



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 подростков  
средствами арт-терапии

Выпускная квалификационная работа по направлению  
44.04.02 – Психолого-педагогическое образование  
Направленность программы магистратуры  
«Психолого-педагогическое консультирование»  
Форма обучения заочная

Проверка на объем заимствований:

74,9 % авторского текста  
Работа рекомендована к защите  
рекомендована/не рекомендована  
«2» 08 2022 г.  
зав. кафедрой ТиПП  
Кондратьева О.А.

Выполнил (а):

Студент (ка) группы ЗФ-310/270-2-1  
Пономарева Ольга Николаевна  
Научный руководитель:  
доцент кафедры ТиПП, к.псх.н.  
Шаяхметова Валерия Каусаровна

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ САМООЦЕНКИ СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ СРЕДСТВАМИ АРТ-ТЕРАПИИ	
1.1 Феномен самооценки в научной литературе.....	10
1.2 Характеристика самооценки в старшем подростковом возрасте.....	17
1.3 Модель психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии.....	25
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ САМООЦЕНКИ СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ	
2.1 Этапы, методы и методики исследования.....	34
2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования.....	40
ГЛАВА 3. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ САМООЦЕНКИ СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ СРЕДСТВАМИ АРТ-ТЕРАПИИ.	
3.1 Программа психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии.....	46
3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования.....	53
3.3 Психолого-педагогические рекомендации для родителей и педагогов по коррекции самооценки старших подростков.....	59
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	67
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	71
ПРИЛОЖЕНИЕ 1. Методики опытно-экспериментального исследования.....	79
ПРИЛОЖЕНИЕ 2. Результаты исследования.....	94
ПРИЛОЖЕНИЕ 3. Программа психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии.....	97
ПРИЛОЖЕНИЕ 4. Результаты опытно-экспериментального исследования.....	101
ПРИЛОЖЕНИЕ 5. Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику.....	106

## ВВЕДЕНИЕ

Современное общество, в связи с происходящим процессом преобразований, направленных на все сферы общественных отношений, переживает своеобразный кризис ценностных и мировоззренческих ориентиров. В связи с этим все большее внимание обращается в сторону воспитания, здоровья человека, как физического, так и психологического. Освещаются вопросы детско-родительских взаимоотношений, личных границ, целеполагания, самоорганизации, и, в том числе, самооценки.

Вопрос низкой или завышенной самооценки актуален для людей разных возрастных категорий и имеет разнообразные формы проявления в жизни человека. Наиболее острое влияние дисгармоничного отношения к себе и к результатам своей деятельности наблюдается в подростковом возрасте.

В настоящее время подростковая самооценка является одним из острых вопросов. Эта тема активно обсуждается как в России, так и за рубежом, и имеет большое количество разнообразных направлений изучения, выводов и формулировок. Средства массовой информации, образовательные учреждения, дома юношеского творчества и досуга, психологические службы, помимо научных деятелей в области психологии уделяют внимание этому вопросу. Причин тому много, от вспышек агрессии и асоциального поведения, до депрессий, расстройств психики и летальных исходов среди подростков. Безусловно нельзя отнести эти состояния только к влиянию самооценки, однако самооценка является важным аспектом диагностики такого поведения.

Необходимость формирования, коррекции и поддержания адекватного уровня самооценки индивида регламентирована многими документами государственного образца.

Так, в Федеральном законе «Об образовании в РФ» [59] говорится о том, что основное общее образование направлено как на становление и

формирование личности обучающегося, так и на развитие его нравственных убеждений, культуры межличностного и межэтнического общения, способности к социальному самоопределению и самопознанию, навыков рефлексии, инструментом которых является самооценка.

В свою очередь Федеральный государственный образовательный стандарт определяет адекватную самооценку, как одно из условий развития личности, имеющей способность к самоактуализации и готовность к высокому уровню социальной мобильности [58].

Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности, опирающаяся на Конституцию РФ, также имеет формулировку социального заказа современному образованию как системе общих педагогических требований. Этот заказ в отношении духовно-нравственного развития личности характеризует его как «последовательное расширение и укрепление ценностно-смысловой сферы личности, формирование способности человека оценивать и сознательно выстраивать на основе традиционных моральных норм и нравственных идеалов отношение к себе, другим людям, обществу, государству, Отечеству, миру в целом».

Подростковый возраст является очень чувствительным, с точки зрения состояния психики, что обусловлено качественными изменениями в восприятии норм, ценностей и авторитетов. На собственную оценку подростка себя, своих поступков, мыслей, целей, желаний, действий и результатов оказывает влияние оценка со стороны окружающих. В равной степени важной будет оценка и со стороны сверстников, и со стороны взрослых. В некоторой степени оценка сверстников оказывает большее влияние на формирование самооценки подростка, так как является более эмоционально и чувственно наполненной.

Говоря о таком влиянии мнения окружения важно отметить тот факт, что зачастую такие оценки достаточно субъективны и редко имеют что-то общее с действительностью, в чем и состоит основная трудность

поддержания формирования нормального уровня подростковой самооценки.

Для обеспечения такой поддержки необходимо внимание со стороны родителей, учителей и психологической службы школы, постоянный мониторинг изменений и результатов, помощь в правильном и экологичном отношении к неудачам, ошибкам, промахам и словам окружающих. Такое воздействие позволит подростку выстроить крепкую и уверенную систему взаимоотношений с собой и с окружающими, а также удовлетворить такие фундаментальные потребности личности, как потребность в признании, уважении, нужности, принадлежности.

Негативные оценки и высказывания в сторону самого подростка, его внешности, поведения, поступков могут создавать отрицательный эмоциональный фон, провоцируя проявления стресса, депрессии, агрессии. Длительное нахождение в такой обстановке, где нет возможности защититься или отстраниться от негативного влияния, способствует развитию и усугублению этих состояний и реакций психики, что зачастую приводит к частым конфликтам, проявлениям физической агрессии, аутоагрессии, а также, в силу хрупкости и нестабильности нервной системы и психики, может привести к рецидиву и плачевным последствиям. Под такими последствиями подразумевается причинение вреда как себе, так и окружающим.

В рамках образовательного процесса, по причине того, что именно в образовательном учреждении подросток проводит большую часть времени, взаимодействуя с одноклассниками, друзьями, учителями, реализуя свой потенциал и получая непосредственные результаты и оценки, большая роль отводится работе психологической службы образовательной организации. Внимание, мониторинг, своевременная диагностика и принятые меры со стороны психолога могут решить огромное количество проблем самооценки подростка на начальном этапе, что позволит избежать

негативного влияния таких проблем и обойтись без глубинного вмешательства в психические процессы.

Негативное отношение и отвержение подростка в том коллективе, в котором он чаще всего находится, развивается, работает над собой, внутри которого происходит воспитательный и образовательный процесс, зачастую это класс или группа, может привести к тому, что подросток начнет избегать нахождения в таком коллективе. В этом случае есть риск снижения мотивации, успеваемости, гармонии и адекватности в реакциях и поведении, а также повышается вероятность попадания в «плохую» компанию вне учебного заведения и дома.

Такие события являются индикатором формирования заниженной самооценки и требуют особого внимания к подростку со стороны родителей и школьной психологической службы.

Анализ психолого-педагогической литературы показал, что вопросами формирования психики подростков, в том числе становления подростковой самооценки занимались такие педагоги и психологи, как: Л.С. Выготский, М. М. Рубинштейн, Л. И. Божович, Р. Г. Гурова, Я. Л. Коломинский, Н. С. Лейтес, И. С. Полонский, В. А. Сухомлинский, Л. И. Уманский, П. М. Якобсон, М. М. Яценко и другие.

Исследование формирования психики подростка в процессе его проявления и реализации в различных сферах жизнедеятельности, таких как семья, школа, кружки и секции, межличностное взаимодействие со сверстниками является довольно разнообразным. Однако, в контексте психологического здоровья, самооценка показана опосредовано, как в нормативных актах, так и в психолого-педагогических исследованиях. Мы можем сделать самостоятельный вывод, на основе изученных материалов, что вкупе с другими факторами, достижение поставленных государством и обществом целей, связанных с развитием и становлением личности, во многом объединяется и исходит из работы с самооценкой.

Программ, практик, направленных на поэтапное формирование самооценки детей, на коррекцию низкой или завышенной самооценки, которые, исходя из заявленной в документации важности являются необходимыми, было обнаружено очень мало. На основании данного противоречия была сформулирована тема нашего исследования.

Цель исследования – теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии.

Объект исследования: самооценка старших подростков.

Предмет исследования: психолого-педагогическая коррекция самооценки старших подростков средствами арт-терапии.

Гипотеза исследования: уровень самооценки старших подростков изменится до адекватного, если применить программу психолого-педагогической коррекции самооценки средствами арт-терапии.

Задачи исследования:

1. Изучить и проанализировать методическую и научную психолого-педагогическую литературу по теме исследования.
2. Рассмотреть характеристики самооценки в старшем подростковом возрасте.
3. Составить и теоретически обосновать модель психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии.
4. Определить этапы, методы и методики исследования самооценки старших подростков.
5. Охарактеризовать выборку и проанализировать результат исследования самооценки старших подростков.
6. Составить программу психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии.

7. Провести анализ результатов опытно-экспериментального исследования эффективности психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии.

Для решения поставленных задач и проверки гипотезы использован комплекс следующих взаимодополняющих методов.

Теоретические: анализ методологической и научной литературы по проблеме исследования, моделирование, целеполагание.

Эмпирические: констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование, проективный метод.

В качестве конкретных методик сбора эмпирических данных были использованы (Приложение 1):

1. Методика определения самооценки Т.В. Дембо - С.Я. Рубинштейн – психодиагностическая методика, направленная на изучение уровней самооценки испытуемого.

2. Методика исследования самооценки личности С.А. Будасси – основанная на способе ранжирования методика, позволяющая провести количественное исследование самооценки.

3. Методика «Несуществующее животное» М.З. Дукаревич – проективная методика, предназначенная для выявления личностных черт, бессознательных личностных конфликтов, установок, увлечений и потребностей.

Теоретико-методологическую основу исследования составили:

1. Культурно-историческая концепция Л.С. Выготского.
2. Концепция психического развития ребенка Д. Б. Эльконина.
3. Теория «Я-концепции» У. Джеймса.
4. Положения о структуре «Я-концепции» Р. Бернса.
5. Эпигенетическая теория развития личности Э. Эриксона.

Теоретическая значимость проведенного исследования состоит в обосновании возможностей средств арт-терапии в процессе коррекции когнитивного и эмоционального компонентов самооценки, а также в



создании модели психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии.

Практическая значимость исследовательской работы заключается в формировании программы психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии, а также психолого-педагогических рекомендаций, которые могут быть использованы психологами, педагогами-психологами.

Апробация результатов исследования:

- Конференция по итогам НИР.
- XVI Областная студенческая конференция «От студенческого творчества – к научному исследованию».
- Выступление на педагогическом совете по вопросам помощи студентам в адаптации к новой ступени образования.

База исследования: муниципальное казенное образовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 9». Ученики 8 класса, 29 человек, 10 мальчиков и 19 девочек. Возраст испытуемых 14-15 лет.

# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ САМООЦЕНКИ СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ СРЕДСТВАМИ АРТ-ТЕРАПИИ

## 1.1 Феномен самооценки в научной литературе

Понятие «самооценка» в психологической науке формировалось постепенно. Большое внимание самооценке уделяется как в зарубежной, так и в отечественной литературе. Результаты изучения этой проблемы представлены в трудах таких зарубежных и отечественных авторов, как: Р. Бернс, Л.В. Бороздина, Л.С. Выготский, А.И. Липкина, В.С. Мухина, Л.А. Редуш, А.А. Реан, С.Л. Рубинштейн, Л.А. Рыбак, З. Фрейд и др.

Важно отметить, что, несмотря на высокий уровень обсуждений понятия самооценки в научном мире, точного определения сформулировано не было. Различные авторы трактуют ее по-разному: как автономную характеристику личности, отражающую специфику ее внутреннего мира; как личностное образование, влияющее на регуляцию поведения человека в тех или иных ситуациях.

Определение самооценки сформулировано во многих источниках литературы. Так, в психологическом словаре это определение звучит следующим образом: «Самооценка – это представление человека о самом себе, своих возможностях, качествах, а также месте среди других людей» [27].

В отечественной психологии под глобальной самооценкой имеется в виду особое аффективное образование личности, которое является результатом интеграции самопознания и эмоционально-ценностного самоотношения (И.И. Чеснокова [56]) или общее чувство «за» или «против» себя как совокупность позитивных и негативных моментов самоотношения. Следует отметить, что в отечественной психологии понятие целостной общей самооценки развития не получило: большее число исследователей склонно рассматривать самооценку как частный случай, связанный с

конкретным индивидом и проявляющийся особым образом, индивидуально. Общей характеристики отношения человека к себе, к своим результатам и деятельности, применимой для большинства людей, принято не было.

В работах отечественных психологов, таких, как Б.Г. Ананьев, А.Н.Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, В.В. Столин, В.С. Мухина и др. самооценка трактуется как стержень процесса самосознания, его интегрирующее начало; это личностный аспект, органично включенный в самосознание, показатель индивидуального уровня его развития.

А.Г. Спиркин [22, с.24] отмечает, что личность является самооценивающимся существом. По утверждению И.С. Кона [28, с.12] самооценки человека — это своеобразные когнитивные схемы, которые обобщают прошлый опыт личности и организуют, структурируют новую информацию относительно данного аспекта «Я».

Л.В. Бороздина считает, что самооценка — это наличие критической позиции индивида по отношению к тому, чем он обладает, а также оценка с точки зрения определенной системы ценностей [16, с.99].

Отечественные психологи, рассматривая самооценку, в первую очередь подчеркивают важность деятельности человека. Так, по мнению А.Н. Леонтьева [9, с.34] самооценка – одно из существенных условий, благодаря которым индивид становится личностью. Она выступает как мотив и побуждает человека соответствовать уровню ожиданий и требований окружающих и уровню собственных притязаний.

Основываясь на мнении А.И.Липкиной [34, с. 36], которая считает, что самооценка – это оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. Автор считает, что взаимоотношения человека с окружающими, его критичность, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам, напрямую связаны с уровнем самооценки. Тем самым самооценка влияет на эффективность деятельности человека и дальнейшее развитие его личности.

Достаточно полно определение самооценки отражено в трудах ученого В.С. Агапова: «самооценка это наличие критической позиции индивида по отношению к тому, чем он обладает» [17, с.68]. Он опирается на точку зрения Л.В. Бороздиной, считающей, что самооценка – «это не констатация имеющегося потенциала, а именно его оценка с точки зрения определенной системы ценностей. По итогам проводимой самооценки формируется то или иное отношение к себе, позитивное или негативное, с чертами отрицания, неприятия» [16, с.99].

«Самооценка – это специальная функция самосознания, не сводимая ни к образу Я, ни к самоотношению; самооценка служит источником пополнения знаний личности о себе» [17, с.68].

С. Куперсмит подразумевает под самооценкой отношение индивида к себе, которое складывается не сразу и приобретает привычный характер.

А.М. Колышко [43, с.33] отмечает, что наиболее устоявшимся в психологии является термин «общая» или «глобальная самооценка». Глобальная самооценка стала предметом исследовательского интереса психологов благодаря работам У. Джеймса [20, с.45], который отнёс самооценку к «первичным эмоциям», поставив её в один ряд с болью и гневом. Самооценка, согласно мнению У. Джеймса – это удовлетворенность или неудовлетворенность субъекта собой, т.е. самоотношение.

У. Джеймс считает, что у самооценки есть два варианта проявления. Первый вариант он определяет как самодовольство, второй – как недовольство собой. Каждый вариант включает в себя определенные группы чувств, противоположных друг другу, и несмотря на то, что человек в равной степени испытывает все эти чувства в разные периоды своей жизни, существует постоянный тон самоощущения. Этот тон создается из отношения реальных способностей и успехов к потенциальным, на высоту и качество результатов которых мы рассчитываем.

З.Фрейд [54, с.67] не уделяет теме самооценки большого внимания в своих работах, и считает, что человек в реальности не осознает себя, а также

истинной причины и мотивов своих поступков и чувств, в основном связывая самооценку с функцией «супер эго».

Р. Бернс рассматривает самооценку в рамках структуры «Я-концепции», которая связана с самооценкой как совокупностью установок «на себя» и определяется как «совокупность всех представлений индивида о себе, сопряженных с их оценкой» [11, с.30].

По мнению Бернса, существует три существенных фактора, входящих в определение самооценки и влияющих на нее. Первым фактором является сопоставление образов Я-идеальное и Я-реальное. Чем выше совпадение реального и идеального Я, тем характеристики самооценки более близки к норме. Этот фактор отражен во многих диагностических методиках.

Следующий фактор связан со склонностью индивида оценивать себя так, как, он считает, его оценивают окружающие. То есть восприятие себя и оценка своих качеств, действий и результатов зависит от посторонних реакций или поддается стороннему влиянию.

Заключительный фактор, оказывающий влияние на формирование самооценки – реальные достижения личности. Уровень самооценки здесь прямо пропорционален значимости успехов и достижений.

По мнению Э. Эриксона [64, с.53], одного из основоположников эго-психологии, становление сознательного Я происходит внутри системы, важные роли в которой играют воспитательный процесс и социокультурное влияние на личность. Данная теория раскрывает процесс становления самосознания и самооценки в рамках индивидуально-психологического плана.

Э. Эриксон рассматривает процесс развития личности и становления ее самосознания как поэтапную смену стадий, характеризующихся как определенными соматическими, так и качественными эмоциональными особенностями. Каждая стадия сопровождается кризисом, преодоление которого является поворотной точкой в формировании человека как члена

общества. Благоприятность развития личности зависит от психологического багажа, с которым индивид вступает в каждый последующий этап.

Самооценка составляет форму и содержание социализации, являясь одним из важнейших результатов воспитания и обучения [20]. Опираясь на научные исследования и данные можно сказать, что повышение самооценки имеет огромное значение в жизни индивида, становясь важным ценностным аспектом.

Изучение всего связанного с самооценкой дает понимание причин успехов и неудач человека в той или иной деятельности, в обучении, в решении жизненно важных проблем, а также понимание причин поведения в целом. Соответственно, прослеживается прямая взаимосвязь между отношением к себе, восприятием себя, поведением, успеваемостью и тд.

К основным функциям самооценки [49] относятся такие функции, как:

1. Регуляторная. Эта функция контролирует процесс решения различного рода задач и отвечает за принятие решений.
2. Защитная. Данная функция имеет отношение к обеспечению поддержания адекватного уровня относительной независимости личности и ее стабильности.
3. Развивающая. Обеспечивает мотивацию к развитию личности.

Регуляторная функция самооценки, помимо влияния на принятие решений и выполнение различного рода задач состоит в регуляции поведения и является необходимым для этого условием. Своеобразное, творческое отношение к собственной личности считается наивысшей формой саморегуляции, основывающейся на самооценке. Такое творчество проявляется в стремлении к изменениям, улучшениям себя и своих качеств, и соприкасается с другой функцией самооценки – развивающей. Говоря о защитной функции самооценки важным обстоятельством является то, что воспроизведение этой функции, обеспечивая относительную стабильность и автономность личности, может вести к искажению проживаемого опыта.

