

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

Факультет спортивного менеджмента, педагогики и психологии

Кафедра психологии

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность (профиль) «Психология образования»

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА
(БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА)

МАСЛОВОЙ ВИКТОРИИ АЛЕКСЕЕВНЫ

обучающейся группы 15смз1

ВЗАИМОСВЯЗЬ ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ И САМООЦЕНКИ В
МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

Нормоконтролер:
Декан факультета спортивного
менеджмента, педагогики и
психологии, к.п.н., доцент
Мирзоева Е.В. _____

«__» _____ 20__ г.

«Допущен к защите»
Заведующая кафедрой психологии,
к.п.н., доцент
Пархоменко Е.А. _____
«__» _____ 20__ г.

Научный руководитель:
доцент кафедры
психологии, к.псх.н.
Берилова Е.И. _____

«__» _____ 20__ г.

Дата защиты: «__» _____ 20__ г.
Оценка: _____

Краснодар 2020

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
...	
1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ И САМООЦЕНКИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ.....	7
1.1 Понятие «тревожность». Особенности проявления школьной тревожности.....	7
...	
1.2 Причины возникновения школьной тревожности.....	1
1.3 Особенности самооценки в младшем школьном возрасте.....	1
Резюме.....	1
....	9
2.ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	2
2.1 Методы исследования.....	2
2.2 Организация исследования.....	2
3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЯ.....	2
3.1 Особенности школьной тревожности младших школьников.....	2
3.2 Особенности самооценки младших школьников.....	3
	0

3.3 Взаимосвязь школьной тревожности и самооценки младших школьников.....	3
...	6
ВЫВОДЫ.....	4
...	6
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	4
...	8
ПРАКТИЧЕСКИЕ	5
РЕКОМЕНДАЦИИ.....	0
СПИСОК	ИСПОЛЬЗОВАННЫХ
ИСТОЧНИКОВ.....	5
	2

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. По данным многочисленных исследований в области развития эмоциональной сферы личности в современном обществе возникла устойчивая тенденция к увеличению количества тревожных людей в различных возрастных группах. Данная тенденция может объясняться многочисленными причинами в области экономического, политического и социального развития общества. Особенно актуальной проблема возрастания уровня тревожности становится именно для учащихся начальной школы. В младшем школьном возрасте в последнее десятилетие наблюдается скачок в повышении количества детей с высоким уровнем тревожности. Такие

учащиеся имеют повышенный уровень беспокойства. Для них характерно неуверенное поведение, заниженная самооценка и высоко неустойчивый эмоциональный фон [46].

В процессе учебной деятельности большинство педагогических работников делают акцент только на развитие интеллекта и познавательных процессов младших школьников. На формирование знаний, умений и навыков учебной деятельности у детей. Но при этом, эмоциональное благополучие младших школьников учителями начальных классов упускается из вида. Для достойного вхождения в современное общество в процессе обучения младшие школьники получают не только образование. Маленьким школьникам необходимо формировать и развивать все компоненты личностной и эмоциональной сферы. Если упустить из внимания развитие такого важного психологического аспекта, как эмоциональная сфера, то это может привести к повышению тревожности младших школьников в процессе учебной деятельности. Данный фактор может отрицательно повлиять на личностное развитие в целом, и на эмоциональное и психическое развитие в частности. В начальной школе у ребёнка с повышенной тревожностью возникают существенные трудности в обучении. У него очень затруднено восприятие учебного материала, контакты с одноклассниками и сверстниками [15].

Обучение в начальной школе очень ответственная пора и для детей и для их родителей. В этот период происходит становление личностных параметров. Происходит выбор будущего жизненного пути ребенка. Младший школьник начинает усваивать социальные нормы и правила современного общества. При формировании у школьников тревожных состояний, заниженной самооценки и неуверенности в себе их личностные категории несут тревожный и мнительный характер. При этом, процесс общения с одноклассниками и педагогами будет отягощен негативными эмоциями. При повышенном уровне тревожности интеллектуальное развитие младших школьников затруднено. При этом, учащиеся начальных классов не могут проявить творческие способности. Их любознательность и оригинальность мышления не

развивается. Тревожные дети не проявляют творческий потенциал. Они боятся предлагать нетрадиционные взгляды на решение какой-либо задачи. Тревожные младшие школьники применяют шаблоны в выполнении заданий. Используют устаревшие и проверенные жизнью варианты решений [7, 31].

У учащихся младших классов в условиях образовательной деятельности могут возникать негативные эмоциональные состояния под воздействием большого количества стрессогенных факторов. Такие состояния отрицательно влияют на всестороннее и полноценное развитие школьников. А могут быть причиной повышения уровня тревожности в процессе учебной деятельности. Перечислим факторы, которые могут увеличивать уровень тревожности учащихся младших классов. Например, в процессе учебной деятельности возникает неблагоприятный эмоциональный фон, если между педагогами, родителями и обучающимися возникают плохие межличностные отношения, если у младших школьников появляется высокая учебная нагрузка и возникает чувство незащищенности в стенах собственного образовательного учреждения. Именно в начальной школе педагогические работники должны обратить особое внимание на формирование и развитие адекватного уровня самооценки у младших школьников [4].

Тревожные и негативные состояния младших школьников оказывают существенное влияние и на их уровень самооценки. Если у школьника проявляется повышенный уровень тревожности, то это обязательно сказывается на его умении приспосабливаться к разнообразным жизненным условиям и социальным ситуациям. Уровень эмоциональной стабильности детей снижается и возникает установка на развитие неуверенности в себе. Таким образом, исследование взаимосвязи школьной тревожности и самооценки у младших школьников является актуальным в условиях современной образовательной системы.

Объект исследования –школьная тревожность и её особенности.

Предмет исследования - взаимосвязь школьной тревожности и самооценки у младших школьников.

Цель исследования - изучить взаимосвязь школьной тревожности и самооценки у младших школьников.

Гипотеза исследования. Мы предполагаем, что низкий уровень самооценки детей 8-9 лет формируется под влиянием их высокого уровня школьной тревожности. Адекватный уровень самооценки младших школьников будет иметь отрицательную взаимосвязь с их уровнем школьной тревожности: заинтересованность ребенка в школьном обучении, снижение страхов в отношениях с учителями и в ситуациях проверки знаний повышает самооценку учащихся.

Задачи исследования:

1. Изучить научно-методическую литературу по проблеме исследования.
2. Определить особенности школьной тревожности и самооценки у младших школьников.
3. Установить особенности школьной тревожности и самооценки у младших школьников разного пола.
4. Установить особенности взаимосвязи школьной тревожности и самооценки у младших школьников.

Для решения поставленных задач использовались следующие **методы исследования:**

1. Анализ научно-методической литературы по проблеме исследования.
2. Методы психодиагностики (тест школьной тревожности Филлипса; методика диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн, модификация А. М. Прихожан).
3. Методы математической статистики.

Структура и объем работы. Основной текст изложен на 55 страницах компьютерного текста, иллюстрирован 10 таблицами и 2 рисунками. Состоит из введения, трех глав, выводов, заключения, практических рекомендаций, списка использованных источников. Список использованных источников включает 47 источников.

1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ И САМООЦЕНКИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

1.1 Понятие «тревожность». Особенности проявления школьной тревожности

В литературе по психологии встречаются различные определения понятия «тревожность», однако большинство проведенных исследований между собой сходятся в том, что нужно рассматривать её дифференцированно – как ситуативное явление и как личностную характеристику. В словаре по психологии дано следующее определение тревожности - это «персональная психологическая особенность, которая заключающаяся в усиленной предрасположенности чувствовать волнение в самых разнообразных жизненных обстоятельствах, даже, которые к этому не предрасполагают [28].

Обращает внимание и указывает А. М. Прихожан на то [26], что тревожность - это эмоциональный дискомфорт, который переживает субъект, данное переживание связано с ожиданием неблагополучия, с предчувствием

опасности. На протяжении долгого времени чувство тревожности сохраняется и обладает собственной побудительной силой. Точно также как и другие, сложные психологические образования, тревожность характеризуется сложной структурой, заключающей в себе когнитивные, эмоциональные и операциональные аспекты, где преобладает эмоциональный аспект.

По определению Л. И. Божович тревожность выступает как стабильное или ситуативное проявление свойства индивида прибывать в состоянии повышенного беспокойства, в специфических социальных ситуациях [5]. Тревожность - это психическое состояние душевного волнения, неуравновешенности, может зависеть от индивидуальных факторов и быть беспредметной, приобретающие смысл в контексте личного опыта. В. В. Суворова считает, что тревожность нужно отнести к негативному комплексу эмоций, где преобладает физиологический фактор [44].

Имеются разнообразные теорий по изучению тревожности. Существующие теории можно поделить на две категории. В первую входят зарубежные теории, данные авторы характеризуют тревожность с точки зрения динамического подхода и делают акцент на бессознательные импульсы. З. Фрейд был один из первых, кто попытался разъяснить природу тревожности индивида. С его точки зрения вызывает беспокойство и невроз столкновение социальных запретов с биологическими явлениями. Решение этого Фрейд находил в том что, если индивид направляет внутреннюю энергию на другие виды деятельности, то это в итоге освобождает человека от невротической тревожности. Основными факторами тревожности считались человеческие взаимоотношения. При удовлетворении собственных нужд индивид старается освободиться от тревоги, но невротические потребности не насыщаемы, и субъекту удовлетворить их не представляется. Тем самым не представляется возможным избавиться от тревоги. Происхождение тревоги лежит в межличностных взаимоотношениях человека. С его точки зрения индивид не может быть изолирован от других людей и межличностных ситуаций. Присутствуют у индивида изначально беспокойство и тревога,

которая считается продуктом его межличностных взаимоотношений. Чувство тревоги вызывается при действительных или ложных угрозах безопасности. Появившись в раннем возрасте в следствии соприкосновения с негативной социальной средой, тревога устойчиво и неизбежно присутствует на протяжении всей жизни человека. Существует другая точка зрения на происхождение тревожности. Индивид связан с окружением, находится в общественных взаимоотношениях и по своей сущности не может быть свободен. Если разорвать эти связи, то это приведет к появлению сомнений, нерешительности и тревоги. Из соотношения двух систем личности – сознательной и бессознательной К. Роджерс выводит центральный конфликт субъекта и происхождение тревоги. Если между этими системами наблюдается абсолютная гармония, то у индивида хорошее настроение, он доволен собой, спокоен. Если нарушена согласованность между двумя системами появляются разнообразного рода волнения, беспокойство и тревога. Все это способствует вызыванию вегетативной реакции, сердцебиению, которое сознательно воспринимается как волнение, тревога, а индивид не в состоянии оценить причины беспокойства. Другие психологи, в своих трудах рассматривают тревожность как устойчивую черту личности, обнаруживающуюся в разнообразных обстоятельствах и даже в тех которые не несут в себе угрозу. Благодаря когнитивному подходу, возможно, объяснить все основания тревожных состояний, процессами восприятия и установками которые дают искажающую оценку человеком возникающей угрозы [27, 29, 43].

