше уровень притязаний, тем труднее их удовлетворить. Удачи и неудачи в какой - либо деятельности существенно влияют на оценку индивидом своих способностей в этом виде деятельности: неудачи, как правило, снижают притязания, а успех повышает их. Не менее важен и момент сравнения: оценивая себя, индивид вольно или невольно сравнивает себя с другими, учитывая не только свои собственные достижения, но и всю социальную ситуацию в целом. На общую самооценку личности сильно влияют также ее индивидуальные особенности и то, насколько важно для нее оцениваемые качества или деятельность. Частных самооценок бесконечно много. Судить по ним о человеке, не зная системы его личных ценностей, того, какие именно качества или сферы деятельности являются для него основными, невозможно [6].

Селевко Г.К. различает текущую и личностную самооценки. «Текущая самооценка - это оценка человеком своих действий и поступков. Такая самооценка является основой для саморегуляции человеком своей деятельности, своего поведения. Произведя самоконтроль своих действий, поступков, а затем, установив их приемлемость и желаемость, степень успешности, человек совершает в соответствии с самооценкой коррекцию этих действий и поступков, т.е. осуществляет саморегуляцию своей деятельности и поведения.

Личностная самооценка - это отношение человека к своим способностям, возможностям, личным качествам, а так же к внешнему облику. Личностная самооценка помогает определить уровень удовлетворенности самим собой исходя из количественной оценки этого уровня» [27].

Захарова А.В. различает самооценки по модальности. Она может выражаться либо в категоричной форме, отражающей уверенную оценку субъектом своих психических и физических качеств, либо в проблематичной, реализующей рефлексивное отношение субъекта к себе. За ним может лежать не только некоторая неуверенность субъекта в себе, но и ориентация на предмет оценки (по отношению к которому он примеривает свои силы) с допущением возможности его трансформации [15].

С точки зрения Захаровой А.В. можно выделить три вида самооценок: прогностическую самооценку, актуальную и ретроспективную.

Прогностическая самооценка - определение субъектом отношений к своим возможностям. Она связана с развитием у человека способности к прогнозированию, предвосхищению результатов действий.

Якобсон С.Н. [33] отмечает, что прогностическая самооценка включает представления человека о своем будущем. Актуальная самооценка - определение субъектом правомерности своих действий. Она соотносима с действием самоконтроля. Ретроспективная самооценка фиксирует итоги деятельности.

Л.С. Выготский предполагал, что именно в семилетнем возрасте начинается складываться самооценка - обобщенное, т.е. устойчивое внеситуативное и, вместе с тем, дифференцированное отношение ребенка к себе. Самооценка опосредует отношение ребенка к самому себе, интегрирует опыт его деятельности, общения с другими людьми. Это важнейшая личностная инстанция, позволяющая контролировать собственную деятельность с точки зрения нормативных критериев, строить свое целостное поведение в соответствии с социальными нормами [12].

Когда говорят о самооценке, то говорят о самооценке того или иного человека, как правило, подчеркивают ее результат: высокая или низкая, адекватная или неадекватная, завышенная или заниженная. Важной основой самооценки являются принятые в обществе социальные и нравственные нормы, традиции и обычаи. Согласно английскому психологу К. Роджерсу, высокая, «Забегающая вперед» реальных возможностей личности самооценка необходима для личностного роста. Именно при наличии высокой самооценки возможно реальное понимание ситуации, себя и окружающих людей. Поведение такого человека отличает слитность объективного и реального.

Р. Бернс [5], анализируя большое число исследований американских авторов, отмечает, что на грани дошкольного и младшего школьного возраста происходит качественный скачек в развитии самооценки. Однако расширительное толкование этого понятия лишает выводы конкретности, не позволяет достаточно охарактеризовать происходящие изменения.

Исследования Славиной Л.С. [29] показали, что у младших школьников обнаруживаются все виды самооценок: адекватная устойчивая; завышенная устойчивая; неустойчивая в сторону неадекватного завышения или занижения. Причем от класса к классу возрастает умение правильно оценивать себя, свои возможности и в тоже время снижается тенденция переоценивать себя.

Устойчивая заниженная самооценка проявляется крайне редко. Все это говорит о том, что самооценка младшего школьника динамична и в тоже время имеет тенденцию к устойчивости, переходит в дальнейшем во внутреннюю позицию личности, становится мотивом поведения, влияет на формирование определенных качеств личности. Так, дети, имеющие адекватную самооценку, активны, бодры, находчивы, общительны, обладают чувством юмора. Они обычно с интересом и самостоятельно ищут ошибки в своих работах, выбирают задачи, соответствующие своим возможностям. Правильно решив нелегкую задачу, выбирают такую же или более трудную. Их прогнозы на свое будущее становятся все более обоснованными и категоричными.

Дети с высокой адекватной самооценкой отличаются активностью, стремлением к достижению успеха в каждом виде деятельности. Их характеризует максимальная самостоятельность. Они уверены в том, что собственными усилиями смогут добиться успеха. Это, как правило, оптимисты. Причем их оптимизм и уверенность в себе основываются на правильной самооценке своих возможностей и способностей.

Неадекватная заниженная самооценка младших школьников ярко проявляется в их поведении и чертах личности. И если таким детям предложить проверить свою работу, найти в ней ошибки, они, перечитав работу молча, ничего не меняя, или отказываются проверять себя, мотивируя это тем, что все равно никаких ошибок больше не найдут. Поощряемые и подбадриваемые учителями, они постепенно включаются в работу и нередко сами находят ошибки. Эти дети выбирают только легкие задачи - как в жизни, так и в экстремальной ситуации. Они как бы берут свой маленький успех, боятся его потерять и в силу этого в чем-то боятся самой деятельности. Деятельность других переоценивают. Неуверенность в себе у этих детей особенно ярко проявляется в их планах на будущее.