Особое внимание обращается на педагогическое осмысление микросоциальной обстановки, которая играет большую роль в становлении здорового самосознания личности [64, стр. 70]. Исследованиями подтверждается тот факт, что неадекватный уровень самооценки является фоном неудовлетворительной успеваемости, незаинтересованности, пониженной мотивации, агрессивного поведения. Трудности многих неуспевающих людей напрямую связаны с уровнем их самооценки, с убежденностью в неспособности, недостойности, а не с реальной умственной или физической неполноценностью.

Наиболее яркий характер проявления этих факторов наблюдается внутри неблагополучной среды и условий жизни, что также свидетельствует о внешнем влиянии окружающей среды и ее тона на самооценку индивида, и, как следствие, на качество и продуктивность его деятельности.

Положительное представление о себе является условием улучшенной адаптации, способности к преодолению трудностей, успешного выстраивания коммуникации, тогда как отрицательное повышает уровень тревожности, напряжения, тормозят процесс приспособления к жизни.

Феномен самооценки рассматривается с разных сторон [11, стр. 45]. Положительную Я-концепцию определяют такие факторы, как: твердая убежденность в том, что индивид импонирует другим людям, уверенность в своих способностях и чувство собственной значимости. Эти характеристики приобретаются в процессе межличностного взаимодействия внутри определенной социальной и культурной среды.

На развитие у индивида положительных и отрицательных представлений о себе в равной степени влияют и школа, и семья. Вкупе они создают для него как впечатление его большой ценности и уникальности, так и никчемности, бесполезности и ненужности, в зависимости от характера обратной связи. Этот факт касается всех сторон жизни индивида: эмоционально-чувственной, социальной, физической и т.д.

Оценка себя в целом, с точки зрения хорошего и плохого, считается общей самооценкой, тогда как оценку собственных достижений принято называть самооценкой частной (парциальной). Также выделяют актуальную самооценку, относящуюся к оценке того, что уже достигнуто, и потенциальную, когда личность оценивает свои возможности и способности. Последний тип самооценки также называют уровнем притязаний личности [32, стр. 5].

Когда личность оценивает себя и свои способности объективно, в соответствии с реальным положением вещей, самооценку можно назвать правильной (адекватной). На этом уровне самооценки человек объективно соотносит свои возможности и способности, достаточно критически относится к себе, стремится реально смотреть на свои неудачи и успехи, старается ставить перед собой достижимые цели, которые можно осуществить на деле. Оценка достижений также происходит как самостоятельно, исходя из собственных представлений, мер и притязаний, так и с опорой на общественное восприятие и нормы. Если же оценка человеком самого себя имеет значительные расхождения с видением его со стороны окружающих, можно судить о том, что его самооценка не является адекватной.

Неадекватная самооценка в свою очередь подразделяется на завышенную и заниженную. При заниженной самооценке индивид оценивает себя ниже реальных возможностей [34, с.29]. Следствием заниженной самооценки является неуверенность в себе и своих силах, тревожность, отсутствие мотивации, невозможность реализации возможностей и способностей, отсутствие инициативы, апатия, чрезмерная категоричность и самокритичность.

Завышенная самооценка также имеет ряд негативных проявлений в виде чрезмерной агрессии, нетерпимости к критике, нежелания совершенствовать навыки и умения, что в свою очередь приводит к



сокращению возможностей для достойной реализации потенциала, отсутствию личностного роста.

Адекватно высокая самооценка позволяет обращаться к другим с уважением и добрыми намерениями; иметь убежденность в том, что ты достоин успеха; добиваться высокого уровня социальной кооперации; чувствовать собственную значимость в деятельности.

Адекватная самооценка ведет, как правило, к самокритичности и требовательности к себе, формирует уверенность в своих силах, определенный уровень притязаний личности.

Таким образом, самооценка представляет собой отражение степени развития у индивида самоценности, самоуважения, положительной реакции на все то, что входит в зону его Я или является результатом его деятельности. В ряду исследователей, занимающихся разработкой субъективной сферы личности, проблемой самооценки, представители разных психологических школ рассматривают самооценку в соответствии и в контексте самосознания личности или категории «Я», либо в зависимости от ее компонентов (регулятивного, эмоционального, когнитивного).

## 1.2 Характеристика самооценки в старшем подростковом возрасте

В течение жизни, ежедневно, человек находится в непрерывном ощущении своего Я, в процессе самоидентификации и оценки себя и своих действий. Самооценка проявляется в сознательных попытках формулировки своей значимости, а также в бессознательных, внутренних ощущениях. Оценочные характеристики основываются на общепризнанных нормах, критериях, целях, правилах поведения, моральных принципах и т.д. Из этого исходит тот факт, что некоторые оценки могут не соответствовать нормам или ожиданиям, что, в свою очередь, провоцирует внутренние переживания разнообразной величины.

Старший подростковый возраст – это самый трудный и самый сложный из всех детских возрастов, представляющий собой период

становления личности. Возрастные ограничения старшего подросткового возраста разными учеными рассматриваются по-разному. Хронологические грани старшего подросткового периода и периода ранней юности весьма условны [31, с.21], так как частично пересекаются. Возраст, находящийся в промежутках между 14-15 и 16-17 годами в одних случаях определяется как ранняя юность, в других — как старший подростковый возраст.

В схеме возрастной периодизации онтогенеза подростковый возраст был определен как 13-16 лет для мальчиков и 12-15 лет для девочек.

По мнению Д.Б. Эльконина [63, с.58], «подростничеством» является возрастной промежуток от 11 до 17 лет, в котором 15-17 лет относятся к старшему подростковому периоду.

Наиболее важным отличительным признаком этого периода являются фундаментальные изменения, происходящие в сфере самосознания подростка, которые имеют кардинальное значение для всего последующего развития и становления подростка как личности [41, с. 58].

Перестройка и изменения связаны с умственным развитием и с возникновением вопросов о себе, осознанием многогранности мира, многообразием углов зрения для самопознания и самооценки. Еще одним важным приобретением этого возрастного периода является открытие внутреннего мира и активация внимания, направленного на него, т.е. внутрь себя.

В детстве человек учится воспринимать и осознавать внешние проявления мира, свои и чужие поступки, свои реакции на внешние раздражители, тогда как психические состояния не распознает или не отделяет от общего варианта восприятия. Старший подростковый возраст граничит с периодом ранней юности и предполагает разделение внешнего, субъективного опыта, от своих ощущений и себя в целом.

Развитие самосознания, как одной из важнейших сторон самооценки является сложным и длительным процессом, который сопровождается у

подростка целой гаммой специфических чувств и осложняется внутренними конфликтами и переживаниями [33, с.17].

Проявление осознания своей уникальности и индивидуальности провоцирует обострение ощущение одиночества и пустоты, создавая потребность в ее заполнении межличностным общением. Повышается также уровень избирательности круга лиц, с кем будет происходить активная коммуникация.

Подростки в большей степени подвержены депрессивным состояниям, вытекающим из впечатления о негативном восприятии его личности и внешности родственниками, сверстниками, друзьями, учителями и другими людьми. Они больше подвержены мотивации одобрения со стороны, больше озабочены своей внешностью.

Л.С. Выготский [14, с.25] давал определение подростковому возрасту как историческому образованию и проводил взаимосвязь между продолжительностью подросткового периода и уровнем развития общества. По его мнению, подростковый возраст является наиболее изменчивым и нестабильным, подверженным влиянию неблагоприятных условий, к основным характеристикам которого относится рост интереса индивида к собственной личности, стремление к более глобальным целям, максимализации, направленность на преодоление, сопротивление, риск, тяга к приключениям.

Изменение социальной ситуации развития личности делает подростковый возраст переходным, а также достаточно трудным, и, в какой-то мере критическим. Чем ближе подросток подходит к границе юношеского возраста, тем быстрее повышается его потребность в сепарации от родительской семьи, достижение собственной независимости и самостоятельности.

С. Холл [26, с.34] ввел в психологию представление о подростковом возрасте как кризисном периоде развития. В своих работах он на противоречивость поведения подростка, которая выражается в замене

активности в общении замкнутостью, уверенности в себе – сомнениями и неуверенностью. Кризисные, негативные явления данного периода жизни С. Холл связал с переходностью, промежуточностью данного возраста в онтогенезе. Частые конфликты с окружающими, обидчивость, ранимость, повышенная тревожность или агрессивность, грубость, нежелание идти на компромисс – все эти состояния являются следствием возрастного периода и связанного с ним состояния психики.

Старший подростковый возраст является наиболее остро протекающим переход от одной ступени физиологического и личностного развития к другой, а именно от детства к взрослости. Этот переход характеризуется и позитивными и негативными проявлениями. К позитивным проявлениям можно отнести стремление к самостоятельности, расширение сферы деятельности, рост ответственности в поступках и поведении, повышение содержательности взаимоотношений с окружающими. Негативными проявлениями становятся изменения в системе интересов, ее возможное сужение или полная перестройка, дисгармония в строении личности, протестующий характер общения.

Именно в старшем подростковом возрасте завершается оформление той схемы поведения, которая будет влиять на физическое и психическое здоровье, на всю дальнейшую общественную и личную жизнь, на развитие навыка коммуникации, представление и выражение себя, своих мыслей, творческих способностей и т.д.

К наиболее значимым признаками старшего подросткового возраста, по мнению Т.В. Драгуновой [46, с.65], относится переход к взрослости. Взрослость подразделяется на несколько видов, каждый из которых подразумевает свои, определенные характеристики.

Первый вид определен подражанием взрослости по внешним признакам. К таким признакам можно отнести употребление алкоголя, курения, внедрение в речь нецензурных слов, способы ухаживаний, кокетства, а также формирование взрослого внешнего вида посредством

одежды, использования косметики, украшений и пр. Моментом, определяющим этот вид взрослости, является утрата познавательного интереса и смещение фокуса внимания на времяпрепровождение, общение, развлечения. Все эти формы «взрослого» поведения формируют несколько конфликтную область взаимодействия взрослых и подростков, помимо значимости добавляя сложности понимания [46, с.66].

Второй вид соотносится со стремлением мальчиков равняться на качества, присущие «настоящему мужчине». К таким качествам относятся сила, мужество, выносливость, воля, верность и другие. Спорт часто становится основным средством самовоспитания.

Третий вид характеризуется социальной зрелостью. Подросток стремится овладеть различными взрослыми умениями, характерными для своей гендерной самоидентификации, проявлять заботу о близких, сотрудничать со взрослыми и занять место помощника взрослого.

Заключительный вид взрослости по мнению Т.В. Драгуновой [46, с.66] относится к интеллектуальной взрослости. Подросток стремится к активной познавательной деятельности, выходящей за границы привычной умственной деятельности, т.е. посещать дополнительные занятия, кружки, секции, выставки. Большую часть знаний и умений старается приобретать самостоятельно. Критическим моментом данного вида взрослости становится то, что в действительности место взрослого подросток занять не может и имеет возможность только для поиска своего места в детском кругу.

Связанный с этим переход индивида на качественно новую социальную ступень, которая характеризуется активным формированием и развитием личности, ее самосознания, можно считать одним из важнейших моментов подросткового периода. Подросток постепенно отказывается от реакций психики, выражающихся в непосредственном копировании поступков, поведения и реакций взрослых, формирует собственные внутренние критерии оценивания ситуаций и процессов и в большей степени опирается на них. Самооценка подростка начинает

оказывать прямое влияние на его поведение как внутри семьи, так и в кругу друзей, в коллективе, в конфликтных и проблемных ситуациях [32, с. 56].

Так как человек является существом социальным, первостепенность роли социального общения в процессе становления личности становится неоспоримой. Умение личности общаться играет большую роль в решении многих задач и проблем воспитания, поэтому для подросткового периода очень важно развитие организаторских и коммуникативных навыков. Развитый навык общения является показателем всестороннего развития личности, способствует упрощению построения взаимодействия подростка со сверстниками, тем самым оказывая влияние на уровень самооценки.

Общение является основой межличностных взаимоотношений, а межличностные отношения, в свою очередь, являются наиболее приоритетным видом общения у старших подростков. Значение общения в жизни подростков велико, так как именно оказывает влияние на то, будет ли успешна профессиональная деятельность, как сложится личная жизнь и жизненная активная позиция в целом [18, с. 128]. Когда взаимодействие человека со сверстниками, родителями, окружающими людьми нарушено, он начинает искать причины в себе, недостатки, отталкивающие привычки и черты, что неизменно влияет на уровень самооценки, значительно понижая его. Подросток становится неуверенным в себе, боится выражать себя, боится высказывать свое мнение, чаще зависит от оценок его качеств со стороны других людей.

Самооценка старшего подростка — компонент самосознания, включающий наряду со знаниями о себе оценку человеком своих физических характеристик, способностей, нравственных качеств и поступков. Несмотря на имеющиеся многочисленные исследования самооценки в детском возрасте, некоторые исследователи склонны считать ее новообразованием подросткового периода. Они утверждают, что самооценка является довольно поздним образованием и начало ее

реального действия нередко датируется лишь старшим подростковым возрастом [4, с. 60].

В процессе развития самосознания центр внимания старших подростков все более переносится от внешней стороны личности к ее внутренней стороне, от более или менее случайных черт — к характеру в целом. С этим связаны осознание — иногда преувеличенное — своего своеобразия и переход к духовным, идеологическим масштабам самооценки. В результате человек самоопределяется как личность на более высоком уровне.

При рассмотрении системы отношений между человеком и собственной личностью и человеком и миром, следует отметить тот факт, что самооценка – наиболее позднее психическое образование. Несмотря на вышесказанные характеристики самооценки, такие как нестабильность или хрупкость, в нормальном течении развития для старшего подросткового периода характерно повышение и стабилизация адекватного уровня самооценки. Это объясняется тем, что в данном возрастном периоде для индивида выделяются наиболее значимые критерии жизнедеятельности, характера, поведения и поступков, относительно которых подростки, как правило, оценивают себя довольно жестко, что указывает на их больший реализм.

С точки зрения показателей уровня самооценки, низкий уровень является самой распространенной проблемой среди подростков, на которую влияет множество факторов и которой следует уделять своевременное и пристальное внимание.

Адекватный уровень самооценки присущ подросткам с установками на будущую профессию. Также большое значение для адекватного уровня самооценки имеет высокая оценка выполнения норм поведения со стороны взрослых.

Завышенную самооценку вызывает у подростка низкая оценка его поведения сверстниками, заниженную же самооценку — низкая психологическая устойчивость.

Изменения в содержательной стороне самооценки наиболее заметны в старшем подростковом возрасте [4, с. 65], так как этот возрастной период имеет очень сжатые по продолжительности сроки и довольно широкий спектр внутренних, внешних и социальных перемен, которые совместно влияют на личность индивида. В том числе, именно в этот период происходит построение полного, цельного представления о себе, тогда как в детстве оно в большей степени является фрагментарным и сопоставляемым с какими-либо конкретными событиями или ситуациями.

Подросток осознает в себе большое количество качеств, сторон личности, самооценка становится более обобщенной, меняется отношение к ошибкам и недостаткам.

Суждения старших подростков о себе передают их настроение, ощущение радости бытия, взгляд на мир и ощущение причастности к процессам мироздания. Подростки раскрывают себя в учебной деятельности, в увлечениях, в стремлении к познанию. Ориентация на рост, выдающаяся склонность к постановке идеализированных Я-образов, для многих становится тем самым травмирующим моментом, который ведет к разочарованиям и тревоге, к росту агрессии и злобы, так как имеет большой разрыв между реальными возможностями личности и тем идеальным вариантом, который был задан.

Исходя из анализа психолого-педагогических исследований можно сказать, что в содержании самооценки старших подростков преобладают основные моральные черты — доброта, честность, справедливость. Довольно высокий уровень самокритичности подростков позволяет им признавать в себе много отрицательных качеств и осознавать необходимость от них избавиться.



Современному подростку в сегодняшних политических, социально-экономических и социокультурных обстоятельствах трудно сориентироваться, выбрать профессию, выстроить собственные цели и здоровую, позитивную картину мира. Эти трудности соприкасаются и оказывают влияние и на уровень самооценки, и на самоидентификацию, и на вопросы мотивации к личностному росту. Именно это и является основанием к тому, чтобы подробнее изучить проблему и найти пути ее решения, чтобы иметь возможность оказать своевременную психолого-педагогическую помощь и поддержку.

### 1.3 Модель психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии

Психолого-педагогическая коррекция является направленным психолого-педагогическим воздействием на определенные психологические структуры с целью обеспечения полноценного развития и функционирования индивида. Данная коррекционная деятельность берет начало преимущественно в дефектологии и изначально применялась относительно вариантов аномального развития, представляя собой совокупность педагогических приемов и воздействий, которые могут быть направлены как на исправление, так и на компенсацию недостатков или отклонений в развитии психики ребенка.

Постепенно, по мере становления и развития психолого-педагогической деятельности, из области дефектологии коррекционное направление перешло в том числе в область нормального развития детской психики. В нормальном течении развития также встречаются различного рода нарушения, отклонения и расстройства, которые требуют не меньшего внимания, и, зачастую, индивидуального подхода.

Контроль динамики психического развития обучающихся, своевременная диагностика нарушений и выявление форм проявления отклонений дает возможность вовремя принять меры, прибегнув к

психолого-педагогическому коррекционному воздействию, ведь процесс развития, как считал Д.Б. Эльконин, является необратимым и не приемлет «рекламаций». Своевременность предпринятых мер может обеспечить обучающимся возможность повышения уровня успеваемости, способствовать раскрытию их талантов и способностей, а также предупредить необратимые последствия поступков и действий, связанных с влиянием кризисных и тяжелых психо-эмоциональных состояний.

Все вышесказанное применимо и к необходимости коррекции самооценки. Психолого-педагогическая коррекция самооценки старших подростков средствами арт-терапии направлена на выявление индивидов, чья самооценка находится на низком или завышенном уровне, последующую реализацию программы коррекции с применением средств арт-терапии.

При определении целей и задач коррекции необходимо учитывать, опираясь на мнение Л.С. Выготского, что основным содержанием коррекционной работы является создание зоны ближайшего развития личности и деятельности ребенка. Основой коррекции может быть целенаправленное формирование психологических новообразований, составляющих сущностную характеристику возраста.

Целью психолого-педагогической коррекционной работы в целом будет направленность на обеспечение полноценного психического и личностного развития ребенка.

Переходя к моделированию психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии, необходимо отметить тот факт, что первым этапом является целеполагание.

Целеполагание – одна из функций управления, которая заключается в постановке генеральной цели и совокупности целей, соответствующих процессу осуществления какой-либо идеи.

Одной из технологий целеполагания является построение «дерева целей». «Дерево целей» – это структурированная совокупность целей

системы, программы или плана. Впервые этот вариант визуализации структуры целеполагания был предложен Ч. Черчменом и Р. Акоффом в 1957 году. Данная технология часто используется в современном мире как часть большинства научных исследований, как структурная единица различных бизнес-стратегий, как главная система структурного анализа.

Термин «дерево» обусловлен спецификой составления алгоритмов с иерархической структурой, главной особенностью которой является наличие главной части (корня), от которой отходят дочерние, более мелкие по объему части (ветви), каждой из которых принадлежат еще более мелкие составляющие (листья). Соответственно, одно общее дробится на множественные частные, тем самым делая достижение главной цели поэтапным, детальным, понятным, позволяя охватить вниманием все необходимые области.

«Дерево целей» программы психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии (рисунок 1).