Ко второй группе относятся отечественные теории возникновения и развития тревожности. В трудах отечественных ученых тревожность подвергается изучению как разновидность аффективного переживания. Под аффективным переживанием ряд отечественных психологов подразумевают не просто интенсивную эмоцию, сопровождающуюся затуманенностью сознания, ослаблением воли, потерей контроля над своими действиями, они понимают её как продолжительное, глубокое, эмоциональное переживание,

связанное с активно функционирующими потребностями и влечениями, обладающими для индивида жизненно немаловажными значениями [26].

Существуют определенные причины, которые увеличивают тревожность на каждом возрастном этапе. Имеющиеся «возрастные пики тревожности» обуславливаются вследствие наиболее важных социальных потребностей. В формировании личности человека тревожность как личностное образование может исполнять мотивирующую функцию. Воздействие тревожности на формирование субъекта, может нести в себе как отрицательный, так и положительный характер, все же в положительном случае оно обладает строгими рамками, которые обусловлены адаптивной природой этого образования [24].

Современный подход предполагает то, что феномен тревожности необходимо рассматривать не только как изначально негативную черту личности. Каждому индивиду чувство тревоги свойственно в большей или меньшей степени. Каждому индивиду свойственна своя оптимальная степень тревожности, так называемая «полезная тревожность», которая является необходимым условием формирования личности, которая мобилизует на достижение целей. Чрезмерное ощущение тревоги может привести к «эмоциональным болезням» [4]. Укрепление и увеличение чувства тревожности совершается по механизму «замкнутого психологического круга», впоследствии приводящего к скоплению и усилению негативного эмоционального опыта, который в свою очередь вызывает отрицательные чувства и способствует повышению и сохранению тревожности [18].

Выделяют два основных вида тревожности. Первым из них – это так называемая ситуативная тревожность, т. е. порожденная некоторой конкретной ситуацией, которая объективно вызывает беспокойство. Данное состояние может, возникает у любого человека в преддверии возможных неприятностей и жизненных осложнений. Это состояние не только является вполне нормальным, но и играет свою положительную роль. Оно выступает своеобразным мобилизирующим механизмом, позволяющим человеку

серьезно и ответственно подойти к решению возникающих проблем. Ненормальным является скорее снижение ситуативной тревожности, когда человек перед лицом серьезных обстоятельств демонстрирует безалаберность и безответственность, что чаще всего свидетельствует об инфантильной жизненной позиции, недостаточной сформулированности самосознания.

Другой вид – так называемая личностная тревожность. Она может рассматриваться как личностная черта, проявляющаяся в постоянной склонности к переживаниям тревоги в самых различных жизненных ситуациях, в том числе и таких, которые объективно к этому не располагают. Она характеризуется состоянием безотчетного страха, неопределенным ощущением угрозы, готовностью воспринять любое событие как неблагоприятное и опасное. Ребенок, подверженный такому состоянию, постоянно находится в настороженном и подавленном настроении, у него затруднены контакты с окружающим миром, который воспринимается им как пугающий и враждебный. Закрепляясь в процессе становления характера к формированию заниженной самооценки и мрачного пессимизма.

1.2 Причины возникновения школьной тревожности

Благодаря социально - психологическим факторам или факторам образовательных программ, наиболее часто возникает школьная тревожность. Рассмотрим причины возникновения школьной тревожности.

Формированию и закреплению школьной тревожности способствуют данные факторы:

- учебные перегрузки;
- неспособность учащегося справиться со школьной программой;
- неадекватные ожидания со стороны родителей;
- неблагоприятные отношения с педагогами;
- регулярно повторяющиеся оценочно - экзаменационные ситуации;
- смена школьного коллектива или непринятие детским коллективом [2, 20].

Рассмотрим данные факторы подробнее. Учебные переутомления связаны со структурой учебного года. После шести недель активных занятий у детей резко понижается уровень работоспособности и повышается уровень тревожности. Для возобновления правильного для учебной деятельности состояния требуется как минимум недельный перерыв. Однако, даже самая короткая четверть длится семь недель. Также, перегрузки могут быть вызваны загруженностью ребенка учебным процессом в течение учебной недели. Для полноценного восстановления сил ребенку требуется как минимум один полноценный выходной в неделю, в течение которой он может не возвращаться к выполнению домашних заданий. Не меньший вклад в перегрузки учащихся приносит принятая длительность урока.

Неумение школьника справиться со школьной программой обусловлена самыми разными причинами:

- повышенным уровнем сложности учебных программ, не соответствующих уровню развития детей;
- недостаточным уровнем развития высших психических функций учащихся, педагогической запущенностью, недостаточной профессиональной компетентностью учителя, не владеющего навыками подачи материала или педагогического общения и т. д;
- психологическим синдромом хронической неуспеваемости. [21,40].

Завышенные требования к ребенку, негибкая, догматическая система воспитания, не учитывающая собственную активность ребенка, его интересы, способности и склонности. Самая распространенная система воспитания - ты должен быть отличником. Проявления тревоги встречаются у хорошо успевающих школьников, которых отличают добросовестность, требовательность к себе в сочетании с нацеленностью на отметки, а не на получение знаний. Встречаются обстоятельства, когда родители ориентируют на высокие, не доступные ему достижения в спорте, искусстве, навязывают ему (если это мальчик) образ настоящего мужчины, сильного смелого, не знающего поражений, не соответствия которому (а соответствовать этому

образу невозможно) больно бьет по мальчишескому самолюбию. К этой же области относится навязывание ребенку чуждых ему (но высоко ценимых родителями) интересов, например, как туризм, плавание. Ни одно из этих занятий само по себе не плохо. Однако выбор хобби должен принадлежать интересам самому ребенку. Принуждение ребенка участвовать в делах, которые не интересуется школьника, ставит его в ситуацию, в которой он не сможет добиться успеха [14, 33].

Стремясь выработать у ребенка такие качества как добросовестность, послушание, аккуратность, учителя нередко усугубляют и без того нелегкое положение ребенка, увеличивая пресс требований, неисполнение которых ведет за собой для него внутреннее наказание. Смысл учения заключается в процессе учения и развития, направленность на результат, а более того на оценку как окончательную цель всех усилий ученика в совокупности с завышенными требованиями родителей приводят к перенапряжению его сил, меняют их направленность. Отношение к ребенку значимых для него людей чаще всего зависит от отметки. Ребенок чувствует, что отношение к нему становится согласно его успеваемости, и оценки становятся лишь средством для достижения расположения родителей, учителей, одноклассников.

Смена школьного окружения сама по себе является мощным фактором для стресса, поскольку предполагает необходимость создания новых знакомств с незнакомыми сверстниками, причем результат субъективных усилий не известен, поскольку в частности зависит от других людей [8, 39].

Сама интенсивность переживания тревоги у мальчиков и девочек не одинакова. В дошкольном и младшем школьном возрасте мальчики более подвержены тревоге, чем девочки. В девять-одиннадцать лет интенсивность переживаний у обоих полов выравнивается, а после двенадцати лет общий уровень тревожности у девочек в целом возрастает, а у мальчиков несколько снижается, однако именно среди мальчишек встречаются ребята с большими проблемами в данной сфере. Не открытое пренебрежение интересам ребенка-

корень детской тревожности, а неустойчивая, неуверенная, а порой и просто самообманная любовь порождают в нем внутренний конфликт. Как же иначе – ведь его, то отталкивают, то одаряют всеми милостями, то отвергнут и наказан - и сам не знает за что. Суть тревоги - внутреннее беспокойство детской души. Ребенок буквально ощущает в себе полярные силы: одна тянет его к родителям, другая - отталкивает. Он чувствует любовь (по крайней мере, видит ее признаки), несмотря на это одновременно чувствует и постоянную боязнь потерять эту любовь. Он не верит в ее надежность. Такой страх страшнее любого наказания [19, 37].

Среди причин, вызывающих детскую тревожность, на первом месте, стоит неправильное воспитание и неблагоприятные отношения ребенка с родителями, особенно с матерью. Так отвержение, неприятие матерью ребенка вызывает у него тревогу из-за невозможности удовлетворения потребности в любви, в ласке и защите. В этом случае возникает страх: ребенок ощущает условность материальной любви («Если я сделаю плохо, меня не будут любить»). Неудовлетворение потребности ребенка в любви будут побуждать его добиваться ее удовлетворении любыми способами.

Высокий уровень детской тревожности может возникать в результате детско-родительских отношений. Например, когда мать ощущает себя единым целым со своим ребенком. Мать все время старается уберечь своего ребенка от трудностей и неприятностей жизни. Таким образом, мать «привязывает» к себе. Она пытается предохранять любимое чадо от воображаемых, несуществующих опасностей. В результате такого воспитания у ребенка формируется волнение и беспокойство, когда он остается один. Возникает чувство паники, ребенок легко теряется и боится. Поэтому, вместо активного поведения и проявления самостоятельности очень часто у таких детей развиваются пассивность и зависимость.

В рамках учебной деятельности уровень тревоги значительно повышается от младшего школьного возраста к подростковому периоду. Например, в дошкольном и младшем школьном возрасте главной причиной

волнения является семейное окружение. В подростковом же периоде уровень тревоги возрастает именно в рамках обучения и взаимодействия с педагогами и одноклассниками [17,42].

Чаще всего тревожность начинает формироваться тогда, когда ребенок оказывается в состоянии или ситуации конфликта с окружающими его людьми - родителями, сверстниками, учителями или другими взрослыми. Стремясь выработать у ребенка такие качества как добросовестность, послушание, аккуратность, учителя нередко усугубляют и без того нелегкое положение ребенка, увеличивая пресс требований, невыполнение которых влечет для него внутреннее наказание. Без сомнения, добросовестное отношение к делу необходимо, однако дело школьника (учение) - особое дело, в котором процесс важнее результата и слабо с ним связан. Если рабочий трудится, прежде всего, ради результата, например ради производства какой-либо детали, то ребенок учится не для того, чтобы решить ту или иную задачу: она давно решена и ответ помещен в конце задачника. Смысл учения - в самом процессе учения и развития, ориентация на результат, а тем более на отметку как конечную цель всех стараний школьника в сочетании с завышенными требованиями родителей способствует перенапряжению его сил, извращают их направленность. От отметки часто зависит отношение к ребенку значимых для него людей. Ребенок чувствует, что отношение к нему прямо пропорционально его успеваемости, и оценки становятся средством достигнуть расположения родителей, учителей, одноклассников [10, 23].