Характерной особенностью детей с заниженной самооценкой является их склонность уходить в себя, выискивать в себе слабости, сосредотачивать на них свое внимание. Нормальному развитию детей с заниженной самооценкой мешает их повышенная самокритичность, неуверенность в себе.

Дети с завышенной самооценкой переоценивают свои возможности, личностные качества, результаты своей деятельности. Они выбирают себе задачи, которые им явно не по силам. После неуспеха продолжают настаивать на своем или тут же переключаются на самую легкую задачу, движимые мотивом престижности. Они не обязательно расхваливают себя, но зато охотно бракуют все, что делают другие, критичны к другим. Высокомерие, снобизм, бестактность, чрезмерная самоуверенность - эти черты личности формируются у детей с завышенной самооценкой.

Исследования Л.С.Славиной [29] показало, что устойчивая самооценка младшего школьника формирует его уровень притязаний. При этом у младшего школьника возникает потребность сохранить как самооценку, так и основанный на ней уровень притязаний. Если уровень притязаний не может быть удовлетворен, т.к. расходится с возможностями ребенка, то у него возникают острые аффективные переживания, вызывающие некоторые отрицательные формы поведения: упрямство, негативизм, обидчивость, агрессивность и пр.

Экспериментальная перестройка самооценки обнаружила, что неадекватная самооценка сопротивляется перестройке, и ребенок склонен сохранить ее, игнорируя и оценку и окружающими, и свой опыт. Он не хочет признать наличие у себя слабостей, неумения, несостоятельность. Длительное сохранение завышенной самооценки имеет место в двух случаях: когда ребенок, несмотря на успех, все-таки получает от кого-либо положительную оценку (нарушение одного из требований к поощрению: поощрять за реальные успехи, объективно) или когда он обладает способностями, которые обеспечивают ему частичные или временный успех.

Если у детей не успела возникнуть устойчивая завышенная самооценка, если в процессе изучения таких детей выяснились источники, породившие и поддерживающие их неадекватную самооценку, удается изменить, сняв одновременно и аффективные переживания таких детей, и привести их поведение к норме.

Знать самооценку человека очень важно для установления отношений с ним, для нормального общения, в которое люди, как социальные существа неизбежно включаются. Особенно важно учитывать самооценку ребенка. Как и все в нем, а она еще только формируется и поэтому в большей мере, чем у взрослого, поддается воздействию, изменению.

Человек как личность самооценивающее существо. Без самооценки трудно или даже невозможно самоопределиться в жизни. Верная самооценка предполагает критическое отношение к себе, постоянное примеривание своих возможностей к предъявляемым жизнью требованиям, умение самостоятельно ставить перед собой осуществимые цели. Спиркин А.Г. отмечал, что самооценка играет очень важную роль в организации результативного управления своим поведением. Она является субъективным уровнем определения притязаний, т.е. тех задач, которые личность ставит перед собой в жизни и к реализации которых она считает себя способной.

.3 Особенности и источники формирования адекватной самооценки младшего школьника

самооценка личность идеальный школьник

Самооценка проявляется в сознательных суждениях индивида, в которых он пытается сформулировать свою значимость. Однако, как было показано, она скрыто или явно присутствует в любом самоописании. Всякая попытка себя охарактеризовать содержит оценочный элемент, определяемый общепризнанными нормами: критериями и целями, представлениями об уровне достижений, моральными принципами, нормами поведения и т.д.

Захарова А.В. выделяет несколько источников формирования самооценки, которые меняют вес значимости на разных этапах становления личности [15].

Во-первых, важную роль в ее формировании играет сопоставление образа реального Я с образом идеального Я, то есть с представлением о том, каким человек хотел бы быть. Это сопоставление часто фигурирует в различных психотерапевтических методиках, при этом высокая степень совпадения реального Я с идеальным Я считается важным показателем психического здоровья. В классической концепции У. Джеймса [14] представление об актуализации идеального Я положено в основу понятия самооценки, которое определяет как математические отношения - реальных достижений индивида к его притязаниям. Итак, кто достигает в реальности характеристик, определяющих для него идеальный образ Я, тот должен иметь высокую самооценку. Если же человек ощущает разрыв между этими характеристиками и реальностью своих достижений, его самооценка, по всей вероятности, будет низкой.

Второй фактор, важный для формирования самооценки связан с интериоризацией социальных реакций на данного индивида. Иными словами, человек склонен оценивать себя так, как, по его мнению, его оценивают другие. Такой подход к пониманию самооценки был сформулирован и развит в работах Ч. Кули и Дж. Мида.

Еще один взгляд на природу и формирование самооценки заключается в том, что индивид оценивает успешность своих действий и проявлений через призму своей идентичности. Индивид испытывает удовлетворение не оттого, что он просто что-то делает хорошо, а оттого, что он избрал определенное дело и именно его делает хорошо. То есть происходит измерение результатов своей деятельности. То есть происходит измерение результатов своей деятельности.

Также источниками формирования самооценки, которые меняют вес значимости на разных этапах становления личности, являются круг значимых других или референтная группа и актуальное сравнение с другими. Следует особо подчеркнуть, что самооценка, независимо от того, лежат ли в ее основе собственные суждения индивида о себе или интерпретация суждений других людей, индивидуальные идеалы или культурно заданные стандарты, всегда носит субъективный характер.

К наиболее специфическим особенностям младшего школьного возраста многие исследователи относят впечатлительность, восприимчивость, доверчивость, личную тягу к учителю, готовность к действию, послушание, подражательность, тщательность в выполнении заданий, направленность на внешний мир, легкомыслие, наивность и т.д., сочетаемые с такими особенностями данного возраста, как отсутствие стремления проникнуть в сущность явления, отсутствие претензий на самостоятельность и независимость. Большинство психологов и педагогов сходятся на признание того факта, что именно в младшем школьном возрасте начинается процесс самоформирования за счет развития структур сознания ребенка.