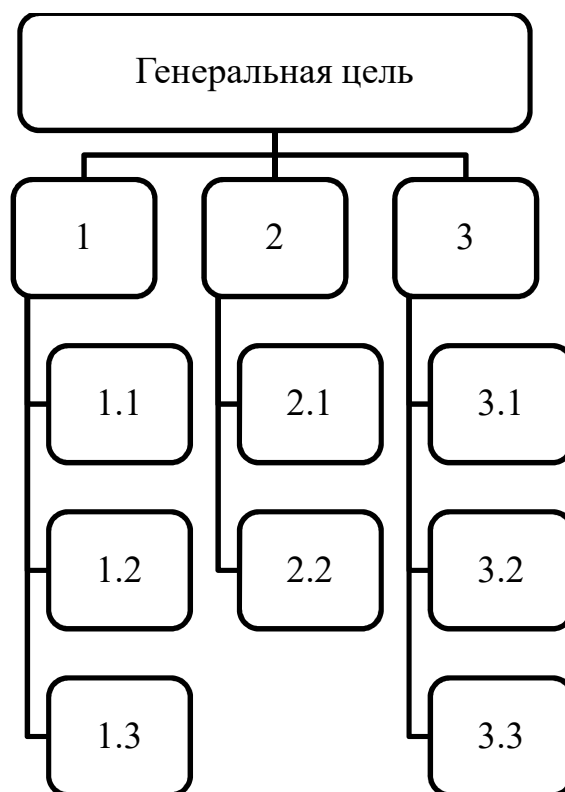


Рисунок 1 – "Дерево целей" психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии

Генеральная цель: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии.

1. Обосновать коррекцию самооценки старших подростков средствами арт-терапии.

1.1 Изучить феномен самооценки в методической и психолого-педагогической литературе.

1.2 Рассмотреть характеристики самооценки в старшем подростковом возрасте.

1.3 Составить и теоретически обосновать модель психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии.

2. Описать организацию исследования самооценки старших подростков.

2.1 Определить этапы, методы и методики исследования самооценки старших подростков.

2.2 Охарактеризовать выборку и проанализировать результат исследования самооценки старших подростков.

3. Произвести анализ эффективности опытно-экспериментальной программы психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии.

3.1 Составить программу психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии.

3.2 Провести анализ результатов опытно-экспериментального исследования эффективности психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии.

3.3 Сформулировать психолого-педагогические рекомендации для подростков, родителей и педагогов по коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии.

Следующий этап относится непосредственно к самому моделированию. Моделирование имеет тесную связь с некоторыми гносеологическими категориями, такими как абстракция, аналогия или гипотеза, и представляет собой процессы построения, изучения и применения моделей. Как «модель» определяется система объектов или знаков, которая воспроизводит необходимые для хода исследования существенные свойства системы-оригинала.

Впервые моделирование было применено в связи с изучением психофизических зависимостей, а также процессов памяти. Обширное применение метод обрел в 50-х годах 20-го века, благодаря активному развитию кибернетики, которое позволило смоделировать различные аспекты целенаправленной деятельности живых существ, а в последствии и сложных функциональных систем человеческого организма.

Моделирование в психологии имеет два направления развития:

1. Моделирование психики – знаковое (техническое) моделирование, включающее в себя имитацию механизмов, процессов и результатов психической деятельности.

2. Психологическое моделирование – моделирование, включающее в себя организацию и воспроизведение тех или иных видов деятельности с помощью конструирования среды, в которой эта деятельность происходит.

Психологическое моделирование является важной формой всех видов работы с психикой. Оно применяется в рамках психологических исследований, диагностик, в процессе консультирования и психологической или психолого-педагогической коррекции. На современном этапе, развитие метода психологического моделирования характеризуется такими критериями, как:

1) Разработка новейших подходов к измерению диагностируемых показателей.

2) Разработка динамических моделей взаимодействия систем психики.

3) Разработка моделей таких естественных систем, как менеджмент, психотерапия и другие.

4) Интерес к структурности переработки информации, когнитивным стратегиям.

5) Переосмысление, на основе современных этапов развития психологической науки, прежних подходов и теорий.

Проведенное в нашем исследовании целеполагание помогает определить структуру и состав модели психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии (рисунок 2).

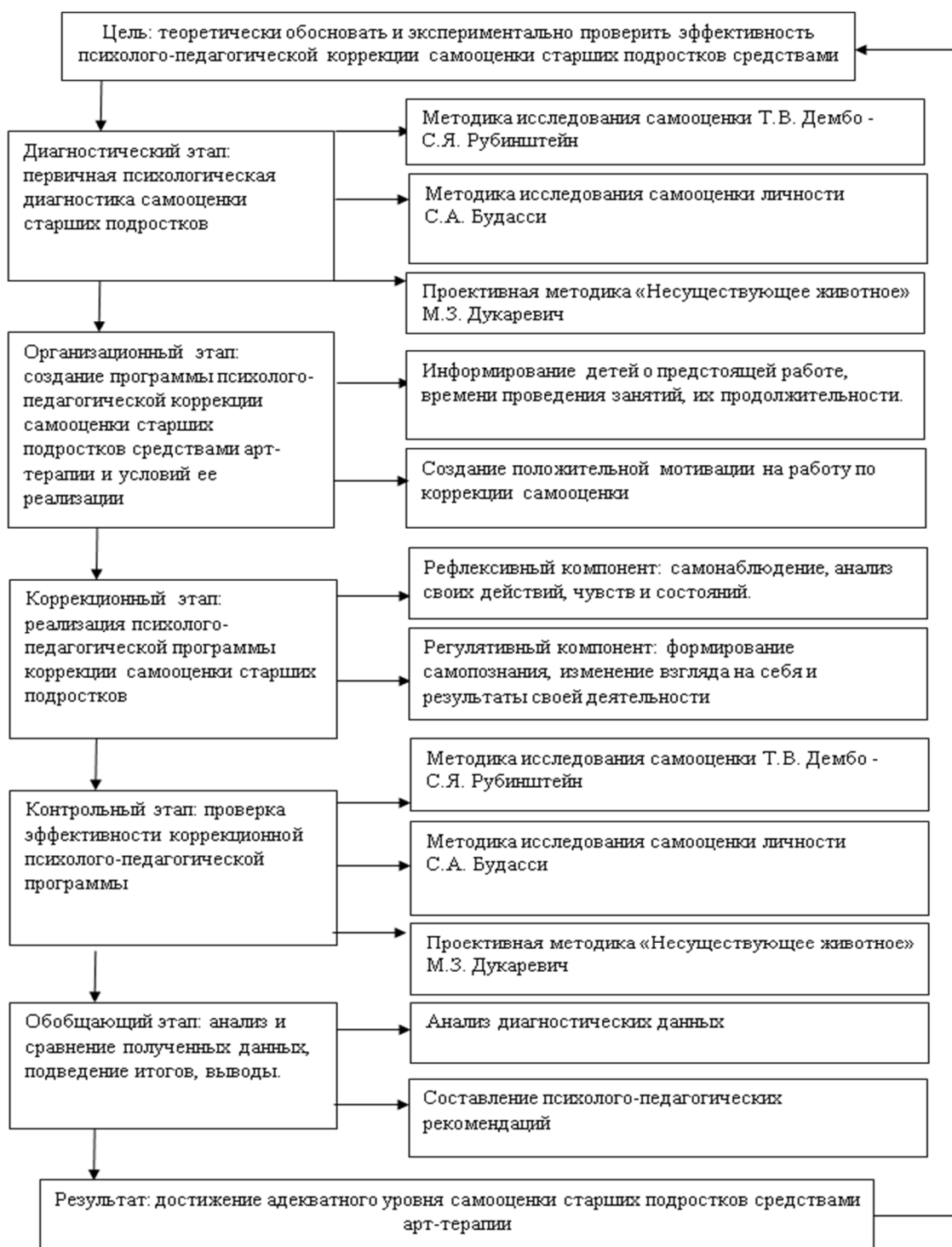


Рисунок 2 – Модель психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии

Подробнее рассмотрим блоки представленной модели и распишем цели каждого из них:

### 1. Теоретический блок

Цель: изучить психолого-педагогическую и методическую литературу по проблеме психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии.

Формами и методами работы на данном этапе будут: анализ, обобщение, моделирование.

## 2. Психодиагностический блок

Цель: провести диагностику исходного уровня самооценки старших подростков.

Подходящими формами и методами работы в этом блоке будут психодиагностические методы, а именно тестирование и наблюдение, и методы описательной статистики.

## 3. Коррекционно-развивающий блок

Цель: способствовать коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии.

Используемыми формами и методами могут быть: формирующий эксперимент в виде программы психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии; психолого-педагогические рекомендации подросткам, родителям и педагогам по коррекции самооценки старших подростков.

## 4. Блок контрольного исследования

Цель: провести диагностику уровня самооценки старших подростков после проведения коррекционной работы.

На данном этапе формами и методами работы могут служить психодиагностические методики и методы описательной статистики.

## 5. Блок оценки результатов исследования

Цель: проанализировать результаты проверки эффективности программы психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков.

Формы и методы: методы математико-статистического анализа; методы теоретического анализа и обобщения.



Результатом реализации модели является коррекция самооценки старших подростков до адекватного уровня.

Таким образом, было осуществлено целеполагание психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии на основании которого была составлена модель, которая состоит из пяти блоков и прогнозирует достижение адекватного уровня самооценки старших подростков.

### Выводы по главе 1

Самооценка является отражением степени развития у человека самооценности, самоуважения, позитивной реакции на себя, результаты своей деятельности, целеполагания и взаимодействие с миром. В ряду исследователей, занимающихся разработкой субъективной сферы личности, проблемой самооценки, представители разных психологических школ рассматривают самооценку в контексте самосознания, личности или категории «Я», либо в зависимости от ее компонентов (регулятивного, эмоционального, когнитивного).

Говоря о самооценке старших подростков, стоит отметить, что современному подростку в сегодняшних политических, социально-экономических и социокультурных обстоятельствах трудно сориентироваться, выбрать профессию, выстроить собственные цели и здоровую, позитивную картину мира. Эти трудности соприкасаются и оказывают влияние и на уровень самооценки, и на самоидентификацию, и на вопросы мотивации к личностному росту.

Таким образом, более подробное изучение проблемы самооценки старших подростков, ее коррекции, могут помочь в своевременном оказании необходимой психолого-педагогической поддержки и помощи, и разработка модели психолого-педагогической коррекции дает возможность прогнозирования ее результатов.

## ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ САМООЦЕНКИ СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ

### 2.1 Этапы, методы и методики исследования

Исследование самооценки старших подростков как процесс подразумевает под собой поэтапное выполнение работы. Каждый этап должен быть выстроен в соответствии с логическим порядком выполнения.

Исходя из этого, в работе были выделены следующие этапы организации и проведении исследования самооценки старших подростков:

1. Подготовительный этап. На этом этапе была сформулирована тема исследовательской работы, проблема исследования, выявлена и обоснована ее актуальность, цели, задачи; проведен анализ методической и научной психолого-педагогической литературы в рамках темы исследования; осуществлялся подбор методик диагностики самооценки старших подростков.

2. Опытно-экспериментальный. Данный этап характеризуется применением трех выбранных методик для диагностики самооценки старших подростков.

3. Обобщающий. На данном этапе, исходя из результатов, полученных в ходе диагностики, была сделана подробная характеристика выборки и проведен анализ результатов исследования.

К методам, использованным в исследовании самооценки старших подростков, относятся такие методы, как:

- теоретические;
- эмпирические.

Теоретические методы исследования подразумевают изучение проблемы в методической и научной психолого-педагогической литературе, выявление и формулировку сути основных понятий. К эмпирическим методам относятся: тестирование и математическая обработка данных.

Методики исследования:

1. Методика определения самооценки Т.В. Дембо – С.Я. Рубинштейн.
2. Методика исследования самооценки личности С.А. Будасси.
3. Методика «Несуществующее животное» М.З. Дукаревич.

Анализ методической и научной психолого-педагогической литературы необходим для того, чтобы изучить уже имеющийся накопленный опыт предшественников в рамках изучаемой проблемы, а также заполнить пробелы в изучении исследуемой темы. Также, важность подробного литературного анализа обусловлена необходимостью верификации результатов с последующей формулировкой выводов по собственному исследованию.

Не менее значим тот факт, что именно на основе анализа уже имеющейся научной базы можно выявить актуальность исследования конкретной проблемы, ее значимость, научную новизну. Помимо этого, в рамках научного исследования происходит овладение терминологией и овладение техниками, методами и методиками, что является необходимым условием успешного образовательного процесса.

Тестирование является экспериментальным методом психодиагностики, который позволяет измерить и оценить психологические качества и состояния индивида.

Результат тестирования – некоторая количественная характеристика, позволяющая на основании расчетов судить о выраженности исследуемого процесса у испытуемого. Она должна быть соотносима с установленными для данной категории испытуемых нормами. Таким образом, тестирование позволяет определить имеющийся уровень развития того или иного свойства в объекте исследования, для дальнейшего сравнения показателей с нормой, либо с результатами исследований, проведенных ранее.

Тестирование должно проходить в соответствии с правилами:

1. Сообщение цели исследования.

2. Ознакомление с инструкцией по выполнению тестовых заданий и уточнение понимания инструкции.
3. Организация спокойной обстановки для выполнения задания.
4. Наблюдение за соблюдением условия о самостоятельности выполнения заданий.
5. Соблюдение методических указаний по обработке полученных данных и интерпретации результатов.
6. Обеспечение конфиденциальности результатов проводимого исследования.
7. Ознакомление испытуемого (законного представителя) с результатами тестирования с соблюдением нравственных и этических норм.
8. Анализ и систематизация данных, сопоставление результатов, обобщение, формулировка общей картины и выводов.

Методики, используемые в исследовании, должны отвечать главным критериям качества:

- валидность. Применяемая методика подходит для измерения того критерия, на который она направлена;
- надёжность. Определяемая дисперсным и факторным анализом категория, характеризующаяся необходимой точностью получаемых с ее помощью психологических измерений;
- научность. Научная обоснованность применения методики для измерения конкретного критерия и ее связь с фундаментальными исследованиями.

Необходимо комплексное применение методик, так как в частых случаях преимущества одних методик компенсируют недочеты других, что позволяет получить наиболее точную и широкую картину по исследуемому фактору.

Исходя из вышеперечисленных критериев были выбраны и применены такие методики, как: методика определения самооценки Т.В. Дембо – С.Я. Рубинштейн (см. Приложение 1), методика исследования

самооценки по С.А. Будасси (см. Приложение 1) и методика «Несуществующее животное» М.З. Дукаревич (см. Приложение 1).

Методика исследования самооценки Т.В. Дембо - С.Я. Рубинштейн названа в честь двух ее авторов. Т. В. Дембо – изначальный автор методики, разработанной с целью изучения представлений о счастье. Далее эта методика была модифицирована С. Я. Рубинштейн, после чего стало возможным применение методики для изучения самооценки.

Каждое последующее усовершенствование сопровождалось добавлением оценочных шкал для того, чтобы наиболее полно исследовать самооценку индивида. В исследовании использовалась именно модифицированная методика, так как она является более полной с точки зрения исследуемых аспектов самооценки старших подростков. Тест на самооценку Т.В. Дембо – С.Я. Рубинштейн помогает определить несколько параметров:

- уровень самооценки;
- как человек воспринимает себя;
- настроение;
- адекватность;
- уровень зрелости;
- наличие или отсутствие проблем;
- уровень критичности;
- требовательность к себе;
- удовлетворенность своей жизнью.

В основе исследования самооценки по методике Т.В. Дембо – С.Я. Рубинштейн лежит метод самостоятельного оценивания испытуемыми качеств, присущих их личности. Каждому качеству отведена отдельная шкала, на которой, в зависимости от уровня притязания и самооценки, ставятся отметки об актуальном уровне здоровья, способностей, красоты, черт характера и т.д. соответственно.

Эта методика была выбрана для исследования самооценки старших подростков, так как она является достаточно простой в реализации и интерпретации результатов, применима во время учебного процесса, отвечает приведенным выше критериям качества.

Методикой, дополняющей методику исследования самооценки Т.В. Дембо – С.Я. Рубинштейн выбрана методика определения самооценки личности С.А. Будасси. Данная методика также соответствует выделенным ранее критериям качества и представляет собой тест, построенный на способе ранжирования. Тест не так прост в исполнении, однако его результаты в значительной степени дополняют результаты диагностики подросткового самосознания и самоотношения. Методика С.А. Будасси основана на сопоставлении образов Я-идеального и Я-реального.

Методика «Несуществующее животное» М.З. Дукаревич относится к группе проективных методик и впервые была предложена М. З. Друкаревич. Целью диагностической методики является выявление эмоциональных особенностей личности, уровня агрессии, самооценки и т.д.

Проективная методика «Несуществующее животное» является наиболее простой в исполнении, однако требует больших затрат по времени и несколько труднее в интерпретации результатов. Данная методика не направлена на исследование самооценки напрямую, но дополняет картину исследования и результаты других методик через определение фонового состояния психики испытуемого, его тревожности, агрессивности, решительности и других критериев. Эти критерии направлены как на самого индивида и его личность, так и на его отношения с внешним миром. Выполнение задания в рамках методики заключается в том, чтобы придумать и нарисовать несуществующее животное.

Анализ литературы позволил сделать вывод о том, что процедура интерпретации результатов не стандартизована, так как творческую работу довольно не просто подогнать под четкие критерии в силу разных условий выполнения. Различием в условиях выполнения могут быть разные

форматы листов, наличие одного цвета для рисунка или разнообразная палитра цветов, время суток, на которое приходится выполнение задания и уровень физической утомленности.

При выполнении рисунка лист бумаги (либо полотно картины) представляет собой модель пространства и, кроме состояния мышц, фиксирует отношение к пространству, т.е. возникающую тенденцию. Пространство, в свою очередь, связано с эмоциональной окраской переживания и временным периодом: настоящим, прошлым, будущим. Связано оно также с действенностью или идеально-мыслительным планом работы психики.

Помимо общих закономерностей психомоторной связи и отношения к пространству при толковании материала теста используются теоретические нормы оперирования с символами и символическими или геометрическими элементами и фигурами.

Методика «Несуществующее животное» М.З. Дукаревич является одной из наиболее распространенных методик, применяемых психологами. Она подходит для исследования людей различных возрастных категорий и может быть с легкостью подстроена под необходимые условия и особенности. Соответствие методики критериям качества также способствовало тому, чтобы выбрать именно ее.

Таким образом, исходя из анализа выбранных методик, соотнесения диапазона исследуемых критериев каждой конкретной методики и их взаимодополняемость, а также их соответствие критериям качества, что является необходимым условием и определяющим фактором в выборе диагностического материала для исследования самооценки старших подростков, можно сделать вывод о применимости выбранных методик в данном исследовании.

## 2.2 Характеристика выборки и анализ результатов исследования

Экспериментальной базой исследования самооценки старших подростков являлась МКОУ «СОШ №9» г. Миасса.

Исследование проводилось среди учеников 8 класса. Выборку составили 29 человек, среди которых 10 мальчиков и 19 девочек. Возраст испытуемых от 14 до 15 лет.

Среди сотрудников педагогического состава и администрации школы был проведен опрос, и на основании его результатов получены следующие характеристики классов и подростков.

В 8-х классах обучается 65 человек в возрасте 14-15 лет. Наше исследование проводилось среди присутствующих на занятиях учащихся, с осуществлением деления классов на 2 группы для проведения практических занятий по информатике. Исходя из предоставленных условий для реализации диагностического исследования, участие в нем приняли 29 человек, из них 19 девочек и 10 мальчиков. Средний возраст учащихся – 14,5 лет.