Рассмотрим еще один психологический феномен согласно теме данного исследования – самооценку младших школьников.

1.3 Особенности самооценки в младшем школьном возрасте

Поступление в школу – это старт возрастного периода, то есть младшего школьного возраста. Младший школьный возраст - это крайне значимый период школьного обучения. Высокая чувствительность этого этапа развития

закладывает основу больших потенциальных возможностей всестороннего развития личности ребенка.

Главная черта данного этапа – это фундаментальные перемены в социальной ситуации развития ребенка, который является полноценным членом общества и у него есть общественно значимые функции, за исполнение которых ему дается оценка социальным окружением.

Центром развития младшего школьника является становление произвольности. При формировании произвольного характера познавательных процессов появляется умение к организованности в соответствии с имеющимися задачами. У ребенка формируется умение управлять собственным поведением и регуляцией психических процессов. На данном этапе школьник приступает к учебе в школе. Статус школьника сам по себе заведомо требует высокого уровня произвольности. Социальная ситуация развития младших школьников непосредственным образом связана с произвольностью и ее специфическими чертами[16, 32].

Ведущим типом деятельности, который имеет значение для развития, является учеба. В процессе учебной деятельности формируются психические новообразования, определяющие гораздо более важные достижения в становлении психики и деятельности младших школьников, которые станут основой развития на последующих возрастных этапах.

Самыми основными личностными новообразованиями являются такие, как принципиально новый этап развития произвольности поведения и деятельности; рефлексия и внутренний план действий; новое познавательное отношение к реальности; значимость группы ровесников [9].

В настоящее время существует большое множество определений к понятию самооценка. По мнению А. И. Липкиной, самооценка — это оценивание личностью самого себя, своих возможностей, а также своего места среди других людей [19].

Наибольший интерес в развитии самооценки имеет младший школьный возраст. Это сензитивный период для формирования и развития самооценки.

Именно в период младшего школьного возраста самооценка получает свое развитие за счет учебной деятельности, новой позиции - позиции ученика, нового психического образования - рефлексии, которым ребенок только начинает овладевать. Именно в этот период ребенок впитывает, накапливает знания о других и о самом себе [1].

Самооценка младшего школьника в большей мере, чем у взрослого человека, поддается воздействию и изменению. В самооценке ребенка - ученика начальной школы начинают отражаться его представления о будущем. Завышенная самооценка является преобладающей в первых классах. Но по мере взросления младшие школьники в большинстве начинают правильно оценивать себя и свои возможности [25].

Педагогам и родителям, в связи с этим следует уделять особое внимание формированию адекватной самооценки, так как она характеризуется реальным оцениванием личностью самой себя, своих качеств и поступков, то есть человек оценивает себя трезво и объективно. Именно это является основой нормальной самооценки.

Дети с адекватной самооценкой отличаются активностью, общительностью. Они всегда с интересом находят ошибки в своих работах, решают задачи, соответствующие уровню их возможностей. Ребенок, у которого наблюдается высокая адекватная самооценка, отличается повышенным стремлением к достижению успеха в разных видах деятельности и максимальной самостоятельностью [6].

Неадекватная заниженная самооценка в значительной мере влияет на поведение младших школьников. Если таким детям предложить найти ошибки в своей работе, то они будут делать это без особого энтузиазма или вовсе откажутся от этой затеи [3].

Как правило, дети с такой самооценкой выбирают для себя более легкие задачи и не прикладывают никаких усилий для их решения. Заниженная самооценка проявляется в неуверенности и застенчивости детей. При выполнении тех или иных заданий они заведомо настраивают себя на

отрицательный результат. Такие дети довольно ранимы, стеснительны, сосредоточены только на себе и испытывают трудности в общении с окружающими. Поэтому их нужно как можно больше поощрять и подбадривать.

Есть и такие дети, которые переоценивают свои возможности, личностные качества и как итог имеют завышенную самооценку. Они всегда выбирают те задачи, которые действительно являются сложными, после неуспеха продолжают настаивать на своей правоте - все это делается для того, чтобы заслужить заветную похвалу. Детям с такой самооценкой присущи высокомерие, бестактность, чрезмерная самоуверенность [13,30].

Важно, чтобы внешние запросы и требования к школьнику совпадали с его представлениями о себе, с его внутренними запросами и требованиями, а для этого необходимо знать особенности самосознания ученика. Эффективность деятельности и характер взаимоотношений с окружающими зависят от того, как человек воспринимает и оценивает себя.

У детей с заниженной и низкой самооценкой часто возникает чувство собственной неполноценности и даже безнадежности. Снижает остроту этих переживаний компенсаторная мотивация - направленность не на учебную деятельность, а на другие виды занятий. Утверждаясь в посильных для него видах деятельности, ребенок приобретает неадекватно завышенную самооценку, имеющую компенсаторный характер [12, 35].

Любые формы проявления деятельности становятся эффективными только тогда, когда требования, принимаемые младшим школьником на внешнем уровне, трансформируются в его собственные требования к себе. Эмоциональное состояние учащихся младших классов будет тогда благополучным, когда есть соответствие предъявляемым требованиям. А так же, от положительного отношения к этим требованиям со стороны самих школьников [6, 11].

Резюме

Такое эмоциональное состояние, как тревожность представляет собой индивидуальную психологическую особенность. Данное состояние характеризуется высоким уровнем испытывать волнение и беспокойство в разнообразных социальных аспектах жизни. Волнение может возникать и там, где объективные данные не предполагают возникновения напряжения и беспокойства. Тревожное состояние может возникать, когда человек оказывается в реальных неблагоприятных ситуациях в рамках межличностного взаимодействия или возникает беспокойство и волнение в наиболее значимых областях деятельности. А так же, тревожное состояние может возникать вопреки объективно благополучному положению. Тревожность может быть следствием определенных личностных конфликтов, нарушений в развитии самооценки. Тревожность является категорией личности. Данное эмоциональное состояние обуславливает поведение человека. Определенный уровень тревожности является обязательной и естественной особенностью личности в рамках ее активной деятельности. Существует такое понятие, как полезная тревожность. Это желательный или оптимальный уровень тревожности каждого человека. Если у человека присутствуют такие личностные компоненты, как самоконтроль и самовоспитание, то оценка своего состояния будет на адекватном уровне. Если

у человека отмечается повышенный уровень тревожности, то можно утверждать, что это проявление неблагополучия личности на субъективном уровне. От уровня тревожности напрямую зависит формирование и развитие самооценки ребенка.

Период от семи до одиннадцати лет является периодом больших и значительных перемен в жизни младших школьников. В этом возрасте формируется множество психологических и социальных компонентов, непосредственно влияющих на личностное становление детей. Например, познание в отношениях с одноклассниками, педагогами и семьей. Формирование умений и навыков учения. Приобретение уверенности в себе и развитие готовности достигать многочисленных успехов.

Школьное обучение накладывает отпечаток на весь уклад жизни первоклассника. От беспечного образа жизни дошкольника не остается и следа. Наступает время постоянных забот и ответственности. Младшие школьники обязаны посещать школу. Заниматься тем, что определено школьной программой. Делать на уроке то, что требует учитель. Обязательно следовать школьному режиму и подчиняться школьным правилам поведения. Статус учащегося предполагает наличие изменений в социальной жизни. А так же в сфере межличностных отношений. Происходит в рамках школьного обучения расширение круга общения. У маленьких школьников появляются новые авторитеты. Возникают новые межличностные взаимоотношения в классном коллективе. Изменяются у школьников и отношения с родителями. Их требования к маленьким ученикам приобретают иной характер.

Феномен тревожности в рамках учебной деятельности начинает складываться у ребенка еще в детском саду. Такое эмоциональное состояние может появляться у ребенка при столкновении с требованиями обучения и кажущейся невозможностью соответствовать данным требованиям. Данная тенденция подкрепляется при школьном обучении. Такой ребенок приобретает стереотип поведения и уже «подготовлен» к тревожному реагированию в рамках учебной деятельности. У него возникает школьная

тревожность на разнообразные школьные ситуации. Наиболее повышенный уровень тревожности наблюдается в период поступления ребенка в первый класс. В этот адаптационный период первоклассники проявляют повышенное беспокойство по поводу различных аспектов школьной жизни. Для них ходить в школу - это принципиально новая форма организации их жизни. Учебная тревожность учащихся первых классов в первую очередь зависит от родителей и от их оценочной позиции. Первоклассники боятся огорчить своих родных и близких. Но уже ко второму и третьему классу школьная тревожность снижается. Появляются другие факторы, вызывающие состояние тревоги. В первую очередь, интенсивное личностное развитие младших школьников. Перечислим потенциальные причины школьной тревожности. Возникающие школьные неприятности, например, получение неудовлетворительной оценки. К причинам школьной тревожности относятся и домашние неприятности – конфликты в семье, наказания. А так же, боязнь физического насилия со стороны старших учеников.

Сензитивным периодом для формирования и развития самооценки является младший школьный возраст. Только в данный возрастной период развитие самооценки происходит в рамках обучения. Когда младший школьник оказывается в новой социальной ситуации развития и получает позицию ученика. В этот же период формируется новое психическое образование – рефлексия. И школьник благополучно ее осваивает. Самооценка младшего школьника многокомпонентна. Она включает в себя, в первую очередь, оценку своих собственных учебных достижений, положение младшего школьника в классном коллективе, межличностное взаимодействие с педагогами и одноклассниками. Именно в младшем школьном возрасте происходит накопление ребенком многочисленных знаний и умений об окружающих и о самом себе.

2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1 Методы исследования

Для организации и проведения настоящего исследования были использованы следующие методы:

1. Анализ научно-методической литературы по проблеме исследования.
2. Методы психологической диагностики.
3. Методы математической статистики.

Анализ научно-методической литературы позволил определить проблему влияния школьной тревожности на формирование самооценки младшего школьника. Были рассмотрены психологические аспекты, раскрывающие понятие «тревожность» и особенности проявления школьной тревожности в младшем школьном возрасте. Анализ научно-методической литературы позволил определить причины возникновения школьной тревожности и особенности самооценки в младшем школьном возрасте.

Методы психологической диагностики включали в себя проведение следующих методик: тест школьной тревожности Филлипса и методику диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн, модификация А. М. Прихожан [45].