В мотивационной сфере сознания младших школьников проявляется ориентация на процесс, его главное значение в присвоении знаний и опыта поведения; начинается своеобразная «закладка» мотивов совершенствования и самоопределения, обозначается еще слабо выраженное стремление к осознанию причин, смыслов, их поиск в учебном материале и в воспитательной деятельности учителя, возникает потребность в самооценке как в основе формирования самопознания и внутренней позиции личности, правда, еще с ориентацией на авторитет внешней оценки; продолжается принятие целей учителя, но уже с тенденцией к самостоятельности как еще недостаточно осознаваемой потребности.

Ребенок не рождается на свет, с каким - либо отношением к себе. Как и все другие особенности личности, его самооценка складывается в процессе воспитания, в котором основная роль принадлежит семье и школе. Дети с адекватной самооценкой, как правило, встречаются в семьях, в которых родители уважительно относятся к личности ребенка, к его интересам, и при этом внимание к личности сочетается с требовательностью к соблюдениям норм поведения. Дети с заниженной самооценкой чаще всего встречаются в распавшихся семьях, где родители мало интересуются жизнью своих детей, пренебрегают их интересами, их мнением, и в результате дети чувствуют себя незащищенными, неуверенными и одинокими. Дети с завышенной самооценкой, скорее всего, воспитываются в семьях, где ребенок «центр жизни», где его достоинства и недостатки оцениваются одинокого положительно, где ребенка уверяют в его исключительности.

Самооценка, которая складывается у ребенка в семье, существенно сказывается на установке, с которой он приходит в школу. Развитие самооценки у ребенка в младшем школьном возрасте проявляется в том, что у детей постоянно возрастает критичность, требовательность к себе. Первоклассники преимущественно положительно оценивают свою учебную деятельность, а неудачи связывают только лишь объективными обстоятельствами, второклассники и третьеклассники относятся к себе уже более критично, оценивая не только успехи, но и свои неудачи в учении. В младшем школьном возрасте происходит переход от конкретно - ситуативной самооценки к более обобщенной, возрастает и самостоятельность самооценки. Если самооценка первоклассника почти полностью зависит от оценок и поведения взрослых, то ученики 2 и 3 классов оценивают свои достижения более самостоятельно, подвергая критической оценки и оценочную деятельность самого учителя. Становясь самостоятельной и устойчивой, самооценка начинает выполнять функцию мотива деятельности младшего школьника.

Такие ученые, как К. Роджерс, Р. Бернс, Е.П. Белинская, А.А. Реан и Я.Л. Коломенский считают, что именно под воздействием различных внешних влиянии, которые испытывает индивид, формируется самооценка. «Особенно важными для ребенка являются контакты со значимыми другими, которые, в сущности, и определяют представления индивида о самом себе» Р.Бернс [5]. Другими словами, самооценка зависит от характера межличностных отношений в микросоциальном окружении.

Самооценка младшего школьника во многом зависит от оценок учителя. Она конкретна, ситуативна и обнаруживает тенденцию к переоценке достигнутых результатов и возможностей. Как подчеркивает Д.Б. Эльконин, когда ребенок приходит в школу, происходит перестройка всех его отношений с действительностью. У дошкольника имеется две сферы социальных отношений «ребенок - взрослый» и «ребенок - дети». Эти системы связаны игровой деятельностью. Результаты игры не влияют на отношения ребенка с родителями, отношения внутри детского коллектива также не определяют взаимоотношения с родителями. Эти отношения существуют параллельно, они имеют иерархические связи. Так или иначе, важно учитывать, что благополучие ребенка зависит от внутрисемейной гармонии.

В школе возникает новая структура отношений «ребенок - взрослый», которая начинает определять отношения ребенка с родителями и отношение ребенка с детьми. Б.Г. Ананьев, Л.И. Божович, И.С. Славина показали это экспериментально. Хорошее, «пятерочное» поведение и хорошие отметки - это то, что конструирует отношения ребенка с взрослыми и сверстниками. Первое, что взрослые спрашивают у ребенка «Как ты учишься?». Система «ребенок - учитель» становится центром жизни ребенка, от нее зависит совокупность всех благоприятных для жизни условий.

Впервые отношения «ребенок - учитель» становятся отношением «ребенок - общество». В пределах взаимоотношений в семье имеется неравенство взаимоотношений, а в школе действует принцип «все равны перед законом». В учителе воплощены требования общества, основные ожидаемые его роли - судья и защитник, также в школе существует система одинаковых эталонов, одинаковых мер для оценки.

В младшем школьном возрасте идет интенсивный процесс формирования учебной деятельности как ведущей. Сформированная ориентация на способы действия создает новый уровень отношения учащегося к самому себе как субъекту деятельности, способствует становлению самооценки как достаточно надежного механизме саморегуляции. Учащимся, ориентирующимся на способ действия, присущи исследовательский тип самооценки, осторожность, рефлексивность в оценке своих возможностей.

Школьная оценка непосредственно влияет и на становление самооценки. Дети, ориентируясь на оценку учителя, сами считают себя и своих сверстников «отличниками», «двоечниками» и «троечниками», хорошими и средними учениками, наделяя представителей каждой группы набором соответствующих качеств. Оценка успеваемости в начале школьного обучения, по существу, является оценкой личности в целом и определяет социальный статус ребенка.

У «отличников» и некоторых хорошо успевающих детей складывается завышенная самооценка. У неуспевающих и крайне слабых учеников систематические неудачи и низкие оценки снижают их уверенность в себе, в своих возможностях. Кроме того, общая самооценка хорошо успевающих школьников остается довольно высокой в течение всего периода обучения, в то время как у неуспевающих она заметно падает в девятилетнем возрасте и затем продолжает снижаться.