По данным классных руководителей, в 8-х классах учатся 38 детей из полных семей и 22 из неполных семей. Среди принявших участие было 17 детей из полных и 12 из неполных семей. Сирот и опекаемых детей среди подростков диагностируемой группы нет.

Все учащиеся развиваются в соответствии с возрастными физиологическими и психическими характеристиками. Общая успеваемость оценивается классными руководителями и учителями-предметниками как хорошая. Освоение программы каждым учащимся происходит в соответствии с учебным планом.

В каждом классе существуют несколько ярко выраженных лидера – из них один формальный, а остальные неформальные. Отверженных учащихся нет, но наблюдаются ученики, которые в некоторых ситуациях ведут себя изолированно, или воспринимаются одноклассниками неоднозначно.



Например, во время перемены не присоединяются к общему взаимодействию коллектива, или во время урока, проявляя ту или иную активность, сталкиваются с неодобрительным отношением окружающих.

Активная коммуникация налажена между учащимися противоположных полов, тогда как взаимодействие только между мальчиками или исключительно между девочками происходит сложнее, наблюдается деление на группы. При общении с учителями школьники проявляют должное уважение, урок не срывают, при возникновении вопросов поднимают руку, внимание в большей степени направлено на восприятие информации. С классным руководителем отношения нормальные.

В классах наблюдается вполне дружественная обстановка, несмотря на то, что коммуникация налажена не среди всех учеников, открытых конфликтов за время наблюдения выявлено не было, игнорирования мнения и нужд одноклассников так же замечено не было. Класс ответственный, всегда выполняет предъявляемые образовательным учреждением, учителями и сотрудниками образовательного учреждения требования или пожелания, атмосфера в коллективе комфортная, позитивная. Школьники в основном добрые, отзывчивые, активные, исполнительные.

Эксперимент на данном этапе позволил провести диагностику самооценки у ограниченного числа старших подростков. В первую очередь проводилась методика определения самооценки Т.В. Дембо – С.Я. Рубинштейн. Результаты проведения диагностики по данной методике (рисунок 3): низкий уровень самооценки имеют 7 человек (24,1%), адекватный уровень преобладает среди всех участников исследования, его показатели равны 58,6% (17 человек), завышенный уровень самооценки свойственен 5 ученикам, в процентном соотношении количество учащихся с завышенной самооценкой равно 17,3%.

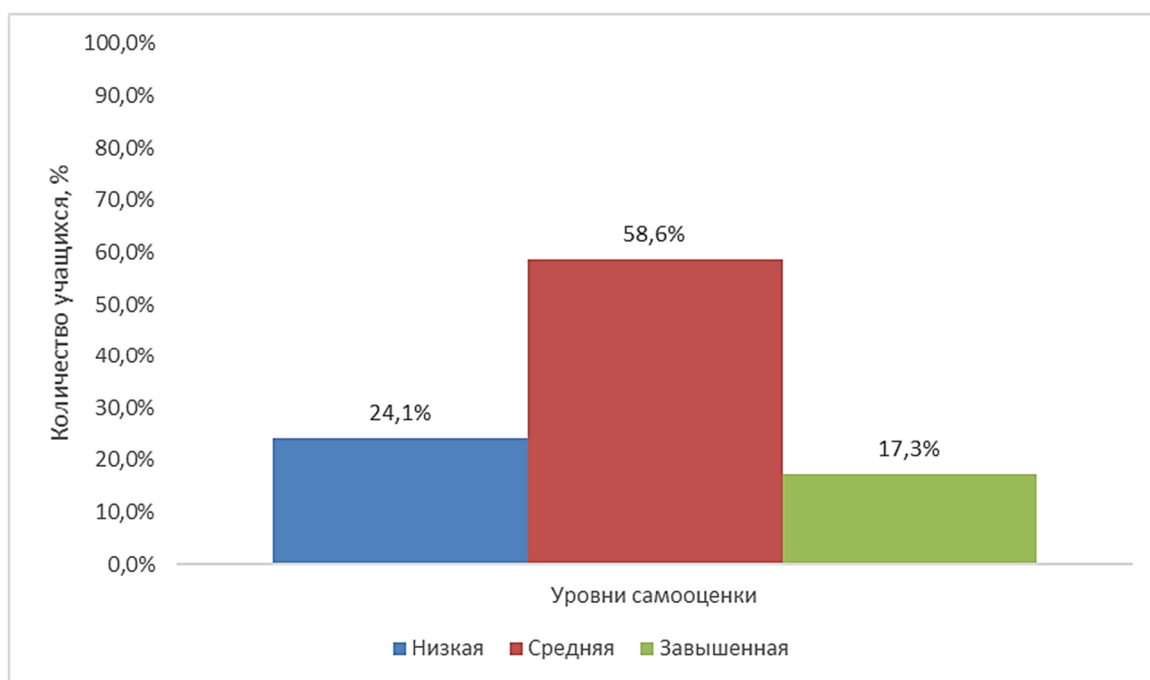


Рисунок 3 – Результаты диагностики самооценки подростков по методике определения самооценки Т.В. Дембо – С.Я. Рубинштейн

Данные результаты говорят о том, что среди учеников испытуемого 8 класса присутствуют люди с проблемами в формировании самосознания, объективного оценивания себя с точки зрения навыков, умений и знаний, принятия нового опыта, оценок деятельности со стороны окружения.

Далее с испытуемыми была проведена методика «Исследование самооценки личности» С.А. Будасси, и после обработки материалов диагностики получились следующие результаты (рисунок 4): низкий уровень самооценки имеют 7 учеников (24,1%), средний – 18 человек (62%), высокий – 4 человека (13,9%).

Результаты исследования говорят о превалировании учеников с адекватным уровнем самооценки, однако близость общего соотношения заниженной и завышенной самооценок в классе к половине от общего числа участников исследования позволяют судить о необходимости проведения более подробного анализа ситуации и проведении коррекционной программы. Наличие учеников с низкой и завышенной самооценкой помогают диагностировать низкую успеваемость и повышенную тревожность у части коллектива.

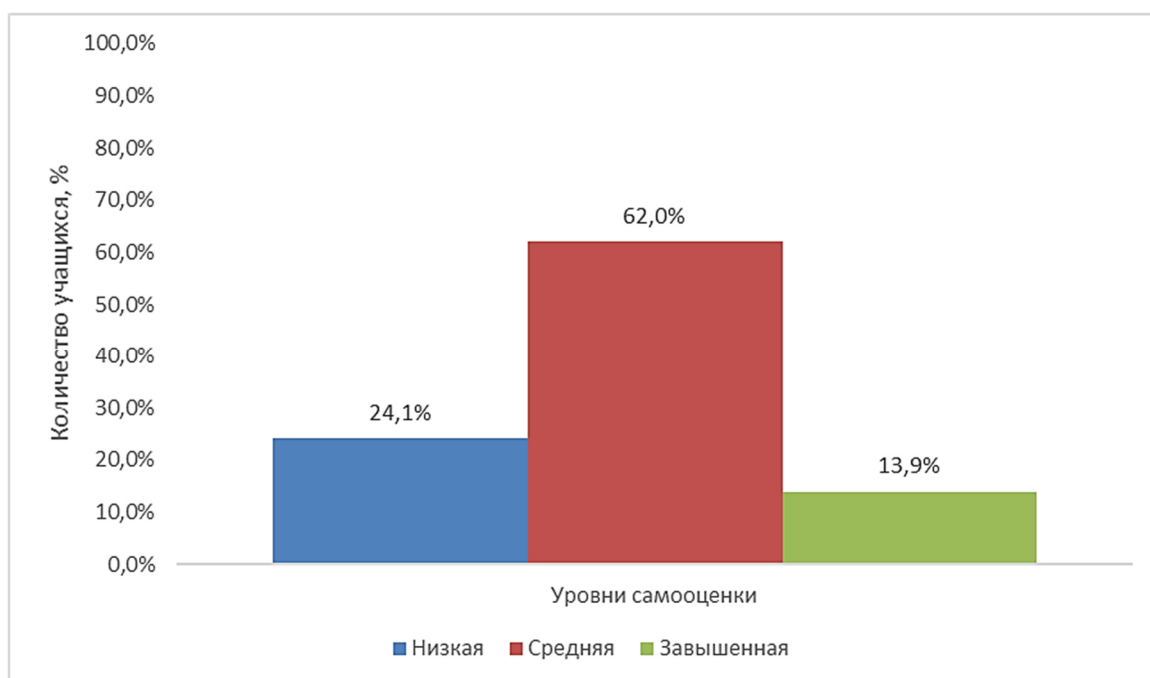


Рисунок 4 – Результаты диагностики самооценки подростков по методике исследования С.А. Будасси

Имея высокий уровень притязаний, не соответствующий реальным возможностям, подростки стремятся быть лучше всех остальных. Самоуверенные школьники не склонны к самоанализу и критичности к себе, поэтому у них весьма затруднен процесс самовоспитания.

Исходя из результатов, можно сделать вывод о незначительных расхождениях в процентных соотношениях адекватной и завышенной самооценок.

Проективная методика «Несуществующее животное» М.З. Дукаревич, проведенная в качестве завершения исследования самооценки старших подростков, дала следующие результаты (рисунок 5):

- на основании анализа характеристик линий, их четкости, уверенности, 60% учащихся присущ довольно высокий уровень контроля аффективности;
- 40% учащихся находятся в состоянии эмоционального или физического напряжения. Об этом свидетельствует «грязь» на рисунке и неаккуратность линий и прорисовки;

– у 30% учащихся выявлены проявления защитно-ответной формы агрессии, так как в своих рисунках они изобразили животных с шипами, чешуей.

– 40% учащихся изобразили животных с рогами, большим количеством зубов или хищным оскалом, с четко прорисованными когтями на каждой из конечностей, что является признаком проявления враждебной агрессии;

– согласно наличию в рисунке большого количества острых углов 10 % подростков имеют высокий показатель агрессивности.

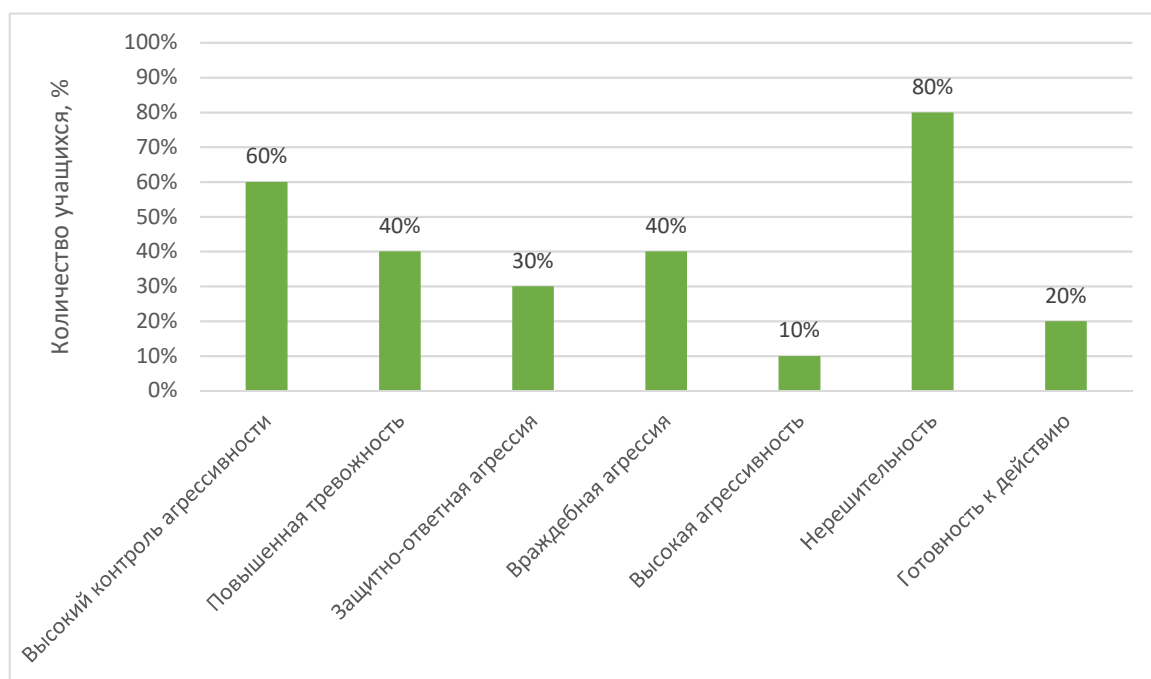


Рисунок 5 – Результаты диагностики по проективной методике «Несуществующее животное» М.З. Дукаревич

Кроме того, при анализе форм рисунка, а именно поворота головы, уровня проявления фантазии в работе, наличию у животных крыльев, хвостов, их расположению и направлению, было выявлено, что 80% подростков склонны к рефлексии, к размышлению, нерешительны и отказываются совершать активные действия, особенно когда дело касается чего-то качественно нового, а 20 % подростков, напротив, имеют тенденцию к действию, настроены на реализацию своих установок и намерений.

В связи с тем, что среди участников исследуемой группы были выявлены подростки с уровнем самооценки, выходящим за рамки адекватного уровня, создание и проведение программы психолого-педагогической коррекции самооценки необходимо.

## Выводы по главе 2

Диагностика самооценки старших подростков в исследовании включает в себя следующие методики (Приложение 1):

1. Методика определения самооценки Т.В. Дембо - С.Я. Рубинштейн – психодиагностическая методика, направленная на изучение уровней самооценки испытуемого.

2. Методика исследования самооценки личности С.А. Будасси – основанная на способе ранжирования методика, позволяющая провести количественное исследование самооценки.

3. Методика «Несуществующее животное» М.З. Дукаревич – проективная методика, предназначенная для выявления личностных черт, бессознательных личностных конфликтов, установок, увлечений и потребностей.

Проведение диагностики осуществлялось на базе исследования среди учеников 8 класса. Выборку составили ученики, присутствующие на занятиях на момент диагностики, в количестве 29 человек, из них 19 девочек и 10 мальчиков. Средний возраст испытуемых 14,5 лет.

В связи с тем, что после проведенного анализа результатов диагностики по предложенным методикам среди участников исследуемой группы были выявлены старшие подростки с уровнем самооценки, выходящим за рамки адекватного в сторону заниженного или завышенного уровней, создание и проведение программы психолого-педагогической коррекции самооценки необходимо.

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

#### **3.1 Программа психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии**

Арт-терапия как метод психологической и психолого-педагогической работы с людьми характеризуется тем, что позволяет увидеть всего человека, в отличие от того, как, к примеру, медицина рассматривает в отдельности системы или органы. В том числе, арт-терапию можно назвать одним из наиболее мягких, экологических подходов к проблемным вопросам и состояниям индивида.

У арт-терапии, как самостоятельного направления в психолого-педагогической, социальной, лечебно-реабилитационной работе сравнительно не продолжительная история существования. Известность он получил в 20 веке, после попыток некоторых художников и педагогов, таких как А. Хилл, приобщить пациентов различных медицинских учреждений к занятиям творчеством. В 20-м же веке началось формирование арт-терапии как эмпирического метода в психологии и педагогике.

В 1960-1980-х годах впервые возникают профессиональные объединения, способствовавшие внедрению арт-терапевтических методов, более четкому определению их роли в работе с людьми. Это сыграло немалую роль в становлении арт-терапевтического направления на Западе. В России подобный период становления основывается на опыте западных специалистов и происходит только сейчас.

Значимым фактором интереса, проявляемого к арт-терапии, являются ориентация на внутренний потенциал здоровья каждого человека, на естественное течение и проявление мыслительных процессов, эмоций, чувств. Таким же немаловажным аспектом считается момент самоисцеления человека, самостоятельного потенциала к гармонизации

внутреннего состояния, на активизацию которого и направлены средства арт-терапии.

Интерес к арт-терапии выражает необходимость в более естественных, комплексных способах лечения и гармонизации, в которых равную роль играют разум и чувства, тело и дух, мужские и женские качества, способность к интроспекции и активному действию.

Основные цели арт-терапии:

- 1) выражение эмоций и чувств, связанных с переживаниями своих проблем;
- 2) активный поиск новых форм взаимодействия с миром;
- 3) подтверждение своей индивидуальности, неповторимости и значимости;
- 4) повышение адаптивности и гибкости в постоянно меняющемся мире.

Работа специалиста в области арт-терапии может строиться на нескольких ее видах:

- музыкотерапия;
- библиотерапия;
- драматерапия;
- игротерапия;
- изотерапия;
- сказкотерапия;
- маскотерапия;
- цветотерапия и т.д.

Содержание и формы работы имеют отличия в зависимости от того, с какой группой клиентов ведется взаимодействие, с психиатрическими больными, с больными с пограничными расстройствами психики, с заинтересованными в личностном росте клинически здоровыми людьми. Различаются формы арт-терапевтической деятельности в том числе и в зависимости от возрастных категорий.

Психологическая и психолого-педагогическая работа с применением методов арт-терапии может быть реализована в виде индивидуальной или групповой деятельности. Программа, разработанная в ходе данного исследования рассчитана на групповую форму работы, так как групповая форма позволяет работать одновременно с несколькими клиентами.

По мнению М. Либманна, групповая арт-терапия:

1. Помогает развить важные социальные навыки.
2. Связана с оказанием взаимной поддержки членами группы и позволяет решать общие проблемы.
3. Дает возможность наблюдать результаты своих действий и их влияние на окружающих.
4. Позволяет осваивать новые роли и проявлять латентные качества личности, а также наблюдать, как модификация ролевого поведения влияет на взаимоотношения с окружающими.
5. Повышает самооценку и ведет к укреплению личной идентичности.
6. Развивает навыки принятия решений.

В процессе проведения программы психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии участникам предлагаются:

- арт-терапевтические методы для регуляции и коррекции самооценки и самосознания, проработки деструктивных состояний (изотерапия, музыкотерапия, сказкотерапия, маскотерапия);
- решение практических задач (ситуаций);
- обсуждение результатов диагностики и коррекции;
- коллективная поддержка, обсуждение.

Условия реализации программы:

1. Программа рассчитана на старших подростков.
2. В программу входит 15 занятий, каждое из которых состоит из нескольких арт-терапевтических мероприятий.



3. Одно занятие длится 2 академических часа.
4. Занятия программы рекомендуется проводить 1-2 раза в неделю до или после основных уроков, в зависимости от смены.

5. Каждое занятие сопровождается итоговой рефлексией, как индивидуальной, так и групповой. В процессе рефлексии необходимо обратить активное внимание подростка на те эмоции и чувства, которые возникли у него в ходе выполнения заданий, на его впечатления, а также на то, как он видел и оценил результаты других участников занятий.

Занятия строятся на применении упражнений, нацеленных на знакомство, коллективную сплоченность, установку доверия и раскрытие личностного потенциала вкупе с упражнениями в рамках методов арт-терапии.

1. Занятие № 1.

Цель: Побуждение личности к самораскрытию, исследованию собственного эмоционального состояния, развитию творческого воображения.

- техника «Каракули»;
- изотерапия: Рисунок себя.

2. Занятие №2.

Цель: Побуждение каждого участника к самораскрытию через спонтанное творчество, проявлению отношения и эмоциональных реакций.

- арт-занятие «Цветные звуки моего тела».

3. Занятие №3.

Цель: Содействие развитию спонтанности, рефлексии, проявлению истинных чувств, осознанию ценности и уникальности собственной личности, развитию положительного, целостного образа «Я», самопринятию.

- моё любимое животное;
- «рисуем имя».

4. Занятие №4.

