



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ  
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Психолого-педагогическая коррекция самооценки старших  
дошкольников методом арт-терапии

Выпускная квалификационная работа по направлению  
44.04.02 – Психолого-педагогическое образование  
Направленность программы магистратуры  
«Психология управления образовательной средой»  
Форма обучения очная

Проверка на объем заимствований:

74,63 % авторского текста

Работа рекомендована к защите  
рекомендована / не рекомендована

« 1 » 05 2022 г.

зав. кафедрой ТиПП

Кондратьева О.А. Кондратьева О.А.

Выполнила:

студентка группы ОФ 210/172-2-1  
Сиразова Лидия Ильдусовна

Научный руководитель:

к.псих.н., доцент кафедры ТиПП  
Мельник Елена Викторовна

Челябинск  
2022

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ САМООЦЕНКИ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ МЕТОДОМ АРТ-ТЕРАПИИ .....	8
1.1. Состояние проблемы исследования самооценки в психолого-педагогических исследованиях.....	8
1.2. Особенности самооценки старших дошкольников .....	8
1.3. Теоретическое обоснование модели психолого-педагогической коррекции самооценки дошкольников методом арт-терапии .....	16
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ САМООЦЕНКИ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ .....	30
2.1. Этапы, методы, методики исследования .....	30
2.2. Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента .....	30
ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ САМООЦЕНКИ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ МЕТОДОМ АРТ-ТЕРАПИИ .....	42
3.1. Программа психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии.....	42
3.2. Анализ результатов формирующего эксперимента .....	48
3.3. Психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям старших дошкольников .....	53
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	60
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ .....	66
ПРИЛОЖЕНИЕ 1. Методики диагностики самооценки старших дошкольников.....	73
ПРИЛОЖЕНИЕ 2. Результаты исследования самооценки старших дошкольников до реализации психолого-педагогической программы.....	78

ПРИЛОЖЕНИЕ 3. Программа психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников .....	81
ПРИЛОЖЕНИЕ 4. Результаты исследования самооценки старших дошкольников после реализации психолого-педагогической программы .	91
ПРИЛОЖЕНИЕ 5. Технологическая карта .....	95

## ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время в обществе особое значение имеет исследования проблемы самооценки детей разных возрастов. Осознание себя как полноценной личности, своих личностных качеств, а также отношения социума к себе, анализ причин отношения в обществе и многое другое входит в состав процесса формирования самооценки детей.

Ученые и педагоги установили, что у детей старшего дошкольного возраста наиболее часто сформирована завышенная самооценка, связано это, в первую очередь, с их психологическими особенностями. Сформированная завышенная самооценка может привести к негативным последствиям в процессе развития личности, а также к неадекватному построению коммуникативной сферы ребенка. Именно поэтому очень важно сегодня в работе психолога уделять большое внимание формированию адекватной самооценки дошкольников и коррекции их самосознания [23].

Самооценка человека – это его самоотношение к себе самому, сформированное представление о себе и своих особенностях. Своего рода это является фундаментом, на основании которого строится личность ребенка. Складывается эта база из сформированного образа собственного «Я», развитие которого начинается с первых дней жизни ребенка и во многом зависит от отношения родителей к ребенку, а также окружающих его людей. В онтогенезе ребенок задумывается о себе и своих особенностях, в первую очередь, о своей самооценки и мнении о себе, которая в раннем возрасте полностью зависит от мнения окружающих [6].

Проблемы, связанные с процессом формирования самооценки у старших дошкольников, сегодня распространены достаточно широко. Связано это с различными факторами, например, заниженная самооценка формируется у детей при условии авторитарного воспитания в семье и в рамках образовательного учреждения. Авторитарное воспитание приводит

к тому, что дети приобретают неуверенность в себе и своих силах. Очень давно известно, что внушение человеку низкой самооценки – это очень сложное разрушительное средство, которое отрицательно отражается на формировании личности ребенка. Зачастую по этой причине дети не могут принять себя, как часть общества.

Изучение самооценки детей старшего дошкольного возраста представлено в трудах отечественных и зарубежных авторов, среди которых Л.И. Божович, Р. Бернс, О.А. Белоборыкина, Е.Е. Кравцова, М.И. Лисина и другие. Работы этих авторов описывают особенности формирования самооценки у детей, а также динамику и механизмы ее развития на каждом возрастном этапе.

Психологические исследования А.К. Болотовой раскрывают тот факт, что самооценка оказывает большое влияние на общий эмоциональный фон ребенка, его отношение к осуществляемой деятельности, учебе и жизни. Для изменения эмоционального состояния часто применяются: музыкотерапия, изотерапия, сказкотерапия, театрализованная деятельность – различные методы арт-терапии.

Особенности использования арт-терапии рассматриваются в работах современных педагогов – психологов С.В. Ершовой, Л.В. Игнатьевой М. Мордивенцевой, А.В. Молодняковой, С.Ю. Никитиной, Г.М. Якименко и др., которые в своей работе используют разнообразные методы арт-терапии [9].

Исходя из всего вышеизложенного, можно сказать о том, что вопросы психолого-педагогической коррекции самооценки детей старшего дошкольного возраста методами арт-терапии являются актуальными для полноценного подробного исследования.

Цель исследования – теоретически обосновать и экспериментально проверить модель психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии.

Объект исследования – самооценка старших дошкольников.

Предмет исследования – психолого-педагогическая коррекция самооценки старших дошкольников методом арт-терапии.

Гипотеза исследования: уровень самооценки старших дошкольников изменится в результате реализации программы психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии.

Задачи исследования:

1. Проанализировать проблему самооценки в психолого-педагогических исследованиях.
2. Выявить особенности самооценки старших дошкольников.
3. Теоретически обосновать модель психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников.
4. Определить этапы, методы и методики исследования.
5. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.
6. Разработать и реализовать программу психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии.
7. Проанализировать результаты формирующего эксперимента.
8. Разработать психолого-педагогические рекомендации для родителей и педагогов по психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии.

В ходе эксперимента использовались следующие методы исследования:

1. Теоретические: анализ, обобщение, сравнение, моделирование, целеполагание.
2. Эмпирические: констатирующий и формирующий эксперименты, тестирование по методикам: Методика «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская); Методика «Какой я?» (Р.С. Немов); Тест «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн, модификация А.М. Прихожан).
3. Метод математической статистики: Т-критерий Вилкоксона.

База исследования – подготовительная группа в общем количестве 24 человека старшего дошкольного возраста МБДОУ ДС №207 г. Челябинска, возраст 6-7 лет.

# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ САМООЦЕНКИ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ МЕТОДОМ АРТ-ТЕРАПИИ

## 1.1 Состояние проблемы исследования самооценки в психолого-педагогических исследованиях

Самооценка – это важное свойство личности, которая характеризуется как средство оценивания человека себя самого, своих возможностей и особенностей. В роли главного критерия оценивания в данном случае выступает совокупность личностных смыслов. Основные функции, которые выполняет самооценка – это регуляторная, позволяющая решать задачи выбора, и защитная функция, которая обеспечивает стабильность и независимость личности. Важное значение в развитии самооценки имеют оценки личности индивида и его достижений, даваемые обществом, в котором он постоянно функционирует.

В современной психологии самооценка характеризуется как важнейшее формирование личности, которое принимает участие в регуляции поведения человека и его деятельности. Самооценка выступает как важная характеристика личности, ее центральный компонент, формирующийся под влиянием активного личностного участия [29].

Самооценка принимает непосредственное участие и в общем формировании личности, развитии ее основных способностей, активности, социализации и адаптации в обществе. В исследованиях самосознания ученые говорят о том, что самооценка является ядром его развития, она отражает индивидуальный уровень развития личности, объединяя начало формирования и опыт, приобретаемый во время жизнедеятельности.

Основная функция самосознания выражается в том, чтобы сделать для человека доступными результаты его действий и мотивы, которые направлены на начало ведения какой-либо деятельности. Самосознание

позволяет понять человеку состав своего внутреннего мира, оценить его и определить те ценности, которые ему наиболее близки и важны.

Я-концепция – это стабильная система представлений человека о себе самом, которая отличается своей сознательностью и уникальностью. На основе данной системы каждый человек может самостоятельно выстроить свое поведение в обществе, определить уровень коммуникаций с другими людьми [37].

У каждого человека есть определенный набор самоопределений и отношения к себе самому. Я-концепция определяет то, кем является человек, а также его личные представления о себе самом, особенности оценивания принципов своей жизнедеятельности и возможности полноценного личностного развития.

Сегодня в современной педагогике и психологии существует несколько подходов к структуре «Я» человека. Одна из самых известных схем имеет три основных компонента:

- 1) познавательный, характеризующийся представлением человека о своих собственных качествах, способностях и возможностях;
- 2) эмоциональный – самоуважение, любовь к себе самому, чувство собственного достоинства;
- 3) поведенческий – стремление человека постоянно развиваться, повышать свою самооценку, завоевывать уважение в обществе.

Самооценка человека является составной частью Я-концепции, при этом она относится к рефлексивному «Я». Р. Бернс говорит о том, что в узком смысле Я-концепция представляет собой чувство собственного достоинства.

И.С. Кон в исследовании Я-концепции выражает мнение о том, что данное понятие является одним из самых старых в психологии и педагогике, однако при этом даже на современном этапе это понятие является достаточно неопределенным, а в различных исследованиях трактуется по-разному [12].

Я-концепция рассматривает три типа «Я» человека, которые определяются имеющимися психологическими процессами: самоконтроль, самовосприятие, а также категориальное «Я», которое представляет из себя соответствие реального «Я» ожиданию индивида.

В рамках когнитивной теории самооценка выступает как инструмент, направленный на формирование различных установок и убеждений на основании действий людей.

Самооценка очень тесно связана с личными стремлениями человека, с его ожиданиями результатов саморазвития. Уровень притязаний – это степень выраженности «Я», которая характеризуется сложностью целей, выполняемыми человеком при осуществлении разных видов деятельности. У. Джеймс в своих психологических трудах говорит о том, что самооценка зависит от утверждений человека, на основании этого им была выведена формула самооценки:

$$\text{Самооценка} = \text{Успех} / \text{Уровень притязаний}$$

Уровень притязаний – это уровень, достижение которого – это реальная желаемая цель индивида в определенной сфере своей деятельности.

Одним из фактов достижения ожидаемого результата является успех, который отражает уровень притязаний и определяет содержание программы деятельности. Из представленной выше формулы мы видим, что самооценка напрямую зависит от уровня притязания, поэтому важность достижения успеха очень велика [20].

Также выведенная формула показывает, что повышение самооценки индивидом может быть достигнуто двумя основными способами. Личность может увеличивать свои притязания, для того чтобы достичь максимального успеха, но на это потребуется наибольший промежуток времени, достаточно сложные усилия, дополнительные средства и инструменты достижения, развитие знаний и навыков. Противоположным путем является снижение притязаний, целью чего является гарантия

избегания неудачи. При этом у человека практически стопроцентный шанс достижения конечной цели, но изменения в сфере деятельности будут малы, а может быть и вовсе незаметны, следовательно, и уровень самооценки изменится незначительно.

Л.И. Божович говорит о том, что человек в системе собственных притязаний предъявляет требования не только к ожидаемому уровню успеха, но и, в первую очередь, к себе самому и своим возможностям, навыкам и умениям. Автор подчеркивает важность утверждений человека в процессе формирования самооценки, так как именно за их счет выражается гармония человеческой сущности, либо непоследовательность характера. Рассматривая самооценку, принято выделять три уровня ее развития: завышенная, адекватная и заниженная.

Большинство отечественных исследователей говорят о том, что при адекватной самооценки индивид оценивает достаточно правильно свои способности и навыки, при этом он относится к себе достаточно критично, реально смотрит на существующие проблемы и сложности, анализирует причины своих неудач, а также пытается достигать цели деятельности.

Самооценка высокого уровня (выше среднего, но не завышенная) также является адекватной. При таком уровне индивид доволен собой, он себя уважает, но при этом знает свои слабости и недостатки [14].

При неадекватной самооценке индивид не может сформировать правильное представление о себе самом, он идеализирует себя и свои способности, завышает ценность личности для общества. В этом случае человек полностью идеализирует уровень своего развития, он не осознает неудачи, не может выделить свои недостатки. Такая ситуация приводит к тому, что человек отталкивает все, что может нарушить его обычный образ жизни. При завышенной самооценке восприятие реальности искажается, отношение человека к себе самому строится только на эмоциях.

И.С. Кон говорит о том, что человек с завышенной неадекватной самооценкой не желает понимать, что все его неудачи связаны, в первую

очередь, с его ленью и собственными ошибками, неправильным поведением и недостатком знаний. В данном случае возникает сложная эмоциональная ситуация, которая характеризуется эффектом неадекватности, причиной которого служит стойкость стереотипности завышенной самооценки личности.

Достаточно широко распространена и заниженная самооценка, которая представлена наличием наибольших возможностей в сравнении с реальной самооценкой. Такие индивиды отличаются робостью, неуверенностью в себе и своих возможностях, они не стремятся добиваться целей деятельности, не могут полноценно реализовать свои возможности [5].

Люди с заниженной самооценкой очень критичны к себе, они ставят перед собой только легко достижимые цели, решают повседневные задачи без отсылки к будущим действиям и ситуациям.

Заниженная или завышенная самооценка негативно сказывается на развитии самоуправления и саморегуляции поведения индивида, т.е. фактически они нарушают процесс самоконтроля. Особенно ярко это проявляется во время общения, когда люди с неадекватной самооценкой становятся участниками конфликтов.

При завышенной самооценки конфликты происходят по той причине, что индивид пренебрегает другими людьми, он не считается с их мнением, игнорирует обращение к себе, не может терпеть необоснованные негативные обращения к себе. У таких людей очень низкий уровень самокритичности, поэтому они не могут воспринимать замечания, адекватно реагировать на них [17].

При низкой самооценке причиной конфликтов можно назвать то, что данные люди очень требовательны не только к себе, но и к окружающим их людям, они не могут мириться с ошибками и неточностями, постоянно заостряют внимание на недостатках других.

Завышенная самооценка напрямую связана с высоким уровнем самопритязаний, а также с переоценкой собственных возможностей и способностей, перспектив развития. Соответственно, заниженная самооценка связана с низким уровнем притязаний, она характеризуется тем, что индивид постоянно ожидает неудач и снижения активности.

В. Сатир считает, что индивидуальная самооценка – это важнейший фактор, который регулирует все процессы, происходящие во внутреннем мире человека, в его взаимоотношениях в обществе.

Следует отметить тот факт, что самооценка напрямую зависит от сформированности у человека необходимости в самоутверждении. На ее развитие оказывает влияние наличие желания человека в определении в жизни, повышении мнения о себе в обществе.

Немаловажную роль в развитии личности играет самоуважение человека, на которое, в свою очередь, влияет уровень сформированности навыков и знаний, ориентации и т.д. Основу самооценки составляют ценности, которые используются людьми. Самооценка определяет характеристики и функции процесса саморегуляции поведения [3].

Самоуважение – это важный компонент Я-концепции, оно участвует в выборе мотивов, которые неразрывно связаны с личными ценностями индивида, а также в постановке целей, достигаемых в рамках выполнения различных видов деятельности.

Также стоит отметить, что самоуважение участвует в регулировании отношений человека в обществе, оказывая влияние на них.

Развитие определенной самооценки – это стабильное качество личности, от которого зависит выбор человека. Те, кто не считают себя очень талантливыми, не преследуют очень высокие цели и не проявляют разочарования, когда не могут сделать что-то правильно. Человек, который считает себя бесполезным, бесполезным объектом, часто не желает улучшать свою судьбу. С другой стороны, те, кто ценит очень часто, часто

работают с большим стрессом. Они думают ниже своего достоинства, что они не работают достаточно хорошо.

Следует отметить, что человек с завышенной самооценкой считает себя более достойным и способным, нежели человек с низкой самооценкой. Также, негативное восприятие себя самого наиболее предсказуемо, чем позитивное.

Исследователи в области психиатрии выделяют тот факт, что самооценка человека может быть адекватной или нет, но помимо этого деления имеется необходимость определения степени адекватности самооценки. В современной науке считается, что чувство собственного достоинства измеряется в пределах одномерной шкалы от низкого до высокого.

Однако сегодня в современной литературе четко определено то, что проблема классификации самооценки намного сложнее, а ее измерение не может происходить по одной шкале. В первую очередь, это связано с тем, что человек состоит из эмоций и чувств, которые он испытывает по отношению к себе [11].

Тщеславие – это форма героепочитания, которая характеризуется тем, что индивид ставит себя подобно какому-то герою, относясь к другим людям с презрением, но при этом и нередко унижая самого себя.

М.И. Лисина выдвигает гипотезу о том, что наличие завышенной или заниженной самооценки нежелательно в одинаковой степени, так как в обоих случаях имеется опасность наличия различных негативных качеств личности, среди которых нетерпимость к мнению других, высокий или очень низкий уровень критичности, высокомерие, отсутствие инициативности и многое другое. Все эти качества приводят к тому, что у человека формируются сложности в коммуникативной сфере, он не может полноценно взаимодействовать с другими людьми, зачастую становясь объектом межличностных конфликтов [21].

В рамках исследования теоретической литературы мы выяснили, что во время обучения дети не только приобретают знания, необходимые для развития мышления, но и происходит формирование личностных качеств, основных психологических особенностей и функций. Если рассматривать процесс развития мышления, то он включает в себя формирование умений анализировать и обобщать материал, сравнивать разные явления и предметы и многое другое.

Личное же воспитание включает в себя развитие у ребенка интересов и идеалов, а также формирование уровня ответственности за свои поступки и поведение перед обществом. В рамках педагогической практики говорится о том, что успех в освоении образовательной программы зависит не только от умственных способностей детей, но и от их личностных качеств, природа которых различна [8].

Ребенок, который освоил установленные ценности и нормы, в рамках дальнейшего обучения может интерпретировать результаты своей деятельности, а также сопоставлять себя как личности, функционирующей в обществе. Ученики данной группы легко интерпретируют суждения взрослых и сверстников, они могут анализировать и воспринимать доносимую до них информацию. С возрастом дети приобретают еще одну особенность – это умение четко разделять свои ожидания и реальные возможности.

Таким образом, в ходе анализа психолого-педагогической литературы мы установили, что самооценка – это одно из главных качеств личности, которое представляет умение индивида адекватно воспринимать себя самого, свои способности, возможности, навыки и умения. Значительную роль в формировании самооценки играют оценки общества личности человека и его достижений.

## 1.2 Особенности самооценки старших дошкольников

Дошкольный возраст – это важнейший этап развития личности ребенка, который характеризуется большим количеством новообразований во всех сферах жизнедеятельности. За период дошкольного детства у ребенка формируются все психологические особенности, которые в дальнейшем только совершенствуются, т.е. фактически, можно сказать о том, что дошкольный возраст – это фундамент развития личности ребенка, от качества которого зависит успешность индивида в будущем. В результате новообразований в дошкольном возрасте у ребенка формируются ценностные ориентации, которые приобретают доминирующий характер. В этом этапе взросления у детей происходит важное изменение – это совершенствование отношений со сверстниками и взрослыми, которое основывается на развитии у ребенка навыков самооценивания себя самого в соответствии с установленными нормами.

Наиболее важными личностными новообразованиями дошкольного возраста является произвольность поведения, самостоятельность, креативность, а также становление системы нравственности и морали.

При развитии самосознания ребенка огромное значение конечно же имеет деятельность взрослых, которые его окружают. Данная деятельность заключается в организации детского досуга.

В старшем дошкольном возрасте у ребенка также происходит формирование представлений о своих качествах и способностях, а также и представлений о желаниях окружающих относительно личности. В дошкольном возрасте взаимодействия детей достаточно конструктивны, именно это ложится в основу развития адекватной самооценки. Дети учатся понимать свое место в обществе и осознавать реальную сторону окружающей действительности [61].

Во многом оценка детей зависит от оценки их взрослыми. Занижение оценки ребенка приводит к отрицательному влиянию, снижению

уверенности в себе. Завышенные оценки взрослых способствуют тому, что ребенок начинает преувеличивать свои возможности, завышает собственный уровень значимости. В это же время завышение оценки приводит и к положительным результатам, например, мобилизуются все силы ребенка.

Большую роль в формировании самооценки у старших дошкольников играет и уровень их общения со сверстниками, в процессе которого дети развивают способность видеть себя глазами других. Такая способность формируется под влиянием оценивания детьми друг друга.

Самооценка у детей развивается в разных видах деятельности, во время выполнения которых дети имеют четкое осознание ожидаемого результата, который они могут в последующем оценить самостоятельно. Следует отметить, что самооценка в разных видах деятельности различна.

За счет формирования самооценки у ребенка развиваются и такие качества, как саморазвитие, самоконтроль и самопознание [11].

Основная функция самоконтроля – это формирование доверительных отношений в коллективе за счет регуляции поведения и выбор такой стратегии, которая позволит наладить необходимый уровень коммуникативных связей.