Так как мир ребенка от 6 до 11 лет - это в основном мир школы, а стоящие перед ним задачи являются по большей части учебными, то в этой сфере ребенка значительное место занимают контроль и оценка, осуществляемые значимыми другими.

Таким образом, можно констатировать неизбежное превращение уровня успеваемости ребенка - как ценности в системе обучения - в личную ценность или критерий самоудовлетворения школьника. Тогда негативная оценка своих учебных способностей ребенком повышает вероятность формирования у него общей негативной самооценки. Это объясняется тем, что в ней интегрируется то, чего достиг ребенок, и то, к чему он стремится, т.е. проект его будущего. Несмотря на несовершенство этого проекта, он имеет важное значение в регуляции поведения в целом, в том числе и учебной деятельности.

Особенностью детей младшего школьного возраста, является их безграничное доверие ко взрослым, главным образом, учителям, подчинение и подражание им. Эти внешние влияния авторитетного взрослого на ребенка очень существенны вплоть до подросткового возраста. Исследования по изменению внутренних установок ребенка показали, что чем больше доверия вызывает источник информации, тем большее влияние он может оказать на самовосприятие школьника. Дети этого возраста полностью признают авторитет взрослого человека, почти безоговорочно принимая его оценки. Даже характеризуя себя как личность, младший школьник в основном повторяет то, что о нем говорит взрослый. В этом одна из причин особо важной роли учителя в формировании самооценки ребенка.

Глава II. Самооценка младших школьников и пути ее формирования

.1 Описание процедуры исследования

самооценка личность идеальный школьник

Изучение самооценки младших школьников проводилось на базе муниципального образовательного учреждения средней общеобразовательной школы №ХХ. В исследовании принимали участие 20 учащихся 4 класса в возрасте 9 - 10 лет. Из них: 8 мальчиков и 12 девочек.

Данный класс негомогенной наполняемости, контингент разнородный: по социальному статусу, семейному воспитанию и гендерному признаку. Дети, обучаемые в классе одной возрастной группы.

Обучение ведется по программе развивающего обучения «Школа - 2100». Система «Школа-2100» направлена на формирование учебно-познавательной деятельности ребенка. Ценность этой программы в том, что ученик учится самостоятельно добывать нужные ему знания, действовать и решать проблемы в любых жизненных ситуациях. Основные особенности программы: ориентация на развитие духовного потенциала личности ребенка, его творческих способностей и интереса к предметам, личностно ориентированное, развивающее вариативное непрерывное образование для массовой школы (дошкольная подготовка, начальная школа, старшая школа).

. Методика «Какой я?» Р.С. Немова [22, с. 167].

Данная методика предназначена для определения самооценки ребенка 6-7 лет. Экспериментатор, пользуясь протоколом, спрашивает у ребенка, как он сам себя воспринимает и оценивает по десяти следующим положительным качествам личности:

. Хороший

. Добрый

. Умный

. Аккуратный

. Послушный

. Внимательный

. Вежливый

. Умелый (способный)

. Трудолюбивый

. Честный.

Оценки, предлагаемые ребенком самому себе, предоставляются экспериментатором в соответствующих колонках протокола, а затем переводятся в баллы.

баллов - очень высокий

-9 баллов - высокий

-7 баллов - средний

-3 балла - низкий

-1 балл - очень низкий

Согласно возрастной норме, самооценка школьника высокая. Следует отметить, что ответы ребенка на некоторые вопросы могут свидетельствовать об адекватности самооценки. Так, например, если наряду с ответами «да» на все вопросы ребенок утверждает, что он «послушный всегда», «честный всегда», можно предположить, что он не всегда достаточно критичен к себе.

2. Методика «Лесенка» Дембо - Рубинштейн в модификации В.Г. Шур, направленная на исследование самооценки.

Ребенку предлагают посмотреть на лесенку, состоящую из 7 ступенек. Видишь, тут стоит мальчик (или девочка). На ступеньку выше (показывают) ставят хороших детей, чем выше - тем лучше дети, а на самой верхней ступеньке - самые хорошие ребята. На ступеньку ниже ставят не очень хороших детей (показывают), еще ниже - еще хуже, а на самой нижней ступеньке - самые плохие ребята. На какую ступеньку ты сам себя поставишь?

Считается нормой, если дети этого возраста ставят себя на ступеньку «очень хорошие» и даже «самые хорошие» дети. В любом случае это должны быть верхние ступеньки, так как положение на любой из нижних ступенек (а уже тем более на самой нижней) говорит не об адекватной оценке, но об отрицательном отношении к себе, неуверенности в собственных силах. Это очень серьезное нарушение структуры личности, которое может привести к депрессиям, неврозам, ассоциальности у детей.

.2 Анализ и интерпретация полученных данных

Исследование уровня самооценки младших школьников по методике «Лесенка» показало следующие данные:

 10% (2 чел) с завышенной самооценкой

 40% (8чел) с адекватной самооценкой

 40% (8 чел) с заниженной самооценкой

 10% (2 чел) с очень низкой самооценкой

Полученные результаты на основании методики «Лесенка» отражены в таблице №1 и на рисунке №1

Таблица 1. Показатели самооценки младших школьников выявленные по методике «Лесенка»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Уровень самооценки | Количество учащихся | % соотношение |
| Завышенная | 2 | 10 |
| Адекватная | 8 | 40 |
| Заниженная | 8 | 40 |
| Очень низкая | 2 | 10 |



Рис.1. Показатели уровня самооценки по методике «Лесенка»

Если же обратиться к индивидуальным показателям, то здесь наблюдается следующее:

10% (2 ч) учащихся имеют завышенную самооценку. В целом, такая самооценка в большей степени характерна для первоклассников. В нашем случае, высокий показатель для учащихся скорее всего является следствием либо воспитания в семье по принципу кумира, либо компенсирующим фактором. Последняя особенность больше относиться к слабоуспевающим учащимся;