Тест школьной тревожности Филлипса позволяет подробно изучать уровень и характер тревожности, связанной со школой, у детей младшего и среднего школьного возраста, оценить эмоциональные особенности отношений ребенка со сверстниками и учителями. При обработке результатов выделяют вопросы, ответы на которые не совпадают с ключом теста. Ответы, не совпадающие с ключом, — это проявления тревожности. При обработке подсчитывается: общее число несовпадений по всему тесту. Если оно больше 50% от общего числа вопросов, можно говорить о повышенной тревожности ребенка, если больше 75% — о высокой тревожности.

Методика изучения самооценки Дембо-Рубинштейн, в модификации А.М. Прихожан, направлена на исследование сформированности самооценки учащихся (вариант для младших школьников). Обработка проводилась по шести шкалам: ум, способности; характер; авторитет у сверстников; умение многое делать своими руками, умелые руки; внешность; уверенность в себе (первая шкала «здоровье» — не учитывается при обработке результатов). Каждый ответ выражается в баллах. Длина каждой шкалы 100 мм, в соответствии с этим ответы младших школьников получают количественную характеристику. Количество баллов от 45 до 74 («средняя» и «высокая» самооценка) удостоверяют реалистическую (адекватную) самооценку. Количество баллов от 75 до 100 свидетельствует о завышенной самооценке и указывает на определенные отклонения в формировании личности. Количество баллов ниже 45 указывает на заниженную самооценку (недооценку себя) и свидетельствует о крайнем неблагополучии в развитии личности.

Методы математической статистики включали в себя: расчет среднего арифметического исследуемых показателей; достоверность различий по t-критерию Стьюдента; r-критерий корреляции Пирсона.

2.2 Организация исследования

Исследование проводилось с сентября 2019 года по март 2020 года.

В исследовании принимали участие 72 младших школьника, учащиеся третьих классов (35 мальчиков и 37 девочек) в МБОУ СОШ № 10 станицы Новопокровской Краснодарского края. Возраст испытуемых от 8 до 9 лет.

На первом этапе был проведен анализ научной и методической литературы по проблеме определения школьной тревожности и самооценки детей 8-9 лет, проводилась разработка методологического аппарата исследования.

На втором этапе осуществлялся выбор диагностических методик и их проведение, а также проводилась обработка полученных результатов.

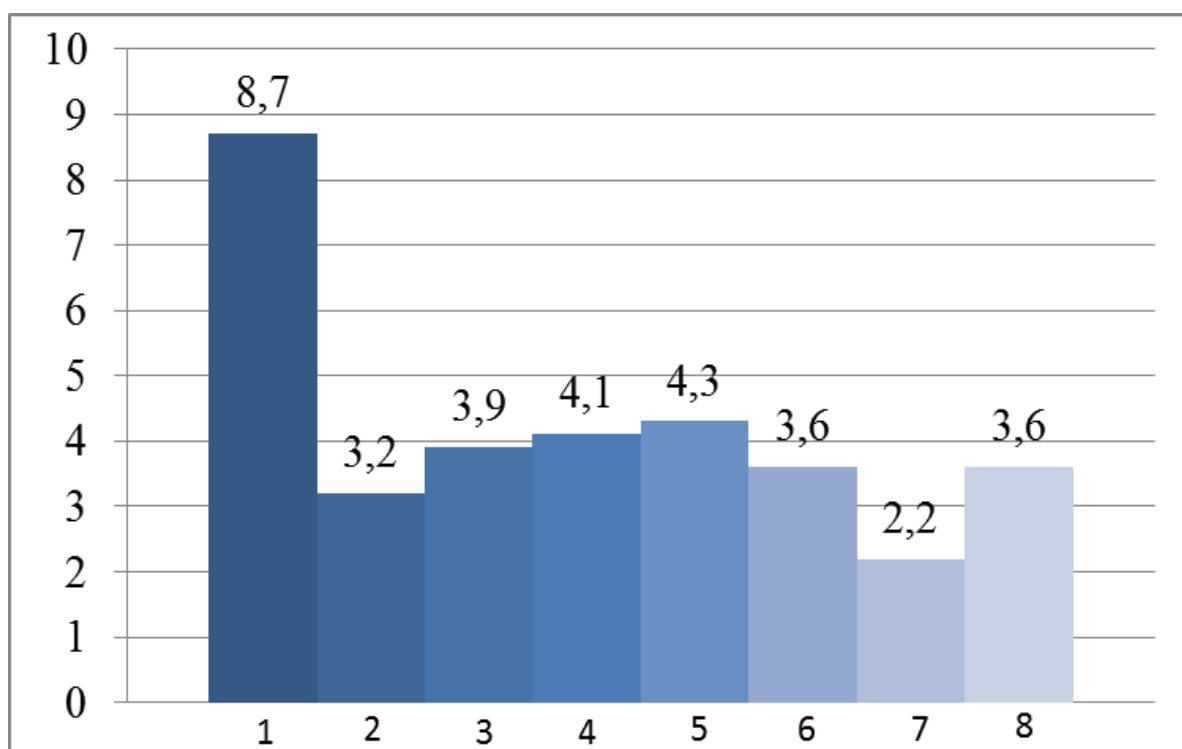
На третьем этапе был проведен анализ и описание полученных данных, интерпретация результатов исследования, сформулированы выводы и заключение.

3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЯ

3.1 Особенности школьной тревожности младших школьников

Проанализируем полученные результаты школьной тревожности детей 8-9 лет, обучающихся в третьем классе. На рисунке 1 представлены средние значения показателей школьной тревожности младших школьников.

Баллы



Показатели школьной тревожности

Рисунок 1 - Средние значения показателей школьной тревожности у младших школьников

Примечание: 1– общая тревожность в школе, 2- переживание социального стресса, 3- фрустрация потребности в достижении успеха, 4- страх самовыражения, 5– страх ситуации проверки знаний, 6– страх не соответствовать ожиданиям окружающих, 7– низкая физиологическая сопротивляемость стрессу, 8- проблемы и страхи в отношениях с учителями.

По показателю «Общая тревожность в школе» у исследуемых третьеклассников результат составляет 8,7 баллов и находится в спектре средних значений. Общее эмоциональное состояние данных школьников вполне благополучное. У них не наблюдается тревоги и волнений, связанных с различными формами включения в жизнь школы.

По показателям «Переживание социального стресса» и «Фрустрация потребности в достижении успеха» у третьеклассников результаты составляют 3,2 баллов и 3,9 баллов соответственно. Данные результаты находятся в спектре низких значений. Таким образом, у школьников, обучающихся в третьем классе, не возникает негативных эмоциональных состояний и не создается неблагоприятного психического фона в рамках учебного процесса. Третьеклассники вполне успешно могут развивать свои социальные контакты и потребности в успехе.

По показателю «Страх самовыражения» у исследуемых третьеклассников результат составляет 4,1 баллов и находится в спектре высоких значений. Для таких школьников довольно часто характерно появление негативных эмоциональных переживаний ситуаций, которые связаны с необходимостью их самораскрытия. При демонстрации своих умений и навыков у исследуемых третьеклассников возникают тревожные состояния, что может отрицательно сказаться на успешности их обучения.

По показателю «Страх ситуации проверки знаний», как и в предыдущем случае, получен результат, который находится в спектре высоких значений и составляет 4,3 баллов. Для исследуемых третьеклассников характерно

появление негативного отношения к обучению и повышенной тревожности в ситуациях проверки их знаний, достижений и возможностей. В данной возрастной группе полученный результат является закономерным, так как для третьеклассников очень важен факт получения хорошей и отличной оценки. Что является главным показателем их личной успешности в обучении.

Так же, как и в предыдущих двух показателях, по показателю «Страх не соответствовать ожиданиям окружающих» у третьеклассников было получено - 3,6 баллов, что соответствует диапазону высоких значений. У младших школьников часто возникают тревожные состояния по поводу оценок, даваемых значимыми взрослым и сверстниками. Для таких детей характерно ожидание негативных оценок от окружающих и большая ориентация на значимость других людей в оценке своих результатов деятельности или поступков. На результаты данного показателя особенно влияют требования педагогов и родителей к получению хороших оценок детьми.

По показателю «Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу» получено 2,2 баллов. Данный результат находится в спектре средних значений. У третьеклассников выявлена хорошая способность приспосабливаться к стрессовым ситуациям. Такие младшие школьники вероятнее всего будут адекватно и конструктивно реагировать на негативные и тревожные факторы в условиях образовательного процесса. Возможные предпосылки для возникновения тревожности у исследуемых третьеклассников не физиологического, а социального плана. Например, присутствует страх самовыражения, боязнь плохих оценок и трудности в общении с одноклассниками.

По показателю «Проблемы и страхи в отношениях с учителями» у исследуемых третьеклассников результат составляет 3,6 баллов и находится в спектре средних значений. Во взаимоотношениях с педагогами в рамках своего образовательного учреждения у таких младших школьников не возникает негативного эмоционального фона. Этот показатель существенно не

влияет на формирование школьной тревожности у исследуемых третьеклассников и не снижает их успешность обучения.

Таким образом, общее эмоциональное состояние данных третьеклассников вполне благополучное. У большинства младших школьников не наблюдается тревоги и волнений, связанных со школьной жизнью. У исследуемых младших школьников показатели, «Страх самовыражения», «Страх ситуации проверки знаний» и «Страх не соответствовать ожиданиям окружающих» находятся в спектре высоких значений и могут повлиять на их успешность в учебном процессе и благоприятные взаимоотношения со значимыми взрослыми и одноклассниками. Для учащихся, испытывающих высокую эмоциональную напряженность в рамках учебного процесса необходимо дать правильную учебную и социальную ориентацию в системе их поведения и общения. Данная ориентация влияет на статусное положение третьеклассника в классном коллективе, а так же на дальнейшее направление его развития.

Проведем гендерный анализ полученных результатов школьной тревожности третьеклассников.

В таблице 1 представлены средние значения показателей школьной тревожности мальчиков и девочек 8-9 лет.

На достоверном уровне получены различия у мальчиков и девочек 8-9 лет по показателю общей тревожности в школе ($7,5 \pm 0,93$ баллов у мальчиков и $9,9 \pm 0,99$ баллов у девочек). Полученные результаты находятся в спектре средних значений. У учениц третьего класса данный показатель выше, чем у мальчиков. Девочки в большей степени, чем мальчики проявляют тревожность и негативные эмоциональные состояния по поводу различных аспектов, связанных со школьной жизнью. Полученные различия закономерны, так как девочки более эмоциональны, чем мальчики и в большей степени переживают и тревожатся за успешное обучение, за получение хороших оценок, за конструктивное межличностное взаимодействие.