В современной отечественной психологии существует целый спектр приемов и инструментов, направленных на формирование адекватной самооценки, ее коррекцию в случае деформации.

Новорожденные дети и младенцы не имеют четких представлений о своем существовании, они не понимают, что являются отдельной от остального мира частью. Младенец не осознает, где личные границы каждого человека, он считает, что все изменения и действия происходят вокруг него[54].

В дальнейшем постепенно развивается способность ребенка ограничивать себя от всего мира, понимая тот факт, что все люди индивидуальны и не зависят друг от друга. В процессе обучения и

воспитания дети приобретают различные знания и навыки, которые, как нами было отмечено ранее, влияют не только на развитие у них мышления, но и на формирование основных личностных качеств.

Изучение психолого-педагогической литературы позволило подробно раскрыть состояние проблемы исследования уровней самооценки и притязаний у старших дошкольников и отметить ее возросшую актуальность.

Ребенок формируется в образовательном процессе для оценки его навыков – одного из основных компонентов самооценки. Самооценка отражает представления ребенка о том, что уже достигнуто и к чему оно стремится. Проект его будущего еще не идеален, но он играет важную роль саморегуляции его поведения в целом и в образовательной деятельности в частности [59].

Все описанное выше говорит о том, что самооценка – это сложнейшее новообразование ребенка, которое формируется в ходе личностного развития. Самооценка показывает, насколько ребенок способен правильно анализировать себя и свою активность в зависимости от окружающих его людей.

В возрасте одного года ребенок уже осознает свою ограниченность от других индивидов, он понимает, что стратегия поведения других людей не зависит от него, также, как и он. Однако малыш до сих пор отождествляет особенности своего восприятия с другими людьми.

В раннем возрасте дети постепенно сравнивают себя с окружающими. Именно в период раннего детства закладываются основы формирования самооценки. Зачастую при сравнении ребенок ориентируется на общепринятые в обществе нормы и ценности. Ребенок сравнивает себя с теми, которых хвалят в его окружении, выполняя при этом такие же действия [5].

При поощрении самостоятельности ребенка у него происходит формирование положительного самовосприятия. В противоположной

ситуации у ребенка формируется стыд за свои поступки, остается негативное воспоминание.

В возрасте 4-5 лет ребенок уже практически может адекватно оценить себя и свои способности, при этом не только в рамках игровой деятельности, но и в трудовой, и учебной. В этом возрасте дети самостоятельно прогнозируют свою деятельность, они понимают, каким будет результат их действий. Психологи пришли к выводу о том, что от уровня самооценки зависит успешность самосовершенствования ребенка в какой-либо деятельности.

Необходимо отметить и то, что несмотря на большое количество новообразований в возрасте 4-5 лет, все также большую роль в формировании самооценки играет оценка его взрослыми.

В старшем дошкольном возрасте ребенок уже полноценно отделяет себя от оценки других. При этом он может оценивать своих сверстников, перенося их качества на себя, что ложится в основу изменения самооценки. Достаточно большой опыт индивидуальной деятельности старшего дошкольника приводит к тому, что у них формируется критическое осмысливание себя и сверстников [45].

В подготовительной группе уровень адекватности самооценки опять возрастает. Дети на данном этапе обосновывают свои положительные и отрицательные характеристики, они оценивают себя относительно нравственных и моральных норм. В этот же период дети делают выводы о своих достижениях в разных видах деятельности. К семи годам дети правильно себя оценивают, намечается дифференциация двух аспектов самосознания – познание себя и отношение к себе. Старшего дошкольника интересуют и некоторые психические процессы, происходящие в нем самом. Ребенок осознает себя во времени просит взрослых рассказать о том, каким он был маленьким, его интересует и прошлое близких людей. Осознание своих умений и качеств, представление себя во времени, открытие для себя своих переживаний – все это составляет начальную

форму осознания ребенком самого себя, возникновение «личного сознания».

В период дошкольного детства развитие самооценки происходит по следующим направлениям:

- 1) увеличение количества качеств личности и видов деятельности, оцениваемых ребенком;
- 2) переход самооценки от общей к дифференцированной;
- 3) оценка себя самого и своих качеств относительно временных рамок.

Основное достижение дошкольного возраста – это эмоционально положительная самооценка, которая формируется с такими характеристиками, как уверенность и четкость.

При этом существует несколько сменяющихся образов Я-концепции. «Я реальное» представляет собой мнение индивида о себе в реальном времени, в момент самого переживания. Однако существует у человека и представление человека об идеале, к которому следует стремиться, – это «Я идеальное».

В дошкольном возрасте дети полностью признают авторитет взрослых, в частности авторитет педагога, оценки которого они принимают без каких-либо оговорок и противоречий. Отсюда мы видим, что в дошкольном возрасте самооценка во многом зависит от оценивания взрослыми детей и их возможностей в различных видах деятельности.

Ученые, рассматривая формирование самооценки, выделяют три этапа:

1. От рождения до 1,5 лет. Формирование самооценки происходит под влиянием позитивного самоощущения. В этом возрасте у детей появляется чувство доверия к окружающему миру.

2. От 1,5 до 3-5 лет.

На данном этапе ребенок начинает понимать свое индивидуальное начало, при этом он классифицирует себя, как автономное существо. В это

время у детей появляются первые попытки проявления самостоятельности. Ребенок характеризуется высоким уровнем любознательности, а также высоким уровнем самооценки.

### 3. От 5 до 7 лет.

В старшем дошкольном возрасте впервые появляются представления о том, кем должен стать ребенок в будущем. У него развиваются такие качества, как чувство вины и инициативы. Во многом развитие личности на этом этапе зависит от успешности социализации ребенка, а также условий, в которых он воспитывается.

Развитие самооценки, с точки зрения возрастного аспекта, заключается в том, что ребенок овладевает наиболее совершенными способами самостоятельной оценки себя, расширением знаний и мнений о себе, их накоплением и т.д.

Далее рассмотрим ряд факторов, характеризующих самооценку детей дошкольного возраста:

- 1) формирование представлений о себе начинается в достаточно раннем возрасте;
- 2) уровень самооценки детей зависит от взрослых и сверстников;
- 3) уровень развития самооценки влияет на учебную деятельность детей;
- 4) уровень самооценки во многом сказывается на развитии коммуникативной деятельности ребенка, а также его отношения к другим людям;
- 5) самооценка влияет на развитие творческой деятельности детей;
- 6) наибольшее влияние на формирование самооценки дошкольников оказывают детско-родительские отношения.

По особенностям воспитания детей родителями можно судить о самооценке взрослых. На основании исследований отечественных ученых, можно сказать, что любящие и заботливые родители с адекватной самооценкой растят детей с подобной самооценкой. Низкая самооценка у

детей развивается под влиянием авторитарности, критичности и строгости родителей [4].

Выявление уровня самооценки может происходить не только при помощи специальных методик, но и в рамках общения с ребенком, либо при наблюдении за ним.

Немаловажно уделять большое внимание формированию у детей адекватной самооценки, что можно достичь за счет различных средств и инструментов:

1. Поощрение и похвала детей за положительные поступки.
2. Развитие индивидуальности.
3. Адекватная оценка поступков детей.

В ходе изучения особенностей самооценки старших дошкольников было выявлено: самооценка отражает представления ребенка о том, что уже достигнуто и к чему оно стремится. Проект его будущего еще неидеален, но он играет важную роль в саморегуляции его поведения в целом и в образовательной деятельности в частности.

### 1.3 Теоретическое обоснование модели психолого-педагогической коррекции самооценки дошкольников методом арт-терапии

Вопрос самооценки особенно актуален для детей старшего дошкольного возраста. Для таких детей самооценка определяет успешность их социальной интеграции, поэтому изучение особенностей ее формирования и коррекции имеет особое значение. Согласно исследованиям ученых, воспитание самооценки у детей старшего дошкольного возраста далеко от нормы, не разделено, не упрощено, противоречиво, нестабильно.

Проведенный нами анализ позволил разработать дерево целей, а также определить содержание модели психолого-педагогической коррекции уровня самооценки детей старшего дошкольного возраста с применением методов арт-терапии.

Дерево целей – это определенная структурированная совокупность достигаемых целей, которые расположены в строгой иерархии. В рамках дерева целей выделяется генеральная цель, а также подцели разных уровней.

Следует отметить то, что в понятие целей в рамках исследования вкладывается на разных уровнях различное содержание. Каждая цель выражает свои определенные особенности, начиная от объективных потребностей, до желаемых направлений развития. При этом потребности ложатся в основу дерева, а вот желания – в его верхушку.

Дерево целей – это основной инструмент для увязки всех целей на разных уровнях. При построении дерева целей используется метод от общего к частному, который изображен нами на рисунке 1.

Дерево целей строится по определенному алгоритму, который мы рассмотрим ниже:

1. Определяется главная генеральная цель.
2. Общая цель делится на подцели первого уровня.
3. Подцели первого уровня делятся на подцели второго и т.д. до получения небольших детальнейших составляющих.

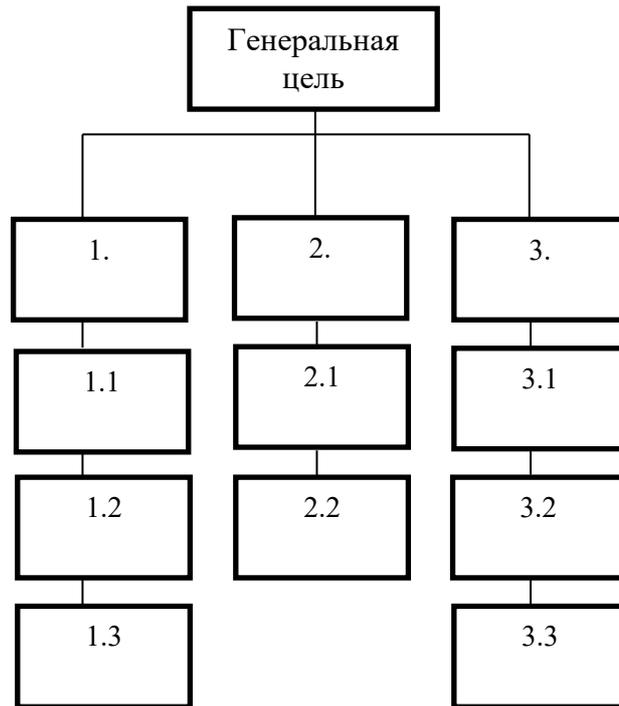


Рисунок 1 – «Дерево целей» психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии

Генеральная цель: теоретически обосновать и экспериментально проверить модель психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии

1. Изучить теоретические предпосылки исследования психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии.

1.1. Проанализировать проблему самооценки в психолого-педагогических исследованиях.

1.2. Выявить особенности самооценки старших дошкольников.

1.3. Теоретически обосновать модель психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии.

2. Организовать опытно-экспериментальное исследование самооценки старших дошкольников.

2.1. Определить этапы, методы и методики исследования.

2.2. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.

3. Провести опытно-экспериментальное исследование психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии.

3.1. Разработать и провести психолого-педагогическую программу психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии.

3.2. Проанализировать результаты формирующего эксперимента.

3.3. Составить психолого-педагогические рекомендации для родителей и педагогов по психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии.

После построения дерева целей мы создали модель коррекции самооценки детей старшего дошкольного возраста с применением методов арт-терапии.

Модель – это искусственно созданный объект, представленный в виде схемы, формул, конструкций, наборов алгоритмов и данных и т.д.

В педагогике и психологии «модель» рассматривается, как совокупность определенных признаков или объектов, воспроизводящих наиболее существенные свойства объекта исследования.

В психологии моделирование рассматривается как процесс построения моделей, целью которого является реализация определенных психологических процессов. Построение моделей в психологии направлено на проверку работоспособности их в определенных условиях.

Педагогическое моделирование – это создание цели для формирования образовательной системы.

Проведенное нами исследование было организовано в четыре этапа: теоретический, диагностический, формирующий и контрольный.

Ниже рассмотрим подробнее каждый блок.

В рамках теоретического блока нами была изучена литература по теме исследования, определена его цель и задачи, подобран диагностический инструментарий.

Диагностический блок состоит из изучения особенностей самооценки старших подростков. Диагностика проводилась по следующим методикам:

- 1) Методика «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская).
- 2) Методика «Какой Я» (Р.С. Немов).
- 3) Методика «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я Рубинштейн, модификация А.М. Прихожан).

3. Формирующий блок. Цель: разработка и реализация программы психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии. Методы, формы и приемы реализации программы: изотерапия, сказкотерапия, терапия водой, игротерапия, музыкотерапия.

Для достижения поставленной цели необходимо выделить следующие задачи:

1. Снижение уровня эмоционального напряжения у детей.
2. Повышение уверенности в себе у детей.
3. Развитие способностей видеть в себе хорошие качества и выдающиеся способности.
4. Формирование коммуникативных навыков для взаимодействия с социумом.
5. Развитие способностей позитивного отношения к людям.

Форма проведения занятий групповая.

Реализация программы по времени займет 4 недели при частоте занятий два раза в неделю. Общее время одного занятия – 25 – 30 минут.

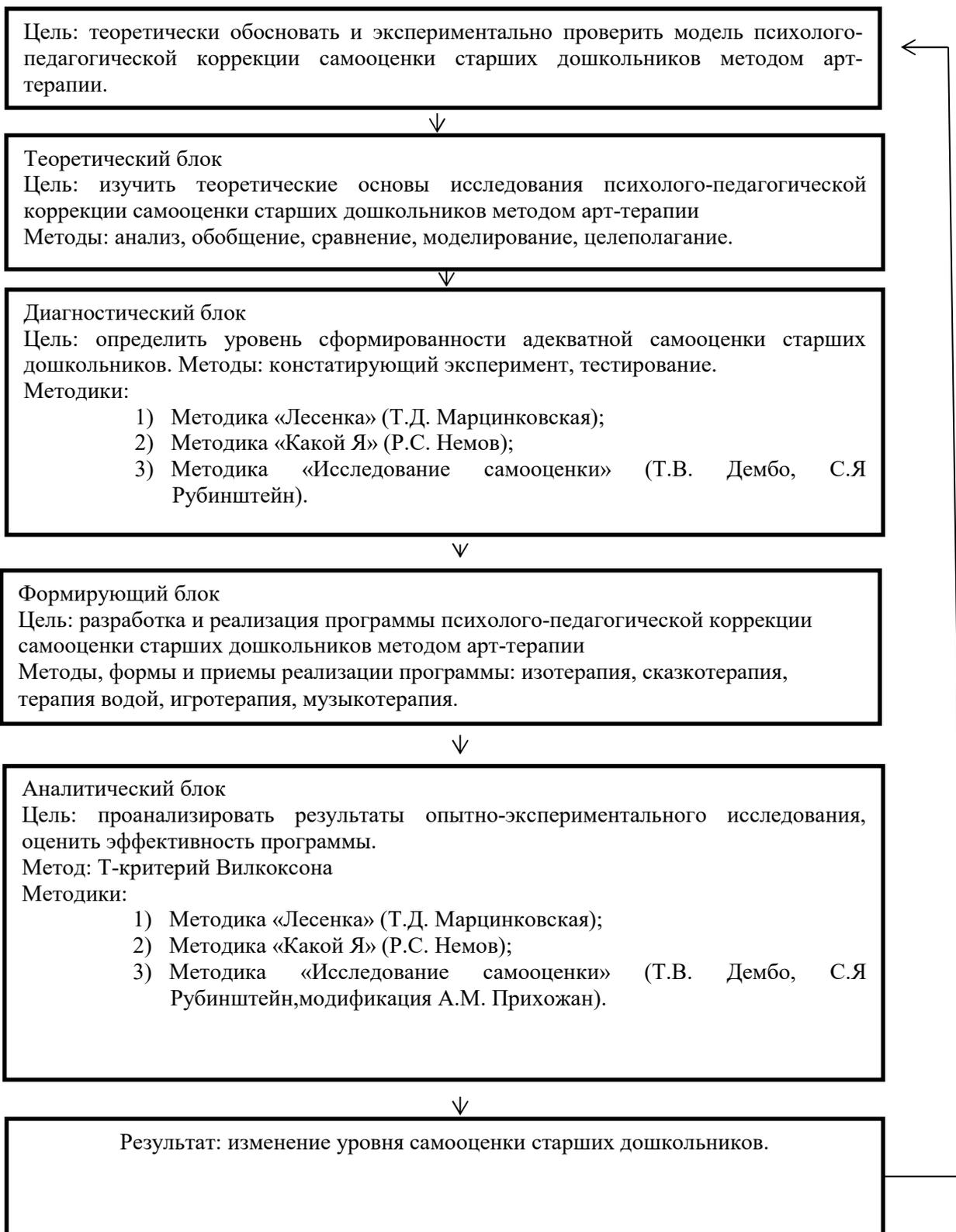


Рисунок 2 – Модель психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии

#### 4. Аналитический блок.

Цель: проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования и оценить эффективность программы коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии (Т.Д. Марцинковская, Р.С. Немов, Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн).

Таким образом, в проведенном нами исследовании было разработано дерево целей, которое представляет из себя сконструированную модель.

При построении дерева целей мы использовали метод от общего к частному. Генеральной целью разработанного дерева является теоретическое обоснование и практическая проверка модели психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии.

На основании спроектированного дерева целей мы построили модель, которая включила в себя четыре блока.

#### Выводы по первой главе

На основании анализа психолого-педагогической литературы по теме исследования, мы смогли сделать следующие выводы:

Самооценка – это процесс самостоятельного оценивания человеком себя самого и своих особенностей.

В структуре самооценки содержатся когнитивные компонент личности, эмоциональный компонент.

Основным параметром самооценки является уровень ее адекватности.

Развитие самооценки начинается в дошкольном возрасте, когда на оценивание ребенком самого себя большое влияние оказывают окружающие его взрослые. Постепенно самооценка совершенствуется, а ее адекватность при условии соблюдения определенных аспектов повышается.

В ходе изучения особенностей самооценки и притязаний старших дошкольников было выявлено: самооценка отражает представления

ребенка о том, что уже достигнуто и к чему оно стремится. Проект его будущего еще не идеален, но он играет важную роль в саморегуляции его поведения в целом и в образовательной деятельности в частности.

В проведенном нами исследовании было разработано дерево целей, которое представляет из себя сконструированную модель.

При построении дерева целей мы использовали метод от общего к частному. Генеральной целью разработанного дерева является теоретическое обоснование и практическая проверка модели психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии.

На основании спроектированного дерева целей мы построили модель, которая включила в себя четыре блока.

## ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ САМООЦЕНКИ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ

### 2.1 Этапы, методы, методики исследования

Организованное нами исследование проходило в три этапа:

1. На первом этапе мы проводили поиск необходимой информации за счет изучения теоретической литературы, также подбирались диагностический инструментарий с учетом возрастных и личностных особенностей детей.

2. На втором этапе нами была организована опытно-экспериментальная работа, которая включила в себя констатирующий и формирующий эксперименты.

На констатирующем эксперименте было проведено непосредственное исследование уровня самооценки детей. Для этого мы определили выборку исследования и методики диагностики: Методика «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская); Методика «Какой Я» (Р.С. Немов); Методика «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн).

Во время формирующего эксперимента мы провели разработку и реализацию коррекции уровня адекватности самооценки детей старшего дошкольного возраста.

3. На третьем этапе была проведена контрольно-обобщающая работа, включающая в себя анализ и обобщение результатов проведенных экспериментов, формулирование методов и проверка установленной в начале работы гипотезы.

Исследование психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии состояло из методов:

1. Теоретические: анализ и обобщение психолого-педагогической литературы, целеполагание, моделирование.

2. Эмпирические: констатирующий и формирующий эксперименты, тестирование по методикам: Методика «Лесенка» (Т.Д.

Марцинковская); Методика «Какой Я» (Р.С. Немов); Методика «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн).

### 3. Методы математической статистики – Т-критерий Вилкоксона.

Раскроем более подробно подобранные нами методы и методики исследования.

Анализ литературы – это один из основных теоретических методов научного исследования, в который входит работа по изучению большого количества источников литературы, выявление основной мысли, разложение информации на небольшие части, которые имеют значение в рамках исследуемой темы. Работа с литературой включает в себя подробный сборник библиографического списка источников, отобранных для работы, краткое изложение основного содержания литературы по теме проблемы, выделение основных целей и основных размышлений литература по изучаемой теме [42, с. 11].

Обобщение – это активная форма увеличения знаний путем умственного перехода от отдельных показателей к общим.

Обобщение можно описать как логическую операцию, в которой было найдено новое расширенное понятие для определенной группы явлений, которое отражает универсальность различных свойств этих явлений на уровне получения новых знаний об этих явлениях. Любое обобщение должно иметь определенную основу. Основой обобщения может быть определенное свойство или даже целый набор свойств, которые позволяют группировать явления и обозначать эту группу в соответствии с определенной концепцией [42, с. 47].