40% (8ч) 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;

40% (8ч) учащихся имеют заниженную самооценку. Как правило, это связанно с определенной психологической проблемой: разрушение ситуации успеха, нарушение межличностных отношений со значимыми взрослыми, высокий уровень тревожности. Ну и конечно немаловажную роль играет успеваемость, т. к. именно ее показатель является определяющим фактором в оценивании себя как ученика;

- 10% учащихся - 2 ребенка поставили себя на 7 ступеньку, что указывает на резко заниженную самооценку. Этот факт указывает на ситуацию школьной дезадаптации, личностного и эмоционального благополучия. Для возникновения такой низкой самооценки нужен целый ряд факторов, которые постоянно влияют на школьника. Такими факторами может являться неблагополучие в семье, переход в новую школу, новый класс, коллектив учащихся во главе с учителем, для которых приоритетом в оценке учеников является успешная учебная деятельность. В нашем случае - это совокупность первых двух. Эти дети перешли в данный класс во второй четверти текущего учебного года. Они проживают с пьющими родителями, которым они, фактически не нужны. Такую характеристику семьям детей дал классный руководитель. Но в классе, куда пришли эти ученики действительно учеба - является приоритетов, поэтому скидывать со счетов факт оценки личности ребенка по «хорошей учебе» нельзя.

Таким образом, анализ результатов по методике «Лесенка» показал, что для учеников, которые являются отличниками в классе в большей степени характерна высокая самооценка. 40% ребят из группы оценивают себя адекватно своему возрасту. У 10 учеников прослеживается ярко выраженная динамика снижения самооценки от адекватной к низкой. Данный факт указывает, скорее всего, на разрушение мотивации успеха и как следствие, у ребенка падает вера в себя и возникает устойчивое непринятие себя с мотивацией «Я плохой!». Данные показатели могут служить в будущем фактором риска к возникновению акцентуаций, дезадаптации в новой школьной среде в 5 классе и возникновением компенсаторных агрессивных реакций.

Далее проводилась исследование самооценки и самоощущения по методике «Какой я?». Анализ изучения уровня самоощущения младших школьников с различным уровнем интеллекта на основании методики «Какой я?» показал следующие результаты:

 5% (1 чел) с очень высоким уровнем самоощущения

 40% (8 чел) с высоким уровнем самоощущения

 50% (10 чел) с низким уровнем самоощущения

 5% (1 чел) с очень низким уровнем самоощущения

Полученные результаты на основании методики, «Какой я?» представлены на рисунке 2 и в таблице №2

Таблица 21. Показатели самоощущения младших школьников выявленные по методике «Какой я»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Уровень самоощущенияКоличество учащихся% соотношение |  |  |
| Очень высокий | 1 | 5 |
| Высокий | 8 | 40 |
| низкий | 10 | 50 |
| Очень низкий | 1 | 5 |



Рис. 2 Показатели уровня самоощущения, выявленные по методике «Какой я?»

Качественный анализ индивидуальных значений в исследуемой группе выявил довольно таки стабильные средние и высокие показатели самоощущения у учащихся, обучающихся на «4» и «5». Данный результат в принципе прогнозируемый, так как учащиеся с хорошей успеваемостью могут вполне адекватно себя оценивать. Но, тем не менее, результаты по методике Лесенка и по методике «Какой я?» не совпадают. То есть, по результатам методики «Лесенка» младшие школьники имеют адекватный (высокий) уровень самооценки, а по методике «Какой я?» у этих же детей уровень самоощущения соответствует среднему, т. е. не отличаются высоким уровнем самоощущения.

У детей, обучающихся на «удовлетворительно» уровень самоощущения выше, чем уровень самооценки, так как по методике «Лесенка» у детей этой группы самооценка находиться в зоне заниженного значения, а по методике, «Какой я?» уровень самоощущения находится в среднем значении между высоким и средним показателями. Скорее всего, здесь играет роль влияние оценка как со стороны учебной деятельности, так и со стороны оценивая своих человеческих качеств. Для младшего школьника это принципиально разные способы, оценивая себя.

Необходимо отметить, что 1 ребенок имеет очень высокий показатель и 1 ребенок - очень низкий показатель по данному критерию. Первый результат - несомненно, компенсаторная самооценка, второй - принятие себя по принципу «Я плохой!».

Таким образом, полученные результаты исследования показывают на необходимость проведения коррекционных занятий, направленных на формирование адекватной самооценки младших школьников данной группы.

.3 Приемы формирования адекватной самооценки младших школьников

Неадекватная самооценка младших школьников требует внимания не только со стороны педагогов и родителей, но и со стороны психолога, т.к. у таких детей могут возникнуть проблемы в учебе и в общении с другими детьми. С детьми, имеющими заниженную самооценку может быть организованна коррекционно-развивающая работа, направленная на повышение уверенности в себе, снижение эмоционального напряжения, создание ситуации успеха.

Конечно же, повысить самооценку учащихся за короткое время невозможно. Необходима систематическая, целенаправленная работа с ними. В такой работе могут быть использованы следующие методы: игротерапия, арттерапия, психогимнастика.

Игровая терапия - метод психотерапевтического воздействия на детей с использованием игры. В основе различных методик, описываемых этим понятием, лежит признание того, что игра оказывает сильное влияние на развитие личности. Игра способствует созданию близких отношений между участниками группы, снимает напряженность, тревогу, страх перед окружающим миром, повышает самооценку, позволяет проверить себя в различных ситуациях, общения, снимая опасность социально значимых последствий.

Психокоррекционный эффект игровых занятий у детей достигается благодаря установлению положительного эмоционального контакта между детьми и взрослыми. Игра корригирует подавляемые негативные эмоции, страхи, неуверенность в себе, расширяет способности детей к общению, увеличивает диапазон доступных ребенку действий с предметом.