У мальчиков и девочек 8-9 лет получены достоверные различия по показателю школьной тревожности «Страх самовыражения» ($2,9 \pm 0,76$ баллов у мальчиков и $5,1 \pm 0,81$ баллов у девочек). У девочек полученный результат находится в спектре высоких значений, а у мальчиков - в спектре средних значений. Таким образом, девочки больше, чем мальчики проявляют негативные эмоции и высокую тревожность в тех ситуациях, где необходимо продемонстрировать свои умения и навыки, где необходимо проявить возможности самораскрытия.

Таблица 1 - Средние значения показателей школьной тревожности у мальчиков и девочек 8-9 лет

Компоненты школьной тревожности	Мальчики (n=35)	Девочки (n=37)	Достоверность различий
Общая тревожность в школе	$7,5 \pm 0,93$	$9,9 \pm 0,99$	$p \leq 0,05$
Переживание социального стресса	$3,0 \pm 0,79$	$3,4 \pm 0,82$	-
Фрустрация потребности в достижении успеха	$3,8 \pm 0,85$	$4,1 \pm 0,88$	-
Страх самовыражения	$2,9 \pm 0,76$	$5,1 \pm 0,81$	$p \leq 0,05$
Страх ситуации проверки знаний	$2,9 \pm 0,76$	$4,9 \pm 0,89$	$p \leq 0,05$
Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	$2,4 \pm 0,72$	$4,6 \pm 0,83$	$p \leq 0,05$
Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	$2,0 \pm 1,04$	$2,4 \pm 1,08$	-
Проблемы и страхи в отношениях с учителями	$3,2 \pm 1,23$	$4,0 \pm 1,43$	-

По показателю школьной тревожности «Страх ситуации проверки знаний» у девочек получен результат достоверно выше мальчиков: $2,9 \pm 0,76$ баллов у мальчиков и $4,9 \pm 0,89$ баллов у девочек. У девочек полученный результат находится в спектре высоких значений, а у мальчиков - в спектре средних значений. У девочек чаще, чем у мальчиков возникает чувство тревоги в ситуациях проверки знаний в силу их большей личностной ответственности и эмоциональности.

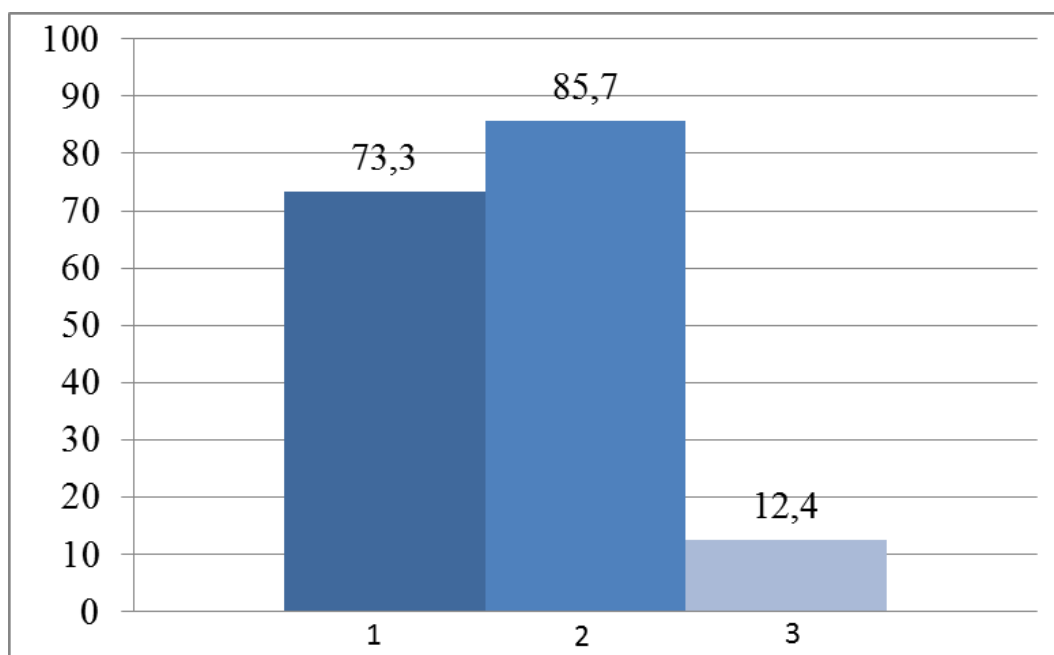
У третьеклассниц по показателю «Страх не соответствовать ожиданиям окружающих» так же выше результат, чем у мальчиков: $2,4 \pm 0,72$ баллов у мальчиков и $4,6 \pm 0,83$ баллов у девочек. У девочек полученный результат находится в спектре высоких значений, а у мальчиков - в спектре средних значений. Девочки больше мальчиков испытывают негативные эмоциональные состояния по поводу оценок, даваемых ближайшим окружением. Третьеклассницы в большей степени, чем их одноклассники мальчики, ориентируются на значимость других людей в оценке своих результатов, поступков и мыслей.

Таким образом, на достоверном уровне в данной возрастной группе было выявлено, что у учениц третьего класса показатели выше, чем у мальчиков, как по показателю общей тревожности в школе, так и по следующим показателям: «Страх самовыражения», «Страх ситуации проверки знаний», «Страх не соответствовать ожиданиям окружающих». Мальчики в большей степени, чем девочки испытывают устойчивое школьное эмоциональное благополучие. А у девочек больше чем у мальчиков возникает тревожных состояний, которые выражаются в их волнении, повышенном беспокойстве в учебных ситуациях, в классе. Девочки чаще мальчиков ожидают плохого отношения к себе и отрицательной оценки со стороны сверстников. Что сказывается на неуверенности третьеклассниц в правильности своих решений и своего поведения в рамках учебного процесса.

3.2 Особенности самооценки младших школьников

Следующим этапом нашей работы является анализ результатов особенностей самооценки младших школьников. Средние значения показателей самооценки младших школьников представлены на рисунке 2.

Баллы



Показатели самооценки

Рисунок 2 - Средние значения показателей самооценки младших школьников

Примечание: 1- уровень самооценки, 2- уровень притязаний, 3- расхождение между самооценкой и уровнем притязаний

Показатель самооценки третьеклассников составил 73,3 баллов и находится в спектре средних значений. Данный результат свидетельствует о реалистичном уровне самооценки младших школьников. Дети с адекватной самооценкой отличаются активностью, общительностью. Они всегда с интересом находят ошибки в своих работах, решают задачи, соответствующие уровню их возможностей.

Показатель уровня притязаний третьеклассников составил 85,7 баллов и находится в спектре высоких значений. Расхождение между уровнем самооценки и уровнем притязаний младших школьников составило 12,4

баллов. Данный результат трактуется как умеренное расхождение между уровнем самооценки и уровнем притязаний третьеклассников. Таким образом, полученный уровень притязаний помогает детям 8-9 лет правильно соотнести свои возможности и умения с различными задачами и требованиями педагогов и родителей.

Школьная активность третьеклассников направлена на познание других и себя в процессе общения. Такой уровень притязаний младших школьников является важным фактором личностного развития и сглаживает повышенный уровень их самооценки.

Умеренный уровень расхождения между самооценкой и уровнем притязаний свидетельствует о том, что исследуемые третьеклассники ставят перед собой такие задачи и цели, которых они действительно стремятся и могут достичь. Третьеклассники адекватно реагируют на успехи и неудачи в учебной деятельности. На данном возрастном этапе у младших школьников еще не сформировалась способность правильно ставить ближайшие и конечные цели в рамках образовательного процесса.

Теперь проведем гендерный анализ показателей самооценки, уровня притязаний и расхождения между самооценкой и уровнем притязаний у детей младшего школьного возраста. Средние значения показателей самооценки, уровня притязаний и расхождения между самооценкой и уровнем притязаний у мальчиков и девочек 8-9 лет представлены в таблице 2.

В данной возрастной группе показатель самооценки девочек на достоверном уровне выше, чем у мальчиков: $70,8 \pm 1,27$ баллов – у мальчиков и $75,8 \pm 1,34$ баллов – у девочек. Показатель самооценки девочек лежит в спектре очень высоких значений. Показатель самооценки мальчиков лежит в спектре высоких значений. У девочек в большей степени, чем у мальчиков не сформирована реалистичная оценка самих себя, своих возможностей и способностей. Реальная оценка себя и своих поступков у девочек присутствует в меньшей степени, чем у мальчиков.

Получены достоверные различия по показателю «Уровень притязаний»:

у мальчиков $83,8 \pm 1,01$ баллов и $87,6 \pm 1,16$ баллов – у девочек. Как у мальчиков, так и у девочек показатели по уровню притязаний лежат в спектре высоких значений. У девочек показатели по уровню притязаний выше, чем у их одноклассников мальчиков. Таким образом, мальчики в большей степени, чем девочки могут правильно соотнести свои силы с различными задачами и требованиями взрослых, в силу большей реалистичности своих притязаний.

По показателю «Рассогласование между самооценкой и уровнем притязаний» достоверных различий у мальчиков и девочек 8-9 лет не обнаружено.

Таблица 2 - Средние значения показателей самооценки у мальчиков и девочек 8-9 лет

Компоненты самооценки	Мальчики (n=35)	Девочки (n=37)	Достоверность различий
Самооценка	$70,8 \pm 1,27$	$75,8 \pm 1,34$	$p \leq 0,05$
Уровень притязаний	$83,8 \pm 1,01$	$87,6 \pm 1,16$	$p \leq 0,05$
Расхождение между самооценкой и уровнем притязаний	$13,0 \pm 1,29$	$11,8 \pm 1,47$	-

В таблице 3 представлены средние значения показателей компонентов самооценки у мальчиков и девочек младшего школьного возраста.

На достоверном уровне показатели выше у мальчиков, чем у девочек по таким компонентам самооценки, как «Умственные способности»: $77,3 \pm 1,65$ баллов и $72,9 \pm 1,53$ баллов соответственно, «Авторитет у сверстников»: $76,7 \pm 1,41$ баллов и $71,2 \pm 1,05$ баллов соответственно. Данные показатели самооценки мальчиков лежит в спектре очень высоких значений, а у девочек находятся в спектре высоких значений. Можно отметить, что мальчики в большей степени, чем третьеклассницы придают значение своим знаниям и

способностям, что поможет им быть более успешными в учебном процессе. Для мальчиков важнее, чем для девочек, с уверенностью продемонстрировать свои знания, умения и навыки для дальнейшего благополучного развития. Так же, для мальчиков в большей степени, чем девочкам важно заработать авторитет у одноклассников и сверстников. Это помогает им развивать лидерские качества для самоутверждения в классном коллективе и вырасти в собственных глазах.