Сравнение – это метод познания реальности.

В рамках метода сравнения находится разница между общими и отличительными чертами определенного процесса или явления. В основу данного метода ложится изучение и рассматривание объекта исследования, нахождение его отличительных черт от других.

Метод моделирования – это метод, который представляет из себя процесс замены объекта исследования аналогичным предметом.

Метод моделирования используется тогда, когда нет возможности исследовать постоянно объект изучения.

Целеполагание – это метод исследования, который характеризуется как постановка целей и задач исследования, а также их достижение.

В рамках проведения экспериментального исследования мы также использовали констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование.

Эксперимент является одним из наиболее актуальных методов исследования конкретного явления в контролируемых условиях. Этот метод отличается от наблюдения тем, что этот метод очень активно взаимодействует с исследуемым объектом. Эксперимент в основном проводится в рамках научных исследований и используется для проверки гипотезы. Преимущество психологического эксперимента заключается в том, что можно специально вызывать определенные психические явления и процессы и влиять на их свойства [42, с. 34].

Констатирующий эксперимент – это основной вид эксперимента, его целью является изменение нескольких переменных для того, чтобы определить их зависимость и взаимовлияние.

Целью этого эксперимента является регистрация изменений, которые были получены в ходе его реализации. Отчетный опыт может быть естественным или лабораторным [42, с. 231]. Формирующий эксперимент – это особый метод психологического исследования. Суть его заключается в том, что исследователь строит обучение субъекта для того, чтобы добиться необходимых изменений в психике субъекта.

Тест представляет собой современный метод психологической диагностики. В рамках этого метода используются стандартизированные вопросы и задачи – тесты со стандартной шкалой измерения. Тесты позволяют человеку быть оцененным в соответствии с целью

исследования. Кроме того, тесты дают возможность получить обновленную количественную оценку, основанную на количественном определении качественных параметров личности. Тесты очень удобны в использовании, потому что они обрабатываются с использованием математических методов подсчета.

Тест – это очень быстрый и оперативный способ подсчета и обработки огромного объема информации, которая была получена в рамках исследования. Данный тип исследования используется очень часто, так он позволяет в стандартных условиях оперативно определить закономерности развития, а также обработать результаты.

Тесты используются при работе с детьми, так как их выполнение не подразумевает большого количества разных умений и навыков.

Ниже рассмотрим методики, которые мы применяли для определения уровня развития самооценки у детей старшего дошкольного возраста.

#### 1. Методика «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская)

Реализация данной методики осуществляется при помощи заполнения детьми листа бумаги, на котором изображена лестница из 7 ступеней. Ребенок должен разместить на ней детей, которые, по его мнению, хорошие и плохие.

#### 2. Методика исследования самооценки «Кто я?» (Р.С. Немов).

Предназначен для определения чувства собственного достоинства ребенка в возрасте от 6 до 15 лет. Экспериментатор спрашивает ребенка, как они воспринимают себя, используя следующий протокол, и оценивает их, основываясь на десяти различных положительных характеристиках личности.

Выставленные детьми оценки заносятся в протокол и переводятся в баллы.

#### 3. Методика «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, Р.С. Рубинштейн).

При выполнении методики дети должны оценить такие характеристики, как здоровье, умственные способности, характер и т.д. Отмечая на вертикальных линиях уровень их развития.

Наиболее подробно все методики описаны в приложении 1.

Для обработки результатов и доказательства гипотезы нами применялся метод математической статистики, а именно Т-критерий Вилкоксона.

Данный критерий применяется для сопоставления показателей, которые были получены в разных условиях, но отражают состояние одного и того же качества.

Гипотезы Т – критерия Вилкоксона:

H<sub>0</sub>: Интенсивность сдвигов в типичном направлении не превосходит интенсивности сдвигов в нетипичном направлении.

H<sub>1</sub>: Интенсивность сдвигов в типичном направлении превышает интенсивность сдвигов в нетипичном направлении.

Таким образом, исследование психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии проходило в три этапа: поисково-подготовительный этап, опытно-экспериментальный этап, контрольно-обобщающий этап.

В исследовании самооценки старших дошкольников использовались следующие методы и методики: теоретические (анализ психолого-педагогической литературы, обобщение, сравнение, моделирование, целеполагание), эмпирические (констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование по методикам: Методика «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская); Методика «Какой я?» (Р.С. Немов); Методика «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн) и метод математической статистики Т – критерий Вилкоксона. Представленные этапы, методы и методики полностью отвечают задачам и цели исследования.

## 2.2 Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента

Исследование проводилось на базе МБДОУ ДС №207 города Челябинска. В экспериментальном исследовании участвовала подготовительная к школе группа, численностью 24 человека. Возраст испытуемых 6-7 лет. Из них 10 мальчиков и 14 девочек

В выбранной группе преобладает хорошее настроение, дети мотивированы на учебную и игровую деятельность. Все воспитанники внимательны друг к другу, они оказывают помощь своим сверстникам.

Психологический климат в группе – благоприятный.

Сам коллектив сплоченный, конфликты не наблюдались.

Родители принимают активное участие в жизни детского сада. Проявляют интерес к успехам своих детей.

Дети активные, ведут подвижный образ жизни в рамках детского образовательного учреждения. Отличаются высоким уровнем работоспособности и сообразительности. У ряда детей нами была выявлена во время наблюдения повышенная личностная тревожность. Поведение детей в коллективе различно, но в большинстве все дети адекватно себя ведут в различных ситуациях.

Дети выполняют все установленные правила поведения в дошкольном учреждении, а также придерживаются неформальных норм. Дети не имеют выраженной неприязни друг к другу, они не вступают в конфликты, имеют дружеские отношения.

Вне времени детского сада большинство воспитанников подготовительной к школе группы поддерживают контакт друг с другом на различных кружках и спортивных секциях. Родители активно вовлечены в жизнь своих детей, общаются с воспитателем и психологом по всем проблемам. Большая часть детей воспитывается в полных семьях.

В каждой семье преобладает доброжелательная атмосфера, дети чувствуют себя нужными и любимыми.

Результаты исследования самооценки старших дошкольников по методике «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская) представлены на рисунке 3 [ПРИЛОЖЕНИЕ 2, таблица 1].



Рисунок 3 – Распределение показателей самооценки старших дошкольников по методике «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская)

Проведённый анализ по методике диагностики «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская) показал, что с неадекватно завышенным уровнем самооценки дошкольники отсутствуют.

Завышенный уровень самооценки наблюдается у 17% испытуемых (4 человека). Дошкольники с данным уровнем самооценки считают, что имеющиеся у них недостатки и промахи, связаны с независимыми от них факторами. Часто мнение окружающих ниже своего собственного.

Адекватный уровень самооценки у 20% испытуемых (5 человек). Их задание всегда обдуманно, действия объясняются, дети ссылаются на реальные ситуации. Обычно оценка взрослых совпадает с их собственной оценкой. Немного заниженный уровень самооценки имеется у 29% испытуемых (7 человек).

Выбор данной ступени обосновывается решением словами взрослого по отношению к себе, скрывая свое несогласие.

Заниженный уровень самооценки имеют 17% испытуемых (4 человека). Низкий уровень самооценки наблюдается у 17% испытуемых (4 человека). Дошкольники часто считают себя плохими. Самая большая опасность в данном случае, что низкая самооценка останется на всю жизнь.

Резко заниженный уровень самооценки в данной группе не выявлен.

Результаты исследования самооценки у старших дошкольников по методике «Какой Я» (Р.С. Немов) представлены на рисунке 4 [ПРИЛОЖЕНИЕ 2, таблица 2].

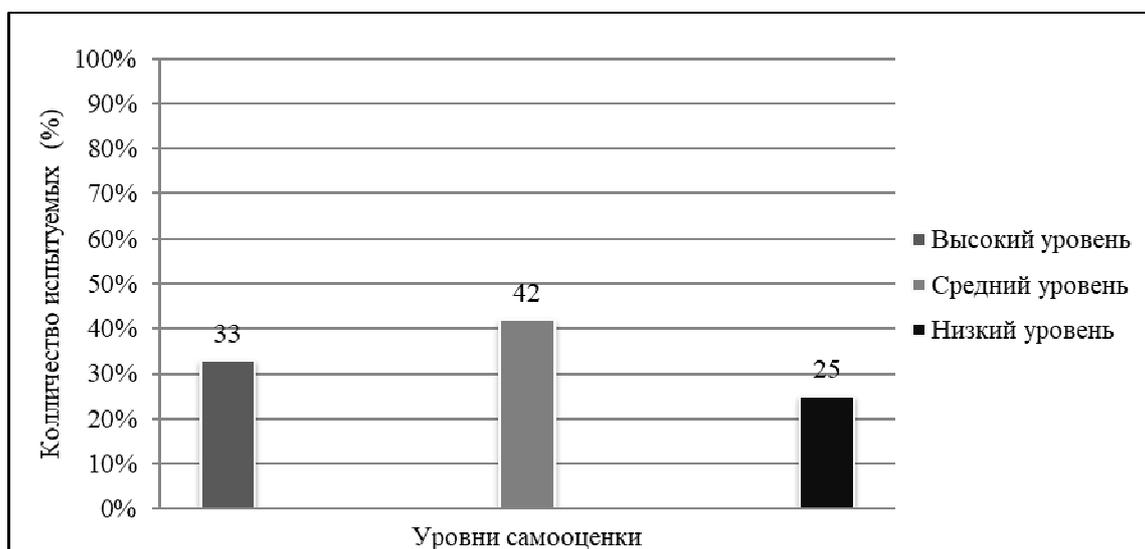


Рисунок 4 – Распределение показателей самооценки старших дошкольников по методике диагностики «Какой Я?» (Р.С. Немов)

Проведенный анализ результатов по методике Р.С. Немова позволил нам вывить следующие результаты:

Высокий уровень развития самооценки сформирован у 33 % детей. Данные испытуемые характеризуются тем, что они положительно относятся к себе и своим особенностям развития, их устраивает все то, что входит в их круг представлений о себе, они испытывают очень высокий уровень самоуважения.

42% испытуемых имеют средний уровень самооценки. Дети данной группы относятся к себе реально, они оценивают адекватно свои возможности и способности, уровень самокритичности также находится в рамках допустимого. Дети со средним уровнем самооценки умеют ставить цели, которые точно смогут достичь.

25% воспитанников имеют низкий уровень самооценки.

Дети данной группы имеют отклонения в формировании личности, которые проявляются в разных особенностях развития. Дети с низкой самооценкой отличаются от своих сверстников низким уровнем самоуверенности, они робкие, испытывают страх перед публичными выступлениями, практически не проявляют инициативу во время игровой деятельности.

Результаты исследования самооценки у дошкольников по методике диагностики «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн, А.М. Прихожан) представлены на рисунке 5 [ПРИЛОЖЕНИЕ 2, таблица 3].

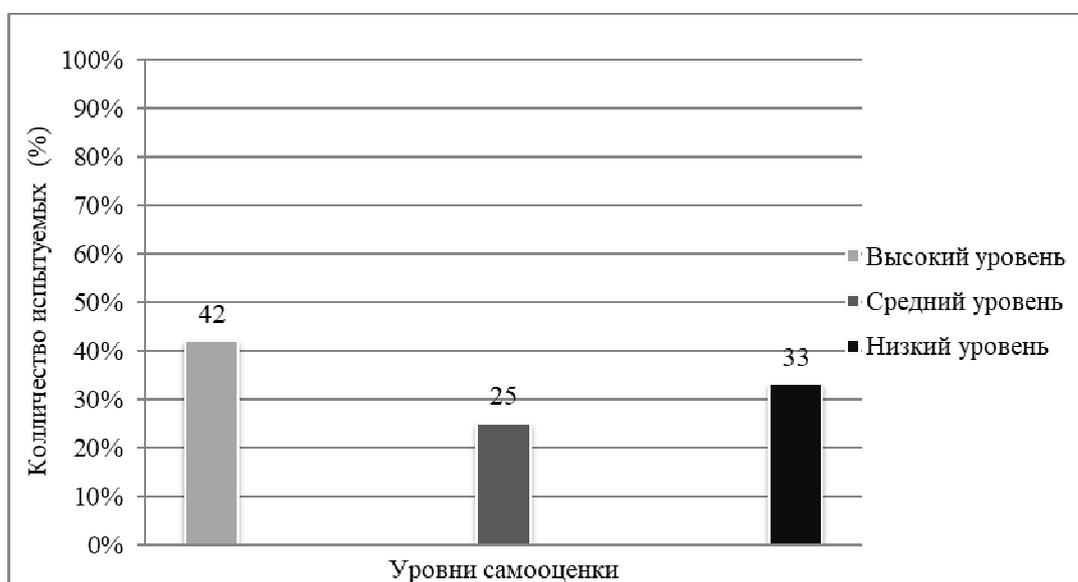


Рисунок 5 – Распределение показателей самооценки старших дошкольников по методике диагностики «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн, А.М. Прихожан)

Анализ по результатам методики диагностики «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн, мод. А.М. Прихожан) показал, что 42% детей имеют высокий уровень самооценки.

Дети с высоким уровнем самооценки идеализируют себя, ставят выше остальных сверстников, зачастую берут на себя цели и задачи, которые не соответствуют их способностям. Дошкольники игнорируют свои неудачи, они неадекватно реагируют на критику, не воспринимают мнения других людей о себе.

25% детей имеют средний уровень самооценки.

Данная группа детей характеризуется тем, что они адекватно оценивают себя и свои способности, уровень критичности находится в норме, они реагируют спокойно на замечания, прислушиваются к мнениям авторитетных людей, стараются повысить уровень своего развития.

33% детей имеют низкий уровень самооценки.

Дошкольники этой группы не могут адекватно оценивать свои способности, они их принижают относительно реальности. За счет этого снижается уровень уверенности детей, они проявляют робость. Такие дети не могут реализовать свои способности, они не ставят перед собой сложные задачи, уровень критичности неадекватно завышен.

По результатам проведенного исследования мы установили, что в исследуемой группе есть дети с разными уровнями самооценки, как адекватной, так и заниженной, и завышенной.

Таким образом, проведенный анализ по методике диагностики «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская) показал, что с неадекватно завышенным уровнем самооценки дошкольники отсутствуют.

Завышенный уровень самооценки наблюдается у 17% испытуемых (4 человека).

Адекватный уровень самооценки у 20% испытуемых (5 человека). Немного заниженный уровень самооценки имеется у 29% испытуемых (7

человек). Заниженный уровень самооценки имеют 17% испытуемых (4 человека).

Низкий уровень самооценки наблюдается у 17% испытуемых (4 человека).

Проведённый анализ по результатам методики диагностики «Какой Я?» (Р.С. Немов) показал, что высокий уровень самооценки наблюдается у 33% испытуемых (8 человек). У 42% испытуемых (10 человек) был выявлен средний уровень самооценки. 25% испытуемых (6 человек) обладает низким уровнем самооценки.

Анализ по результатам методики диагностики «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн, А.М. Прихожан) показал, что высокий уровень самооценки у 42% испытуемых (10 человек). У 25% испытуемых (6 человек) средний уровень самооценки.

Низкий уровень самооценки наблюдается у 33% испытуемых (8 человек).

#### Выводы по второй главе

Опытно-экспериментальная работа была организована нами в три этапа, которые позволили провести теоретический анализ темы исследования, практическое изучение уровня сформированности самооценки у детей старшего дошкольного возраста, а также разработать модель коррекции самооценки детей и проверить ее эффективность.

При изучении мы использовали теоретические и практические методы исследования.

Проведённый анализ по методике диагностики «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская) показал, что с неадекватно завышенным уровнем самооценки дошкольники отсутствуют.

Завышенный уровень самооценки наблюдается у 17% испытуемых (4 человека).

Адекватный уровень самооценки у 20% испытуемых (5 человека). Немного заниженный уровень самооценки имеется у 29% испытуемых (7 человек).

Заниженный уровень самооценки имеют 17% испытуемых (4 человека).

Низкий уровень самооценки наблюдается у 17% испытуемых (4 человека).

Проведённый анализ по результатам методики диагностики «Какой Я?» (Р.С. Немов) показал, что высокий уровень самооценки наблюдается у 33% испытуемых (8 человек). У 42% испытуемых (10 человек) был выявлен средний уровень самооценки. 25% испытуемых (6 человек) обладает низким уровнем самооценки.

Анализ по результатам методики диагностики «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн, А.М. Прихожан) показал, что высокий уровень самооценки у 42% испытуемых (10 человек).

У 25% испытуемых (6 человек) средний уровень самооценки.

Низкий уровень самооценки наблюдается у 33% испытуемых (8 человек).

Исходя из полученных результатов психолого-педагогического исследования, можно говорить о том, что самооценка старших дошкольников нуждается в коррекции, посредством реализации специально разработанной программы психолого-педагогической коррекции методом арт-терапии.

### **ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ САМООЦЕНКИ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ МЕТОДОМ АРТ-ТЕРАПИИ**

#### **3.1 Программа психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии**

Психологическая коррекция – это целое направление работы, которое появилось в тот момент, когда в области психологии и психиатрии произошел резкий рывок.

Психолого-педагогическая коррекция – это совокупность действий специалистов в области психологии, педагогики, а также родителей, которая основывается на организации определенных действий влияния на детей с целью исправления определенного дефекта, который был сформирован на основании нарушений психического развития.

Помимо этого, коррекционная работа может проводиться для организации условий по полноценному психическому развитию детей как внутри образовательного учреждения, так и в домашних условиях.

Вопросы, касаемо проблем с самооценкой детей старшего дошкольного возраста, сегодня распространены очень широко.

В рамках рассмотрения предыдущих глав исследования мы выявили, что психолого-педагогическая коррекция самооценки старших дошкольников – это очень сложный процесс. Именно поэтому нами была разработана программа психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии.

Целью данной программы является психолого-педагогическая коррекция самооценки старших дошкольников методом арт-терапии.

Для достижения поставленной цели необходимо выделить следующие задачи:

1. Повышение уверенности в себе старших дошкольников.

2. Развитие способностей видеть в себе хорошие качества и выдающиеся способности.

3. Развитие способностей позитивного отношения к людям.

Для психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников мы использовали метод арт-терапии, а именно изотерапия, сказкотерапия, терапия водой, игротерапия и музыкотерапия, которая так стремительно набирает обороты в современном мире.

Форма проведения занятий индивидуальная и групповая.

Разработанная программа рассчитана для работы с детьми старшего дошкольного возраста 6-7 лет, в количестве 10 занятий, которые проводились два раза в неделю. Длительность занятия 25- 30 минут.

Все проводимые занятия имеют четкое структурирование, которое состоит из нескольких взаимосвязанных частей:

1. Приветствие. Данный ритуал позволяет сплотить участников, создавая атмосферу полного доверия в группе и принятия друг друга.

2. Разминка. Данный этап очень хорошо влияет на эмоциональное состояние всех участников, а также на уровень их активности. Очень важное значение разминка оказывает на настройку организма дошкольников на продуктивную групповую деятельность.

3. Основная часть занятия. Данный этап занятия включает в себя целый набор различных упражнений и техник.

4. Рефлексия. На данном этапе предполагается оценивание участниками занятия с помощью двух оценок: смысловая оценка – что дало данное занятие ребенку, какое влияние оно оказало на развитие личности и эмоциональное – понравилось или не понравилось занятие.

5. Прощание. Данный ритуал служит логическим завершением занятия.

Психолого-педагогическая программа коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии:

Занятие №1

Цель: знакомство с группой и правилами работы в группе.

Ритуал приветствия.

Упражнение 1. «Рисунок своего тела» (Изотерапия)

Цель: развитие сенсорной чувствительности, слуховой и зрительной памяти, дифференциация ощущений.

Упражнение 2. «Мы охотимся на льва» (Игротерапия)

Цель: преодоление робости, страха воздействия неожиданных ситуаций, боязни воды, животных.

Рефлексия.

Ритуал прощания.

Занятие №2

«Эмоциональный комфорт»

Цель: продолжение знакомства с группой, создание позитивной мотивации для следующих занятий.

Ритуал приветствия.

Упражнение 1. «Страхи» (Изотерапия)

Цель: коррекция страхов, тревожности и коррекция самооценки.

Упражнение 2. «Случай в лесу» (Сказкотерапия)

Цель: преодоление неуверенности в себе, тревожности, страха самостоятельных действий.

Упражнение 3. «Поцарапывание» (Изотерапия)

Цель: развитие воображения, мелкой моторики рук, снятие психоэмоционального напряжения и коррекция самооценки.

Рефлексия.

Ритуал прощания.

Занятие №3

«Всё умею, всё могу»

Цель: развитие положительного отношения к себе.

Ритуал приветствия.

Упражнение 1. «Плавает – тонет» (Терапия водой)

Цель: стабилизация эмоционального фона, снятие психоэмоционального и физического напряжения.