Существует также директивная и недирективная игротерапия.

Директивная (направленная) предполагает выполнение игротерапевтом функций интерпретации и трансляции ребенку символического значения детской игры, активное участие взрослого в игре ребенка с целью актуализации в символической игровой форме бессознательных подавленных тенденций и их проигрывание в направлении социально приемлемых стандартов и норм.

Недирективная (ненаправленная) игротерапия проводит, линию на свободную игру как средство самовыражения ребенка, позволяющее одновременно успешно решить три важные коррекционные задачи:

. Расширение репертуара самовыражения ребенка.

. Достижение эмоциональной устойчивости и саморегуляции.

.Коррекция отношений в системе «ребенок - взрослый».

В ненаправленной игротерапии на передний план выходят идеи коррекции личности ребенка путем формирования адекватной системы отношений между ребенком и взрослым, ребенком и сверстником, системы конгруэнтной коммуникации.

Психотерапевт не вмешивается в спонтанную игру детей, не интерпретирует ее, а создает самой игрой атмосферу тепла, безопасности, безусловного принятия мыслей и чувств клиента. Игровая терапия применяется для воздействия на детей с невротическими расстройствами, эмоционально напряженных, подавляющих свои чувства.

Цель игры в недирективном подходе - помочь ребенку осознать самого себя, свои достоинства и недостатки, трудности и успехи. Существуют следующие принципы такой игротерапии:

· игротерапевт добивается того, чтобы ребенок говорил о своих чувствах как можно более открыто и раскованно,

· игротерапевт должен в кратчайшее время понять чувства ребенка и попытаться обратить его внимание на себя самого;

· нельзя ни торопить, ни замедлять игровой процесс;

· терапевт вводит лишь те ограничения, которые связывают то, что происходит во время игры с реальной жизнью;

· терапевт - зеркало, в котором ребенок видит самого себя.

Индивидуальная и групповая игротерапия.

Игротерапия используется как в индивидуальной, так и групповой форме. Главным критерием предпочтения групповой игротерапии является наличие у ребенка социальной потребности в общении, формирующейся на ранней стадии детского развития. Заключение о наличии у ребенка социальной потребности, решающим образом определяющей успех поведения групповой терапии, выносится на основании анализа истории каждого случая.

В случае, когда социальная потребность у ребенка отсутствует, встает особая задача формирования потребности в социальном общении, которая может быть оптимально решена в форме индивидуальной игротерапии. Если социальная потребность уже сформирована, то наилучшей формой коррекции личностных нарушений общения будет групповая игротерапия.

Групповая игротерапия - это психологический и социальный процесс, в котором дети естественным образом взаимодействуют друг с другом, приобретают новые знания не только о других детях, но и о себе.

Групповая игротерапия призвана: помочь ребенку осознать свое реальное «Я», повысить его самооценку и развивать потенциальные возможности, отреагировать внутренние конфликты, страхи, агрессивные тенденции, уменьшить беспокойство и чувство вины.

Арттерапия - (терапия искусством) это специализированная форма психотерапии, основанная на искусстве, в первую очередь изобразительном и творческой деятельности.

Основная цель арттерапии состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания.

Цели арттерапии:

. Проработать мысли и чувства, которые ребенок привык подавать.

. Сконцентрировать внимание на ощущениях и чувствах, чем быстрей ребенок поймет, что с ним происходит, тем продуктивнее будет работа.

. Развивать художественные способности и повысить самооценку, т.к. при формировании самооценки, через рисунок ребенок может больше раскрыться.

Также можно выделить некоторые виды арттерапии:

· Изотерапия (воздействие средствами выразительного искусства).

· Музыкотерапия (воздействие через воспитание музыкой).

· Кинезиотерапия (коррекционная ритмика, лечение танцами).

· Вокалотерапия (лечение пением).

· Библиотерапия (лечение чтением).

Рисование - творческий акт, позволяющий ребенку ощутить и понять самого себя, выразить свободно свои мысли и чувства, освободиться от конфликтов и сильных переживаний, развивать эмпатию, быть самим собой, свободно выражать мечты и надежды.

По мнению специалистов, рисование участвует в согласовании межполушарных взаимоотношений, поскольку в процессе рисования координируется конкретно-образное мышление, связанное в основном с работой правого полушария мозга, и абстрактно - логическое, за которое ответственно левое полушарие.

Проективный рисунок может использоваться как индивидуальной форме, так и групповой работе. Основная задача проективного рисунка состоит в выявлении и осознании трудновербализуймых проблем, переживаний клиентов.

Проективное рисование рассматривается некоторыми авторами как вспомогательный метод в групповой работе. Он позволяет диагностировать и интерпретировать затруднения в общении, эмоциональные проблемы. Темы рисунков подбираются так, чтобы предоставить участникам возможность выразить графически или рисунком свои чувства и мысли. Метод позволяет работать с чувствами, которые субъект не осознает по тем или иным причинам. [30]

Особенно эффективно применение рисуночной терапии в детском возрасте. Организуя рисуночное занятие, психолог реализует следующие функции: эмпатическое принятие ребенка; создание психологической атмосферы и психологической безопасности; эмоциональная поддержка ребенка; постановление креативной задачи и обеспечение ее принятия ребенком; помощь в поиске формы выражения темы; отражение и вербализация чувств и переживаний ребенка, актуализированных в процессе рисования и опредмеченных в его продукте.

Функции психолога могут быть реализованы в директивной и недирективной форме.

Директивная форма предполагает прямую постановку задачи перед ребенком в виде темы рисования; руководство поиском лучшей формы выражения темы и интерпретации значения детского рисунка.

При недирективной форме ребенку предоставляется свобода как в выборе темы, так и в выборе экспрессивной формы. В то же время психолог оказывает ребенку эмоциональную поддержку, а в случае необходимости - техническую помощь в придании максимальной выразительности продукту творчества ребенка.