Цель: Создание условий для включения личности в процесс самопознания, осознания участниками своего реального и идеального «Я», отношения к себе, своих сильных и слабых сторон, повышение самооценки.

- визуализация;
- рисуем маски;
- упражнение «Два письма».

#### 5. Занятие №5.

Цель: Актуализация и осознание внешних и внутренних ресурсов своей личности, повышение самооценки.

- «каракули» с открытыми и закрытыми глазами;
- «мой герб»;
- релаксация «Водопад»;

#### 6. Занятие №6.

Цель: Отработка навыков невербальной коммуникации, эмоциональный подход к заданной теме, развитие креативности.

- настрой.

Визуализация, настройка дыхания, поиск позитивной волны для дальнейшего взаимодействия.

- коллаж «Все грани моего Я»;
- упражнение «избавимся от комплексов».

#### 7. Занятие №7.

Цель: Осознание подростками особенностей собственной личности, принятие собственной индивидуальности.

- упражнение «Рисуем круги»;
- маска собственной личности;
- игра «Слепой паровозик».

#### 8. Занятие №8.

Цель: Осознание собственной ценности, принятие индивидуальности, развитие способности представления себя другим.

- игра «Изобрази фразу»;
- автопортрет в лучах солнца.

#### 9. Занятие №9.

Цель: Осознание границ своего тела, развитие интереса к себе, повышение самооценки, снижение эмоционального напряжения, формирование доверия к группе, развитие воображения,

- арт-терапевтическое упражнение «Я в натуральную величину».

#### 10. Занятие №10.

Цель: Развитие самосознания, интереса к себе, эмпатии, творческого мышления, креативности, снятие тревожности, эмоционального напряжения, развитие оригинальности, ассоциативности мышления, повышение самооценки, развитие навыка рефлексии.

- упражнение «Пожелание по кругу»;
- упражнение «Ассоциации»;
- упражнение «Мой портрет глазами группы».

#### 11. Занятие №11.

Цель: Развитие самосознания, повышение уверенности в себе, личностное развитие, развитие креативности. Развитие оригинальности, ассоциативности мышления, творческое самовыражение.

- «мой сосуд»;
- упражнение «Наполняем сосуд»;
- упражнение «Украсть свой сосуд».

#### 12. Занятие №12.

Цель: Осознание собственных переживаний и эмоциональных состояний, развитие творческого мышления. Познание своего «Я», снижение уровня тревожности.

- техника «Мандала»;
- упражнение «Превратности жизни».

#### 13. Занятие №13.

Цель: Осознание ценности и уникальности собственной личности, развитие положительного, целостного образа «Я», самопринятия, развитие креативности, творческого мышления.

- сказкотерапия;
- сказка про имя;
- игра «зеркало»;
- упражнение «рисунок имени».

#### 14. Занятие №14.

Цель: Формирование представления о себе; осознание и выражение своих чувств, развитие творческого мышления, креативности. Выражение внутренних конфликтов, развитие воображения, ассоциативности мышления.

- упражнение «Ассоциации»;
- сотворение мира;
- упражнение «Карта моего внутреннего мира».

#### 15. Занятие №15.

Цель: Отработка чувства благодарности родителям и другим людям, развитие творческого мышления. Снижение уровня психоэмоционального напряжения, повышение самооценки, уверенности в себе, выражение внутренних конфликтов, актуализация положительных чувств к родителям, развитие воображения.

- музыкальная терапия «Морское дно»;
- отдарок на подарок.

Таким образом, основываясь на результатах проведенной первичной диагностики была сформирована психолого-педагогическая коррекционная программа, направленная на поэтапное воздействие на самооценку старших подростков средствами арт-терапии.

### 3.2 Анализ результатов опытно-экспериментального исследования

В психолого-педагогическом исследовании уровня самооценки старших подростков приняли участие ученики 8-х классов МКОУ «СОШ №9» г. Миасса в количестве 29 человек, из которых 19 девочек и 10 мальчиков. Средний возраст учащихся составляет 14,5 лет.

Для повторной диагностики уровня самооценки подростков, с целью определения и анализа эффективности проведения программы коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии, был использован тот же диагностический инструментарий, что и при проведении первичной диагностики.

При сравнении результатов констатирующего и формирующего экспериментов было выявлено, что изменения показателей по методике исследования самооценки Т.В. Дембо – С.Я. Рубинштейн (рисунок 6) находятся на следующем уровне:

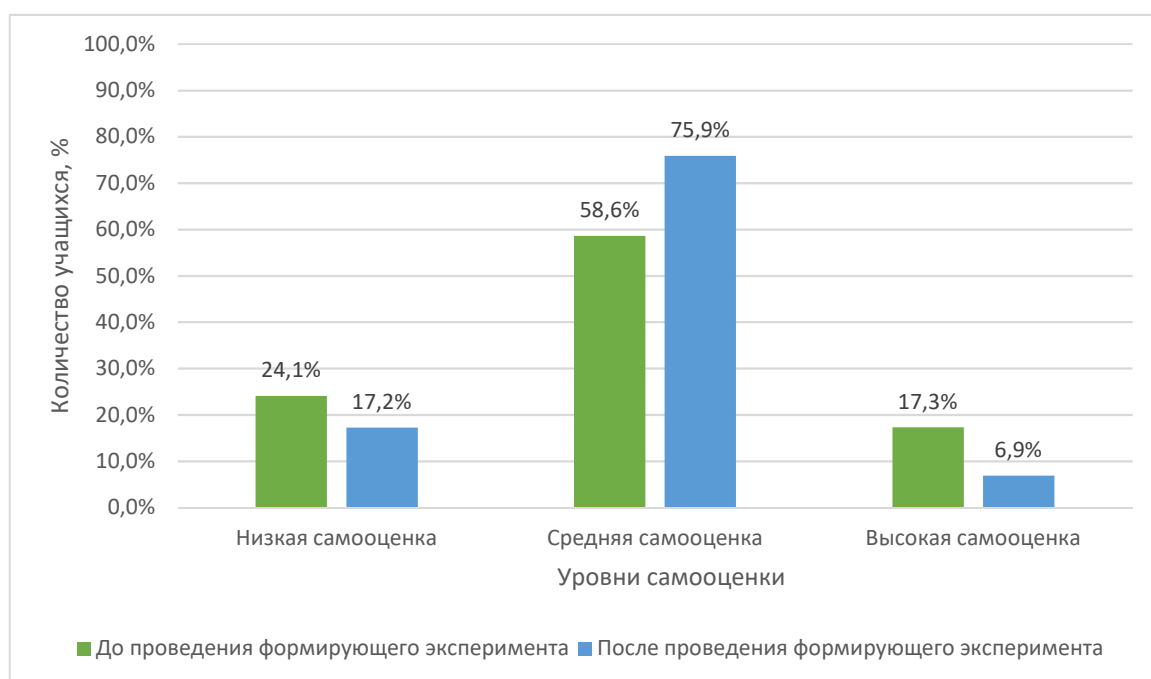


Рисунок 6 – Результат повторного исследования по методике определения самооценки Т.В. Дембо - С.Я. Рубинштейн

Исходя из результатов исследования, которое было проведено до формирующего эксперимента, количество учащихся с низким уровнем

самооценки составляло 24,1% (7 человек), завышенная самооценка была выявлена у 17,3% (5 человек), остальные 58,6% (17 человек) обладали средним уровнем самооценки.

После проведенного эксперимента количество учащихся с низкой самооценкой составило 17,2% (5 человек), с завышенной самооценкой – 6,9% (2 человека). Количество учеников, обладающих средним уровнем самооценки, который в рамках данного исследования определяется как адекватный, возросло до 75,9% (22 человека).

На основе результатов первой диагностической методики уже можно увидеть проявление коррекционных результатов составленной психолого-педагогической программы. Результаты диагностики по методике исследования самооценки С.А. Будасси (рисунок 4), проведенной до апробации программы показали, что низкий уровень самооценки имеют 7 учеников (24,1%), средний – 18 человек (62%), высокий – 4 человека (13,9%). Проведенная программа психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии и следующая за ней повторная диагностика по методике С.А. Будасси показали следующие результаты (рисунок 7):

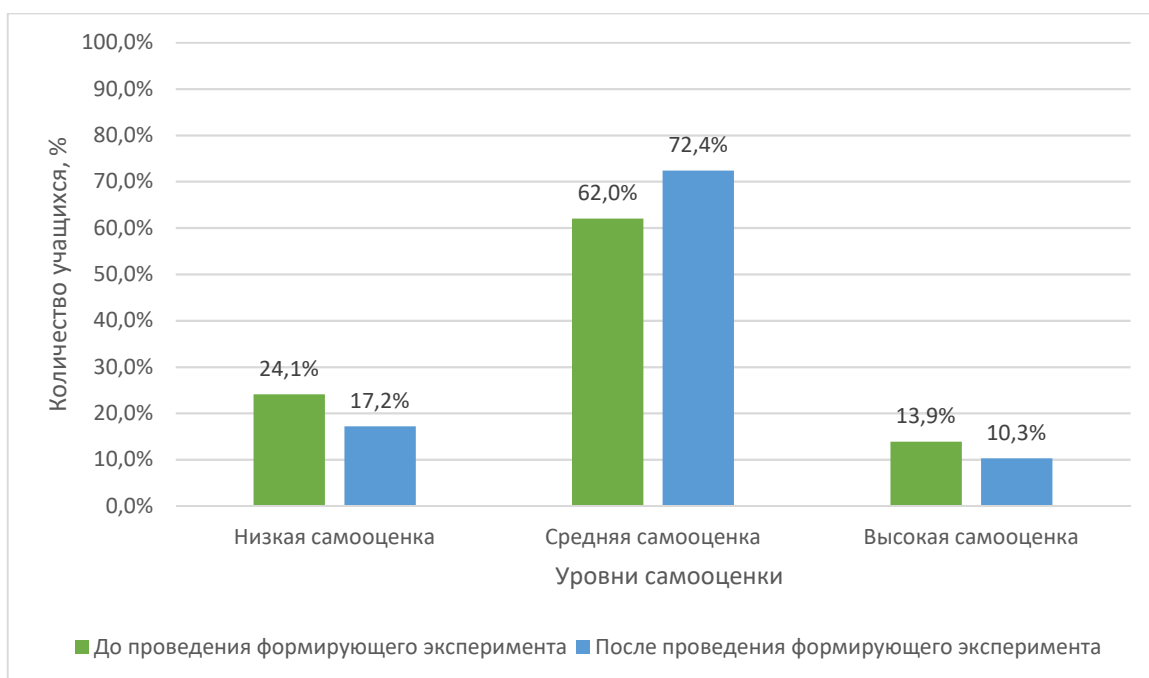


Рисунок 7 – Результат повторного исследования по методике исследования самооценки С.А. Будасси

Показатели среднего уровня самооценки изменились до 72,4% от общего количества испытуемых, то есть возросли до 21 человека из 29. Низкая самооценка выявлена у 17,2% (5 человек), завышенная самооценка у 10,3% (3 человек).

На основании результатов по второй проведенной диагностической методике можно сказать, что несмотря на незначительные количественные расхождения, тенденция к изменениям самооценки в сторону адекватного уровня подтвердилась. Результаты вторичной диагностики с помощью проективного метода М.З. Дукаревич «Несуществующее животное» можно видеть на рисунке 8:

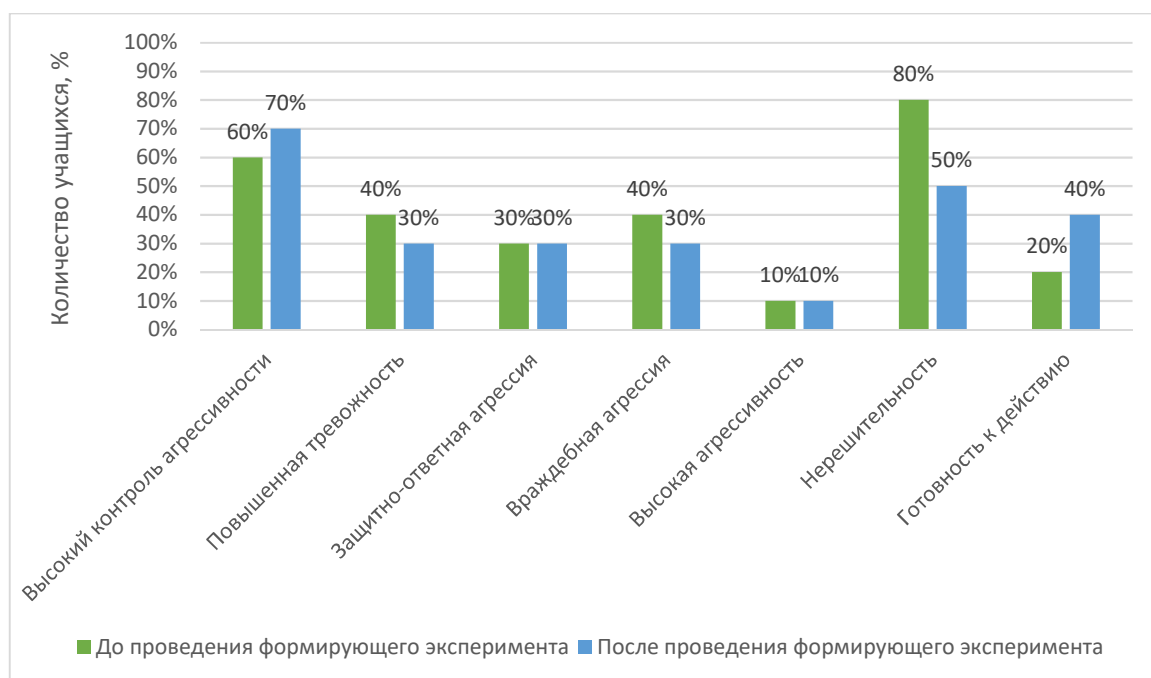


Рисунок 8 - Результаты вторичной диагностики с помощью проективного метода М.З. Дукаревич «Несуществующее животное»

До проведения формирующего эксперимента, исходя из анализа отдельных компонентов рисунка, по наличию сильной, уверенной линии в рисунке, 60% учащихся имели хороший уровень контроля аффективности, 40% учащихся испытывали повышенную напряженность, у 30% учащихся преобладала защитно-ответная форма агрессии, у 40% учащихся проявлялась враждебная агрессия и 10% показали высокий уровень агрессии.

Кроме того, при анализе форм рисунка, а именно поворота головы, уровня проявления фантазии в работе, наличию у животных крыльев, хвостов, их расположению и направлению, было выявлено, что 80% подростков склонны к рефлексии, к размышлению, нерешительны и отказываются совершать активные действия, особенно когда дело касается чего-то качественно нового, а 20% подростков, напротив, имеют тенденцию к действию, настроены на реализацию своих установок и намерений.

По наличию большого количества декоративных, «украшающих» элементов можно сказать, что 40% процентов подростков имели тенденцию к приукрашиванию себя, позерству, преувеличению своих достоинств.



Повторное исследование показало, что количество учащихся с высоким уровнем агрессии осталось на уровне 10%, также не изменилось количество учеников с защитно-ответной формой агрессии. Анализ других результатов показал, что повышенная тревожность снизилась до 30% учеников, враждебная агрессия также в процентном соотношении стала равна 30% из 100. Положительная динамика заметна и в увеличении числа учеников, обладающих хорошим уровнем контроля аффективности, он стал равен 70%. Оценивая критерии нерешительности, повышенной склонности к рефлексии можно сказать, что вырос показатель готовности к действию среди испытуемых и стал равен 40%.

Таким образом, по результатам проведенных диагностических методик, можно судить о положительных изменениях уровня самооценки старших подростков после проведенной программы психолого-педагогической коррекции средствами арт-терапии, так как, основываясь на приведенных данных, количество учеников, достигших адекватного уровня самооценки, увеличилось.

Для уточнения эффективности психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии был использован критерий Вилкоксона.

Для анализа результатов исследования изменений уровня самооценки по методике Т.В. Дембо – С.Я. Рубинштейн с помощью подсчета Т-критерия Вилкоксона необходимо, в качестве первого этапа, сформулировать рабочие гипотезы:

Но – интенсивность сдвигов уровня самооценки старших подростков в направлении её снижения не превосходит интенсивность сдвигов уровня самооценки старших подростков в направлении её увеличения.

H1 – интенсивность сдвигов уровня самооценки старших подростков в направлении её снижения превышает интенсивность сдвигов уровня самооценки старших подростков в направлении её увеличения.

Расчет критерия осуществлялся по формуле (1):

$$T_{\text{эмп}} = \sum R_r \quad (1)$$

$T_{\text{эмп}} = \sum R_r = 6+9+2+9+8+1+2=37$ , где  $\sum R_r$  - ранговые значения сдвигов с более редким знаком.

Определяем критические значения  $T$  для  $n = 27$ : для  $p < 0,05$   $T=119$ ; для  $p < 0,01$   $T=92$  (рисунок 9).

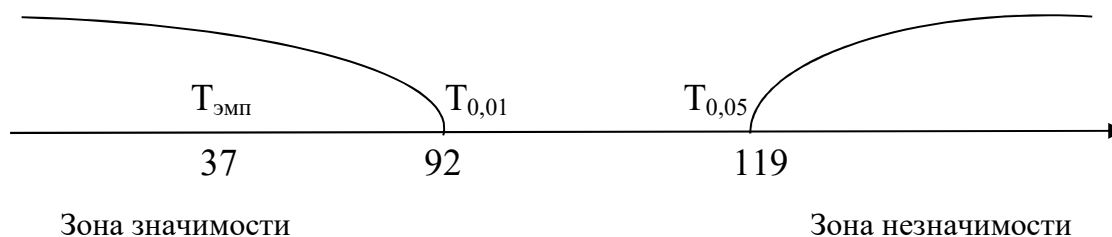


Рисунок 9 – Ось значимости (методика определения самооценки Т.В. Дембо – С.Я. Рубинштейн)

$$T_{\text{эмп}} \leq T_{\text{кр}}$$

Эмпирическое значение критерия находится в зоне значимости, поэтому принимается альтернативная гипотеза  $H_1$ : интенсивность сдвигов уровня самооценки старших подростков в направлении её снижения превышает интенсивность сдвигов уровня самооценки старших подростков в направлении её увеличения.

Для проведения математического анализа результатов исследования изменений уровня самооценки по методике С.А. Будасси с помощью подсчета Т-критерия Вилкоксона, формулировка гипотез будет звучать аналогично первому варианту:

Но – интенсивность сдвигов уровня самооценки старших подростков в направлении её снижения не превосходит интенсивность сдвигов уровня самооценки старших подростков в направлении её увеличения.

$H_1$  – интенсивность сдвигов уровня самооценки старших подростков в направлении её снижения превышает интенсивность сдвигов уровня самооценки старших подростков в направлении её увеличения.

$T_{\text{эмп}} = \sum R_r = 2+3+1+3+3=12$ , где  $\sum R_r$  - ранговые значения сдвигов с более редким знаком.

Определяем критические значения  $T$  для  $n = 29$ : для  $p < 0,05$   $T=140$ ; для  $p < 0,01$   $T=110$  (рисунок 10).