Упражнение 2. «Разноцветие камней» (Игротерапия)

Цель: снятие напряжения, тактильная стимуляция, развитие творческого воображения и коррекция самооценки.

Упражнение 3. «Цветок» (Изотерапия)

Цель: развитие самооценки, мелкой моторики рук, снятие эмоциональное напряжения и коррекция самооценки.

Рефлексия.

Ритуал прощания.

Занятие №4

«Я особенный»

Цель: развитие волевых качеств личности.

Ритуал приветствия.

Упражнение 1. «Каракули Виникотта» (Изотерапия)

Цель: коррекция самооценки, развитие воображения, мелкой моторики рук, умение понимать партнера без слов, снятие эмоционального напряжения.

Упражнение 2. «Я уверен на все 100%» (Игротерапия)

Цель: формирование самоуважения, доверие к самому себе.

Рефлексия.

Ритуал прощания.

Занятие №5

«Интересно быть собой»

Цель: развитие положительного отношения к себе.

Ритуал приветствия.

Упражнение 1. «Рисование под музыку» (Изотерапия, музыкотерапия)

Цель: снятие эмоционального напряжения и повышение самооценки.

Упражнение 2. «Соленые рисунки и зубная краска» (Изотерапия)

Цель: повышать самооценку, развивать воображение, мелкую моторику рук, снимать эмоциональное напряжение.

Рефлексия.

Ритуал прощания.

Занятие №6

«Мы одинаковые и разные»

Цель: развитие положительного отношения к себе.

Ритуал приветствия.

Упражнение 1. «Что такое мальчик? Что такое девочка?»

Цель: повышение самооценки, расширение представления о людях, социальном поведении людей.

Упражнение 2. «Сказка о Ежонке»

Цель: снятие тревожности, боязливости.

Рефлексия.

Ритуал прощания.

Занятие №7

«Быть собой!»

Цель: развитие положительного отношения к себе и умений открыто выражать свои чувства.

Ритуал приветствия.

Упражнение 1. «Клеевой дождик» (Изотерапия)

Цель: сплочение детей, снижение тревожности, повышение самооценки.

Упражнение 2. «Яичная мозайка» (Изотерапия)

Цель: повышение самооценки, развитие воображения, мелкой моторики рук, снятие эмоционального напряжения.

Рефлексия.

Ритуал прощания.

Занятие №8

«Будь собой – танцуй»

Цель: развитие положительного отношения к себе и умений открыто выражать свои эмоции с помощью движений.

Ритуал приветствия.

Упражнение 1. «Танец пяти движений» (Музыкотерапия)

Цель: повышение самооценки, снятие мышечных зажимов, развитие умения выражать свои эмоции с помощью движений.

Упражнение 2. «Чудесные превращения» (Музыкотерапия)

Цель: повышение самооценки, развитие воображения, снятие эмоционального напряжения, тревожности, формирование коммуникативных навыков.

Рефлексия.

Ритуал прощания.

Занятие №9

«Мое настроение»

Цель: развитие положительного отношения к себе и умений открыто выражать свои эмоции.

Ритуал приветствия.

Упражнение 1. «Волшебный салют» (Игротерапия)

Цель: повышение самооценки, развитие эмоциональной сферы, снятие психического напряжения и тревожности, активизация творческого интереса.

Упражнение 2. «Настроение» (Изотерапия)

Цель: повышение самооценки, снятие эмоционального напряжения, снижение тревожности, понимание своих чувств.

Рефлексия.

Ритуал прощания.

Занятие №10

«Движение – жизнь!»

Цель: развитие положительного отношения к себе и умений открыто выражать свои эмоции с помощью движений.

Ритуал приветствия.

Упражнение 1. «Слепой танец» (Музыкотерапия)

Цель: повышение самооценки, развитие доверия друг к другу, снятие излишнего мышечного напряжения, тревожности.

Упражнение 2. «Танцующие руки» (Музыкотерапия)

Цель: повышение самооценки, возможность прояснить свои чувства и внутренне расслабиться.

Рефлексия.

Ритуал прощания.

Содержание занятий с использованием методов арт-терапии, используемых в психолого-педагогической программе для коррекции самооценки старших дошкольников более подробно представлено в Приложении 2.

Таким образом, в ходе исследования мы разработали программу, которая имеет четкую структуру реализации, состоящую из взаимосвязанных компонентов.

Спроектированная модель рассчитана на 10 занятий, продолжительность каждого примерно 25-30 минут. Занятия проводятся 2 раза в неделю.

### 3.2 Анализ результатов формирующего эксперимента

После реализации психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии на базе исследования МБДОУ ДС №207 г. Челябинска, в подготовительной к школе группе в количестве 24 человека была проведена контрольная диагностика.

В рамках контрольной диагностики мы использовали те же самые методики, что и на констатирующем этапе эксперимента. Такой подход дает нам возможность сделать наиболее адекватные выводы об изменениях.

В результате повторного исследования мы установили, что уровень сформированности самооценки у детей старшего дошкольного возраста стал ближе к адекватному.

Проведенная нами психолого-педагогическая коррекция позволила прийти нам к успешным сдвигам в сфере формирования самооценки детей. У старших дошкольников были выработаны различные навыки и умения, а также появился идеальный образ личности.

Результаты исследования самооценки старших дошкольников по методике «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская) представлены на рисунке 6 [ПРИЛОЖЕНИЕ 4, таблица 4].

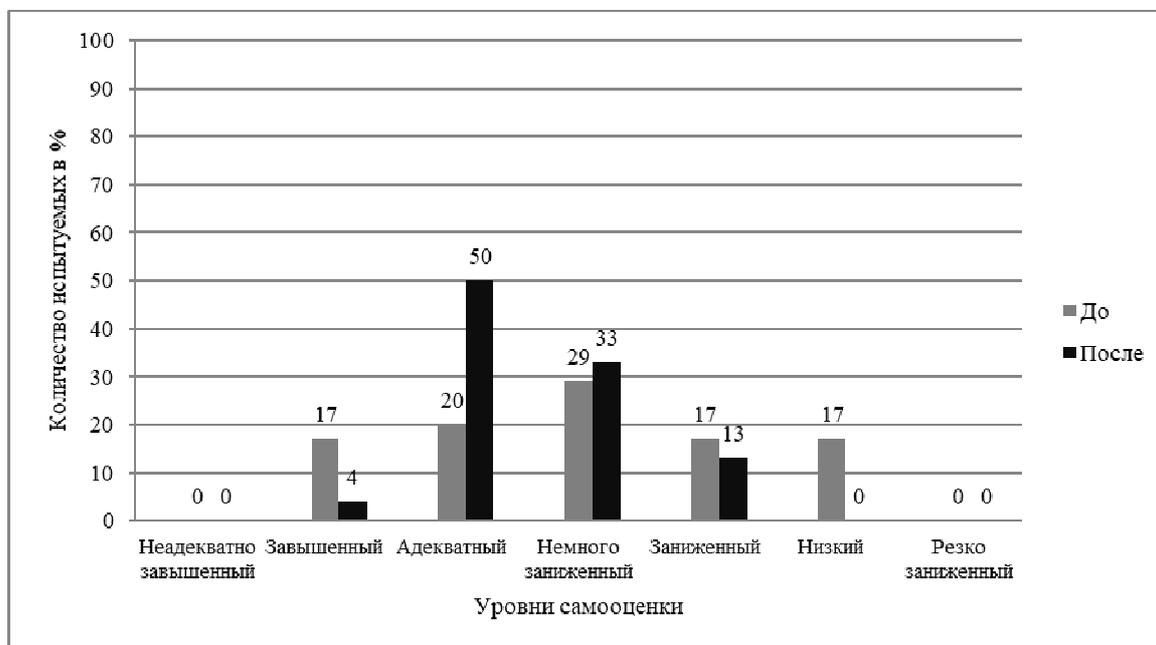


Рисунок 6 – Распределение показателей самооценки старших дошкольников по методике «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская) до и после реализации психолого-педагогической программы

Проведённый анализ по методике диагностики «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская) показал, что с неадекватно завышенным уровнем самооценки старшие дошкольники отсутствуют. Завышенный уровень самооценки так же наблюдается у 4% испытуемых (1 человек).

Адекватный уровень самооценки у 50% испытуемых (12 человек). Это свидетельствует о том, что дошкольники объясняют свои действия, ссылаясь на реальные ситуации. Оценка взрослого совпадает с

собственной оценкой. Немного заниженный уровень самооценки имеется у 33% испытуемых (8 человек).

При выборе данной ступени обосновывают решение, словами взрослого по отношению к себе, скрывая свое несогласие. Заниженный уровень имеется у 13% испытуемых (3 человека). Низкий и резко заниженный уровень самооценки в данной группе не выявлены.

Результаты исследования самооценки старших дошкольников по методике диагностики «Какой Я?» (Р.С. Немов) представлены на рисунке 7 [ПРИЛОЖЕНИЕ 4, таблица 5].

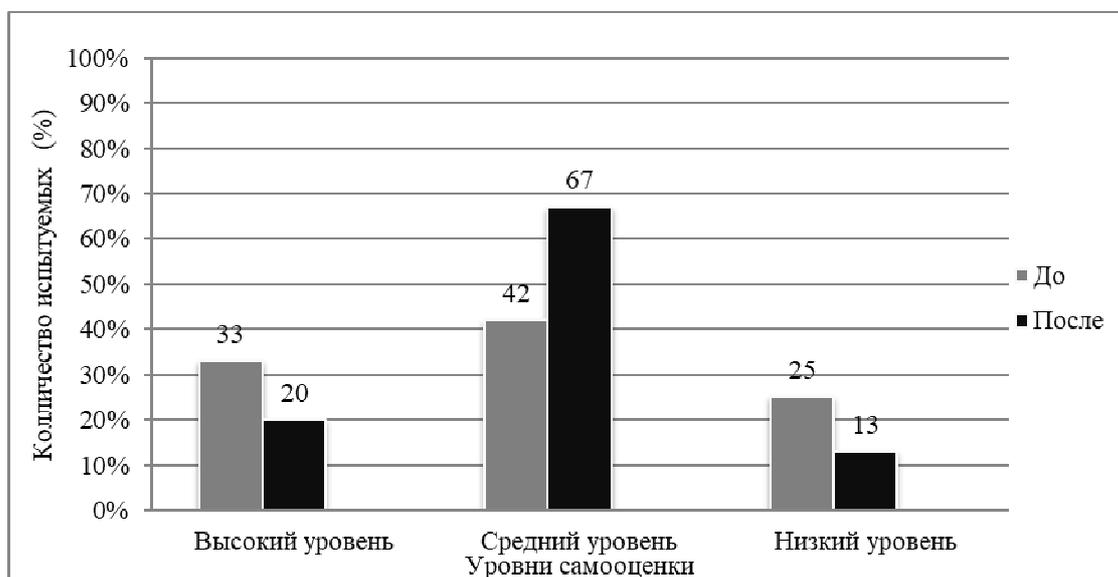


Рисунок 7 – Распределение показателей самооценки старших дошкольников по методике диагностики «Какой Я?» (Р.С. Немов) до и после реализации психолого-педагогической программы

По результатам методики Р.С. Немова мы установили, что 20 % дошкольников стали иметь высокую самооценку. Однако и у них снизился уровень повышенного интереса к себе и своим способностям.

Большинство детей, а именно 67% стали иметь адекватную самооценку. Дети этой группы соотносят себя и свои возможности адекватно, они стремятся к достижению успеха, ставят достижимые цели.

13% испытуемых (3 человека) обладают низким уровнем самооценки. Это указывает на определенные отклонения в формировании личности. За низкой самооценкой могут скрываться два совершенно

разных психологических явления: подлинная неуверенность в себе и «защитная», когда декларирование (самому себе) собственного неумения, отсутствия способности и т.п. позволяет не прилагать никаких усилий.

Результаты исследования самооценки у дошкольников по методике диагностики «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн, мод. А.М. Прихожан) представлены на рисунке 8 [ПРИЛОЖЕНИЕ 4, таблица 6].

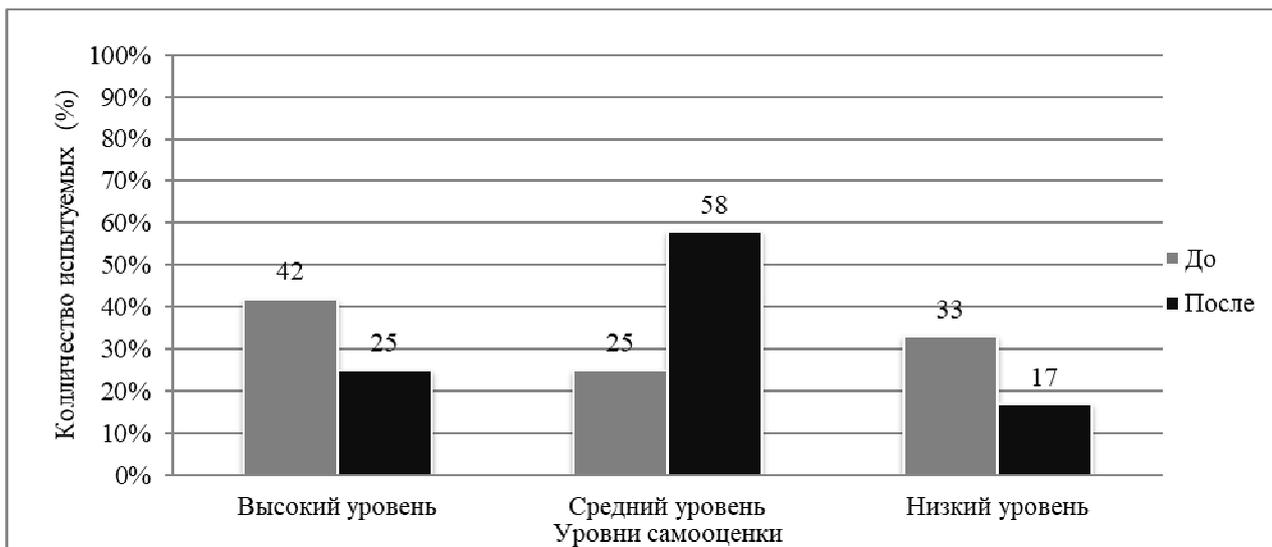


Рисунок 8 – Распределение показателей самооценки старших дошкольников по методике диагностики «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн, А.М. Прихожан) до и после реализации психолого-педагогической программы

На основании данной методики мы установили, что 58% детей имеют адекватную самооценку. Низкий уровень – 17%, высокий уровень – 25%.

Для определения эффективности проведенного формирующего эксперимента мы провели статистическую обработку данных при помощи Т-критерия Вилкоксона (ПРИЛОЖЕНИЕ 3).

Можно ли утверждать, что значения, полученные в результате проведения методики Т.Д. Марцинковской для определения уровня самооценки на этапе констатирующего эксперимента и результаты

методики Т.Д. Марцинковской для определения уровня самооценки на этапе формирующего эксперимента повысятся?

Сформулируем гипотезы:

H0: Интенсивность сдвигов в сторону повышения уровня самооценки старших дошкольников не превышает интенсивность сдвигов в сторону ее снижения.

H1: Интенсивность сдвигов в сторону повышения уровня самооценки старших дошкольников превышает интенсивность сдвигов в сторону ее снижения.

Алгоритм подсчета Т-критерия Вилкоксона:

1. Составляем список испытуемых в любом порядке.
2. Вычисляем разницу между замерами до проведения коррекционной программы и после. Определяем, что будет считаться «типичным» сдвигом, формулируем гипотезы.
3. Переводим разности в абсолютные величины.
4. Ранжируем абсолютные величины разностей, начисляя меньшему значению меньший ранг.
5. Подсчитываем сумму рангов не типичных значений по формуле:  $T = \sum R$ , где R, - ранговые значения сдвигов с более редким знаком.
6. Определяем критические значения для T.
7. Строим ось значимости.



Рисунок 9 – Ось значимости

Таким образом, контрольная диагностика показала, что в ходе эксперимента произошло изменение в результатах диагностики, их

результаты показали, что самооценка старших дошкольников стала ближе к адекватной.

Расчет T – критерия Вилкоксона выявил  $T_{эмп} = 26,5$  это означает, что  $T_{эмп}$  находится в зоне значимости.

### 3.3 Психолого-педагогические рекомендации педагогам и родителям старших дошкольников

Проанализировав причины неадекватной самооценки у старших дошкольников, нам удалось конкретнее наметить приёмы работы с целью психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии [55, с. 89].

В результате проведенного исследования нами были разработаны рекомендации педагогам и родителям старших дошкольников коррекции самооценки.

1. Жизнь без оскорблений и ругательств! Некоторые родители позволяют себе бросить нелестное предложение ребенку в приступе гнева: «глупый», «руки не из того места растут», «дурак» и многие другие. Если ребенок постоянно слышит о себе ругательства от самых близких ему людей, у него нет возможности мыслить иначе и расти с адекватной самооценкой и уверенностью в своем будущем.

2. Отрицательные сравнения в семье должны быть запрещены! Дети часто сталкиваются с другими детьми, понимая, что, например, «Саша умнее», «Дима сильнее», «Аня красивее» и другие. Столкнувшись со своими сверстниками, он формирует внутреннюю самооценку. Если родители регулярно критикуют своего ребенка и делают оскорбительные сравнения, самооценка дошкольника упадет до минимума в ближайшем будущем. Чтобы этого избежать, необходимо подчеркнуть достоинство ребенка по сравнению с другими детьми.

3. Неудачный опыт не должен быть наказуем. Оказывается, некоторые вещи достаточно сложны для понимания ребенка, многие

родители усугубляют ситуацию и прибегают к методам наказания, это неправильно.

4. Репрессии ребенка в бою должны отсутствовать. Ребенок должен отстаивать свое мнение и выражать свою точку зрения. Часто родители не дают ребенку возможности извиниться, это ошибка. Это считается подавлением личности и могут возникнуть негативные последствия. Результат: детская незащищенность и поврежденная психика.

5. Ребенку нужно право выбора. Ребенок должен уметь принимать решения самостоятельно, это необходимо для его независимости и для укрепления его самооценки. Пусть ваш ребенок принимает собственные решения – при выборе игрушек, одежды или прогулочной дорожки.

6. Вам нужно поговорить с ребенком. Чтобы вашему ребенку было легче справляться со своими трудностями, поговорите с ним о детстве. Расскажите детям, как вы справлялись с подобными трудностями в школе. Легкие разговоры творят чудеса. Расскажите им о своих страхах и о том, как их преодолеть.

7. Ребенок нуждается в похвале. С самого детства дети должны знать, что для их семьи это самое лучшее. Все достижения детей должны быть затронуты вниманием.

8. Правильные слова. «Мы рады, что вы родились», «мы очень вас любим», «мы понимаем вас», «мы всегда на вашей стороне», «мы вам доверяем» – это фразы, которые должны произноситься в семье каждый день. Слова должны быть искренними.

9. Дайте дошкольникам практические задания. Ребенок, который успешно следует указаниям своих родителей, гораздо увереннее, чем не следующий ни чему. Пусть ваш ребенок знает, что он делает некоторые вещи намного лучше, чем вы.

10. Не бойся неудачи. Все делают ошибки, это нормально. Попробуйте это объяснить это своему ребенку.

11. Выбирайте литературу и фильмы, которые могут достойно научить вас найти выход из самой сложной ситуации. Многие истории являются примерами положительного преодоления трудностей.

12. Поддерживайте все усилия своего ребенка и позволяйте ему выбирать то, что ему действительно нравится. Прежде чем дошкольник найдет то, что ему действительно нравится и сделает это хорошо, он может попробовать много секций. Например, если ребенок не умеет рисовать, и он понимает, что его картины намного хуже, чем его маленьких друзей из художественной студии, вы не должны брать его туда.

13. Создайте правильный декор для дома. Спокойная, гармоничная аура в доме, благоприятный психологический климат, пожалуй, один из самых важных моментов в психологическом развитии ребенка. Если ребенок видит родителей, которые любят друг друга, понимают, что любят и уважают его как личность, он вырастет с адекватной самооценкой и уверенностью в себе. Не забывайте, что самооценка вашего ребенка будет зависеть, прежде всего, только от родителей.

14. Не защищайте ребенка от повседневных дел, не стремитесь решить все проблемы для него, но не перегружайте его. Пусть дошкольник поможет с уборкой, насладится проделанной работой и заслужит похвалы. Дайте ребенку задания, чтобы он чувствовал себя умелым и полезным.

15. Не перехваливайте ребенка, но не забывайте поощрять его, когда он этого заслуживает.

16. Помните, что для формирования адекватной самооценки хвала и наказание должны быть адекватными.

17. Поощряйте вашего ребенка проявлять инициативу.

18. Продемонстрируйте своим примером правильность отношения к успеху и провалу. Сравните: «У мамы приготовился пирог не такой, как было задумано – ну ничего, в следующий раз мы добавим больше муки». Или: «Ужас! Пирог не получился! Я никогда не буду печь снова!»