Таблица 3 - Средние значения компонентов самооценки у мальчиков и девочек 8-9 лет

Компоненты самооценки	Мальчики (n=35)	Девочки (n=37)	Достоверность различий
Умственные способности	77,3 ± 1,65	72,9 ± 1,53	p≤0,05
Характер	72,1 ± 1,42	72,6 ± 1,62	-
Авторитет у сверстников	76,7 ± 1,41	71,2 ± 1,05	p≤0,05
Умение многое делать своими руками	73,3 ± 16,45	74,7 ± 16,57	-
Внешность	69,1 ± 1,15	70,6 ± 1,27	-
Уверенность в себе	72,1 ± 0,93	75,5 ± 1,01	p≤0,05

На достоверном уровне показатели выше у девочек, чем у мальчиков по такому компоненту самооценки, как «Уверенность в себе»: 72,1 ± 0,93 баллов у мальчиков и 75,5 ± 1,01 баллов. Данные показатели самооценки мальчиков лежит в спектре высоких значений, а у девочек находятся в спектре очень высоких значений. У девочек в большей степени, чем у мальчиков на

достоверном уровне формируется стремление к высокому уровню уверенности в себе.

Проведем анализ компонентов уровня притязаний у мальчиков и девочек 8-9 лет. В таблице 4 представлены средние значения показателей уровня притязаний у мальчиков и девочек 8-9 лет.

Таблица 4 - Средние значения компонентов уровня притязаний у мальчиков и девочек 8-9 лет

Компоненты уровня притязаний	Мальчики (n=35)	Девочки (n=37)	Достоверность различий
Умственные способности	86,3 ± 2,33	86,8 ± 2,49	-
Характер	85,9 ± 2,24	85,6 ± 2,14	-
Авторитет у сверстников	89,3 ± 2,74	88,4 ± 2,61	-
Умение многое делать своими руками	83,9 ± 2,81	84,3 ± 2,90	-
Внешность	80,2 ± 1,89	89,5 ± 2,13	p≤0,05
Уверенность в себе	86,9 ± 2,12	88,6 ± 2,32	-

На достоверном уровне получены различия только по компоненту уровня притязаний «Внешность»: 80,2 ± 1,89 баллов - у мальчиков и 89,5 ± 2,13 баллов – у девочек. Результаты девушек по данному компоненту уровня притязаний гораздо выше, чем у мальчиков.

Показатель уровня притязаний девочек лежит в спектре очень высоких значений. Показатель уровня притязаний мальчиков лежит в спектре высоких

значений. Третьеклассницы хотят быть гораздо привлекательнее, чем есть на самом деле, предъявляют более завышенные требования к своей внешности, чем мальчики. Для девочек в большей степени, чем для мальчиков в этом возрастном периоде характерно обращать внимание на свой внешний вид.

Таким образом, можно отметить, что в исследуемой группе третьеклассников пока еще не сформировалась реалистичная оценка самих себя, своих способностей и поступков, способность правильно ставить ближайшие и конечные цели в рамках образовательного процесса. Полученный уровень притязаний помогает детям 8-9 лет правильно соотнести свои возможности и умения с различными задачами и требованиями педагогов и родителей. Умеренный уровень расхождения между самооценкой и уровнем притязаний свидетельствует о том, что исследуемые третьеклассники ставят перед собой такие задачи и цели, которых они действительно стремятся и могут достичь.

У девочек в большей степени, чем у мальчиков не сформирована реалистичная оценка самих себя, своих возможностей и способностей. Мальчики в большей степени, чем девочки могут правильно соотнести свои силы с различными задачами и требованиями взрослых, в силу большей реалистичности своих притязаний. Мальчики в большей степени, чем третьеклассницы придают значение своим знаниям и способностям, что поможет им быть более успешными в учебном процессе. Для мальчиков важнее, чем для девочек, с уверенностью продемонстрировать свои знания, умения и навыки для дальнейшего благополучного развития. Так же, для мальчиков в большей степени, чем девочкам важно заработать авторитет у одноклассников и сверстников. Для девочек в большей степени, чем для мальчиков в этом возрастном периоде характерно обращать внимание на свой внешний вид.

3.3 Взаимосвязь школьной тревожности и самооценки у младших школьников

Проанализируем взаимосвязь показателей школьной тревожности и самооценки младших школьников (Таблица 5).

Таблица 5 - Взаимосвязь показателей школьной тревожности и самооценки младших школьников (n=72)

Показатели	Самооценка	Уровень притязаний	Расхождение между самооценкой и уровнем притязаний
Общая тревожность в школе	-0,45*	-0,39*	0,17
Переживание социального стресса	-0,19	-0,10	0,10
Фрустрация потребности в достижении успеха	-0,21	-0,18	0,12
Страх самовыражения	-0,41*	-0,11	0,15
Страх ситуации проверки знаний	-0,38*	-0,13	0,09
Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	-0,12	-0,22	0,06
Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	-0,17	-0,03	0,13
Проблемы и страхи в отношениях с учителями	-0,06	-0,05	0,11

Примечание -* достоверность при $p \leq 0,05$

Между показателем общей тревожности в школе и показателями самооценки и уровнем притязаний третьеклассников выявлены отрицательные взаимосвязи: $r = -0,45$ и $r = -0,39$ соответственно. Между показателем самооценки и такими показателями школьной тревожности, как «Страх самовыражения» и «Страх ситуации проверки знаний» выявлены

отрицательные взаимосвязи: $r = - 0,41$ и $r = - 0,38$ соответственно. Чем выше показатели школьной тревожности «Страх самовыражения» и «Страх ситуации проверки знаний», тем ниже показатель самооценки.

Таким образом, при повышении школьной тревожности у исследуемых третьеклассников понижается их самооценка и уровень притязаний. Чем в большей степени у младших школьников возникает негативных эмоциональных переживаний при предъявлении себя другим, демонстрации своих возможностей, а так же в ситуациях проверки знаний, тем ниже их самооценка.

Проанализируем взаимосвязь показателей школьной тревожности и самооценки у мальчиков младшего школьного возраста (Таблица 6).

Между показателем общей тревожности в школе и показателем самооценки мальчиков выявлена отрицательная взаимосвязь: $r = - 0,42$. Чем выше у мальчиков общая тревожность в школе, тем ниже их самооценка.

Между показателем школьной тревожности «Страх самовыражения» и показателем самооценки мальчиков выявлена отрицательная взаимосвязь: $r = - 0,43$. Чем выше показатель школьной тревожности «Страх самовыражения», тем ниже самооценка мальчиков. Самооценка в группе мальчиков будет понижаться при повышении их тревожности в рамках необходимости демонстрации своих возможностей. Самовыражения негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей.

У мальчиков выявлена отрицательная взаимосвязь между показателем школьной тревожности «Страх не соответствовать ожиданиям окружающих» и показателем уровня притязаний: $r = - 0,39$. Чем выше такой показатель школьной тревожности, как «Страх не соответствовать ожиданиям окружающих», тем ниже уровень притязаний мальчиков. Уровень притязаний мальчиков будет понижаться при повышении их тревожности по поводу

оценок, даваемых окружающим и при ожидании негативных оценок от сверстников.

Таблица 6 – Взаимосвязь показателей школьной тревожности и самооценки у мальчиков младшего школьного возраста (n=35)

Показатели	Самооценка	Уровень притязаний	Расхождение между самооценкой и уровнем притязаний
Общая тревожность в школе	-0,42*	-0,18	0,14
Переживание социального стресса	-0,09	-0,13	0,18
Фрустрация потребности в достижении успеха	-0,11	-0,16	0,02
Страх самовыражения	-0,43*	-0,16	0,25
Страх ситуации проверки знаний	-0,15	-0,19	0,21
Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	-0,18	-0,39*	0,12
Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	-0,22	-0,13	0,03
Проблемы и страхи в отношениях с учителями	-0,21	-0,15	0,17

Примечание – * достоверность при $p \leq 0,05$

Проанализируем взаимосвязь показателей школьной тревожности и самооценки у девочек младшего школьного возраста (Таблица 7).

У девочек выявлена отрицательная взаимосвязь между показателем общей тревожности в школе и показателями самооценки и уровнем притязаний: $r = -0,44$ и $r = -0,41$ соответственно. При повышении школьной

тревожности девочек их самооценка и уровень притязаний будет уменьшаться.

Таблица 7 – Взаимосвязь показателей школьной тревожности и самооценки у девочек младшего школьного возраста (n=37)

Показатели	Самооценка	Уровень притязаний	Расхождение между самооценкой и уровнем притязаний
Общая тревожность в школе	-0,44*	-0,41*	0,12
Переживание социального стресса	-0,09	-0,16	0,15
Фрустрация потребности в достижении успеха	-0,08	-0,11	0,02
Страх самовыражения	-0,41*	-0,12	0,05
Страх ситуации проверки знаний	-0,38*	-0,03	0,09
Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	-0,19	-0,42*	0,12
Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	-0,07	-0,07	0,17
Проблемы и страхи в отношениях с учителями	-0,15	-0,03	0,16

Примечание – * достоверность при $p \leq 0,05$

У девочек выявлена отрицательная взаимосвязь между показателями школьной тревожности «Страх самовыражения», «Страх ситуации проверки знаний» и самооценкой: $r = -0,41$ и $r = -0,38$ соответственно. На самооценку девочек влияют такие показатели школьной тревожности, как «Страх самовыражения» и «Страх ситуации проверки знаний». Таким образом,

самооценка у третьеклассниц будет понижаться, если будет повышаться тревожность в ситуациях проверки их знаний, достижений, и демонстрации своих возможностей.

Еще в группе девочек выявлена отрицательная взаимосвязь между показателем школьной тревожности «Страх не соответствовать ожиданиям окружающих» и показателем уровня притязаний: $r = - 0,42$. Чем выше такой показатель школьной тревожности, как «Страх не соответствовать ожиданиям окружающих», тем ниже уровень притязаний девочек. Можно заключить, что чем выше ориентация девочек на значимость других в оценке своих результатов, чем большая тревога возникает у них по поводу оценок, даваемых сверстниками, тем меньшие становятся уровень притязаний третьеклассниц.

Проанализируем взаимосвязь показателей школьной тревожности и компонентов самооценки в общей выборке младших школьников (Таблица 8).