Специалисты выделяют 5 типов заданий, используемых в рисуночной практике:

. Предметно - тематические задания - это рисование на заданную тему, где предметом изображения выступает человек и его отношения с предметным миром и окружающими людьми.

. Образно - символические задания представляет собой изображение ребенком абстрактных понятий в виде созданных воображением ребенка образов, таких как добро, зло, счастье; изображение эмоциональных состояний и чувств: радость, гнев, удивление.

. Игры и упражнения с изобразительным материалом. Этот вид работы предполагает экспериментирование с красками, карандашами, бумагой, пластилином, мелом с целью изучения их физических свойств и экспрессивных возможностей. Эффект упражнения заключается в уменьшении эмоционального напряжения, формировании чувств личной безопасности, повышении уверенности в себе, стимулировании познавательной потребности.

. Задания на совместную деятельность могут включать все указанные выше задания. Этот тип заданий направлен как на решение проблемы оптимизации общения и взаимоотношения со сверстниками, так и на оптимизацию детско-родительских отношений. Задания могут быть предложены ребенку на литературном вербальном материале, таком как сочинение сказок и историй.

Психогимнастика - метод, при котором участники проявляют себя и общаются без помощи слов. Это эффективное средство оптимизации социально перцептивной сферы личности, так как позволяет обратить внимание на «язык тела» и пространственно временные характеристики общения.

Термин «психогимнастика» может иметь широкое и узкое значение. Психогимнастика в узком значении понимается как игры, этюды, в основе которых лежит использование двигательной экспрессии в качестве главного средства коммуникации в группе. Такого рода психогимнастика направлена на решение задач групповой психокоррекции: установление контакта, снятие напряжения, отработку обратных связей.

В широком смысле психогимнастика - это курс специальных знаний, направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики человека как познавательной, так и эмоционально-личностной сферы.

Психогимнастика как невербальный метод групповой работы предполагает выражение переживаний, эмоциональных состояний, проблем с помощью движений, мимики, пантомимики; позволяет клиентам проявить себя и общаться без помощи слов. Это метод реконструктивной психокоррекции, цель которого - познание и изменение личности клиента.

Таким образом, в работе с неуверенными детьми может быть использовано все многообразие средств коррекционно-развивающей работы.

Заключение

Проблема возникновения и развития самооценки является одной из центральных проблем становления личности ребенка. Самооценка это необходимый компонент развития самосознания, т.е. осознания человеком самого себя, своих физических сил, умственных способностей, поступков, мотивов и целей своего поведения, своего отношения к окружающим, к другим людям и самому себе. Самооценка подразумевает под собой известное отношение к себе: к своим качествам и состояниям, возможностям, физическим и духовным силам.

В ходе исследования были выявлены следующие основные положения по проблеме самооценки:

в литературе, посвященной самооценке, можно найти различные ее определения. В нашем исследовании мы придерживаемся следующей позиции: «самооценка - это наличие критической позиции индивида по отношению к тому, чем он обладает, это не констатация имеющегося потенциала, а именно его оценка с точки зрения определенной системы ценностей.… По итогам проводимой самооценки формируется то или иное отношение к себе, позитивное или негативное, с чертами отрицания, неприятия» (Л.В.Бороздина);

различны виды самооценки. Различают текущую и личностную самооценку, по модальности выделяется три вида самооценок: прогностическая самооценка, актуальная и ретроспективная.

Когда говорят о самооценке, то говорят о самооценке того или иного человека, как правило, подчеркивают ее результат: высокая или низкая, адекватная или неадекватная, завышенная или заниженная.

В научных исследовании установлено, что у младших школьников обнаруживаются все виды самооценок: адекватная устойчивая; завышенная устойчивая; неустойчивая в сторону неадекватного завышения или занижения.

В качестве источников формирования самооценки ученые выделяют: сопоставление образа реального Я с образом идеального Я, т.е. с представлением о том, каким человек хотел бы быть; интериоризацию социальных реакций на данного индивида, т.е., человек склонен оценивать себя так, как, по его мнению, его оценивают другие; индивид оценивает успешность своих действий и проявлений через призму своей идентичности; индивид испытывает удовлетворение не оттого, что он просто что-то делает хорошо, а оттого, что он избрал определенное дело и именно его делает хорошо. То есть происходит измерение результатов своей деятельности; круг значимых других или референтная группа и актуальное сравнение с другими.

Самооценка ребенка является динамичным образованием, связанным с его ценностными ориентациями и степенью сформированности и реалистичности его Я - образа. Представления о своей ценности, складывающиеся у ребенка еще до поступления в школу, вызывают у него целый ряд ожиданий, связанных с учебой и школой. Они либо способствуют движению ребенка вперед к успеху, либо не дают ему возможности успешно продвигаться в учебной деятельности. Учитель, не наносящий вреда самооценке ребенка, прививающий ему ощущение собственной ценности, может помочь ребенку сформировать положительные представления о самом себе. А относительно устойчивая и высокая самооценка, гармоничная по своему строению, будет способствовать благополучному и успешному развитию полноценной во всех отношениях личности.

Литература

1. Авдеева Л.И. Особенности самооценки младших школьников, воспитывающихся в учреждениях закрытого типа: Автореферат канд. психол. наук. М., 2005.

2. Азимова Р.Н. Социально-психологическая природа самооценки и ее нравственный аспект. Известия АПАз ССР, 1969. № 3.

. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. Л.,1968.

. Белобрыкина О.А. Психологические условия и факторы развития самооценки личности на ранних этапах онтогенеза: Автореферат канд. психол. наук. Новосибирск, 2000.

. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитания. М., 1986.

6. Божович Л.И. Проблемы формирования личности. Хрестоматия / под ред. Д. И. Фельдштейна. - М.: Издательство «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «МОДЭК», 1997 - 352 с.