19. Не сравнивайте своего ребенка с другими детьми. Сравните с собой (как это было вчера). Упрекать конкретные действия, а не в целом.

20. Помните, что отрицательное оценивание – враг интереса и творчества.

21. Пробуйте анализировать вместе с дошкольником его неудачи, пробу делать правильные выводы. Вы можете рассказать ему что-то на своем примере, так ребенок будет чувствовать атмосферу доверия, поймет, что вы ближе к нему.

Рекомендации для педагогов по коррекции самооценки старших дошкольников

1. Принять ребенка таким, какой он есть, с учетом его индивидуальных особенностей (типа темперамента, характера, ритма активности и т. д.), Типа семейного воспитания, соматического статуса.

2. Создайте ребенку удачную ситуацию, в которой он сможет проявить себя.

3. Стимулируйте познавательную деятельность ребенка с помощью положительных подкреплений.

4. Взрослые должны давать содержательную оценку работе ребенка.

5. Оценка не должна дополнять познавательную деятельность, но должна сопровождать ее на всех уровнях.

6. Предложите ребенку с низкой самооценкой помочь ребенку, который не справляется с заданием.

7. Поощряйте ребенка выражать свои мысли, его желание задавать вопросы.

8. Будьте терпеливы, чтобы понять вопрос и обязательно на него ответить. Это показывает уважение к детям, и они действительно ценят это.

9. Тренируйте у ребенка критическое отношение к его действиям, прививайте ответственность за его действия.

10. Поощряйте и стимулируйте ребенка к реальным достижениям, даже маленьким.

11. Помните, что ребенок верит во взрослого, старается стать для него значимым, дать ему возможность поверить в его ценность и уникальность.

Таким образом, проанализировав причины неадекватной самооценки старших дошкольников и в результате проведенного эмпирического исследования были выработаны рекомендации родителям и педагогам такие как: стараться больше времени проводить с ребенком, чаще хвалить, развивать кругозор ребенка, стимулировать познавательную активность ребёнка положительными подкреплениями, давать содержательную оценку работе ребенка и др.

#### Вывод по третьей главе

Разработанная нами программа имеет четкую структуру, состоящую из нескольких взаимосвязанных частей, а именно: ритуал приветствия, разминки, основное содержание занятия, рефлексия, ритуал прощания. Он рассчитан на 10 занятий продолжительностью 30-35 минут с частотой повторения два раза в неделю. Программа рассчитана на работу с детьми 6- 7 лет в дошкольном образовательном учреждении.

Проведённый анализ по методике диагностики «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская) показал, что с неадекватно завышенным уровнем самооценки старшие дошкольники отсутствуют. Завышенный уровень самооценки так же наблюдается у 4% испытуемых (1 человек). Адекватный уровень самооценки у 50% испытуемых (12 человек). Немного заниженный уровень самооценки имеется у 33% испытуемых (8 человек). Низкий и резко заниженный уровень самооценки в данной группе не выявлены.

Проведённый анализ по результатам методики диагностики «Какой Я?» (Р.С. Немов) показал, что высокий уровень самооценки наблюдается у

20% испытуемых (5 человек). У 67% испытуемых (16 человек) был выявлен средний уровень самооценки. 13% испытуемых (3 человека) обладают низким уровнем самооценки.

Анализ по результатам методики диагностики «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн, мод. А.М. Прихожан) показал, что высокий уровень самооценки у 25% испытуемых (6 человек). У 58% испытуемых (14 человек) средний уровень самооценки. Низкий уровень самооценки наблюдается у 17% испытуемых (4 человека).

Контрольная диагностика показала, что в ходе эксперимента произошло изменение в результатах диагностики, их результаты показали, что самооценка старших дошкольников стала ближе к адекватной.

Расчет Т – критерия Вилкоксона выявил  $T_{эмп} = 2$  это означает, что  $T_{эмп}$  находится в зоне значимости.

Проанализировав причины неадекватной самооценки старших дошкольников и в результате проведенного эмпирического исследования были выработаны рекомендации родителям и педагогам такие как: стараться больше времени проводить с ребенком, чаще хвалить, развивать кругозор ребенка, стимулировать познавательную активность ребёнка положительными подкреплениями, давать содержательную оценку работе ребенка и др.



## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Цель исследования достигнута. Задачи решены. Проанализирована проблема самооценки в психолого-педагогических исследованиях.

В рамках выполнения работы мы решили все задачи исследования, в результате чего нами был проведен теоретический анализ литературы и определены особенности формирования самооценки, факторы, влияющие на нее.

Также были описаны особенности формирования самооценки у детей дошкольного возраста и определено, что этот процесс начинается с ранних лет.

Мы разработали дерево целей и модель психолого-педагогической коррекционной работы.

Во второй главе мы определили этапы, методы и методики исследования, обосновали выборку исследования и провели экспериментальное изучение уровня самооценки у старших дошкольников.

На практике нами была применена разработанная модель, а после этого проведено контрольное изучение самооценки и статистическая обработка данных, которые позволили доказать поставленную гипотезу и эффективность разработанной модели.

По итогам проведения исследования мы определили рекомендации для педагогов и родителей.

На основании анализа психолого-педагогической литературы по теме исследования, мы смогли сделать следующие выводы:

Самооценка – это процесс самостоятельного оценивания человеком себя самого и своих особенностей.

В структуре самооценки содержатся когнитивные компонент личности, эмоциональный компонент.

Основным параметром самооценки является уровень ее адекватности.

Развитие самооценки начинается в дошкольном возрасте, когда на оценивание ребенком самого себя большое влияние оказывают окружающие его взрослые. Постепенно самооценка совершенствуется, а ее адекватность при условии соблюдения определенных аспектов повышается.

В ходе изучения особенностей самооценки и притязаний старших дошкольников было выявлено: самооценка отражает представления ребенка о том, что уже достигнуто и к чему оно стремится. Проект его будущего еще не идеален, но он играет важную роль в саморегуляции его поведения в целом и в образовательной деятельности в частности.

В проведенном нами исследовании было разработано дерево целей, которое представляет из себя сконструированную модель.

При построении дерева целей мы использовали метод от общего к частному. Генеральной целью разработанного дерева является теоретическое обоснование и практическая проверка модели психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии.

На основании спроектированного дерева целей мы построили модель, которая включила в себя четыре блока.

Опытно-экспериментальная работа была организована нами в три этапа, которые позволили провести теоретический анализ темы исследования, практическое изучение уровня сформированности самооценки у детей старшего дошкольного возраста, а также разработать модель коррекции самооценки детей и проверить ее эффективность.

При изучении мы использовали теоретические и практические методы исследования.

Проведенный анализ по методике диагностики «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская) показал, что с неадекватно завышенным уровнем самооценки дошкольники отсутствуют.

Завышенный уровень самооценки наблюдается у 17% испытуемых (4 человека).

Адекватный уровень самооценки у 20% испытуемых (5 человека). Немного заниженный уровень самооценки имеется у 29% испытуемых (7 человек).

Заниженный уровень самооценки имеют 17% испытуемых (4 человека).

Низкий уровень самооценки наблюдается у 17% испытуемых (4 человека).

Проведённый анализ по результатам методики диагностики «Какой Я?» (Р.С. Немов) показал, что высокий уровень самооценки наблюдается у 33% испытуемых (8 человек). У 42% испытуемых (10 человек) был выявлен средний уровень самооценки. 25% испытуемых (6 человек) обладает низким уровнем самооценки.

Анализ по результатам методики диагностики «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн, А.М. Прихожан) показал, что высокий уровень самооценки у 42% испытуемых (10 человек).

У 25% испытуемых (6 человек) средний уровень самооценки.

Низкий уровень самооценки наблюдается у 33% испытуемых (8 человек).

Исходя из полученных результатов психолого-педагогического исследования, можно говорить о том, что самооценка старших дошкольников нуждается в коррекции, посредством реализации специально разработанной программы психолого-педагогической коррекции методом арт-терапии.

Разработанная нами программа имеет четкую структуру, состоящую из нескольких взаимосвязанных частей, а именно: ритуал приветствия, разминки, основное содержание занятия, рефлексия, ритуал прощания. Он рассчитан на 10 занятий продолжительностью 25 – 30 минут с частотой

повторения два раза в неделю. Программа рассчитана на работу с детьми 6- 7 лет в дошкольном образовательном учреждении.

Проведённый анализ по методике диагностики «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская) показал, что с неадекватно завышенным уровнем самооценки старшие дошкольники отсутствуют. Завышенный уровень самооценки так же наблюдается у 4% испытуемых (1 человек). Адекватный уровень самооценки у 50% испытуемых (12 человек). Немного заниженный уровень самооценки имеется у 33% испытуемых (8 человек). Низкий и резко заниженный уровень самооценки в данной группе не выявлены.

Проведённый анализ по результатам методики диагностики «Какой Я?» (Р.С. Немов) показал, что высокий уровень самооценки наблюдается у 20% испытуемых (5 человек). У 67% испытуемых (16 человек) был 29 56 выявлен средний уровень самооценки. 13% испытуемых (3 человека) обладают низким уровнем самооценки.

Анализ по результатам методики диагностики «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн, мод. А.М. Прихожан) показал, что высокий уровень самооценки у 25% испытуемых (6 человек). У 58% испытуемых (14 человек) средний уровень самооценки. Низкий уровень самооценки наблюдается у 17% испытуемых (4 человека).

Контрольная диагностика показала, что в ходе эксперимента произошло изменение в результатах диагностики, их результаты показали, что самооценка старших дошкольников стала ближе к адекватной.

Расчет Т – критерия Вилкоксона выявил  $T_{эмп} = 2$  это означает, что  $T_{эмп}$  находится в зоне значимости.

Проанализировав причины неадекватной самооценки старших дошкольников и в результате проведенного эмпирического исследования были выработаны рекомендации родителям и педагогам такие как: стараться больше времени проводить с ребенком, чаще хвалить, развивать кругозор ребенка, стимулировать познавательную активность ребёнка

положительными подкреплениями, давать содержательную оценку работе ребенка и др.



## СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Анисимов, О. С. Самооценка дошкольников [Текст] / Олег Анисимов // Научно-методический журнал «Мир психологии». – Москва, 2017. – № 2(82). – С. 58-68.
2. Батюта, М. Б. Возрастная психологи [Текст]: учебное пособие / М. Б. Батюта, Т. Н. Князева. – Москва: Логос, 2018. – 306 с.
3. Букреева, А. А. Коррекция самооценки [Электронный ресурс] / Анастасия Букреева // Научно-методический электронный журнал Концепт. – 2019. – №2. – С. 121-125. – Режим доступа: <https://e-koncept.ru/2015/95074.htm> – Загл. с экрана.
4. Войтов, В. К. Самооценка [Текст] / В. К. Войтов, В. В. Косихин, Д. В. Ушаков // Научно-методический журнал «Моделирование и анализ». – 2018. – № 1. – С. 57-78.
5. Выпускная квалификационная работа по направлению Психолого-педагогическое образование [Текст]: методические рекомендации / сост. Г. Ю. Гольева, В. И. Долгова, Е. Г. Капитанец, О. А. Кондратьева. – Москва: Перо, 2021. – 196 с.
6. Гнездилов, Г. В. Возрастная психология и психология развития [Текст]: учебное пособие / Г. В. Гнездилов, Е. А. Кокорева, А. Б. Курдюмов. – Москва: СГУ, 2020. – 204 с.
7. Головина, Е. С. Индивидуальные особенности самооценки дошкольников [Текст] / Елена Головина // Молодой ученый. – 2017. – № 10-1 (144). – С. 18-22.
8. Гонина, О. О. Психология человека [Текст] / Ольга Гонина. – Москва: Флинта, 2019. – 146 с.
9. Долгова, В. И. Инновационные психолого-педагогические технологии в образовании [Текст]: монография / В. И. Долгова, Г. Ю. Гольева, Н. В. Крыжановская. – М.: Издательство Перо, 2015. – 192 с.

10. Долгова, В. И. Диагностико–аналитическая деятельность педагога-психолога на разных ступенях общего образования [Текст]: учебник / В. И. Долгова, Ю. А. Рокицкая. – Москва: ПЕРО, 2016. – 223 с.
11. Дубровина, И. В. Важность адекватной самооценки в дошкольном возрасте у детей с ОВЗ [Текст] / Ирина Дубровина // Научно-методический электронный журнал Концепт. – 2015. – №2. – С. 121-125.
12. Елисеева, В. В. Психологические особенности детей дошкольного возраста с ОВЗ [Текст] / В. В. Елисеева, А. А. Филиппова, А. А. Мирошниченко // Педагогика и психология: актуальные вопросы теории и практики. – 2016. – № 4 (9). – С. 352-353.
13. Ильина, Г. В. Самооценка [Текст] // Галина Ильина // Научно-методический электронный журнал Концепт. – 2017. – №2. – С. 12-45.
14. Кольберг, Н. А. Дошкольники и их самооценка [Текст] / Наталья Кольберг // Молодой ученый. – 2017. – № 2 (136). – С. 597-602.
15. Кравцова, А. А. Самооценка детей [Текст] / Анна Кравцова // Герценовские чтения. Начальное образование. – 2020. – № 2. – С. 17-20.
16. Кривых, С. В. Самооценка: теоретический анализ понятия [Текст] / С. В. Кривых, М. В. Урбанская // Вестник Тобольской государственной социально-педагогической академии им. Д. И. Менделеева. – 2017. – № 2. 75 с.
17. Куинджи, Н. Н. Коррекция самооценки [Текст] : учебник и практикум для академического бакалавриата / Николай Куинджи. – М.: Юрайт, 2016. – 291 с.
18. Кулагина, И. Ю. Психология дошкольников [Текст]: учебник и практикум для академического бакалавриата / Ирина Кулагина. – М.: Юрайт, 2016. – 291 с.
19. Кулаковская. В. И. Формирование самооценки в дошкольном возрасте [Текст] / Валентина Кулаковская // В сборнике: Инновации в современной науке. Материалы VII Международного зимнего симпозиума. Центр научной мысли. – 2020. – С. 168-171.

20. Леонтьев, А. Н. Психологические основы развития ребенка и обучения: [Текст] / Алексей Леонтьев // В сборнике: Инновации в современной науке. Материалы VII Международного зимнего симпозиума. Центр научной мысли. – 2018. – С. 168-171.
21. Леонтьев, А. Н. Психологические основы развития ребенка и обучения: [Текст] : авторский сборник / Алексей Леонтьев. – М.: Смысл, 2019. – 426 с.
22. Лисина, М. И. Формирование личности школьника [Текст] / Мая Лисина. – СПб.: Питер, 2019. – 320 с.
23. Люблинская, А. А. Школьная психология [Текст] : учеб. пособие для студентов педагогических институтов / Анна Люблинская. – М.: «Просвещение», 2018. – 415 с.
24. Мазлумян, В. С. Самооценка детей с ОВЗ [Текст] / Виктория Мазлумян // Научно-методический журнал «Мир психологии». – 2019. – № 2(82). – С. 79-84.
25. Марков, В. Н. Дошкольная психология [Текст] / Владимир Марков // Научно-методический журнал «Мир психологии». – 2020. – № 2(82). – С. 22-35.
26. Маркова, А. К. Коррекция самооценки детей [Текст] / А. К. Маркова, Т. А. Матис, А. Б. Орлов. – 2-е изд. – М.: Академия, 2018. – 192 с.
27. Моница, Г. Б. Самооценка дошкольников [Текст] / Галина Моница // Дошкольная педагогика. – 2020. – № 3 (30). – С. 56-65.
28. Муртазалиева, Ж. Р. Психолого-педагогическая коррекция самооценки в разном возрасте [Текст] / Ж. Р. Муртазалиева, М. А. Гунашева // Материалы всероссийского конкурса с международным участием. – 2016. – С. 242-246.
29. Мухина, В. С. Детская психология [Текст] : учеб. пособие для студентов педагогических институтов / В. С. Мухина; под ред. Л. А. Венгера, – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Просвещение, 2019. – 272 с.

30. Мухина, В. С. Специальная психология [Текст] / Валерия Мухина // Инновации в современной науке. – 2017. – С. 168-171.
31. Никандров, Н. Д. Самооценка: размышления и воспоминания [Текст] / Николай Никандров // Научно-методический журнал «Мир психологии». – 2018. – № 2(82). – С. 108-116.
32. Першикова, Д. А. Особенности самооценки в дошкольном возрасте [Текст] / Д. А. Першикова, Н. Н. Рубцова, В. В. Виноградов // Вестник Волжского института экономики, педагогики и права. – 2017. – № 1. – С. 92-95.
33. Петренко, С. С. Самооценка в детском саду [Текст] / Светлана Петренко // Инновации в современной науке. – 2019. – С. 132-136.
34. Полтавская, Е. А. Моделирование самооценки [Электронный ресурс] / Елена Полтавская // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2017. – № 1. – С. 61-65. – Режим доступа: <https://e-koncept.ru/2015/75013.htm> – Загл. с экрана.
35. Полянская, Е. Н. Особенности самооценки [Текст] / Е. Н. Полянская, А. С. Григорьевская // Акмеология. – 2019. – №3-4. – С. 137-141.
36. Потапова, М. Е. Взаимосвязь возрастных особенностей и самооценки [Текст] / Мария Потапова // Инновации в современной науке. – 2017. – С. 168-171.
37. Салагор, А. Г. Особенности самооценки в детском саду [Текст] / А. Г. Салагор, А. С. Москвина // Современные тенденции развития науки и технологий. – 2016. – № 7-6. – С. 106-110.
38. Сидоренко, А. В. Особенности самооценки у дошкольников [Текст] / Анна Сидоренко // Педагогическое мастерство и педагогические технологии. – 2016. – № 2 (8). – С. 142-144.

39. Фахрутдинова, Р. А. Коррекция самооценки (на материале экспериментального исследования) [Текст] / Р. А. Фахрутдинова, Р. М. Ахмадуллина // Филология и культура. – 2019. – № 3 (37). – С. 288-294.
40. Чуприкова, Н. И. Дошкольная самооценка [Текст] / Наталья Чуприкова // Научно-методический журнал «Мир психологии». – 2017. – № 2(82). – С. 15-22.
41. Стожарова, М. Ю. Дошкольное образование [Текст] / Марина Стожарова // Инновации в современной науке. – 2018. – С. 98-114.
42. Столин, В. В. Самосознание личности [Текст] / В. В. Столин, Р. М. Ахмадуллина // Филология и культура. – 2019. – № 3 (37). – С. 288-294.
43. Теппер, Е. А. Возраст ребенка и готовность к школе [Текст] / Е. А. Теппер, Н. Ю. Грицкевич // Филология и культура. – 2017. – № 3 (37). – С. 348-350.
44. Терещенко, М. Н. Самооценка как неотъемлемый компонент здоровой жизни [Текст] / Марина Терещенко // Филология и культура. – 2018. – № 3 (31). – С. 88-97.
45. Трошин, О. В. Логопсихология [Текст] / О. В. Трошин, Е. В. Жулина // Психология. – 2017. – № 1 (37). – С. 45-67.
46. Усанова, О. Н. Специальная психология: [Текст] / Ольга Усанова // Акмеология. – 2016. – №3-4. – С. 212-218.
47. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. [Текст] / О. В. Хухлаева, А.С. Григорьевская // Акмеология. – 2019. – №3. – С. 34-51.
48. Чамата, П. Р. К вопросу о генезисе самосознания личности. [Текст] / Павел Чамата // Акмеология. – 2018. – №3-4. – С. 137-141.
49. Чуганова, К. Е. Психолого-педагогические условия коррекции самооценки у дошкольников с ОВЗ [Текст] / Ксения Чуганова // Психология. – 2018. – №35. – С. 34-56.
50. Эльконин, Д. Б. Некоторые вопросы диагностики психического развития детей: диагностика учебной деятельности и интеллектуального

развития детей. [Текст] / Даниил Эльконин // Акмеология. – 2019. – №3-4. – С. 137-141.

51. Эльконин, Д. Б. Психология игры [Текст] / Даниил Эльконин // Акмеология. – 2017. – №4. – С. 56-76.

52. Ясюкова, Л. А. Методики определения уровня самооценки [Текст] : методическое руководство / Людмила Ясюкова // Акмеология. – 2018. – №3-4. – С. 137-141.

53. Chung, J. M. High, low, and in between: Self-esteem development from middle childhood to young adulthood [Electronic resources] / J. M. Chung, R. Hutteman, A.G. van Akenb Marcel // Journal of Research in Personality. – 2017. – Access mode: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jrp.2017.07.001> – Title from the screen

54. Hassan, R. Revisiting the double-edged sword of self-regulation: Linking shyness, attentional shifting, and social behavior in preschoolers [Electronic resources] / R. Hassan, K. L. Poole, L. A. Schmidt // Journal of Experimental Child Psychology. – 2020. – Access mode: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32387814/> – Title from the screen

55. Leech, K. A. Conversation about the future self improves preschoolers' prospection abilities [Text] / K. A. Leech, K. Leimgruber, M. L. Rowe // Journal of Experimental Child Psychology. – 2019. – P. 110-120.