В группе исследуемых третьеклассников обнаружены отрицательные взаимосвязи между показателем общей тревожности в школе и показателями компонентов самооценки «Ум, способности», «Уверенность в себе»: $r = - 0,40$ и $r = - 0,48$ соответственно. С увеличением уверенности в себе и в своих умственных способностях школьная тревожность третьеклассников понижается. Выявлена отрицательная взаимосвязь между показателем школьной тревожности «Страх самовыражения» и показателем «Уверенность в себе» у третьеклассников: $r = - 0,45$. С повышением уверенности в себе третьеклассников их показатель тревожности «Страх самовыражения» будет понижаться.

Таким образом, негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, повышение тревожность младших школьников при демонстрации своих возможностей снижают уверенность в себе и в свои возможности у третьеклассников.

Таблица 8 – Взаимосвязь показателей школьной тревожности и компонентов самооценки младших школьников ($n=72$)

Показатели школьной тревожности	Показатели самооценки					
	Ум, способност и	Харак тер	Автори тет у сверст ников	Умение многое делать своими руками	Внеш ность	Уверенн ость в себе
Общая тревожность в школе	-0,40*	-0,08	-0,11	-0,02	-0,19	-0,48*
Переживание социального стресса	-0,13	-0,03	-0,18	-0,01	-0,07	-0,10
Фрустрация потребности в достижении успеха	-0,08	-0,09	-0,02	-0,08	-0,18	-0,09
Страх самовыражения	-0,15	-0,08	-0,11	-0,13	-0,11	-0,45*
Страх ситуации проверки знаний	-0,16	-0,02	0,11	-0,15	-0,18	-0,11
Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	-0,13	-0,21	-0,12	-0,11	-0,16	-0,02
Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	-0,01	-0,11	-0,07	-0,15	-0,06	-0,13
Проблемы и страхи в отношениях с учителями	-0,16	-0,14	-0,22	-0,16	-0,19	-0,05

Примечание – * достоверность при $p \leq 0,05$

Проанализируем взаимосвязь показателей школьной тревожности и компонентов самооценки мальчиков младшего школьного возраста (Таблица 9).

В группе исследуемых мальчиков обнаружены отрицательные взаимосвязи между показателем общей тревожности в школе и показателями компонентов самооценки «Ум, способности», «Авторитет у сверстников»: $r = -0,44$ и $r = -0,49$ соответственно. При повышении школьной тревожности мальчиков будет снижаться самооценка их умственных способностей и уменьшаться уверенность мальчиков в том, что они завоюют авторитет у одноклассников.

Таблица 9 – Взаимосвязь показателей школьной тревожности и компонентов самооценки мальчиков младшего школьного возраста (n=35)

Показатели школьной тревожности	Показатели самооценки					
	Ум, способ ности	Хара ктер	Автори тет у сверст ников	Умение многое делать своими руками	Внеш ность	Уверенн ость в себе
Общая тревожность в школе	-0,44*	-0,11	-0,49*	-0,02	-0,10	-0,18
Переживание социального стресса	-0,23	-0,18	-0,07	-0,01	-0,13	-0,10
Фрустрация потребности в достижении успеха	-0,08	-0,02	-0,18	-0,08	-0,08	-0,09
Страх самовыражения	-0,15	-0,11	-0,11	-0,13	-0,15	-0,15
Страх ситуации проверки знаний	-0,41*	-0,11	-0,07	-0,15	-0,06	-0,13
Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	-0,16	-0,11	-0,19	-0,13	-0,15	-0,42*
Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	-0,07	-0,17	-0,16	-0,05	-0,11	-0,03
Проблемы и страхи в отношениях с учителями	-0,16	-0,02	0,11	-0,15	-0,18	-0,11

Примечание - * достоверность при $p \leq 0,05$

Выявлены у мальчиков отрицательные взаимосвязи между показателем школьной тревожности «Страх ситуации проверки знаний» и показателем «Ум, способности»: $r = -0,41$; между показателем школьной тревожности «Страх не соответствовать ожиданиям окружающих» и показателем «Уверенность в себе»: $r = -0,42$. Чем выше такие показатели школьной тревожности мальчиков, как «Страх ситуации проверки знаний» и «Страх не

соответствовать ожиданиям окружающих», тем ниже показатели их самооценки «Ум, способности» и «Уверенность в себе».

Таким образом, чем в большей степени у мальчиков возникает тревог и волнений в ситуациях проверки их знаний и возможностей, тем меньше их уверенность в свои умственные способности. Чем в большей степени мальчики ориентированы на значимость других в оценке своих результатов, поступков и мыслей, тем ниже их уверенность в себе.

Проанализируем взаимосвязь показателей школьной тревожности и компонентов самооценки девочек младшего школьного возраста (Таблица 10).

В группе исследуемых девочек обнаружена отрицательная взаимосвязь между показателем общей тревожности в школе и показателем «Ум, способности»: $r = -0,50$. Чем выше девочки оценивают свои умственные способности, тем ниже их школьная тревожность и меньший риск в формировании у исследуемых девочек негативных эмоциональных состояний, связанных с различными формами включения в жизнь школы.

Выявлены у девочек отрицательные взаимосвязи между показателем школьной тревожности «Страх ситуации проверки знаний» и показателями самооценки «Авторитет у сверстников» и «Уверенность в себе»: $r = -0,42$ и $r = -0,41$ соответственно. Чем выше такой показатель школьной тревожности, как «Страх ситуации проверки знаний», тем ниже показатели самооценки «Авторитет у сверстников» и «Уверенность в себе». Таким образом, чем в большей степени у девочек возникает негативных отношений и переживаний тревоги в ситуациях проверки их знаний и возможностей, тем меньше у девочек уверенности в себе и в меньшей степени формируется уверенность третьеклассниц, что они завоюют авторитет у одноклассников.

Таблица 10 – Взаимосвязь показателей школьной тревожности и компонентов самооценки девочек младшего школьного возраста ($n=37$)

Показатели	Показатели самооценки
------------	-----------------------

школьной тревожности	Ум, способн ости	Харак тер	Автори тет у сверст ников	Умение многое делать своими руками	Внеш ность	Уверенн ость в себе
Общая тревожность в школе	-0,50*	-0,08	-0,11	-0,02	-0,15	-0,08
Переживание социального стресса	-0,03	-0,23	-0,21	-0,01	-0,06	-0,10
Фрустрация потребности в достижении успеха	-0,08	-0,09	-0,15	-0,08	-0,28	-0,09
Страх самовыражения	-0,15	-0,08	-0,21	-0,13	-0,21	-0,45*
Страх ситуации проверки знаний	-0,16	-0,02	-0,42*	-0,15	-0,18	-0,41*
Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	-0,14	-0,20	-0,17	-0,11	-0,26	-0,19
Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	-0,21	-0,19	-0,09	-0,15	-0,17	-0,03
Проблемы и страхи в отношениях с учителями	-0,11	-0,18	-0,24	-0,16	-0,18	-0,02

Примечание – * достоверность при $p \leq 0,05$

Выявлена у девочек отрицательная взаимосвязь между показателем школьной тревожности «Страх самовыражения» и показателем самооценки «Уверенность в себе»: $r = -0,45$. Чем выше такой показатель школьной тревожности, как «Страх самовыражения», тем ниже показатель самооценки «Уверенность в себе». Можно заключить, что чем выше уверенность девочек в себе, тем в меньшей степени у них возникает тревожных состояний при демонстрации своих возможностей, меньше наблюдается негативных эмоциональных переживаний в ситуациях, в которых необходимо самораскрытие и предъявление себя другим.

ВЫВОДЫ

1. В психологической литературе можно встретить разные определения понятия тревожность, хотя большинство исследований сходятся в признании необходимости рассматривать его дифференцированно – как ситуативное явление и как личностную характеристику с учетом переходного состояния и его динамику. В работе освещены основные факторы, влияющие на появление школьной тревожности у младших школьников, а также пути ее преодоления.

2. Показатель «Общая тревожность в школе» у исследуемых младших школьников находится в спектре средних значений, это говорит о том, что общее эмоциональное состояние данных младших школьников вполне благополучное. У большинства обучающихся не наблюдается тревоги и волнений, связанных со школьной жизнью. Но такие показатели как, «Страх самовыражения», «Страх ситуации проверки знаний» и «Страх не соответствовать ожиданиям окружающих» находятся в спектре высоких значений. Для мальчиков в большей степени, чем для девочек характерно устойчивое школьное эмоциональное благополучие. А у девочек больше, чем у мальчиков возникает тревожных состояний, которые выражаются в их волнении, повышенном беспокойстве в учебных ситуациях, в классе. Девочки чаще мальчиков ожидают плохого отношения к себе и отрицательной оценки со стороны сверстников.

3. У исследуемых младших школьников в данный возрастной период уже сформировалась реалистичная оценка самих себя, своих способностей и поступков. На данном возрастном этапе у младших школьников еще не сформировалась способность правильно ставить ближайшие и конечные цели в рамках образовательного процесса. У девочек в большей степени, чем у мальчиков не сформирована реалистичная оценка самих себя, своих возможностей и способностей. Мальчики в большей степени, чем девочки могут правильно соотнести свои силы с различными задачами и требованиями взрослых, в силу большей реалистичности своих притязаний.

4. Между показателем общей тревожности в школе и показателями самооценки и уровня притязаний младших школьников выявлены отрицательные взаимосвязи. При повышении школьной тревожности у исследуемых школьников понижается их самооценка и уровень притязаний. Чем больше у младших школьников возникает негативных эмоциональных переживаний при предъявлении себя другим, демонстрации своих возможностей, а так же в ситуациях проверки знаний, тем ниже их самооценка. В группе исследуемых младших школьников обнаружены отрицательные взаимосвязи между показателем общей тревожности в школе и показателями компонентов самооценки «Ум, способности», «Уверенность в себе». Негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, повышение тревожности младших школьников при демонстрации своих возможностей снижают уверенность в себе и в свои возможности у детей младшего школьного возраста.

Полученные результаты подтвердили важность психолого-педагогической работы по снижению школьной тревожности и формированию адекватной самооценки у младших школьников.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Такое эмоциональное состояние, как тревожность представляет собой индивидуальную психологическую особенность. Данное состояние характеризуется высоким уровнем испытывать волнение и беспокойство в разнообразных социальных аспектах жизни. Волнение может возникать и там, где объективные данные не предполагают возникновение напряжения и беспокойства. Тревожное состояние может возникать, когда человек оказывается в реальных неблагоприятных ситуациях в рамках межличностного взаимодействия или возникает беспокойство и волнение в наиболее значимых областях деятельности.

Статус учащегося предполагает наличие изменений в социальной жизни. А так же в сфере межличностных отношений. Происходит в рамках школьного обучения расширение круга общения. У маленьких школьников появляются новые авторитеты. Возникают новые межличностные взаимоотношения в классном коллективе. Изменяются у школьников и отношения с родителями. Их требования к маленьким ученикам приобретают иной характер.