7. Божович Л.И. Этапы формирования личности в онтогенезе // Вопросы психологии. 1979. № 4.

8. Бурлачук Л. Ф., Словарь-справочник по психодиагностике. Серия: «Мастера психологии».3-е изд/ Л. Ф. Бурлачук. - СПб.: Питер. 2007 - 688с.

. Бороздина Л.В. Что такое самооценка?// Психологический журнал № 2 2000.

10. Возрастная и педагогическая психология. Учеб. пособие / Под ред. проф. А.В. Петровского. - М.: Просвещение, 1973 - 334с.

11. Выготский Л.С. Педагогическая психология/ Л.С. Выготский. - М.: АСТ: Астрель: ЛЮКС, 2005 - С. - 236 - 238

. Выготский Л.С. Кризис семи лет. // Л.С. Выготский. Собрание сочинений в 6 томах. - М.: Педагогика, 1984 - C. 316 - 385.

13. Гамезо М.В., Петрова Е.А., Орлова Л.М. Возрастная и педагогическая психология: Учеб. пособие для студентов всех специальностей педагогических вузов/ М.В. Гамезо, Е.А. Петрова, Л.М.Орлова. - М.: Педагогическое общество России, 2003 - 478с.

14. Джемс У. Психология. М., 1991.

15. Захарова А.В., Боцманова М.Э. Как формировать самооценку школьника // Начальная школа - 1992 - № 3 - С. 13 - 16

16. Захарова А. В. Генезис самооценки/ А. В. Захарова. - Тула: Изд-во Тульского Государственного педагогического университета им. Л.Н. Тол- стого. - 1998. - 135 с.

17. Караковский В.А., Новикова Л.И., Селиванова Н.А. Воспитание? Воспитание…Воспитание! / В.А. Караковский, Л.И. Новикова, Н.А. Селиванова. - М., 1996

18. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М., 1975.

19. Лисина М. И. Проблемы онтогенеза общения. М., 1986

20. Липкина А.И. Самооценка школьника/А.И. Липкина. - М.: Просве -щение, 1976 - С. - 67

21. Маслова Е.А. Психологическая природа самооценки, место самооценки в структуре самосознания личности (http://www.uroki.ru/met\_rus/k\_psihologiya/k\_psihollichnost/samoocenka.htm)

22. Немов Р.С. Психология, кн. 3.: психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики/Р.С. Немов. - М.: Владос, 2007 - С. 167, 228

23. Ожегов С.И. Словарь русского языка / Под ред. Н.Ю. Шведовой. -М.: Русский яз., 1990.

24. Психологический словарь под ред. Зинченко В.П., Мещеряковой Б.Г. М., 2001.

. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. В 2 т. М.,1989.

. Рубинштейн С.Л. Принципы и пути развития психологии. М., 1978

27. Селевко Г.К., Тихомирова Н.К. Педагогика сотрудничества и перестройка школы. Ярославль: Верх.- Волж. кн. изд., 1990. - 41 с.г

28. Скаткин М.Н. Методология и методика педагогических исследований: В помощь 'начинающему исследователю.1. М.: Педагогика, 198 с.

. Славина Л.С. Роль поставленной перед ребенком цели и образованного им самим намерения как мотивов деятельности школьника. Хрестоматия / Л.С. Славина // Изучение мотивации поведения детей и подростков / Л. И. Божович, Л.В. Благонадежина. - Москва: Педагогика, 1972. - С. 45 - 80.

30. Спиркин А.Г. Сознание и самосознание М.: Политиздат, 1972.

31. Чеснокова И.И. Проблема самосознания в психологии. М.,1977.

. Шибутани Т. Я-концепция и чувство собственного достоинства. Самосознание и защитные механизмы личности. Самара., 2003.

. Якобсон С.Н. Формирование Я-потенциального положительного как метод регуляции поведения дошкольников // Вопросы психологии. - 1997.

Приложение 1

Индивидуальные показатели уровня самооценки младших школьников по методике «Лесенка»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № испытуемого | Количественный показатель | Значение показателя |
| 1 | 7 | Резко заниженная |
| 2 | 4 | Заниженная |
| 3 | 2 | Адекватная |
| 4 | 4 | Заниженная |
| 5 | 4 | Заниженная |
| 6 | 4 | Заниженная |
| 7 | 4 | Заниженная |
| 8 | 2 | Адекватная |
| 9 | 2 | Адекватная |
| 10 | 4 | Заниженная |
| 11 | 6 | Резко заниженная |
| 12 | 2 | Адекватная |
| 13 | 2 | Адекватная |
| 14 | 1 | Завышенная |
| 15 | 2 | Адекватная |
| 16 | 1 | Завышенная |
| 17 | 4 | Заниженная |
| 18 | 2 | Адекватная |
| 19 | 3 | Адекватная |
| 20 | 2 | Адекватная |
| средний | 3,1Адекватная |  |

Приложение 2

Индивидуальные показатели уровня самоощущения младших школьников по методике «Какой я?»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № испытуемого | Количественный показатель | Значение показателя |
| 1 | 10 | Очень высокий |
| 2 | 7,5 | высокий |
| 3 | 2 | Очень низкий |
| 4 | 6,5 | средний |
| 5 | 6 | средний |
| 6 | 9 | высокий |
| 7 | 5,5 | средний |
| 8 | 6 | средний |
| 9 | 6 | средний |
| 10 | 7 | средний |
| 11 | 9,5 | высокий |
| 12 | 8,5 | Высокий |
| 13 | 7 | средний |
| 14 | 9 | Высокий |
| 15 | 6,5 | средний |
| 16 | 9 | высокий |
| 17 | 8,5 | высокий |
| 18 | 6 | средний |
| 19 | 7 | средний |
| 20 | 7 | высокий |
| средний | 7,17 | средний |