56. Ludwig, K. Associations between physical activity, positive affect, and self-regulation during preschoolers' everyday lives [Text] / K. Ludwig, W. A. Rauch // Mental Health and Physical Activity. – 2018. – P. 63-70

57. Ran, G. Behavioral inhibition system and self-esteem as mediators between shyness and social anxiety [Text] / G. Ran, Q. Zhang, H. Huang // Psychiatry Research. – 2018. – P. 568-573.

58. Roncancio-Moreno, M. Developmental trajectories of the Self in children during the transition from preschool to elementary school. Learning [Text] / M. Roncancio-Moreno, A. U. Branco // Culture and Social Interaction. – 2017. – P. 38-50.

59. Silkenbeumer, J. R. Co- and self-regulation of emotions in the preschool setting [Text] / J. R. Silkenbeumer, E. M. Schiller, J. Kärtner // Early Childhood Research. – 2018. – P. 72-81.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

### Методики диагностики самооценки старших дошкольников

#### 1. Методика «Лесенка» Т.Д. Марцинковская

Методика предназначена для выявления системы представлений ребёнка о том, как он оценивает себя сам, как, по его мнению, его оценивают другие люди и как соотносятся эти представления между собой.

«Лесенка» имеет два варианта использования: групповой и индивидуальный. Групповой вариант позволяет оперативно выявить уровень самооценки. При индивидуальном изучении самооценки есть возможность выявить причину, которая сформировала (формирует) ту или иную самооценку, чтобы в дальнейшем в случае необходимости начать работу по коррекции трудностей, возникающих у детей.

Рисунок «лесенки» для изучения самооценки.

Инструкция (групповой вариант)

У каждого участника – бланк с нарисованной лесенкой, ручка или карандаш; на классной доске нарисована лесенка. «Ребята, возьмите красный карандаш и послушайте задание. Вот лесенка. Если на ней расположить всех ребят, то здесь (показать первую ступеньку, не называя ее номер) будут стоять самые хорошие ребята, тут (показать вторую и третью) – хорошие, здесь (показать четвертую) – ни хорошие, ни плохие ребята, тут (показать пятую и шестую ступеньки) – плохие, а здесь (показать седьмую ступеньку) – самые плохие. На какую ступеньку ты поставишь себя? Нарисуй на ней кружок». Затем повторить инструкцию еще раз.

Инструкция (индивидуальный вариант)

При индивидуальной работе с ребенком очень важно создать атмосферу доверия, открытости, доброжелательности. У ребенка должен быть бланк с нарисованной лесенкой, ручка или карандаш. «Вот лесенка. Если на ней расположить всех ребят, то здесь (показать первую ступеньку, не называя ее номер) будут стоять самые хорошие ребята, тут (показать вторую и третью) – хорошие, здесь (показать четвертую) – ни хорошие, ни плохие ребята, тут (показать пятую и шестую ступеньки) – плохие, а здесь (показать седьмую ступеньку) – самые плохие. На какую ступеньку ты поставишь себя? Объясни почему». В случае затруднений с ответом повторите инструкцию еще раз.

Обработка результатов и интерпретация

При анализе полученных данных исходите, из следующего:

Ступенька 1 – завышенная самооценка.

Она чаще всего характерна для первоклассников и является для них возрастной нормой. В беседе дети объясняют свой выбор так: «Я поставлю себя на первую ступеньку, потому что она высокая», «Я самый лучший», «Я себя очень люблю», «Тут стоят самые хорошие ребята, и я тоже хочу быть с ними». Нередко бывает так, что ребенок не может объяснить свой выбор, молчит, улыбается или напряженно думает. Это связано со слабо развитой рефлексией (способностью анализировать свою деятельность и соотносить мнения, переживания и действия с мнениями и оценками окружающих).

Именно поэтому в первом классе не используется балльная (отметочная) оценка. Ведь первоклассник (да и нередко ребята второго класса) в подавляющем своем большинстве принимает отметку учителя как отношение к себе: «Я хорошая, потому что у меня пятерка («звездочка», «бабочка», «солнышко», «красный кирпичик»); «Я плохая, потому что у меня тройка («дождик», «синий кирпичик», «черточка», «см.»).

Ступеньки 2, 3 – адекватная самооценка

У ребенка сформировано положительное отношение к себе, он умеет оценивать себя и свою деятельность: «Я хороший, потому что я помогаю маме», «Я хороший, потому что учусь на одни пятерки, книжки люблю читать», «Я друзьям помогаю, хорошо с ними играю», – и т.д. Это нормальный вариант развития самооценки.

Ступенька 4 – заниженная самооценка

Дети, ставящие себя на четвертую ступеньку, имеют несколько заниженную самооценку. Как правило, это связано с определенной психологической проблемой ученика. В беседе ребенок может о ней рассказать. Например: «Я и ни хороший и ни плохой, потому что я бываю добрым (когда помогаю папе), бываю злым (когда на братика своего кричу)». Здесь налицо проблемы во взаимоотношениях в семье. «Я ни хорошая и ни плохая, потому что пишу плохо буквы, а мама и учительница меня ругают за это». В данном случае разрушены ситуация успеха и положительное отношение школьницы, по меньшей мере к урокам письма; нарушены межличностные отношения со значимыми взрослыми».

Ступеньки 5, 6 – низкая самооценка

Младших школьников с низкой самооценкой в классе около 8–10%. Иногда у ребенка ситуативно занижается самооценка. На момент опроса что-то могло произойти: ссора с товарищем, плохая отметка, неудачно наклеенный домик на уроке труда и т.д. И в беседе ученик расскажет об этом. Например: «Я плохой, потому что подрался с Сережей на перемене», «Я плохая, потому что написала диктант на три», – и т.д. В таких случаях, как правило, через день-другой Вы получите от ребенка другой ответ (с положительной самооценкой).

Гораздо серьезнее являются стойкие мотивированные ответы ребят, где красной линией проходит мысль: «Я плохой!» Опасность этой ситуации в том, что низкая самооценка может остаться у ребенка на всю его жизнь, вследствие чего он не только не раскроет своих возможностей, способностей, задатков, но и превратит свою жизнь в череду проблем и неурядиц, следуя своей логике: «Я плохой, значит, я не достоин ничего хорошего».

Учителю очень важно знать причину низкой самооценки школьника – без этого нельзя помочь ребенку. Приведем примеры ответов ребят, из которых сразу становится понятно, в каком направлении оказывать им помощь: «Я поставлю себя на нижнюю ступеньку (рисует кружок на пятой ступеньке), потому что мама говорит, что я невнимательный и делаю много ошибок в тетрадях». Здесь необходима работа с родителями школьника: беседы, в которых следует объяснить индивидуальные особенности ребенка. Например, если это первоклассник, то необходимо рассказать, напомнить лишний раз родителям о том, что ребенок в этом возрасте еще не обладает ни устойчивым вниманием, ни произвольностью поведения, что у каждого ученика свой темп усвоения знаний, формирования учебных навыков. Полезно регулярно напоминать родителям о недопустимости чрезмерных требований к неуспевающему школьнику. Крайне важна демонстрация родителями положительных качеств, каждого успеха их ребенка.

«Я сюда себя поставлю, на нижнюю, шестую ступеньку, потому что у меня двойки в дневнике, а учительница меня ставит в угол». Первое, что необходимо сделать, – это выявить причину неуспешности школьника (его учебы, плохого поведения) и вместе со школьным педагогом-психологом, родителями начать работу по созданию успешной учебной ситуации. Существенную роль может сыграть положительная словесная оценка процесса деятельности и отношения ученика к выполнению учебной работы.

Все педагоги понимают, что отрицательные отметки не способствуют улучшению учебы, а лишь формируют негативное отношение ребенка к школе. Искать положительное в деятельности ученика, указывать даже на незначительные успехи, хвалить за самостоятельность, старание, внимательность – основные способы

повышения самооценки школьников. «Я дерусь с ребятами, они меня не принимают в игру» (ставит себя на шестую ступеньку)». Проблема несформированности межличностных отношений – одна из острейших в современном начальном образовании. Неумение детей общаться, сотрудничать друг с другом – основные причины конфликтов в детской среде.

Ступенька 7 – резко заниженная самооценка

Ребенок, который выбирает самую нижнюю ступеньку, находится в ситуации школьной дезадаптации, личностного и эмоционального неблагополучия. Чтобы отнести себя к «самым плохим ребятам», нужен комплекс негативных, постоянно влияющих на школьника факторов. К несчастью, школа нередко становится одним из таких факторов.

Отсутствие своевременной квалифицированной помощи в преодолении причин трудностей в обучении и общении ребенка, несформированность положительных межличностных отношений с учителями, одноклассниками – наиболее частые причины резко заниженной самооценки. Чтобы скорректировать ее, необходима совместная деятельность учителя, школьного педагога-психолога, социального педагога (в случае неблагоприятной обстановки в семье).

Суть педагогической поддержки педагога и его психологической помощи школьникам с низкими показателями уровня самооценки состоит во внимательном, эмоционально-положительном, одобряющем, оптимистически настроенном отношении к ним.

Доверительное общение, постоянный контакт с семьей, вера в ученика, знание причин и своевременное применение способов преодоления трудностей ребенка способны медленно, но поступательно формировать адекватную самооценку младшего школьника.

## 2. Исследование самооценки по методике «Какой Я?» Р.С. Немов

Цель: предназначена для определения самооценки ребенка 6-9 лет. Экспериментатор, пользуясь представленным далее протоколом, спрашивает у ребенка, как он сам себя воспринимает и оценивает по десяти различным положительным качествам личности. Оценки, предлагаемые ребенком самому себе, предоставляются экспериментатором в соответствующих колонках протокола, а затем переводятся в баллы. Оценка результатов

Ответы типа «да» оцениваются в 1 балл, ответы типа «нет» оцениваются в 0 баллов, ответы типа «не знаю» или «иногда» оцениваются в 0,5 балла. Уровень самооценки определяется по общей сумме баллов, набранной ребенком по всем качествам личности.

Таблица 1 – Протокол методики

№ п/п	Оцениваемые качества личности	Оценки по вербальной шкале			
		Да	Нет	иногда	не знаю
1	Хороший				
2	Добрый				
3	Умный				
4	Аккуратный				
5	Послушный				
6	Внимательный				
7	Вежливый				
8	Умелый (способный)				
9	Трудолюбивый				
10	Честный				

- 10 баллов – очень высокий
- 8-9 баллов – высокий
- 4-7 баллов – средний
- 2-3 балла – низкий
- 0-1 балл – очень низкий

Согласно возрастной норме, самооценка дошкольника высокая. Следует отметить, что ответы ребенка на некоторые вопросы (например, послушный, честный) 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. Адекватность самооценки можно проверить, сравнив ответ ребенка по данной шкале с ответами родителя о ребенке по тем же личностным качествам.

3. Исследование самооценки по методике «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн, А.М. Прихожан)

С.Я. Рубинштейн предлагала в методике 4 обязательные шкалы: здоровье, умственное развитие, характер и счастье. Но можно добавить дополнительные анализируемые свойства, например, удовлетворенность собой и оптимизм.

Данная методика основана на непосредственном оценивании (шкалировании) школьниками ряда личных качеств, таких как здоровье, способности, характер и т. д. Обследуемым предлагается на вертикальных линиях отметить определенными знаками уровень развития у них этих качеств (показатель самооценки) и уровень притязаний, т. е. уровень развития этих же качеств, который бы удовлетворял их. Каждому испытуемому предлагается бланк методики, содержащий инструкцию и задание.

Проведение исследования

Инструкция: Любой человек оценивает свои способности, возможности, характер и др. Уровень развития каждого качества, стороны человеческой личности можно условно изобразить вертикальной линией, нижняя точка которой будет символизировать самое низкое развитие, а верхняя — наивысшее. Вам предлагаются семь таких линий. Они обозначают:

- здоровье;
- ум, способности;
- характер;
- авторитет у сверстников;
- умение многое делать своими руками, умелые руки;
- внешность;
- уверенность в себе.

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

Испытуемому выдается бланк, на котором изображено семь линий, высота каждой – 100 мм, с указанием верхней, нижней точек и середины шкалы. При этом верхняя и нижняя точки отмечаются заметными чертами, середина – едва заметной точкой.

Методика может проводиться как фронтально – с целым классом (или группой), так и индивидуально. При фронтальной работе необходимо проверить, как каждый ученик заполнил первую шкалу. Надо убедиться, правильно ли применяются предложенные значки, ответить на вопросы. После этого испытуемый работает самостоятельно. Время, отводимое на заполнение шкалы вместе с чтением инструкции, 10–12 мин.

Обработка и интерпретация результатов

Обработка проводится по шести шкалам (первая, тренировочная — «здоровье» — не учитывается). Каждый ответ выражается в баллах. Как уже отмечалось ранее, длина каждой шкалы 100мм, в соответствии с этим ответы школьников получают количественную характеристику (например, 54мм = 54 баллам).

Рассчитать среднюю величину каждого показателя уровня притязаний и самооценки по всем шести шкалам.

#### Уровень притязаний

Норму, реалистический уровень притязаний, характеризует результат от 60 до 89 баллов. Оптимальный — сравнительно высокий уровень — от 75 до 89 баллов, подтверждающий оптимальное представление о своих возможностях, что является важным фактором личностного развития. Результат от 90 до 100 баллов обычно удостоверяет нереалистическое, некритическое отношение детей к собственным возможностям. Результат менее 60 баллов свидетельствует о заниженном уровне притязаний, он — индикатор неблагоприятного развития личности.

#### Высота самооценки

Количество баллов от 45 до 74 («средняя» и «высокая» самооценка) удостоверяют реалистическую (адекватную) самооценку.

Количество баллов от 75 до 100 и выше свидетельствует о завышенной самооценке и указывает на определенные отклонения в формировании личности. Завышенная самооценка может подтверждать личностную незрелость, неумение правильно оценить результаты своей деятельности, сравнивать себя с другими; такая самооценка может указывать на существенные искажения в формировании личности — «закрытости для опыта», нечувствительности к своим ошибкам, неудачам, замечаниям и оценкам окружающих. Количество баллов ниже 45 указывает на заниженную самооценку (недооценку себя) и свидетельствует о крайнем неблагополучии в развитии личности. Эти ученики составляют «группу риска», их, как правило, мало. За низкой самооценкой могут скрываться два совершенно разных психологических явления: подлинная неуверенность в себе и «защитная», когда декларирование (самому себе) собственного неумения, отсутствия способности и тому подобного позволяет не прилагать никаких усилий.

#### Дельта= УП – СО:

0 – 7– уровень притязания не является стимулом для развития, особенно для низкой самооценки;

8 – 22– умеренная. Школьник ставит задачи, которые может достичь, реально смотрит.

> 23– конфликт. Низко оценивает себя, а уровень притязаний слишком высокий.

Отрицательная дельта – при низкой самооценке человек не развивается, махнул на себя рукой.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

### Результаты исследования самооценки старших дошкольников до реализации психолого-педагогической программы

Таблица 2 – Результаты исследования самооценки старших дошкольников по методике «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская) до реализации психолого-педагогической программы

№ п\п	Ф.И.	Ступени	Уровень
1.	А.И.	1	Завышенный уровень
2.	А.О.	2	Немного заниженный уровень
3.	А.Р.	3	Немного заниженный уровень
4.	А.С.	2	Адекватный уровень
5.	Б.К.	1	Завышенный уровень
6.	В.Н.	6	Низкий уровень
7.	В.Г.	2	Адекватный уровень
8.	Г.О.	1	Завышенный уровень
9.	Д.А.	3	Немного заниженный уровень
10.	Д.О.	4	Заниженный уровень
11.	З.К.	4	Заниженный уровень
12.	И.Р.	1	Завышенный уровень
13.	И.И.	1	Низкий уровень
14.	Л.М.	2	Адекватный уровень
15.	Л.П.	3	Немного заниженный уровень
16.	Л.Л.	2	Адекватный уровень
17.	М.А.	1	Немного заниженный уровень
18.	О.А.	6	Низкий уровень
19.	О.П.	2	Адекватный уровень
20.	Р.В.	1	Низкий уровень
21.	С.В.	3	Немного заниженный уровень
22.	Ф.З.	4	Заниженный уровень
23.	Ф.В.	4	Заниженный уровень
24.	Х.Л.	1	Немного заниженный уровень

Неадекватно завышенный уровень: 0% испытуемых (0 человек);

Завышенный уровень: 17% испытуемых (4 человека);

Адекватный уровень: 20% испытуемых (5 человек);

Немного заниженный уровень: 29% испытуемых (7 человек);

Заниженный уровень: 17% испытуемых (4 человека);

Низкий уровень: 17% испытуемых (4 человека);

Резко заниженный: 0% испытуемых (0 человек).

Таблица 3 – Результаты исследования самооценки старших дошкольников по методике «Какой я?» (Р.С. Немов) до реализации психолого-педагогической программы

№ п\п	Ф.И.	Баллы	Уровень
1.	А.И.	8	Высокий уровень
2.	А.О.	3	Низкий уровень
3.	А.Р.	4	Средний уровень
4.	А.С.	6	Средний уровень
5.	Б.К.	8	Высокий уровень
6.	В.Н.	4	Средний уровень
7.	В.Г.	6	Средний уровень
8.	Г.О.	7	Средний уровень
9.	Д.А.	8	Высокий уровень
10.	Д.О.	4	Средний уровень
11.	З.К.	4	Средний уровень
12.	И.Р.	8	Высокий уровень
13.	И.И.	8	Высокий уровень
14.	Л.М.	2	Низкий уровень
15.	Л.П.	4	Средний уровень
16.	Л.Л.	5	Средний уровень
17.	М.А.	9	Высокий уровень
18.	О.А.	4	Средний уровень
19.	О.П.	2	Низкий уровень
20.	Р.В.	2	Низкий уровень
21.	С.В.	8	Высокий уровень
22.	Ф.З.	2	Низкий уровень
23.	Ф.В.	2	Низкий уровень
24.	Х.Л.	8	Высокий уровень

Высокий уровень: 33% испытуемых (8 человек);  
 Средний уровень: 72% испытуемых (10 человек);  
 Низкий уровень: 25% испытуемых (6 человек).

Таблица 4 – Результаты исследования самооценки старших дошкольников по методике «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн, А.М. Прихожан) до реализации психолого-педагогической программы

№ п/п	Ф.И.	Баллы	Уровень
1.	А.И.	75	Высокий уровень
2.	А.О.	45	Низкий уровень
3.	А.Р.	74	Высокий уровень
4.	А.С.	71	Средний уровень
5.	Б.К.	46	Низкий уровень
6.	В.Н.	69	Средний уровень
7.	В.Г.	63	Высокий уровень
8.	Г.О.	56	Средний уровень
9.	Д.А.	48	Низкий уровень
10.	Д.О.	70	Высокий уровень
11.	З.К.	50	Низкий уровень
12.	И.Р.	50	Низкий уровень
13.	И.И.	75	Высокий уровень
14.	Л.М.	45	Низкий уровень
15.	Л.П.	74	Высокий уровень
16.	Л.Л.	71	Средний уровень
17.	М.А.	46	Низкий уровень
18.	О.А.	69	Средний уровень
19.	О.П.	63	Средний уровень
20.	Р.В.	56	Высокий уровень
21.	С.В.	48	Низкий уровень
22.	Ф.З.	70	Высокий уровень
23.	Ф.В.	50	Высокий уровень
24.	Х.Л.	50	Высокий уровень

Высокий уровень: 42% испытуемых (10 человек);

Средний уровень: 25% испытуемых (6 человек);

Низкий уровень: 33% испытуемых (8 человек).

## ПРИЛОЖЕНИЕ 3

### Программа психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников

Психологическая коррекция, как научный термин появилась в тот период, когда произошло динамичное развитие в сфере психотерапии.

Психолого-педагогическая коррекция – это форма совместной профессиональной деятельности педагога, психолога и родителей, основанная на системе психологических воздействий с целью исправления нарушений психического развития ребенка с опорой на знание возрастной, социокультурной и индивидуальной норм развития.

Коррекционная работа также направлена на создание условий для полноценного психического развития каждого ребенка в образовательном учреждении и семье.

Проблемы с самооценкой старших дошкольников сегодня не редкость. Авторитарность воспитания со стороны родителей и педагогов становится главной причиной пониженной самооценки детей, что ведет к появлению неуверенных в себе людей. Давно известно, как разрушительно действует на любого человека внушение ему низкой самооценки. Часто старшие дошкольники чувствуют, что они не такие как все.

В рамках рассмотрения предыдущих глав исследования мы выявили, что психолого-педагогическая коррекция самооценки старших дошкольников – это очень сложный процесс. Именно поэтому нами была разработана программа психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии.