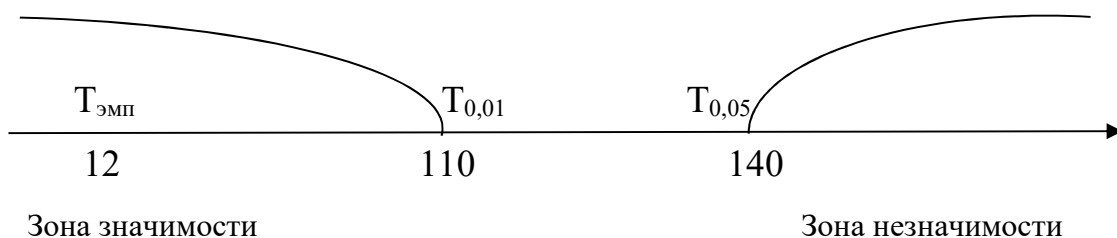


Рисунок 10 – Ось значимости (методика определения самооценки С.А. Будасси)

$$T_{\text{эмп}} \leq T_{\text{кр}}$$

Эмпирическое значение критерия находится в зоне значимости, поэтому альтернативная гипотеза  $H_1$  принимается как верная: интенсивность сдвигов уровня самооценки старших подростков в направлении её снижения превышает интенсивность сдвигов уровня самооценки старших подростков в направлении её увеличения.

Исходя из полученных результатов можно сделать вывод об экспериментальном подтверждении гипотезы, выдвинутой в самом начале данного исследования: психолого-педагогическая коррекция самооценки старших подростков средствами арт-терапии возможна и эффективна, и может быть реализована в условиях общеобразовательного учреждения.

### 3.3 Психолого-педагогические рекомендации для родителей и педагогов по коррекции самооценки старших подростков

Большое значение в формировании самооценки старших подростков, как и детей любого другого возрастного периода, имеет заинтересованность отношения взрослых, одобрение, похвала, поддержка и поощрение, так как они стимулируют деятельность ребенка, формируют нравственные привычки поведения.

Поддержка и одобрение важны как в учебном заведении, во время занятий и выполнения учебных работ, в коллективе сверстников, так и дома. Часто становится большим упущением то, что родители пренебрегают важностью вопросов самооценки, страхов, тревог и неудач своих детей, создавая тем самым неблагоприятную атмосферу, а в процессе коррекции самооценки, ставя под угрозу процесс положительных изменений.

Основываясь на результатах проведенного эксперимента по коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии представляется возможной разработка ряда рекомендаций как для самих подростков, так и для родителей и педагогов. Выполнение этих рекомендаций может оказать благоприятное воздействие на состояние психики подростков, способствовать развитию подростковой личности и повышению уровня самооценки.

Для обеспечения здоровой атмосферы дома и поддержания коррекции уровня самооценки старших подростков, для родителей были составлены следующие рекомендации:

1. Быть образцом уверенного поведения.
2. Не унижать ребенка.
3. Делая замечания, не критиковать личность ребенка, но критиковать конкретные действия и поступки.
4. Предлагать ребенку деятельность, основываясь на его способностях и возможностях, чаще хвалить, поощрять даже за незначительные успехи.
5. Не подрывать авторитет значимых для ребенка людей, поддерживать стремление ребенка высказывать собственное мнение.
6. Поощрять даже небольшую инициативу.
7. Уважать мнение ребенка.
8. Вовлекать ребенка в те социальные ситуации, где он может почувствовать себя самостоятельным.

9. Если ребенок совершил что-то заслуживающего наказания, мотивировать это наказание.

10. Не сравнивать подростка с другими детьми, не препятствовать самовыражению, принимать его таким, какой он есть.

Для сопровождения коррекции самооценки в рамках учебного процесса, необходимы определенные действия со стороны педагогов, которые также сформированы в рекомендации:

1. Не сравнивать подростков друг с другом (сравнение должно быть только с собственными успехами и неудачами подростка).

2. Давать подростку задания, адекватные его возможностям и не заострять внимание на неудачах подростка.

4. Давать подросткам не жестко регламентированные задания, чаще оставлять возможность для творчества.

5. В случае, когда подростку необходимо сделать замечание или скорректировать его действия, критиковать только то или иное действие подростка, но не его личность.

6. Вербально выражать уверенность в успехе подростка в той или иной выполняемой деятельности, поддерживать чувство собственной значимости.

В качестве сопровождения программы психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии, помимо действий со стороны родителей и педагогов, необходима работа над собой и самих подростков. С целью обеспечения такой работы были составлены рекомендации:

1. Необходимо прекратить сравнивать себя и свои результаты с другими людьми и их результатами и достижениями.

2. Определить свои нормы, ценности и стремления и оценивать исключительно свои шаги и их качество.

3. Завести дневник достижений. Ежедневно заполнять его, записывая по 5 положительных, полезных и важных дел.

4. Отказаться от проявлений аутоагрессии. Повышение уровня самооценки связано с увеличением частоты позитивных высказываний и доброжелательного отношения к себе.

5. Принимать все комплименты и поздравления и отвечать на них благодарностью.

6. Использовать позитивные утверждения для того, чтобы повысить самооценку. Такие утверждения о себе и своих действиях необходимо повторять несколько раз в день ежедневно.

7. Повышать уровень осведомленности по теме самооценки. Существует множество информационных ресурсов, где можно найти информацию об этом вопросе. Чем больше вы знаете о проблеме, тем больше можете отследить как в себе, так и в окружающем мире, и на большее количество факторов сможете оказать влияние.

8. Отстраниться от людей, которые погружают в негатив, либо высказывают негатив в вашу сторону. Окружение также оказывает большое влияние на поведение, реакции и состояние.

9. Сформировать список положительных и уникальных качеств. Начните концентрироваться на них.

10. Учиться не только брать, но и отдавать. Делайте что-то не только для себя, но и для других.

11. Заниматься тем, что приносит удовольствие и внутреннее удовлетворение.

12. Предпочитать действие бездействию.

Этапы внедрения результатов исследования в практику.

Технологическая карта представляет собой систему мероприятий по реализации «Программы психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии».

Процесс внедрения полученных результатов в психолого-педагогическую практику состоит из таких этапов, как:

Первый этап – целеполагание внедрения программы психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии.

Второй этап – формирование положительной психологической установки на внедрение программы психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии.

Третий этап – изучение предмета внедрения программы психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии.

Четвертый этап – опережающее освоение предмета внедрения программы психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии.

Пятый этап – фронтальное освоение предмета программы психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии.

Шестой этап – совершенствование работы над темой психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии.

Седьмой этап – распространение передового опыта освоения внедрения программы психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии.

Для психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии важно создать условия для комфортного взаимодействия участников и успешного выполнения всех мероприятий, входящих в план программы. Большую роль в этом играет наличие подходящего пространства, которое будет находиться вне зоны большой проходимости других учеников и преподавателей, так как такое уединение сможет способствовать лучшей концентрации участников на выполнении заданий, а также на собственных эмоциях, мыслях и чувствах.

Также немаловажную роль играет отношение участников программы. Каждый из них должен стараться проявлять уважение, доброжелательность, справедливость к другим участникам группы. Благоприятная атмосфера принятия, доброжелательности, взаимопомощи и заинтересованности может помочь подросткам раскрыться при выполнении заданий, ощутить поддержку, безопасность, что, в свою очередь, может способствовать коррекции уровня их самооценки.

Основным направлением психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии является формирование осознания каждым подростком своей ценности, уникальности, снижение уровня тревожности и притязаний, способствование принятию себя и своих особенностей.

Технологическая карта внедрения результатов «Программы психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии» позволит увидеть изучаемый процесс целостно и системно, даст возможность использовать эффективные методы и формы работы со старшими подростками, поспособствует согласованности действий администрации, педагога-психолога, инициативной группы и педагогических работников.

Формами внедрения психолого-педагогической программы стали:

- создание инициативной группы по внедрению программы психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии;
- консультативная работа с подростками, родителями и педагогами, беседы, обсуждение результатов программы психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии;
- выступления на педсовете, методических объединениях с целью ознакомления с результатами опытно-экспериментального исследования;



- разработка психологических рекомендаций с целью оказания помощи в сопровождении программы психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии;

- пропаганда внедрения психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии в других образовательных учреждениях;

- опубликование научной статьи об исследованиях стратегий межличностных отношений педагогов в условиях реорганизации общеобразовательного учреждения в научном журнале.

Технологическая карта внедрения «Программы психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии» представлена в Приложении 5.

### Выводы по главе 3

Арт-терапия является одним из наиболее мягких, экологичных подходов к состоянию индивида и позволяет видеть человека в целом, без деления на системы, органы и т.д. Этот метод психологической и психолого-педагогической работы включает в себя большое разнообразие направлений и вариантов работы, каждый из которых напрямую связан с теми или иными проявлениями творчества, в которых человек может раскрыть себя, свой потенциал, свой внутренний мир.

В рамках данного исследования была составлена 15-дневная программа психолого-педагогической коррекции для старших подростков.

После проведения программы психолого-педагогической коррекции, по результатам методики определения самооценки Т.В. Дембо - С.Я. Рубинштейн, количество учащихся с низкой самооценкой составило 17,2% (5 человек), с завышенной самооценкой – 6,9% (2 человека). Количество учеников, обладающих средним уровнем самооценки, который в рамках данного исследования определяется как адекватный, возросло до 75,9% (22 человека).

Исходя из полученных результатов можно сделать вывод об экспериментальном подтверждении гипотезы, выдвинутой в самом начале данного исследования: психолого-педагогическая коррекция самооценки старших подростков средствами арт-терапии возможна и эффективна, и может быть реализована в условиях общеобразовательного учреждения.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Исследование формирования психики подростка в процессе его проявления и реализации в различных сферах жизнедеятельности, таких как семья, школа, досуг и хобби, межличностное взаимодействие со сверстниками является довольно разнообразным. Однако, в контексте психологического здоровья, самооценка показана опосредовано, как в нормативных актах, так и в психолого-педагогических исследованиях. Мы можем сделать самостоятельный вывод, на основе изученных материалов, что вкупе с другими факторами, достижение поставленных государством и обществом целей, связанных с развитием и становлением личности, во многом объединяется и исходит из работы с самооценкой.

Вопрос формирования адекватного уровня самооценки является актуальным для людей любого возраста. От самооценки и ее уровня зависит успех индивида в социуме, его взаимодействие с окружающими, способность к восприятию оценки деятельности. Анализ методической и научной психолого-педагогической литературы позволил выделить наиболее точное определение самооценки, как компонента самосознания, включающего в себя знания, оценку человеком самого себя, своих качеств, способностей, нравственности, поступков.

Говоря о самооценке старших подростков, стоит отметить, что современному подростку в сегодняшних политических, социально-экономических и социокультурных обстоятельствах трудно сориентироваться, выбрать профессию, выстроить собственные цели и здоровую, позитивную картину мира. Эти трудности соприкасаются и оказывают влияние и на уровень самооценки, и на самоидентификацию, и на вопросы мотивации к личностному росту.

Подростковый возраст – это сензитивный период для развития самосознания и формирования адекватной самооценки, границы которого

примерно совпадают с обучением детей в 5 - 8 классах средней школы и охватывают возраст от 10 - 11 до 15 лет.

По мнению Д.Б. Эльконина, «подростничеством» является возрастной промежуток от 11 до 17 лет, в котором 15-17 лет относятся к старшему подростковому периоду.

Модель психолого-педагогического исследования самооценки старших подростков включает в себя:

1. Теоретический блок.
2. Психодиагностический блок.
3. Коррекционно-развивающий блок.
4. Блок контрольного исследования.
5. Блок оценки результатов исследования.

Проведение диагностики осуществлялось на базе исследования среди учеников 8 класса МКОУ «СОШ №9» г. Миасса. Выборку составили ученики, присутствующие на занятиях на момент диагностики, в количестве 29 человек, из них 19 девочек и 10 мальчиков. Средний возраст испытуемых 14,5 лет.

Цель исследования – теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии.

Экспериментальная работа состояла из нескольких этапов: подготовительный, опытно-экспериментальный, обобщающий. В рамках работы был использован комплекс следующих взаимодополняющих методов.

Теоретические:

– анализ методологической и научной литературы по проблеме исследования.

Эмпирические:

– моделирование психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии;

- констатирующий и формирующий эксперимент;
- тестирование и проективный метод.

В качестве конкретных методик сбора эмпирических данных были использованы (Приложение 1):

4. Методика определения самооценки Т.В. Дембо - С.Я. Рубинштейн – психодиагностическая методика, направленная на изучение уровней самооценки испытуемого.

5. Методика исследования самооценки личности С.А. Будасси – основанная на способе ранжирования методика, позволяющая провести количественное исследование самооценки.

6. Методика «Несуществующее животное» М.З. Дукаревич – проективная методика, предназначенная для выявления личностных черт, бессознательных личностных конфликтов, установок, увлечений и потребностей.

По результатам проведенных методик первичной диагностики самооценки было выявлено, что 7 человек (24,1%) имеют заниженную самооценку, 17 человек (58,6%) – адекватную, 5 человек (17,3%) – завышенную.

После проведения программы психолого-педагогической коррекции, по результатам методики определения самооценки Т.В. Дембо - С.Я. Рубинштейн, показатели низкой самооценки изменились в положительную сторону на 7%, средней на 17% и завышенной – на 10%.

Исходя из результатов методики исследования самооценки личности С.А. Будасси, показатели среднего уровня самооценки изменились на 10%, низкого уровня – на 7%, завышенного уровня – на 3%.

Для проверки достоверности полученных результатов нами был использован критерий Т Вилкоксона. Значения Тэмп по показателям самооценки старших подростков оказались в зоне значимости на уровне 0,01, что подтвердило эффективность проведенной коррекционной работы.

Гипотеза исследования, предполагающая, что уровень самооценки старших подростков изменится до адекватного, если применить программу психолого-педагогической коррекции самооценки средствами арт-терапии подтверждена. С целью сопровождения коррекционного воздействия программы формирования адекватного уровня самооценки были составлены рекомендации подросткам, родителям и учителям. Таким образом, цель работы достигнута, задачи решены.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Артпедагогика и арттерапия в специальном и инклюзивном образовании [Текст]: учебник для академического бакалавриата / под редакцией Е. А. Медведевой. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2019. – 274 с.
2. Арт-терапия [Текст] : учебное пособие / сост. и общая редакция А. И. Копытин. – Санкт-Петербург.: Питер, 20019. – 320 с.
3. Бернс, Р. Развитие я-концепции и воспитание [Текст] / Ричард Бернс; под. общ. ред. В.Я. Пилиповского. – Москва: Прогресс, 1986. – 420 с.
4. Большой психологический словарь [Текст] / под редакцией Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. – Москва: Прайм-Еврознак, 2019. – 672 с.
5. Бондаренко, Н. Я. Роль самооценки в формировании личности подростка [Текст] / Николай Бондаренко // Вестник Пятигорского государственного лингвистического университета. – 2017. – № 1-2. – С. 101-105.
6. Бордовская, Н. В. Психология и педагогика [Текст] : учебное пособие / Н.В. Бордовская, С.И. Розум. – Санкт-Петербург: Питер, 2020. – 620 с.
7. Быков, А. В. Становление волевой регуляции в онтогенезе [Электронный ресурс] : учебное пособие / А.В. Быков, Т.Н. Шульга. – Москва: Изд-во УРАО, 1999. – 168 с. – Режим доступа: <http://www.psyoffice.ru/page,11,3810-bykov-a.v.-shulga-t.n.-stanovlenievolevojj.html>
8. Ваш беспокойный подросток [Текст] : практ. рук. для отчаявшихся родителей / под. ред. Роберт Т. Байярд, Джин Байярд. – Москва: Академический проект, 2018. – 206 с.
9. Витушкина, Э. В. В помощь хорошим родителям для воспитания умных и добрых детей [Текст] : метод. пособие / Эмма Витушкина. – Магнитогорск: МаГУ, 2018. – 80 с.

10. Возрастная и педагогическая психология: хрестоматия [Текст] : для студентов высших педагогических учебных заведений / сост. И.В. Дубровина, А.М. Прихожан, В.В. Зацепин. – Москва: Академия, 2019. – 368 с.
11. Волков, Б. С. Психология подростка [Текст] : учебное пособие / Борис Волков. – Москва: Академический проект, 2017. – 240 с.
12. Воспитание самопонимания старших подростков [Текст] : методические рекомендации к курсу по выбору для студентов III курса бакалавриата факультета педагогики и психологии детства, обучающихся по направлению «Педагогика» / сост. С.В. Шик. – Красноярск: Красноярский государственный педагогический университет имени В.П. Астафьева, 2020. – 90 с.
13. Выготский, Л. С. Педология подростка: сборник сочинений под ред Д. Б. Эльконина [Текст] / Лев Выготский;– Москва: Педагогика, 1984. – 132 с.
14. Выготский, Л. С. Собрание сочинений. Гл. ред. А. В. Запорожец [Текст] / Лев Выгосткий. – Москва: Педагогика, 1982. – 433 с.
15. Галкина, Т. В. Самооценка как процесс решения задач. Системный подход [Текст] / Татьяна Галкина. – Москва: Изд-во «Институт психологии РАН», 2019. – 399 с.
16. Гасанова, Д. И. Семья и школа в нравственном воспитании подростков [Электронный ресурс] : монография / Д.И. Гасанова, З.М. Баджаева. – Саратов: Вузовское образование, 2018. – 129 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/20418.html> – Загл. с экрана
17. Головин, С. Ю. Словарь практического психолога [Текст] / сост. С. Ю. Головин. – Минск: Харвест, 2019. – 800 с.
18. Горбатов, Д. С. Общепсихологический практикум [Текст]: учеб. пособие для бакалавров / Дмитрий Горбатов. – Москва: Юрайт, 2021. – 307 с.



19. Гришанова, З. И. Нравственный идеал и его роль в регуляции поведения старшеклассников [Текст]: автореф. канд. дисс. / Зинаида Гришанова. – Москва, 1976. – Режим доступа: [http://lib100.com/book/common\\_psychology/problemi\\_formirovania\\_lichnosti/html/?page=178](http://lib100.com/book/common_psychology/problemi_formirovania_lichnosti/html/?page=178) – Загл. с экрана.
20. Гюру, Э. Самооценка у детей и подростков [Электронный ресурс]: книга для родителей / Эйстад Гюру. – Москва: Альпина Паблишер, 2019. – 294 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/41378.html> – Загл. с экрана.
21. Долгова, В. И. Моделирование психолого-педагогической коррекции самооценки у лиц с аддиктивным поведением в условиях реабилитационного центра [Текст] / В.И. Долгова, Е.Г. Капитанец, Д.И. Гладышев // Ученые записки университета Лесгафта. – 2018. – №5 (135). – С. 267-272.
22. Долгова, В. И. Феномен "Я-концепция" подростка [Текст] / В.И. Долгова, А.А. Кошелева // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2016. – № 7. – С. 139-143.
23. Долгова, В. И., Попова, Е.В., Молоканов, А.В. Психолого-педагогическая коррекция межличностных отношений у старших подростков [Текст] / В.И. Долгова, Е.В. Попова, А.В. Молоканов // Научно-методический электронный журнал Концепт. – 2017. – Т. 31. – С. 91-95.
24. Емельянова, Е. В. Психологические проблемы современных подростков и их решение в тренинге [Электронный ресурс] / Елена Емельянова. – Москва: Генезис, 2016. – 376 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/54348.html> – Загл. с экрана
25. Зинько, Е. В. Особенности устойчивой и неустойчивой самооценки подростков [Текст] / Елена Зинько // Вестник московского университета. – 2019. – №3 (14). – С. 23-35.
26. Зубова, Л. В. Психология развития и возрастная психология [Электронный ресурс]: учебное пособие / Л.В. Зубова, Е.В. Назаренко. –

Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ. – 2016. – 190 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/69940.html> – Загл. с экрана.

27. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства [Текст] / Евгений Ильин. – Санкт-Петербург: Питер, 2017. – 752 с.

28. Калягин, В. А. Лого-психология [Текст]: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / В.А. Калягин, Т.С. Овчинникова. – Москва: Академия, 2016. – 320 с.

29. Киселева, М. В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе [Текст]: учебное пособие / Мария Киселева. – Санкт-Петербург: Речь, 2007. – 336 с.

30. Коломинский, Я. Л. Человек: психология [Текст]: книга для учащихся ст. классов / Яков Коломинский. – 2-е изд., доп. – Москва: Просвещение, 1986. – 223 с.

31. Кон, И. С. Психология ранней юности [Текст]: книга для учителя / Игорь Кон. – Москва: Просвещение, 1989. – 342 с.

32. Кондратьева, О.А., Соколова, В.Е. Модель психолого-педагогической коррекции самооценки старшеклассников [Текст] / О.А. Кондратьева, В.Е. Соколова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 7. – С. 16–20. – Режим доступа: <http://e-koncept.ru/2016/56081.htm>. – Загл. с экрана.

33. Копытин, А. И. Тренинг по фототерапии [Текст] / Александр Копытин. – Санкт-Петербург: Издательство Речь, 2018. – 96 с.

34. Копытин, А.И. Техники телесно-ориентированной арт-терапии [Текст] / А.И. Копытин, Корт Б. – Москва: Психотерапия, 2017. – 128 с.

35. Копытин, А. И. Арт-терапия - новые горизонты [Текст] / под ред. А. И. Копытина. – Москва: Когито-Центр, 2016. – 336 с.

36. Корсини, Р. Психологическая энциклопедия [Электронный ресурс] / Р. Корсини, А. Ауэрбах. – Санкт-Петербург: Питер, 2016. – 1096 с.

– Режим доступа: <http://vocabulary.ru/dictionary/3/word/samocenka> – Загл. с экрана.

37. Кравченко, А. И. Родителям о подростках, и подросткам о родителях [Текст] / Альберт Кравченко. – Москва: Изд-во «Русское слово — учебная книга», 2018. – 178 с.

38. Кулагина, И. Ю. Психология развития и возрастная психология. Полный жизненный цикл развития человека [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов / И.Ю. Кулагина, В.Н. Колюцкий. – Москва: Академический проект, 2019. – 421 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/36766.html> – Загл. с экрана.

39. Курбатов, В. И. Современная западная социология [Текст] / Владимир Курбатов. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2017. – 245 с.

40. Кушнер, Ю. З. Методология и методы педагогического исследования [Текст] / Юрий Кушнер. – Могилев: МГУ им. А.А. Кулешова, 2016. – 66 с.

41. Личко, А. Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков [Текст] / Андрей Личко. – Липецк: Медицина, 1983. – 259 с.

42. Молчанова, О. Н. Самооценка: Теоретические проблемы и эмпирические исследования [Текст]: учебное пособие / Ольга Молчанова. – МОСКВА: Флинта: Наука, 2018. – 392 с.

43. Мухина, В. С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество [Текст] : учебное пособие / Валерия Мухина. – МОСКВА: Академия, 2017. – 453 с.

44. Обухова, Л. Ф. Детская (возрастная) психология [Текст] : учебник для вузов / Людмила Обухова. – Москва, Российское педагогическое агентство, 1996. – 412 с.

45. Першина, Л. А. Возрастная психология [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов / Людмила Першина. – Москва: Академический Проект, Альма Матер, 2019. – 256 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/60021.html> – Загл. с экрана.

46. Петровский, А. В. Психология [Текст] : учебное пособие / А.В. Петровский, М. Г. Ярошевский. – Москва: Просвещение, 2020. – 512 с.
47. Петровский, А. В. Психология [Текст] : словарь / А.В. Петровский, М. Г. Ярошевский. – Москва: Политиздат, 1990. – 494 с.
48. Петровский, А. В. Теоретическая психология [Текст] / Артур Петровский. – Москва: Новая школа, 2016. – 485 с.
49. Польшина, М. А. Самооценка как фактор психологической защищенности личности подростков с отклонениями в развитии [Электронный ресурс] / Мария Польшина // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т.20. – С. 71-76. – Режим доступа: <http://e-koncept.ru/2016/56329.htm>. – Загл. с экрана.
50. Практикум по арт-терапии [Текст] / под ред. А. И. Копытина. – Санкт-Петербург: Питер, 2019. – 448 с.
51. Психофизиологические, психолого-педагогические проблемы взаимоотношений детей и родителей на этапе дошкольного взаимодействия: резолюция 6 сессии отраслевого Конгресса МАНВО в области психологии [Текст] / Международная Академия наук и высшего образования; куратор: Челябинский Государственный педагогический Университет. – Лондон: МАНВО, 2017. – 52 с.
52. Реан, А. А. Психология личности [Текст] : учебное пособие / Артур Реан. – Санкт-Петербург: Питер, 2018. – 288 с.
53. Роджерс, К. О становлении личностью. Психотерапия глазами психотерапевта [Текст] / Карл Роджерс. – Москва: «Прогресс», 1994. – 193 с.
54. Сарджвеладзе, Н. И. Личность и ее взаимодействие с социальной средой [Электронный ресурс] / Нодар Сарджвеладзе. – Тбилиси, 1989. – 288 с. – Режим доступа: [http://pedlib.ru/Books/1/0199/index.shtml?from\\_page=100](http://pedlib.ru/Books/1/0199/index.shtml?from_page=100) – Загл. с экрана.
55. Семенюк, Л. М. Хрестоматия по возрастной психологии [Текст]: учебное пособие для студентов / Любовь Семенюк; под ред. Д.И.

Фельдштейна. – Издание 2-е, дополненное. – Москва: Институт практической психологии, 1996. – 219 с.

56. Сиденко, Е. А. К вопросу об адаптации подростка [Текст] / Елена Сиденко // Инновационные проекты и программы в образовании. – 2019. – №1. – С. 23-29.

57. Сидоров, К. Р. Самооценка, уровень притязаний и эффективность учебной деятельности подростков [Текст] / Константин Сидоров // Вопросы психологии. – 2017. – №3. – С. 149-156.

58. Тарабакина, Л. В. Эмоциональное развитие подростков [Текст]: учебное пособие для студентов педагогических вузов / Людмила Тарабакина. – Москва: Прометей, 2019. – 208 с.

59. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ [Электронный ресурс] – Электрон. дан. – Режим доступа: <https://rg.ru/2012/12/30/obrazovanie-dok.html> – Загл. с экрана.

60. Фрейджер, Р. Личность [Текст] : теории, упражнения, эксперименты / Р. Фрейджер, Дж. Фейдиман. – Санкт-Петербург: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2017. – 209 с.

61. Шаяхметова, В. К. Исследование формирования самооценки младших подростков [Электронный ресурс] / Валерия Шаяхметова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2018. – № 03. – Режим доступа: <http://ekoncept.ru/2015/15068.htm>. – Загл. с экрана.

62. Эльконин, Д. Б. Возрастные особенности младших подростков [Текст] / Даниил Эльконин. – Москва: Прометей, 1967. – 364 с.

63. Эльконин, Д. Б. К проблеме периодизации психического развития в детском возрасте [Текст] / Даниил Эльконин // Вопросы психологии. – 1971. – № 4. – С. 1-6.

64. Эриксон, Э. Детство и общество [Текст] / Эрик Эриксон. – Москва: Речь, 2016. – 445 с.

65. Юсупова, Р. Б. Изучение самооценки старших подростков [Электронный ресурс] / Роза Юсупова // Научно-методический электронный

журнал «Концепт». – 2019. – Т.10. – С.341–345. – Режим доступа: <http://e-koncept.ru/2015/95112.htm>. – Загл. с экрана.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

### Методики опытно-экспериментального исследования

1. Методика определения самооценки Т.В. Дембо - С.Я. Рубинштейн (рисунок 1.1).

Создатель метода – Тамара Вульфовна Дембо, американский психолог, ученица Курта Левина, доктор Университета Кларка. Тест создан в 1962 году. В 1970 году он был доработан Сусанной Яковлевной Рубинштейн (психолог, сотрудник лаборатории патопсихологии). Правки заключались в добавлении расшифровки результатов.

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

Рисунок 1.1 – Бланк методики определения самооценки Т.В.Дембо - С.Я.Рубинштейн

Возьмите чистый лист бумаги. Начертите 4 вертикальные линии. Их высота не должна превышать 10 см. На середине каждой линии поставьте отметку. 1 мм равен 1 баллу.

Линии обозначают:

- характер;

- состояние здоровье;
- умственные способности;
- счастье.

По желанию можно вписать оптимизм, удовлетворенность собой (качествами). Если тест Дембо-Рубинштейн проходит подросток, добавьте способности, внешность, авторитет среди сверстников, уверенность в себе.

Верх линий – наивысший показатель для параметра, например, самый умный, самый красивый и т.д. Низ, соответственно, – самый низкий.

Задумайтесь, как вы оцениваете себя в свете каждого параметра. Насколько вы счастливы? Считаете ли вы себя красивым и счастливым человеком? Пользуется ли подросток авторитетом среди друзей или одноклассников? Уверен ли он в себе или страдает от комплексов?

Ноликами («0») отметьте желаемый уровень. Крестиками («X») – объективную оценку. Горизонтальной черточкой – текущий показатель того или иного параметра.

Используя линейку, измерьте и запишите расстояние от нижней части линии до крестика. Это будет уровень притязаний (рисунок 1.2) или желаемый показатель. От нолика до горизонтальной полоски – самооценка. Также нужно посмотреть расхождение между притязаниями и самооценкой.

Интерпретация результатов методики диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн выглядит так:

1. 50-75 баллов – средняя и высокая самооценка. Человек оценивает себя адекватно, реально смотрит на вещи.
2. 75-100 баллов – завышенная самооценка. Возможно, в процессе формирования личности произошли какие-то нарушения. Человек воспринимает себя искаженно, он не хочет учиться чему-то новому, не замечает свои ошибки, нечувствителен к критике и замечаниям.
3. Меньше 50 баллов – низкая самооценка.



После оценки результатов нужно выяснить, почему человек именно так относится к себе. По каким причинам он сомневается в своих возможностях или, наоборот, чрезмерно превозносит себя.

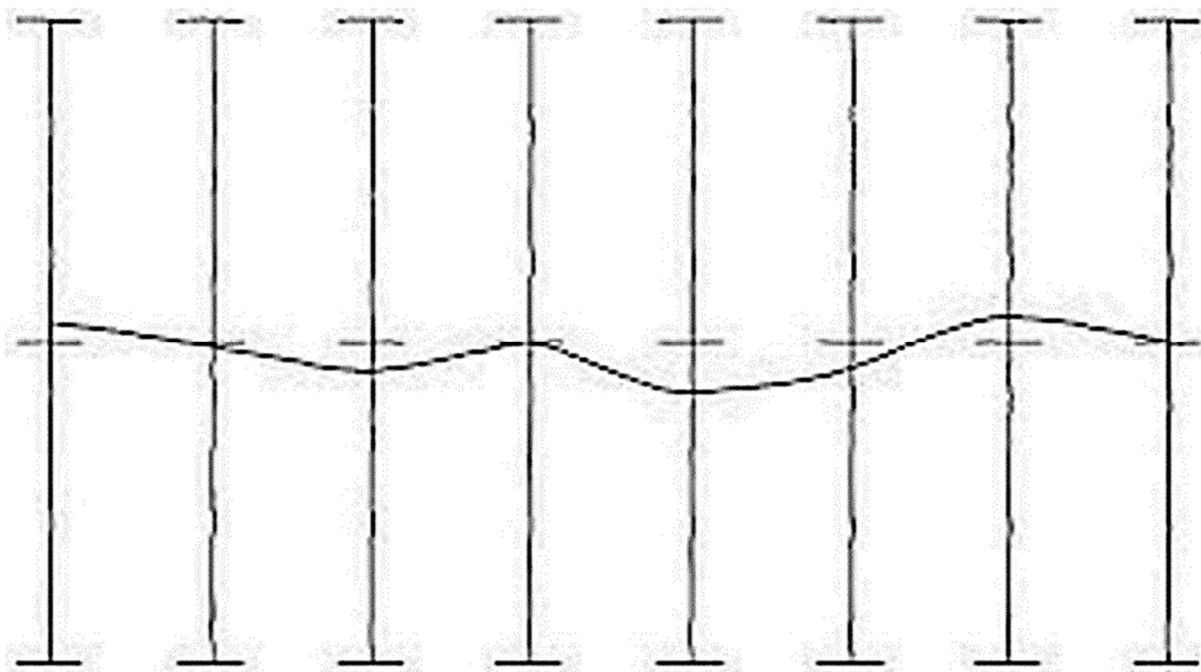


Рисунок 1.2 – Пример анализа уровня притязаний

Здесь также есть несколько вариантов оценки результатов:

- 1) 60-90 баллов – реальный уровень притязаний.
- 2) 90-100 – нереалистичный взгляд на себя, отсутствие самокритики.
- 3) Показатель меньше 60 баллов – слишком низкие притязания. Свидетельство неправильного развития характера и личностных качеств.

В традиционной модификации методики Дембо-Рубинштейн человек с адекватной самооценкой поставит отметку (горизонтальная полоска) немного выше середины линии. Идеальным (0) для него будет вариант ниже верхней части шкалы. Наилучшее место для расположения X – посередине самооценкой и желаниями.

Если актуальная самооценка отмечена ниже середины шкалы, человек страдает от излишней самокритичности, слишком многого требует от себя.

2. Методика «Исследование самооценки личности» С.А. Будасси

Методика С.А. Будасси позволяет проводить количественное исследование самооценки личности, то есть ее измерение. В основе данной методики лежит способ ранжирования.

Инструкция. Вам предлагается список из 48 слов, обозначающих свойства личности, из которых Вам необходимо выбрать 20, в наибольшей степени характеризующих эталонную личность (назовем ее «мой идеал») в Вашем представлении. Естественно, что в этом ряду могут найти место и негативные качества.

Таблица 1.1 - Текст методики «Исследование самооценки личности» С.А. Будасси

1. Аккуратность	17. Легковерие	33. Педантичность
2. Беспечность	18. Медлительность	34. Радужие
3. Вдумчивость	19. Мечтательность	35. Развязность
4. Восприимчивость	20. Мнительность	36. Рассудительность
5. Вспыльчивость	21. Мстительность	37. Самокритичность
6. Гордость	22. Надежность	38. Сдержанность
7. Грубость	23. Настойчивость	39. Справедливость
8. Гуманность	24. Нежность	40. Сострадание
9. Доброта	25. Нерешительность	41. Стыдливость
10. Жизнерадостность	26. Несдержанность	42. Практичность
11. Заботливость	27. Обаяние	43. Трудолюбие
12. Завистливость	28. Обидчивость	44. Трусость
13. Застенчивость	29. Осторожность	45. Убежденность
14. Злопамятность	30. Отзывчивость	46. Увлеченность
15. Искренность	31. Подозрительность	47. Черствость
16. Капризность	32. Принципиальность	48. Эгоизм

Из двадцати отобранных свойств личности Вам необходимо построить эталонный ряд  $d_1$  в протоколе исследования, где на первых позициях располагаются наиболее важные, с Вашей точки зрения, положительные свойства личности, а последними - наименее желательные, отрицательные (20-й ранг - наиболее привлекательное качество, 19-й - менее

и т. д. вплоть до 1 ранга). Следите, чтобы ни одна оценка-ранг не повторялась дважды.

Таблица 1.2 - Протокол исследования методики «Исследование самооценки личности» С.А. Будасси

Номер ранга эталона $d_1$	Свойства личности	Номер ранга субъекта $d_2$	Разность рангов $D$	Квадрат разности рангов $d^2$
				$\Sigma d^2 =$

Из отобранных Вами ранее свойств личности постройте субъективный ряд  $d_2$ , в котором расположите данные свойства по мере убывания их выраженности у Вас лично (20-й ранг - качество, присущее Вам

в наибольшей степени, 19-й - качество, характерное для Вас несколько меньше, чем первое, и т. д.). Результат занесите в протокол исследования.

Цель обработки результатов - определение связи между ранговыми оценками качеств личности, входящими в представления «Я идеальное» и «Я реальное». Мера связи устанавливается с помощью коэффициента ранговой корреляции. Чтобы высчитать коэффициент, необходимо вначале найти разность рангов  $d_1 - d_2$  по каждому качеству и занести полученный результат в колонку  $d$  в протокол исследования. Затем каждое полученное значение разности рангов  $d$  возвести в квадрат  $(d_1 - d_2)^2$  и записать результат в колонке  $d^2$ . Подсчитайте общую сумму квадратов разности рангов  $\Sigma d^2$  и внесите ее в формулу  $r = 1 - 0,00075 \times \Sigma d^2$ , где  $r$  - коэффициент корреляции (показатель уровня самооценки личности).

Коэффициент ранговой корреляции  $r$  может находиться в интервале от -1 до +1. Если полученный коэффициент составляет не менее -0,37 и не более +0,37 (при уровне достоверности равном 0,05), то это указывает на слабую незначительную связь (или ее отсутствие) между представлениями человека о качествах своего идеала и о реальных качествах. Такой показатель может быть обусловлен и несоблюдением испытуемым инструкции, но если она выполнялась, то низкие показатели означают нечеткое и недифференцированное представление человеком о своем идеальном Я и Я реальном. Значение коэффициента корреляции от +0,38 до +1 - свидетельство наличия значимой положительной связи между Я идеальным и Я реальным. Это можно трактовать как проявление адекватной самооценки или, при  $r$  от +0,39 до +0,89, как тенденция к завышению. Значения же от +0,9 до +1 часто выражают неадекватно завышенное самооценивание. Значение коэффициента корреляции в интервале от -0,38 до -1 говорит о наличии значимой отрицательной связи между Я идеальным и Я реальным (отражает несоответствие или расхождение представлений человека о том, каким он хочет быть, и тем, какой он в реальности). Это несоответствие предлагается интерпретировать как заниженную

самооценку. Чем ближе коэффициент к  $-1$ , тем больше степень несоответствия.

В предложенной методике исследования самооценки ее уровень и адекватность определяются как отношение между Я идеальным и Я реальным. Представления человека о самом себе, как правило, кажутся ему убедительными независимо от того, основываются ли они на объективном знании или на субъективном мнении, являются ли они истинными или ложными. Качества, которые человек приписывает самому себе, далеко не всегда адекватны.

Процесс самооценивания может происходить двумя путями: 1) путем сопоставления уровня своих притязаний с объективными результатами своей деятельности и 2) путем сравнения себя с другими людьми. Однако независимо от того, лежат ли в основе самооценки собственные суждения человека о себе или интерпретации суждений других людей, индивидуальные идеалы или культурно-заданные стандарты, самооценка всегда носит субъективный характер; при этом ее показателями могут выступать адекватность и уровень.

Адекватность самооценивания выражает степень соответствия представлений человека о себе объективным основаниям этих представлений. Уровень самооценки выражает степень реальных и идеальных, или желаемых, представлений о себе. Адекватную самооценку (с тенденцией к завышению) можно приравнять к позитивному отношению к себе, к самоуважению, принятию себя, ощущению собственной полноценности. Низкая самооценка (с тенденцией к занижению), наоборот, может быть связана с негативным отношением к себе, неприятием себя, ощущением собственной неполноценности.