Феномен тревожности в рамках учебной деятельности начинает складываться у ребенка еще в детском саду. Такое эмоциональное состояние может появляться у ребенка при столкновении с требованиями обучения и кажущейся невозможностью соответствовать данным требованиям. Данная тенденция подкрепляется при школьном обучении. Такой ребенок приобретает стереотип поведения и уже «подготовлен» к тревожному реагированию в рамках учебной деятельности. У него возникает школьная тревожность на разнообразные школьные ситуации. Наиболее повышенный уровень тревожности наблюдается в период поступления ребенка в первый класс. В этот адаптационный период первоклассники проявляют повышенное беспокойство по поводу различных аспектов школьной жизни. Для них ходить в школу - это принципиально новая форма организации их жизни. Учебная тревожность учащихся в первую очередь зависит от родителей и от их оценочной позиции. Младшие школьники боятся огорчить своих родных и

близких. Перечислим потенциальные причины школьной тревожности. Возникающие школьные неприятности, например, получение неудовлетворительной оценки. К причинам школьной тревожности относятся и домашние неприятности – конфликты в семье, наказания. А так же, боязнь физического насилия со стороны старших учеников. Тем не менее, у детей младшего школьного возраста тревожность еще не является устойчивой чертой характера и относительно обратима при проведении соответствующих психолого-педагогических мероприятий.

У младших школьников бывает адекватная, заниженная и завышенная самооценка. Это отражается и на учебном процессе. Дети с заниженной самооценкой часто не проверяют собственную работу, чтобы исправить ошибки. Они заранее уверены в отрицательном результате. Дети с завышенной самооценкой, часто убеждены в безошибочности своей работы и так же не проверяют работу, а стремятся быстрее сдать учителю. Для того чтобы помочь ребёнку повысить самооценку, нужно учить его умению учиться – умению видеть подлинные учебные задачи и находить оптимальные способы их решения. Это важно не только непосредственно в процессе учёбы, но и в любой другой деятельности.

Таким образом, организуя учебную деятельность, учитель должен сознательно и целенаправленно формировать самооценку школьника. Важно предоставлять детям возможность делать то, чем они могут гордиться.

Гипотеза исследования о том, что низкий уровень самооценки детей 8-9 лет формируется под влиянием их высокого уровня школьной тревожности подтвердилась.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Результаты данной выпускной квалификационной работы можно рекомендовать для использования в работе педагогов – психологов, классных руководителей и других специалистов образовательных учреждений, а также родителям детей младшего школьного возраста.

В целом, можно отметить, что индивидуальная помощь учащимся, характеризующимся высокой школьной тревожностью, - это процесс, требующий от педагога творческого подхода, основанного на внимательном анализе всех особенностей личности учащегося, а также социально-педагогической ситуации его развития. Проблема школьной тревожности требует системности и комплексного подхода работы с педагогами и родителями учащихся. Необходимо проведение консультаций с родителями и педагогами целью предупреждения возникновения ситуаций, способствующих развитию тревожности.

Для снижения уровня тревожности младших школьников педагогу необходимо не проводить сравнений ребенка с другими учащимися. При оценивании высокотревожных учащихся необходимо избегать низких отметок. Целенаправленно создавать «ситуации успеха». Построение урока таким образом, чтобы мотивацией деятельности младших школьников был не страх наказания, а интерес к процессу освоения знаний, увлечение. Ориентация на возрастные, гендерные, индивидуально-типологические особенности младших школьников. Учет темперамента, возрастных кризисов, соматического здоровья ребенка. Использовать эффективные методы регуляции тревожности на физиологическом уровне - элементарные приемы релаксации, снятия мышечного напряжения, простейших дыхательных упражнений.

Для того, чтобы развитие самооценки было эффективным, следует выполнять следующие условия: совместная разработка учителем и учениками четких эталонов оценивания для каждого конкретного случая; создание

необходимого психологического настроя обучающихся для анализа собственных результатов; обеспечение ситуации самостоятельного свободного эталонного оценивания учащимися своих результатов; сопоставление и выводы об эффективности работы; составление учениками собственной программы деятельности на следующий этап обучения с учетом полученных результатов.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Амонашвили Ш. А. Обучение. Оценка. Отметка. М.: Мир, 2009. 324 с.
2. Ананьев Б. Г. Проблемы возрастной психологии. М.: Просвещение, 2008. 454 с.
3. Андреева Г. М. Социальная психология. М.: Аспект-Пресс, 2014. 365 с.
4. Битянова М. Р. Развитие ребенка как стратегическая цель образования // Школьный психолог. 2013. №2. С. 7-8.
5. Божович Л. И. Проблемы формирования личности: Избранные психологические труды. 3-е изд. М.: МПСИ, 2014. 349 с.
6. Бороздина Л.В. Сущность самооценки и ее соотношение с Я-концепцией// Вестник московского университета. 2013. № 1. С. 54-66.
7. Выготский Л. С. Развитие личности и мировоззрение ребенка. М.: Мир, 2016. 316 с.
8. Давыдов В. В. Теория развивающего обучения. М.: Просвещение, 2010. 246 с.
9. Дубровина И. В. Практическая психология образования. Учебное пособие, 4-е изд. СПб.: Питер, 2004. 592 с.
10. Дубровина И. В. Психологическая культура школьников в контексте современного образования // Известия Российской академии образования. 2010. № 3. С. 62-76.
11. Елькина О. Ю. Мониторинг учебных достижений младших школьников как средство повышения качества начального образования: монография. М.: Директ-Медиа, 2015. 162 с.
12. Захарова А. В. Психология формирования самооценки. Минск, 2013. 105 с.
13. Зинько Е. В. Особенности устойчивой и неустойчивой самооценки // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2016. № 1. С.

35-49.

14. Иванова Т. Л. Стиль общения педагога и его взаимосвязь с самооценками учащихся: дис... кандидата психологических наук. Казань: Изд-во КГУ, 2003. 190 с.

15. Кислицкая Л. А. Особенности самооценки первоклассников, готовых и не готовых к школьному обучению. СПб.: Речь, 2006. 320 с.

16. Коротенко И. В. Особенности самооценки у первоклассников с задержкой психического развития // Школьный психолог. 2010. № 5. С. 43-46.

17. Крайг Г., Бокум Д. Психология развития. 9-е изд. СПб.: Питер, 2015. 940 с.

18. Кулагина И.Ю., Коллюцкий В. Н. Возрастная психология: Развитие человека от рождения до поздней зрелости: (Полный жизненный цикл развития человека): Учеб.пособие для студентов высших спец. учебных заведений. М.: Мир, 2011. 452 с.

19. Липкина А. И. Самооценка школьника. М.: Мир, 2006. 382 с.

20. Лисина М. И. Формирование личности. М.: Дрофа, 2013. 180 с.

21. Марусева И. В. Современная педагогика (с элементами педагогической психологии): учебное пособие для вузов. М.: Мир, 2015. 624 с.

22. Марцинковская Т. Д. Диагностика психического развития детей. Пособие по практической психологии. М.: Мир, 2007. 176 с.

23. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: учебник, 10-е изд., переработанное и дополненное. М.: Академия, 2006. 608 с.

24. Обухова Л.Ф. Возрастная психология: Учебник для вузов. М.: Юрайт, 2010. 460 с.

25. Пастухова М. В. Теоретические аспекты психологического изучения самооценки // Известия Самарского научного центра РАН. 2014. № 5. С.122-134.

26. Прихожан А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. М.: Изд-во МПСИ, 2010. 303 с.

27. Психология человека от рождения до смерти. Полный курс психологии развития / Под редакцией члена корреспондента РАО А. А. Реана. СПб.: «Прайм-ЕВРОЗНАК», 2015. 416 с.

28. Реан А. А., Бордовская Н. В., Розум С. И. Психология и педагогика. СПб.: Питер, 2017. 432 с.

29. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2013. 713 с.

30. Самооценка: теоретические проблемы и эмпирические исследования / под ред. О. Н. Молчановой. М.: Флинта, 2015. 392 с.

31. Сергеева Б. В. Педагогические условия формирования самооценки в младшем школьном возрасте. М.: Владос, 2016. 112 с.

32. Сидоров К. Р. Самооценка в психологии // Мир психологии. 2016 . № 2. С. 224 – 234.

33. Титов В. А. Педагогика начальной школы. Конспект лекций. М.: Мир, 2008. 224 с.

34. Троицкая И. Ю. К проблеме преемственности в реализации образовательных стандартов на ступенях дошкольного и начального образования. СПб.: Питер, 2017. 229 с.

35. Троицкая И. Ю. Специфика самооценки в младшем школьном возрасте. СПб.: Питер, 2017. 206 с.

36. Троицкая И. Ю. Формирование саморегуляции у младших школьников. СПб.: Питер, 2013. 141с.

37. Троицкая И. Ю. Формирование и развитие рефлексии в младшем школьном возрасте. СПб.: Питер, 2017. 199 с.

38. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования: текст с изменениями и дополнениями на 2015 год. Министерство образования и науки Российской Федерации. М.:

Просвещение, 2015. 33 с.

39. Федотов Б. В. Общая и профессиональная педагогика. Теория обучения: учебное пособие. Новосибирск.: Новосибирский государственный аграрный университет, 2011. 215 с.

40. Формирование учебной деятельности в начальной школе: учебное пособие для бакалавров / сост. Г. Р. Юсупова, Э. Ф. Исмагилова, Ф. А. Саглам. Казань: Изд-во «Познание» Института экономики, управления и права, 2014. 116 с.

41. Цукерман Г. А. Психологическое обследование младших школьников. М.: Владос, 2011. 160 с.

42. Чернявская В. С., Андреева Е. А. Учебная мотивация первоклассников с разными социометрическими статусами, на примере учеников 1 класса МБОУ СОШ №35, г. Владивосток // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2016. № 11. Режим доступа: URL: <http://e-koncept.ru/2016/76130.htm>.

43. Шапатина О. В., Павлова Е. А. Психология развития и возрастная психология. Самара.: Универс-групп, 2014. 204 с.

44. Шаповаленко И. В. Возрастная психология. М.: Гардарики, 2015. 349 с.

45. Щетинина А. М. Диагностика социального развития ребенка: Учебно-методическое пособие. СПб.: Питер, 2000. 88 с.

46. Эльконин Б. Д. Детская психология: учебное пособие для студентов высших учебных заведений. М.: Академия, 2016. 384 с.

47. Якиманская И. С. Роль учебной литературы в формировании общих учебных умений и навыков школьников. М.: Мир, 2009. 253 с.