Целью данной программы является психолого-педагогическая коррекция самооценки старших дошкольников методом арт-терапии.

Для достижения поставленной цели необходимо выделить следующие задачи:

1. Снижение уровня эмоционального напряжения старших дошкольников.
2. Повышение уверенности в себе старших дошкольников.
3. Развитие способностей видеть в себе хорошие качества и выдающиеся способности.
4. Формирование коммуникативных навыков для взаимодействия с социумом.
5. Развитие способностей позитивного отношения к людям.

Для психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников мы использовали метод арт-терапии, а именно изотерапия, сказкотерапия, цветотерапия, песочная терапия, терапия водой игротерапия и музыкотерапия, которая так стремительно набирает обороты в современном мире.

Форма проведения занятий индивидуальная и групповая.

Разработанная программа рассчитана для работы с детьми старшего дошкольного возраста 6-7 лет, в количестве 10 занятий, которые проводились два раза в неделю. Длительность занятия 25 – 30 минут.

Все проводимые занятия имеют четкое структурирование, которое состоит из нескольких взаимосвязанных частей:

1. Приветствие. Данный ритуал позволяет сплотить участников, создавая атмосферу полного доверия в группе и принятия друг друга.
2. Разминка. Данный этап очень хорошо влияет на эмоциональное состояние всех участников, а также на уровень их активности. Очень важное значение разминка оказывает на настройку организма дошкольников на продуктивную групповую деятельность.
3. Основная часть занятия. Данный этап занятия включает в себя целый набор различных упражнений и техник.
4. Рефлексия. На данном этапе предполагается оценивание участниками занятия с помощью двух оценок: смысловая оценка – что дало данное занятие ребенку, какое

влияние оно оказало на развитие личности и эмоциональное – понравилось или не понравилось занятие.

5. Прощание. Данный ритуал служит логическим завершением занятия.

Психолого-педагогическая программа коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии:

Занятие №1

Цель: знакомство с группой и правилами работы в группе.

Ритуал приветствия. Педагог: У меня хорошее настроение, и я хочу передать свою улыбку вам по кругу (педагог улыбается рядом стоящему ребенку, этот ребенок улыбается своему соседу и т.д.).

Упражнение 1. «Рисунок своего тела» (Изотерапия)

Цель: развитие сенсорной чувствительности, слуховой и зрительной памяти, дифференциация ощущений.

Ребенок может нарисовать себя частично, нечто вроде бюста или в виде карикатуры, мультипликационного героя, абстрактного изображения. В принципе любой рисунок может предоставить важную информацию о ребенке, тем не менее если рисунок не удовлетворяет требованиям, ребенка просят взять другой лист бумаги и нарисовать себя еще раз, теперь в полный рост, целиком: с головой, туловищем, руками и ногами.

Инструкция повторяется до тех пор, пока не будет получен удовлетворительный рисунок фигуры человека. Все вопросы и реплики ребенка в процессе рисования, особенности его поведения, а также такие манипуляции, как стирание элементов рисунка и дополнения, вы должны фиксировать.

После того как рисунок завершен, спросите ребенка, все ли он нарисовал, а затем переходите к беседе, которая строится на основании рисунка и его особенностей. В процессе беседы вы можете прояснить все неясные моменты рисунка, а через отношения, чувства и переживания, которые ребенок выражает во время беседы, вы можете получить уникальную информацию относительно его эмоционального, психологического состояния.

Упражнение 2. «Мы охотимся на льва» (Игротерапия)

Цель: преодоление робости, страха воздействия неожиданных ситуаций, боязни воды, животных.

Ведущий говорит слова и показывает движения. Ребята повторяют за ним.

Мы охотимся на льва, не боимся мы его,

Будем биться в схватке с ним, (машет кулаками)

И, конечно, победим. (бьет себя в грудь)

А что это там впереди? (прикладывает козырьком руку к голове)

А, это впереди гора. (показывает руками гору)

А над ней не пролетишь, и под ней не проползешь, и ее не обойдешь. А, надо напрямик! (Топ-топ-топ-топ)

Мы охотимся на льва, не боимся мы его,

Будем биться в схватке с ним, (машет кулаками)

И, конечно, победим. (бьет себя в грудь)

А что это там впереди? (прикладывает козырьком руку к голове)

А это впереди река!

А над ней не пролетишь, и под ней не проползешь, и ее не обойдешь.

А, надо напрямик! (буль-буль-буль-буль,

Мы охотимся на льва, не боимся мы его,

Будем биться в схватке с ним, (машет кулаками)

И, конечно, победим. (бьет себя в грудь)

А что это там впереди? (прикладывает козырьком руку к голове)

А это впереди кусты!  
А над ними не пролетишь, и под ними не проползешь, и их не обойдешь.  
А, надо напрямик! (шурх-шурх-шурх-шурх,  
Мы охотимся на льва, не боимся мы его,  
Будем биться в схватке с ним, (машет кулаками)  
И, конечно, победим. (бьет себя в грудь)  
А что это там впереди? (прикладывает козырьком руку к голове)  
А это впереди болото!  
А над ним не пролетишь, и под ним не проползешь, и его не обойдешь.  
А, надо напрямик! (чоп-чоп-чоп-чоп).  
А что это там впереди? А, это нора.  
А что это там в норе? А, это хвост.  
А чей это хвост? А, это лев. Это лев?  
Ой, это лев. Бе-жи-м!  
И в обратном порядке все препятствия очень быстро: чоп-чоп, шурх-шурх, буль-буль, топ-топ. Уф!

Рефлексия. Дети отвечают на вопрос: «Что хорошего произошло с ними за прошедший день в детском саду?». Высказываются по кругу, передавая из рук в руки мяч (или другой привлекательный предмет). Время высказывания воспитатель ограничивает звуковым сигналом, (Желательно, чтобы каждый ребенок высказался и был услышан).

Ритуал прощания. Дети становятся в круг и по очереди благодарят друг друга за совместные игры, обнимаются друг с другом.

#### Занятие №2

##### «Эмоциональный комфорт»

Цель: продолжение знакомства с группой, создание позитивной мотивации для следующих занятий.

Ритуал приветствия. Педагог: У меня хорошее настроение, и я хочу передать свою улыбку вам по кругу (педагог улыбается рядом стоящему ребенку, этот ребенок улыбается своему соседу и т.д.).

##### Упражнение 1. «Страхи» (Изотерапия)

Цель: коррекция страхов, тревожности и коррекция самооценки.

Дети рассаживаются за столами. Ведущий предлагает им нарисовать рисунок под названием «Мой страх». После того как дети нарисуют рисунки, необходимо обсудить, чего боится каждый ребенок. Затем взрослый предлагает смять, скомкать, разорвать лист с нарисованным страхом, отмечая, что так можно избавиться от своего страха.

##### Упражнение 2. «Случай в лесу» (Сказкотерапия)

Цель: преодоление неуверенности в себе, тревожности, страха самостоятельных действий.

В одном лесу жил маленький Зайчонок. Больше всего на свете ему хотелось быть сильным, смелым и сделать что-нибудь доброе, полезное для окружающих. Но на деле у него никогда ничего не получалось. Он всего боялся и не верил в себя. Поэтому все в лесу прозвали его «Зайчишка-трусишка». От этого ему становилось грустно, обидно, и он часто плакал, когда оставался один. Был у него один-единственный друг – Барсучонок.

И вот, как-то раз они вдвоем отправились играть к реке. Больше всего им нравилось догонять друг друга, бегая через небольшой деревянный мостик. Первым догонял Зайчонок. Не когда Барсучонок пробежал по мосту, одна доска вдруг сломалась и он упал в реку. Барсучонок не умел плавать и стал барахтаться в воде, прося о помощи. А Зайчонок, хотя и умел немного плавать, но очень испугался. Он бегал по берегу звал на помощь, надеясь, что кто-нибудь услышит и спасет Барсучонка. Но никого поблизости не было. И тогда Зайчонок понял, что только он может спасти своего друга. Он сказал себе: «Я ничего не боюсь, я умею плавать и спасу Барсучонка!»

Не думая об опасности, он бросился в воду и поплыл, а потом, вытащил своего друга на берег. Барсучонок был спасен!

Когда они вернулись домой и рассказали про случай на реке, никто сначала не мог поверить, что Зайчонок спас своего друга. Когда же звери убедились в этом, то стали хвалить Зайчонка, говорить, какой он смелый и добрый, а потом устроили большой веселый праздник в его честь. Этот день для Зайчонка стал самым счастливым. Все гордились им и он сам гордился собой, потому что поверил в свои силы, в то, что способен делать доброе и полезное. Он на всю жизнь запомнил одно очень важное и полезное правило: «Верь в себя и всегда и во всем полагайся только на свои силы!» И с тех пор больше никто и никогда не дразнил его трусишкой.

Вопросы для обсуждения: Почему Зайчонку было плохо и грустно? Какое правило запомнил Зайчонок? Согласен ли ты с ним?

Упражнение 3. «Поцарапывание» (Изотерапия)

Цель: развитие воображения, мелкой моторики рук, снятие психоэмоционального напряжения и коррекция самооценки.

Классический граттаж (черно – белый): лист бумаги натираем воском (свечой). Затем кистью или губкой наносим на поверхность тушь (гуашь).

Тушь (гуашь) с трудом пристает к жирной поверхности. Чтобы тушь не собиралась в капли на восковой поверхности есть одна хитрость – её смешивают с мылом (мыльным раствором).

Когда тушь высохнет, острым предметом – палочкой, зубочисткой – процарапываем рисунок, образуя на черном фоне тонкие белые штрихи. Стол необходимо застелить, иначе все вокруг будет усеяно черной туше-восковой крошкой. В работе используются острые инструменты для удаления черной краски с поверхности картона, в результате появляется белый слой. Получается эффектное черно-белое изображение.

Рефлексия. Дети отвечают на вопрос: «Что хорошего произошло с ними за прошедший день в детском саду?». Высказываются по кругу, передавая из рук в руки мяч (или другой привлекательный предмет). Время высказывания воспитатель ограничивает звуковым сигналом, (Желательно, чтобы каждый ребенок высказался и был услышан).

Ритуал прощания. Дети становятся в круг и по очереди благодарят друг друга за совместные игры, обнимаются друг с другом.

Занятие №3

«Всё умею, всё могу»

Цель: развитие положительного отношения к себе.

Ритуал приветствия. Педагог: У меня хорошее настроение, и я хочу передать свою улыбку вам по кругу (педагог улыбается рядом стоящему ребенку, этот ребенок улыбается своему соседу и т.д.).

Упражнение 1. «Плавает – тонет» (Терапия водой)

Цель: стабилизация эмоционального фона, снятие психоэмоционального и физического напряжения.

Ведущий (показывает деревянные и пластмассовые палочки) Скажите, что это такое? Давайте посмотрим, что будет с палочками, если опустим их в воду. Они плавают в воде, не тонут. А что это? (камушки и болтики)

Положите их в воду. Камень и болтик утонули, они тяжелый. (в ходе опыта воспитатель поясняет почему одни предметы тонут, а другие плавают)

Вывод: в процессе опыта мы выявили, что камень и металл тонут, так как они тяжёлые. Пластик и дерево не тонут, потому что они легкие. Молодцы, ребята, вы были дружные и активные.

Упражнение 2. «Разноцветие камней» (Изотерапия терапия)

Цель: снятие напряжения, тактильная стимуляция, развитие творческого воображения и коррекция самооценки.

Ты любишь рисовать? (Ребенок отвечает.) Я тоже. Сегодня я принесла тебе камушки. Предлагаю тебе раскрасить их так, как ты захочешь. Это могут быть любые предметы, игрушки, растения, птицы, животные или сказочные персонажи. Я помогу тебе. Примечание: акриловые краски после высыхания не смываются водой. У них приятный блеск, нет запаха. Они не токсичны. На камнях можно не только рисовать целые объекты, но и части для домов, машин, животных, монстров и др.

#### Упражнение 3. «Цветок» (Цветотерапия)

Цель: развитие самооценки, снятие эмоционального напряжения и коррекция самооценки.

Дети дуют на вертушку или бегают с ней. По сигналу «стоп» останавливаются. Дети называют цвет, на который показывает стрелочка и описывают свои ощущения. Например: красный: «Ой, как нам жарко, мы попали в Африку, ярко светит солнце» и т.д.

Игра хорошо развивает фантазию и воображение. Как вариант, дети рассказывают о своем настроении, соответствующему цвету, или о событии в жизни, о котором напомнили цветовые ассоциации.

Рефлексия. Дети отвечают на вопрос: «Что хорошего произошло с ними за прошедший день в детском саду?». Высказываются по кругу, передавая из рук в руки мяч (или другой привлекательный предмет). Время высказывания воспитатель ограничивает звуковым сигналом, (Желательно, чтобы каждый ребенок высказался и был услышан).

Ритуал прощания. Дети становятся в круг и по очереди благодарят друг друга за совместные игры, обнимаются друг с другом.

#### Занятие №4

##### «Я особенный»

Цель: развитие волевых качеств личности.

Ритуал приветствия. Педагог: У меня хорошее настроение, и я хочу передать свою улыбку вам по кругу (педагог улыбается рядом стоящему ребенку, этот ребенок улыбается своему соседу и т.д.).

#### Упражнение 1. «Каракули Виникотта» (Изотерапия)

Цель: коррекция самооценки, развитие воображения, мелкой моторики рук, умение понимать партнера без слов, снятие эмоционального напряжения.

Нарисуй любые линии, какие только захочешь. А сейчас я продолжу твой рисунок. Хочешь продолжить рисунок ещё? Давай подумаем, на что похожи наши каракули? Дорисуем недостающие детали?

Примечания: ведется своеобразный диалог на бумаге, который может продолжаться до тех пор пока оба не решат, что рисунок закончен. Можно пытаться увидеть в каракулях смысл, а можно просто водить карандашом по бумаге слушая своё тело.

#### Упражнение 2. «Я уверен на все 100%» (Игротерапия)

Цель: формирование самоуважения, доверие к самому себе.

Вызывается желающий участник, он садится на стул напротив остальных игроков. Суть игры в следующем: основной участник должен довериться на столько, насколько он считает нужным, раскрыть себя для остальных членов группы. Ему надо говорить о самом себе. Все, что он считает нужным. Основной участник может рассказывать о собственных переживаниях, впечатлениях, о том как он себя чувствовал в данной группе, на занятиях, что неприятно задевало его «Я», а что вдохновляло, и т.п. По окончании рассказа основного участника остальные задают ему волнующие, интересующие их вопросы, относящиеся к участнику. После выступления всех участников общее обсуждение игры.

Рефлексия. Дети отвечают на вопрос: «Что хорошего произошло с ними за прошедший день в детском саду?». Высказываются по кругу, передавая из рук в руки мяч (или другой привлекательный предмет). Время высказывания воспитатель ограничивает звуковым сигналом, (Желательно, чтобы каждый ребенок высказался и был услышан).

Ритуал прощания. Дети становятся в круг и по очереди благодарят друг друга за совместные игры, обнимаются друг с другом.

#### Занятие №5

##### «Интересно быть собой»

Цель: развитие положительного отношения к себе.

Ритуал приветствия. Педагог: У меня хорошее настроение, и я хочу передать свою улыбку вам по кругу (педагог улыбается рядом стоящему ребенку, этот ребенок улыбается своему соседу и т.д.).

Упражнение 1. «Рисование под музыку» (Изотерапия, музыкотерапия)

Цель: снятие эмоционального напряжения и повышение самооценки.

Ведущий: Я вам предлагаю сейчас прослушать одну чудесную мелодию, закрыть глаза и помечтать, пофантазировать, а потом, все что вы увидите и почувствуете, нарисуйте на листе бумаги (звучит А. Моцарт. Симфония №6 «Музыка ангелов»)

Упражнение 2. «Соленые рисунки и зубная краска» (Изотерапия)

Цель: повышать самооценку, развивать воображение, мелкую моторику рук, снимать эмоциональное напряжение.

Ведущий: А что если порисовать клеем, а сверху на эти участки посыпать солью? Тогда получатся удивительные снежные картины. Они будут выглядеть более эффектно, если их выполнять на голубой, синей, розовой цветной бумаге. Можно создавать зимние пейзажи, еще одним способом, рисуя зубной пастой. Наметьте карандашом легкие контуры деревьев, домов, сугробов. Медленно выдавливая зубную пасту, пройдите по всем намеченным контурам. Такую работу надо обязательно высушить и лучше не складывать в папку вместе с другими рисунками.

Рефлексия. Дети отвечают на вопрос: «Что хорошего произошло с ними за прошедший день в детском саду?». Высказываются по кругу, передавая из рук в руки мяч (или другой привлекательный предмет). Время высказывания воспитатель ограничивает звуковым сигналом, (Желательно, чтобы каждый ребенок высказался и был услышан).

Ритуал прощания. Дети становятся в круг и по очереди благодарят друг друга за совместные игры, обнимаются друг с другом.

#### Занятие №6

##### «Мы одинаковые и разные»

Цель: развитие положительного отношения к себе.

Ритуал приветствия. Педагог: У меня хорошее настроение, и я хочу передать свою улыбку вам по кругу (педагог улыбается рядом стоящему ребенку, этот ребенок улыбается своему соседу и т.д.).

Упражнение 1. «Что такое мальчик? Что такое девочка?»

Цель: повышение самооценки, расширение представления о людях, социальном поведении людей.

Ведущий: Я буду говорить утверждение, если, правда – вы хлопаете в ладоши, если нет – качаете головой.

- Мальчик, когда вырастет, станет мамой;
- Девочки играют в куклы;
- Мальчики носят брюки;
- Девочка, когда вырастет, станет женщиной;
- Мальчики играют в солдатиков;
- Девочки любят украшения;
- Мальчики одевают платья;
- Девочка подстриглась и стала мальчиком;
- Мальчики любят краситься;
- Девочки любят играть в дочки-матери;
- Мальчик лёг спать и проснулся девочкой;

- Девочки любят драться и ругаться;
- Мальчики носят косички и бантики;
- Девочки ласковые и нежные.

Упражнение 2. «Сказка о Ежонке»

Цель: снятие тревожности, боязливости.

В одном необыкновенном лесу жила семья ежеиков. Этот лес был именно необыкновенным, а ни каким-то обычным. Посудите сами разве могут в обычном лесу, разговаривать звери и птицы. А вот в этом лесу даже некоторые цветы, были настолько болтливы, что бабочки с наслаждением слушали как они лепечут о ярком солнышке и свежей росе.

Так вот вернемся к нашему семейству. Как ни странно, но в необыкновенном лесу, жили практически обыкновенные ежики. Очень серьезный и умный Папа-Ёж, добрая и ласковая Мама-Ежиха, и совсем маленький Ёжик сынок по имени Миша.

Когда ежик немножко подрос, к ним в гости пришел добрый волшебник, который, был крестным дядей Миши, волшебник пришел попрощаться, так как уезжал в далекие края, к своим друзьям. На память о себе он захотел сделать Мише подарок. И когда спросил его: «Чего бы ты хотел?», Миша задумался, и не смог сразу ответить. Ему столько всего хотелось, и новую машинку, и велосипед, а еще интересную игру, немножко конфет, вкусного печенья, цветной газированной воды, и еще много всякого вкусного и интересного.

Волшебник задумался, его немножко расстроили желания Миши, и тогда он ответил:

- Я бы конечно мог дать тебе все что ты хочешь, но подумай сам, сладости ты быстро съешь, игрушки, когда ты вырастешь будут тебе уже не интересны, а мне бы хотелось, подарить тебе что-то такое, что тебе будет напоминать обо мне всегда.

В этот момент в комнату вошла мама, она села на табуреточку, и заплакала.

- Что случилось? – в один голос спросили ее добрый волшебник и Миша.

- Я мыла посуду и разбила свою любимую чашку, - ответила она.

- Как бы я хотел тебе помочь, - вздохнул Миша - может мне удастся ее склеить?

И пока Ежик Миша бегал за клеем и собирал осколки, волшебник придумал, что он подарит Мише.

Он подарил ему возможность исполнять желания. Но так как волшебной силы было не так уж и много, то для каждого друга Ежик мог исполнить только одно желание.

С этих самых пор обыкновенная семья ежеиков, стала необыкновенной. Теперь Ежик Миша мог исполнять желания своих друзей.

Рефлексия. Дети отвечают на вопрос: «Что хорошего произошло с ними за прошедший день в детском саду?». Высказываются по кругу, передавая из рук в руки мяч (или другой привлекательный предмет). Время высказывания воспитатель ограничивает звуковым сигналом, (Желательно, чтобы каждый ребенок высказался и был услышан).

Ритуал прощания. Дети становятся в круг и по очереди благодарят друг друга за совместные игры, обнимаются друг с другом.

Занятие №7

«Быть собой!»

Цель: развитие положительного отношения к себе и умений открыто выражать свои чувства.

Ритуал приветствия. Педагог: У меня хорошее настроение, и я хочу передать свою улыбку вам по кругу (педагог улыбается рядом стоящему ребенку, этот ребенок улыбается своему соседу и т.д.).

Упражнение 1. «Клеевой дождик» (Игротерапия)

Цель: сплочение детей, снижение тревожности, повышение самооценки.

Дети встают друг за другом и держатся за плечи впереди стоящего. В таком положении они выполняют разные задания.

Подняться и сойти со стула.

Проползти под столом.

Обогнуть «широкое озеро».

Пробраться через «дремучий лес».

Прятаться или убегать от диких животных.

На протяжении всего упражнения дети не должны отрываться от своего партнера.

Упражнение 2. «Яичная мозаика» (Изотерапия)

Цель: повышение самооценки, развитие воображения, мелкой моторики рук, снятие эмоционального напряжения.

1. Возьмем лист картона и согнем его пополам. Сделаем на лицевой стороне карандашный рисунок вашей мозаики.

2. Заполним каждый участок рисунка пластилином, размазывая его тонким слоем по поверхности картона.

Вазу можно также заполнить пластилином, но мы используем клей для ее украшения. Стебельки цветов можно прорисовать зеленым фломастером, а можно пластилином.

3. Начинаем приклеивать кусочки скорлупы к пластилину, сильно придавливая их.

4. С помощью бумажной или тканевой салфетки (чтобы не поранить пальцы) измельчаем кусочки скорлупы разных цветов – эта крошка понадобится для украшения вазы.

5. Изображение вазы можно полностью намазать клеем, а можно прорисовать какой-либо узор.

6. Аккуратно, чтобы не смазать узор, присыпаем его измельченной скорлупой.

7. Даем клею немного высохнуть. Ссыпаем не приклеившуюся скорлупу. Ваза готова.

8. Пока клей высыхает, связываем трубочки между собой ниткой так, чтобы получилась рамка. Отрезаем, если есть необходимость, слишком длинные концы трубочек.

9. Намазываем клеем получившуюся рамку.

10. Приклеиваем рамку к поверхности картона, склеиваем половинки картона между собой. Можно украсить панно бабочкой (тоже из пасхального набора) или чем-то еще. Готов оригинальный подарок или украшение интерьера.

Рефлексия. Дети отвечают на вопрос: «Что хорошего произошло с ними за прошедший день в детском саду?». Высказываются по кругу, передавая из рук в руки мяч (или другой привлекательный предмет). Время высказывания воспитатель ограничивает звуковым сигналом, (Желательно, чтобы каждый ребенок высказался и был услышан).

Ритуал прощания. Дети становятся в круг и по очереди благодарят друг друга за совместные игры, обнимаются друг с другом.

Занятие №8

«Будь собой – танцуй»

Цель: развитие положительного отношения к себе и умений открыто выразить свои эмоции с помощью движений.

Ритуал приветствия. Педагог: У меня хорошее настроение, и я хочу передать свою улыбку вам по кругу (педагог улыбается рядом стоящему ребенку, этот ребенок улыбается своему соседу и т.д.).

Упражнение 1. «Танец пяти движений» (Музыкотерапия)

Цель: повышение самооценки, снятие мышечных зажимов, развитие умения выразить свои эмоции с помощью движений.

Прослушать по очереди мелодии и подумать, кто бы мог танцевать под каждую мелодию, какие должны быть движения?

1 мелодия: «Течение воды» – плавная. Движения под нее нерезкие, неторопливые, мягкие, переходящие из одного в другое.

2 мелодия: «Переход через чашу» – импульсивная музыка, резкие, сильные, рубящие движения.

3 мелодия: «Сломанная кукла» – хаотичный набор звуков, обрывистые, незаконченные движения.

4 мелодия: «Полет бабочки» – лирическая, плавная мелодия, тонкие, изящные движения.

5 мелодия: «Покой» – спокойная, тихая музыка.

А теперь все 5 мелодий будут звучать без остановок. Все танцуют «Танец 5 движений».

Музыка закончилась, остановились, послушали тишину. Как бьется сердце, приложите руку к сердцу, послушайте его. Что больше всего понравилось? Кому, какие движения было приятно делать?

Упражнение 2. «Чудесные превращения» (Музыкотерапия)

Цель: повышение самооценки, развитие воображения, снятие эмоционального напряжения, тревожности, формирование коммуникативных навыков.

Рефлексия. Дети отвечают на вопрос: «Что хорошего произошло с ними за прошедший день в детском саду?». Высказываются по кругу, передавая из рук в руки мяч (или другой привлекательный предмет). Время высказывания воспитатель ограничивает звуковым сигналом, (Желательно, чтобы каждый ребенок высказался и был услышан).

Ритуал прощания. Дети становятся в круг и по очереди благодарят друг друга за совместные игры, обнимаются друг с другом.

Занятие №9

«Мое настроение»

Цель: развитие положительного отношения к себе и умений открыто выражать свои эмоции.

Ритуал приветствия. Педагог: У меня хорошее настроение, и я хочу передать свою улыбку вам по кругу (педагог улыбается рядом стоящему ребенку, этот ребенок улыбается своему соседу и т.д.).

Упражнение 1. «Волшебный салют» (Песочная терапия)

Цель: повышение самооценки, развитие эмоциональной сферы, снятие психического напряжения и тревожности, активизация творческого интереса.

Дети различными способами дотрагиваются до песка.

Положите ладошки на песок. Давайте его погладим внутренней, затем тыльной стороной ладони. Какой песок?.. (сухой, шершавый, мягкий).

Давайте с ним поздороваемся: «Здравствуй песок!».

Послушайте..! Он с вами здоровается. Вы все слышите?.. Плохо слышите, потому что ему грустно и одиноко. Он говорит тихим голосом.

А давайте его развеселим! Пощекочем его сначала одной рукой каждым пальчиком, затем другой. А теперь пощекочем двумя руками.

Теперь плавными движениями как змейки побежали по песку пальчиками.

Вы слышите, как он смеется?..

Давайте его погладим между ладонями.

Возьмите в руки песок крепко-крепко, потихоньку отпустите. Еще раз давайте его возьмем за руки крепко, чтобы ни одна песчинка не упала с кулачков. Песочек, мы тебе поможем!

Упражнение 2. «Настроение» (Изотерапия)

Цель: повышение самооценки, снятие эмоционального напряжения, снижение тревожности, понимание своих чувств.

Рефлексия. Дети отвечают на вопрос: «Что хорошего произошло с ними за прошедший день в детском саду?». Высказываются по кругу, передавая из рук в руки мяч (или другой привлекательный предмет). Время высказывания воспитатель ограничивает звуковым сигналом, (Желательно, чтобы каждый ребенок высказался и был услышан).

Ритуал прощания. Дети становятся в круг и по очереди благодарят друг друга за совместные игры, обнимаются друг с другом.

Занятие №10

«Движение – жизнь!»

Цель: развитие положительного отношения к себе и умений открыто выражать свои эмоции с помощью движений.

Ритуал приветствия. Педагог: У меня хорошее настроение, и я хочу передать свою улыбку вам по кругу (педагог улыбается рядом стоящему ребенку, этот ребенок улыбается своему соседу и т.д.).

Упражнение 1. «Слепой танец» (Музыкотерапия)

Цель: повышение самооценки, развитие доверия друг к другу, снятие излишнего мышечного напряжения, тревожности.

Разбейтесь на пары. Один из вас получает повязку на глаза, он будет «слепой». Другой останется «зрячим» и сможет водить «слепого». Теперь возьмитесь за руки и потанцуйте друг с другом по классу под легкую музыку. (12 минуты.) Теперь поменяйтесь ролями. Помогите другому ребенку завязать повязку.

В качестве подготовительного этапа можно посадить детей попарно на пол и попросить их взяться за руки. Тот, кто видит, двигает руками под музыку, а ребенок с завязанными глазами пытается повторить эти движения, не отпуская рук, в течение 12 минут. Потом дети меняются ролями.

Упражнение 2. «Танцующие руки» (Музыкотерапия)

Цель: повышение самооценки, возможность прояснить свои чувства и внутренне расслабиться.

Перед каждым участником кладется лист бумаги, цветные мелки по обе стороны листа.

Дети ложатся на середину листа как им удобно (можно на спину, модно на живот). Прошу детей закрыть глаза, расслабиться, взять в руки по мелку и говорю: «Пока вы отдыхаете, пусть потанцуют ваши руки мелками по листу. Танец рук выразит ваше настроение».

Звучит музыкальный фрагмент. Выполняется упражнение.

После рисования проводится беседа, в которой предлагаю детям посмотреть на рисунок, который станцевали их руки. Верно ли отразил он настроение? Если нет, в чем несовпадение? Хочется ли что-либо изменить в рисунке (добавить, убрать).

Рефлексия. Дети отвечают на вопрос: «Что хорошего произошло с ними за прошедший день в детском саду?». Высказываются по кругу, передавая из рук в руки мяч (или другой привлекательный предмет). Время высказывания воспитатель ограничивает звуковым сигналом, (Желательно, чтобы каждый ребенок высказался и был услышан).

Ритуал прощания. Дети становятся в круг и по очереди благодарят друг друга за совместные игры, обнимаются друг с другом.

Содержание занятий с использованием методов арт-терапии, используемых в психолого-педагогической программе для коррекции самооценки старших дошкольников более подробно представлено в Приложении 2.

Таким образом, разработанная нами программа имеет четкую структуру, состоящую из нескольких взаимосвязанных частей, а именно: ритуал приветствия, разминки, основное содержание занятия, рефлексия, ритуал прощания. Он рассчитан на 10 занятий продолжительностью 30-35 минут с частотой повторения два раза в неделю. Программа рассчитана на работу с детьми 6-7 лет в дошкольном образовательном учреждении.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 4

### Результаты исследования самооценки старших дошкольников после реализации психолого-педагогической программы

Таблица 5 – Результаты исследования самооценки старших дошкольников по методике «Лесенка» (Т.Д. Марцинковская) после реализации психолого-педагогической программы

№ п/п	Ф.И.	Ступени	Уровень
1.	А.И.	1	Завышенный уровень
2.	А.О.	2	Немного заниженный уровень
3.	А.Р.	3	Немного заниженный уровень
4.	А.С.	2	Адекватный уровень
5.	Б.К.	1	Адекватный уровень
6.	В.Н.	6	Адекватный уровень
7.	В.Г.	2	Адекватный уровень
8.	Г.О.	1	Немного заниженный уровень
9.	Д.А.	3	Немного заниженный уровень
10.	Д.О.	4	Заниженный уровень
11.	З.К.	4	Заниженный уровень
12.	И.Р.	1	Адекватный уровень
13.	И.И.	1	Адекватный уровень
14.	Л.М.	2	Адекватный уровень
15.	Л.П.	3	Немного заниженный уровень
16.	Л.Л.	2	Адекватный уровень
17.	М.А.	1	Немного заниженный уровень
18.	О.А.	6	Адекватный уровень
19.	О.П.	2	Адекватный уровень
20.	Р.В.	1	Адекватный уровень
21.	С.В.	3	Немного заниженный уровень
22.	Ф.З.	4	Адекватный уровень
23.	Ф.В.	4	Заниженный уровень
24.	Х.Л.	1	Немного заниженный уровень

Неадекватно завышенный уровень: 0% испытуемых (0 человек);

Завышенный уровень: 4% испытуемых (1 человек);

Адекватный уровень: 50% испытуемых (12 человек);

Немного заниженный уровень: 33% испытуемых (8 человек);

Заниженный уровень: 13% испытуемых (3 человека);

Низкий уровень: 0% испытуемых (0 человек);

Резко заниженный: 0% испытуемых (0 человек).

Таблица 6 – Результаты исследования самооценки старших дошкольников по методике «Какой я?» (Р.С. Немов) после реализации психолого-педагогической программы

№ п\п	Ф.И.	Баллы	Уровень
1.	А.И.	9	Высокий уровень
2.	А.О.	7	Средний уровень
3.	А.Р.	7	Средний уровень
4.	А.С.	7	Средний уровень
5.	Б.К.	9	Высокий уровень
6.	В.Н.	7	Средний уровень
7.	В.Г.	7	Средний уровень
8.	Г.О.	7	Средний уровень
9.	Д.А.	9	Высокий уровень
10.	Д.О.	7	Средний уровень
11.	З.К.	7	Средний уровень
12.	И.Р.	9	Высокий уровень
13.	И.И.	9	Высокий уровень
14.	Л.М.	3	Низкий уровень
15.	Л.П.	7	Средний уровень
16.	Л.Л.	7	Средний уровень
17.	М.А.	7	Средний уровень
18.	О.А.	7	Средний уровень
19.	О.П.	7	Средний уровень
20.	Р.В.	3	Низкий уровень
21.	С.В.	7	Средний уровень
22.	Ф.З.	3	Низкий уровень
23.	Ф.В.	7	Средний уровень
24.	Х.Л.	7	Средний уровень

Высокий уровень: 20% испытуемых (5 человека);

Средний уровень: 67% испытуемых (16 человек);

Низкий уровень: 13% испытуемых (3 человека).

Таблица 7 – Результаты исследования самооценки старших дошкольников по методике «Исследование самооценки» (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн, А.М. Прихожан) после реализации психолого-педагогической программы

№ п/п	Ф.И.	Баллы	Уровень
1.	А.И.	75	Высокий уровень
2.	А.О.	45	Низкий уровень
3.	А.Р.	74	Высокий уровень
4.	А.С.	71	Средний уровень
5.	Б.К.	46	Средний уровень
6.	В.Н.	69	Средний уровень
7.	В.Г.	63	Высокий уровень
8.	Г.О.	56	Средний уровень
9.	Д.А.	48	Средний уровень
10.	Д.О.	70	Высокий уровень
11.	З.К.	50	Средний уровень
12.	И.Р.	50	Низкий уровень
13.	И.И.	75	Высокий уровень
14.	Л.М.	45	Средний уровень
15.	Л.П.	74	Высокий уровень
16.	Л.Л.	71	Средний уровень
17.	М.А.	46	Низкий уровень
18.	О.А.	69	Средний уровень
19.	О.П.	63	Средний уровень
20.	Р.В.	56	Средний уровень
21.	С.В.	48	Низкий уровень
22.	Ф.З.	70	Средний уровень
23.	Ф.В.	50	Средний уровень
24.	Х.Л.	50	Средний уровень

Высокий уровень: 25% испытуемых (6 человек);  
 Средний уровень: 58% испытуемых (14 человек);  
 Низкий уровень: 17% испытуемых (4 человека).

## Расчёт Т-критерия Вилкоксона

Таблица 7 – Расчёт Т-критерия Вилкоксона по методике «Какой Я» (Р.С. Немов)

№	Личный код	Показатели «до» проведения программы коррекции	Показатели «после» проведения программы коррекции	Разность (f после – f до)	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
1.	А.И.	8	9	1	1	6,5
2.	А.О.	3	7	4	4	21
3.	А.Р.	4	7	3	3	17,5
4.	А.С.	6	7	1	1	6,5
5.	Б.К.	8	9	1	1	6,5
6.	В.Н.	4	7	3	3	17,5
7.	В.Г.	6	7	1	1	6,5
8.	Г.О.	7	7	0	0	0
9.	Д.А.	8	9	1	1	6,5
10.	Д.О.	4	7	3	3	17,5
11.	З.К.	4	7	3	3	17,5
12.	К.О.	8	9	1	1	6,5
13.	А.И.	8	9	1	1	6,5
14.	А.О.	2	3	1	1	6,5
15.	А.Р.	4	7	3	3	17,5
16.	А.С.	5	7	2	2	13,5
17.	Б.К.	9	7	-2	2	13,5
18.	В.Н.	4	7	3	3	17,5
19.	В.Г.	2	7	5	5	22,5
20.	Г.О.	2	3	1	1	6,5
21.	Д.А.	8	7	-1	1	6,5
22.	Д.О.	2	3	1	1	6,5
23.	З.К.	2	7	5	5	22,5
24.	К.О.	8	7	-1	1	6,5
Сумма рангов нетипичных сдвигов						26,5

$n = 23$

Ранжирование абсолютной величины сдвигов:  $N*(N+1)/2=23*(23+1)/2=276$

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

Проверка:

$6,5+21+17,5+6,5+6,5+17,5+6,5+6,5+17,5+17,5+6,5+6,5+17,5+13,5+13,5+17,5+22,5+6,5+6,5+6,5+22,5+6,5=276$

$T_{эмп} = \sum R_r$

Где  $R_r$  – ранговое значение сдвигов с более редким знаком.

$T_{эмп} = 2$

Т крит	
0,01	0,05
62	83

## ПРИЛОЖЕНИЕ 5

### Технологическая карта

Для наиболее эффективной реализации программы психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии была разработана технологическая карта внедрения программы в практику. Технологическая карта показывает, как именно происходила разработка и внедрение программы коррекции в практику. Разработка и реализация технологической карты внедрения проходила в 3 этапа:

1. Этап «Анализ теоретических предпосылок исследования психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников как психолого-педагогической проблемы».

1.1. Проанализировать проблему психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников в психолого-педагогической литературе. Содержание: изучение проблемы в психолого-педагогической литературе, анализ, обобщение, структурирование теоретического материала, выявление основных понятий, характеристик. Методы: анализ, обобщение литературы. Формы: работа с научной литературой.

1.2. Выявить особенности самооценки старших дошкольников. Содержание: изучение особенностей самооценки старших дошкольников в психолого-педагогической литературе, анализ, обобщение, структурирование теоретического материала, выявление основных понятий, характеристик. Методы: анализ, обобщение литературы. Формы: работа с научной литературой.

1.3. Разработать модель психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии. Содержание: разработка модели психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии. Методы: моделирование. Формы: работа с научной литературой.

2. Этап «Проведение исследования самооценки старших дошкольников методом арт-терапии».

2.1. Охарактеризовать этапы, методы, методики исследования. Содержание: характеристика этапов, методов, методик исследования. Методы: анализ научной литературы. Формы: работа с научной литературой.

2.2. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты констатирующего эксперимента. Содержание: характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента. Методы: наблюдение, анализ результатов констатирующего эксперимента. Формы: наблюдение за классом, проведение и обработка методик.

3. Этап «Анализ опытно-экспериментального исследования психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии как психолого-педагогическая проблема».

3.1. Разработать и реализовать психолого-педагогическую программу психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии. Содержание: разработка и проведение программы психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии. Методы: работа с литературой. Формы: составление и проведение программы формирования.

3.2. Провести анализ результатов повторного диагностического исследования. Содержание: проведение повторной диагностики и анализ результатов. Методы: анализ результатов.

3.3. Составить рекомендации по коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии. Содержание: составление рекомендаций по коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии. Методы: анализ и

обобщение литературы. Формы: составление рекомендаций по коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии.

1-й этап «Анализ теоретических предпосылок исследования психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии как психолого-педагогической проблемы»

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственность
1.1. Проанализировать феномен психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии в психолого-педагогической литературе.	Изучение проблемы в психолого-педагогической литературе, анализ, обобщение, структурирование теоретического материала, выявление основных понятий, характеристик.	анализ и обобщение литературы	работа с научной литературой	2	Октябрь	Студент
1.2. Выявить особенности самооценки старших дошкольников.	Изучение особенностей самооценки старших дошкольников в психолого-педагогической литературе, анализ, обобщение, структурирование теоретического материала, выявление основных понятий, характеристик.	анализ и обобщение литературы	работа с научной литературой	2	Октябрь-Ноябрь	Студент
1.3. Сконструировать модель психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии.	Разработка модели психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии.	Моделирование	работа с научной литературой	3	Ноябрь	Студент

2-й этап «Проведение исследования коррекции самооценки старших дошкольников»

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственность
2.1. Охарактеризовать этапы, методы, методики исследования	Характеристика этапов, методов, методик исследования	анализ научной литературы	работа с научной литературой	2	Декабрь	Студент
2.2. Охарактеризовать выборку и анализ результатов констатирующего эксперимента	Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента	наблюдение, анализ результатов констатирующего эксперимента	наблюдение за классом, проведение и обработка методик	3	Февраль	Студент

3-й этап «Анализ опытно-экспериментального исследования психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии как психолого-педагогическая проблема»

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственность
3.1. Разработать и апробировать программу психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии	Разработка и проведение программы психолого-педагогической коррекции самооценки старших дошкольников методом арт-терапии	работа с литературой	составление и проведение программы коррекции	10	Январь-Февраль	Студент
3.2. Провести анализ результатов повторного диагностического исследования	Проведение повторной диагностики и анализ результатов	Анализ результатов	проведение и обработка методик	3	Февраль	Студент
3.3. Составить рекомендации по коррекции самооценки старших дошкольников	Составление рекомендаций по коррекции самооценки старших дошкольников	Анализ результатов	составление рекомендаций по коррекции самооценки старших дошкольников	3	Март	Студент