В процессе формирования самооценки важную роль играет сопоставление образов реального Я и Я идеального. Поэтому тот, кто достигает в реальности характеристик, соответствующих идеалу, будет иметь высокую самооценку. Если же человек «эффективно» рефлексивует

разрыв между этими характеристиками и реальностью своих достижений, его самооценка, по всей вероятности, будет низкой.

Самооценка и отношение человека к себе тесно связаны с уровнем притязаний, мотиваций и эмоциональными особенностями личности. От самооценки зависит интерпретация приобретенного опыта и ожидания человека относительно самого себя и других людей.

### 3. Методика «Несуществующее животное» М.З. Дукаревич.

По своему характеру тест «Несуществующее животное» относится к числу проективных. Для статистической проверки или стандартизации результат анализа может быть представлен в описательных формах. По составу данный тест - ориентировочный как единственный метод исследования обычно не используется и требует объединения с другими методами в качестве батарейного инструмента исследования.

Материал для тестирования: лист бумаги А4 (либо близкий по размеру к формату); цветные карандаши.

Инструкция. Лист бумаги предлагают использовать целиком (а не сгибают пополам), дают его в руки испытуемому (чтобы он сам выбрал, в какой плоскости рисовать) и не делают на нем никаких надписей. Комментарий к заданию: «Придумай и нарисуй несуществующее животное или любое другое существо, которого нет в природе. Это существо не должно быть персонажем из сказки или мультфильма, ты его должен придумать сам. Придумай для него несуществующее имя».

Показатели и интерпретация. Положение на рисунке. В норме рисунок расположен по средней линии вертикально поставленного листа. Лист бумаги лучше всего взять белый или слегка кремовый, не глянцевый. Пользоваться карандашом средней мягкости; ручкой и фломастером рисовать нельзя.

Положение рисунка ближе к верхнему краю листа (чем ближе, тем более выражено) трактуется как высокая самооценка, как недовольство своим положением в социуме, недостаточностью признания со стороны

окружающих, как претензия на продвижение и признание, тенденция к самоутверждению.

Положение рисунка в нижней части - обратная тенденция: неуверенность в себе, низкая самооценка, подавленность, нерешительность, незаинтересованность в своем положении в социуме, в признании, отсутствие тенденции к самоутверждению.

Центральная смысловая часть фигуры (голова или замещающая ее деталь). Голова повернута вправо - устойчивая тенденция к деятельности, действительности: почти все, что обдумывается, планируется - осуществляется или, по крайней мере, начинает осуществляться (если даже и не доводится до конца). Испытуемый активно переходит к реализации своих планов, наклонностей.

Голова повернута влево - тенденция к рефлексии, к размышлениям. Это не человек действия: лишь незначительная часть замыслов реализуется или хотя бы начинает реализовываться. Нередко также боязнь перед активным действием и нерешительность. (Вариант: отсутствие тенденции к действию или боязнь активности - следует решить дополнительно.)

Положение «анфас», т.е. голова направлена на рисующего (на себя), трактуется как эгоцентризм. Повышенная тревожность часто отражается в избыточном количестве органов чувств. Тревожный человек сам повышенно чувствителен к возможным опасностям и поэтому наделяет повышенной чувствительностью свои создания.

На голове расположены детали, соответствующие органам чувств - уши, рот, глаза. Значение детали «уши» - прямое: заинтересованность в информации, значимость мнения окружающих о себе. Дополнительно по другим показателям и их сочетанию определяется, предпринимает ли испытуемый что-либо для завоевания положительной оценки или только продуцирует на оценки окружающих соответствующие эмоциональные реакции (радость, гордость, обида, огорчение), не изменяя своего поведения.

Приоткрытый рот в сочетании с языком при отсутствии прорисовки губ трактуется как большая речевая активность (болтливость), в сочетании с прорисовкой губ - как чувственность; иногда и то и другое вместе. Открытый рот без прорисовки языка и губ, особенно зачерченный, трактуется как легкость возникновения опасений и страхов, недоверия.

Рот с зубами - вербальная агрессия, в большинстве случаев - защитная (огрызается, задирается, грубит в ответ на обращение к нему отрицательного свойства, осуждение, порицание). Для детей и подростков характерен рисунок зачерченного рта округлой формы (боязливость, тревожность). Особое значение придают глазам. Это символ присущего человеку переживания страха: подчеркивается резкой прорисовкой радужки. Обратит внимание на наличие или отсутствие ресниц.

Ресницы – истероидно – демонстративные манеры поведения; для мужчин: женственные черты характера с прорисовкой зрачка и радужки совпадают редко. Ресницы - также заинтересованность в восхищении окружающих внешней красотой и манерой одеваться, придание этому большого значения. Увеличенный (в соответствии с фигурой в целом) размер головы говорит о том, что испытуемой ценит рациональное начало (возможно, и эрудицию) в себе и окружающих.

На голове также бывают расположены дополнительные детали: например, рога - защита, агрессия. Определить по сочетанию с другими признаками - когтями, щетиной, иглами - характер этой агрессии: спонтанная или защитно-ответная.

Несущая, опорная часть фигуры (ноги, лапы, иногда - постамент). Рассматривается основательность этой части по отношению к размерам всей фигуры и по форме:

1. Основательность, обдуманность, рациональность принятия решения, пути к выводам, формирование суждения, опора на существенные положения и значимую информацию.



2. Поверхностность суждений, легкомыслие в выводах и неосновательность суждений, иногда импульсивность принятия решения (особенно при отсутствии или почти отсутствии ног).

Необходимо обратить внимание на характер соединения ног с корпусом: соединение точно, тщательно или небрежно, слабо соединены или не соединены вовсе - это характер контроля за своими рассуждениями, выводами, решениями. Однотипность и однонаправленность формы ног, лап, любых элементов опорной части - конформность суждений и установок в принятии решений, их стандартность, банальность.

Разнообразие в форме и положении этих деталей - своеобразие установок и суждений, самостоятельность и небанальность; иногда даже творческое начало (соответственно необычности формы) или инакомыслие (ближе к патологии).

Части, поднимающиеся над уровнем фигуры, могут быть функциональными или украшающими: крылья, дополнительные ноги, щупальца, панцирь, перья, бантики, цветково - функциональные детали - энергия охвата разных областей человеческой деятельности, уверенность в себе, «самораспространение» с неделикатным и неразборчивым притеснением окружающих, любознательность, желание участвовать как можно в большем числе дел окружающих, завоевание себе места под солнцем, увлеченность своей деятельностью, смелость предприятий.

Украшающие детали - демонстративность, склонность обращать на себя внимание окружающих, манерность (например, лошадь или ее несуществующее подобие в султанах из павлиньих перьев).

Хвосты. Выражают отношение к собственным действиям, решениям, выводам, к своей вербальной продукции. Хвосты повернуты вправо - отношение к своим действиям и поведению. Влево - отношение к своим мыслям, решениям; к упущенным возможностям, к собственной нерешительности. Положительная или отрицательная окраска этого отношения выражена направлением хвостов вверх (уверенно,

положительно, бодро) или падающим движением вниз (недовольство собой, сомнение в собственной правоте, сожаление о сделанном, сказанном, раскаяние и т. п.). Обратить внимание на хвосты, состоящие из нескольких, иногда повторяющихся, звеньев, на особенно пышные хвосты, особенно длинные и иногда разветвленные.

Контур фигуры. Анализируются по наличию или отсутствию выступов (типа щитов, панцирей, игл), прорисовки и затемнения линии контура. Это защита от окружающих, агрессивная - если она выполнена в острых углах; со страхом и тревогой - если имеет место затемнение, «запачкивание» контурной линии; с опасением, подозрительностью - если поставлены щиты, «заслоны», линия удвоена.

Направленность такой защиты - соответственно пространственному расположению: верхний контур фигуры - против вышестоящих, против лиц, имеющих возможность наложить запрет, ограничение, осуществить принуждение, т.е. против старших по возрасту, родителей, учителей, начальников, руководителей; - нижний контур - защита против насмешек, непризнания, отсутствия авторитета у нижестоящих подчиненных, младших, боязнь осуждения; боковые контуры - недифференцированная опасливость и готовность к самозащите любого порядка и в разных ситуациях; - то же самое - элементы «защиты», расположенные не по контуру, а внутри контура, на самом корпусе животного. Справа - больше в процессе деятельности (реальной). Слева - больше защита своих мнений, убеждений, вкусов.

Характер линий: Характер линий рисунка - самый главный критерий, по которому выявляются тревожные или состояние тревоги. В случае, если для рисования используется не единая линия, а линия, состоящая из множества маленьких, коротеньких штрихов, можно говорить о высоком уровне тревожности.

Множественное обведение также является показателем тревожности - испытуемый не уверен, хорошо ли он нарисовал и пытается исправить. Это

может быть также навязчивое состояние, когда он не может успокоиться и все время обводит. Слабый нажим или паутинная, еле видная линия - либо человек очень уставший, астеничный, утомленный и это одно. Или это может быть проявление закрытости - он хочет, чтобы его животное было минимально видно. А еще это неуверенность в собственном «Я» и это отражается в слабой линии животного - он точно не знает, какой он и расплывается в тумане. То есть он может быть больной, неуверенный в собственном «Я» и закрытым.

Целостность контура - если контур очень хорошо обведен и подчеркнут это означает, что человек защищает свое внутреннее пространство. Если разрывы в контуре животного существуют, то предполагается, что в некоторых аспектах есть слияние, смешение внешнего и внутреннего или нарушение границ - человек может быть очень сильно зависим от средовых воздействий, либо человек полностью сливается с социумом и не чувствует собственного «Я». Если присутствует «волосатость», то мы понимаем, что нет границ между внешним и внутренним.

Следует обратить внимание на резко продавленные линии, видимые даже на обратной стороне листа (судорожный, высокий тонус мышц рисующей руки) - резкая тревожность. Обратить внимание также на то, какая деталь, какой символ выполнен таким образом (т.е. к чему привязана тревога). Наличие штриховки, закрашивания: показатель субъективной трудности выполнения отдельного элемента рисунка.

Тематически животные делятся на угрожаемых, угрожающих, нейтральных (подобия льва, бегемота, волка или птицы, улитки, муравья, либо белки, собаки, кошки). Это отношение к собственной персоне и к своему «Я», представление о своем положении в мире, как бы идентификация себя по значимости (с зайцем, букашкой, слоном, собакой и т.д.). В данном случае рисуемое животное - представитель самого рисующего.

Степень агрессивности выражена количеством, расположением и характером углов в рисунке. Особенно весомы в этом отношении прямые символы агрессии - когти, зубы, клювы. Фигура круга (особенно ничем не заполненного) символизирует и выражает тенденцию к скрытности, замкнутость, закрытость своего внутреннего мира, нежелание давать сведения о себе окружающим, наконец, нежелание подвергаться тестированию.

Такие рисунки обычно дают очень ограниченное количество данных для анализа. Обратит внимание на случаи вмонтирования механических частей в тело «животного» - постановка животного на постамент, тракторные или танковые гусеницы, треножник; прикрепление к голове пропеллера, винта; вмонтирование в глаз электролампы, в тело и конечности животного - рукояток, клавиш и антенн. Это наблюдается чаще у больных шизофренией и глубоких шизоидов.

Таблица 1.3 - Бальная система оценивания показателей по методике «Несуществующее животное»

Симптомокомплекс	Симптом	Балл
Агрессия	Сильная, уверенная линия рисунка	0-1
	Неаккуратность рисунка	0-1
	Большое количество острых углов	0-2
	Верхнее размещение углов	0-1
	Крупное изображение	0-2
	Голова обращена вправо или анфас	0-1
	Хвост поднят вверх, пышный	0-1
	Угрожающее выражение	0-1
	Угрожающая поза	0-1
	Зубы, когти, рога	0-2
	Хищник	0-1
	Ночное животное	0-1
	Другие признаки	0-1

При анализе рисунка несуществующего животного и пострисуночного опроса оцениваются перечисленные в таблице симптомы. Если симптом отсутствует, начисляется 0 баллов.

Понятно, что чем больше итоговая сумма баллов, тем выше уровень склонности к агрессии.

Таблица 1.4 - Шкала оценок результатов проведения методики «Несуществующее животное»

<b>Уровень агрессивности</b>	<b>Количество баллов</b>
Слабый	0 – 3
Средний	4 – 6
Высокий	7 – 10
Повышенный	11 – 18

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

### Результаты первичного исследования

Таблица 2.1 - Результаты первичной диагностики по методике определения самооценки Т.В. Дембо-С.Я. Рубинштейн

№	Испытуемый	Баллы	Уровень самооценки
1	001	53	Средний
2	002	54	Средний
3	003	43	Низкий
4	004	65	Средний
5	005	41	Низкий
6	006	72	Высокий
7	007	59	Средний
8	008	52	Средний
9	009	54	Средний
10	010	57	Средний
11	011	51	Средний
12	012	42	Низкий
13	013	55	Средний
14	014	57	Средний
15	015	87	Высокий
16	016	59	Средний
17	017	43	Низкий
18	018	58	Средний
19	019	39	Низкий
20	020	78	Высокий
21	021	67	Средний
22	022	56	Средний
23	023	41	Низкий
24	024	49	Средний
25	025	61	Средний
26	026	40	Низкий
27	027	90	Высокий
28	028	55	Средний
29	029	74	Высокий

Вывод: Низкая самооценка – 7, Адекватная – 17, Высокая - 5

Таблица 2.2 - Результаты диагностики по методике исследования самооценки личности С. А. Будасси

№	Испытуемый	r	Уровень самооценки
1	001	0,33	Средний
2	002	0,4	Средний
3	003	-0,6	Низкий
4	004	0,03	Средний
5	005	-0,42	Низкий
6	006	0,77	Высокий
7	007	-0,27	Средний
8	008	0,05	Средний
9	009	0,4	Средний
10	010	0,50	Средний
11	011	-0,17	Средний
12	012	-0,8	Низкий
13	013	0,43	Средний
14	014	0,37	Средний
15	015	0,55	Высокий
16	016	0,12	Средний
17	017	-0,43	Низкий
18	018	0,17	Средний
19	019	-0,38	Низкий
20	020	0,65	Высокий
21	021	0,20	Средний
22	022	0,34	Средний
23	023	-0,8	Низкий
24	024	0,20	Средний
25	025	0,33	Средний
26	026	-0,6	Низкий
27	027	0,56	Средний
28	028	0,48	Средний
29	029	0,7	Высокий
Вывод: Низкая самооценка – 7, средняя – 18, завышенная – 4			

Таблица 2.3 - Результаты диагностики по методике «Несуществующее животное» М.З. Дукаревич

№	Испытуемый	Линия	Аккуратность	Острые углы	Размер	Направление головы	Угрож. выражение	Зубы, когти
1	001	0	0	0	1	а	0	1
2	002	1	0	0	0	п	0	1
3	003	0	1	0	0	а	1	0
4	004	0	1	0	0	а	0	1
5	005	0	0	0	0	а	0	0
6	006	1	1	1	0	п	0	1
7	007	0	0	0	1	а	1	0
8	008	0	1	0	0	а	1	1
9	009	1	0	0	0	а	0	1
10	010	0	1	0	1	а	0	0
11	011	1	0	0	0	а	0	0
12	012	0	1	0	0	а	0	0
13	013	0	1	0	0	а	0	0
14	014	1	0	0	1	а	1	1
15	015	0	0	0	1	а	0	1
16	016	0	0	0	1	а	1	0
17	017	0	1	0	0	п	1	0
18	018	0	0	0	0	а	0	0
19	019	1	0	0	1	а	0	0
20	020	1	0	0	0	п	0	0



### ПРИЛОЖЕНИЕ 3

#### Программа психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии

Условия реализации программы:

- 1) Целевая аудитория: старшие подростки.
- 2) Весь курс рассчитан на 15 занятий.
- 3) Длительность одного занятия – 2 часа.
- 4) Занятия могут проводиться 1-2 раза в неделю.
- 5) В конце каждого занятия организуется рефлексия взаимодействия (отношение к происходящему, собственный вклад в него и т. п.), а также диагностика (состояние участников, понимание ими игровой ситуации).

б) Привлечение внимания подростков к тем результатам, которые были получены в ходе встречи, сделать акцент на осознании того, что подросток увидел в себе или других, что почувствовал, выполняя то или иное упражнение, что произвело на него большее впечатление и т. д.

Занятия строятся на применении упражнений, нацеленных на знакомство, коллективную сплоченность, установку доверия и раскрытие личностного потенциала вкупе с упражнениями в рамках методов арт-терапии.

#### 1. Занятие № 1.

Цель: Побуждение личности к самораскрытию, исследованию собственного эмоционального состояния, развитию творческого воображения.

- Техника «Каракули».
- Изотерапия: Рисунок себя.

#### 2. Занятие №2.

Цель: Побуждение каждого участника к самораскрытию через спонтанное творчество, проявлению отношения и эмоциональных реакций.

– Арт-занятие «Цветные звуки моего тела».

### 3. Занятие №3.

Цель: Содействие развитию спонтанности, рефлексии, проявлению истинных чувств, осознанию ценности и уникальности собственной личности, развитию положительного, целостного образа «Я», самопринятию.

– Моё любимое животное.

– «Рисуем имя».

### 4. Занятие №4.

Цель: Создание условий для включения личности в процесс самопознания, осознания участниками своего реального и идеального «Я», отношения к себе, своих сильных и слабых сторон, повышение самооценки.

– Визуализация.

– Рисуем маски.

– Упражнение «Два письма».

### 5. Занятие №5.

Цель: Актуализация и осознание внешних и внутренних ресурсов своей личности, повышение самооценки.

– «Каракули» с открытыми и закрытыми глазами.

– «Мой герб».

– Релаксация «Водопад».

### 6. Занятие №6.

Цель: Отработка навыков невербальной коммуникации, эмоциональный подход к заданной теме, развитие креативности.

– Настрой.

Визуализация, настройка дыхания, поиск позитивной волны для дальнейшего взаимодействия.

– Коллаж «Все грани моего Я».

– Упражнение «избавимся от комплексов».

### 7. Занятие №7.

Цель: Осознание подростками особенностей собственной личности, принятие собственной индивидуальности.

- Упражнение «Рисуем круги».
- Маска собственной личности.
- Игра «Слепой паровозик».

8. Занятие №8.

Цель: Осознание собственной ценности, принятие индивидуальности, развитие способности представления себя другим.

- Игра «Изобрази фразу».
- Автопортрет в лучах солнца.

9. Занятие №9.

Цель: Осознание границ своего тела, развитие самоинтереса, повышение самооценки, снижение эмоционального напряжения, формирование доверия к группе, развитие воображения,

- Арт-терапевтическое упражнение «Я в натуральную величину».

10. Занятие №10.

Цель: Развитие самосознания, самоинтереса, эмпатии, творческого мышления, креативности. снятие тревожности, эмоционального напряжения, развитие оригинальности, ассоциативности мышления, повышение самооценки, развитие навыка рефлексии.

- Упражнение «Пожелание по кругу».
- Упражнение «Ассоциации».
- Упражнение «Мой портрет глазами группы».

11. Занятие №11.

Цель: Развитие самосознания, повышение уверенности в себе, личностное развитие, развитие креативности.

- «Мой сосуд».
- Упражнение «Наполняем сосуд».
- Упражнение «Украсть свой сосуд».

12. Занятие №12.

Цель: Осознание собственных переживаний и эмоциональных состояний, развитие творческого мышления, снижение уровня тревожности.

- Техника «Мандала».
- Упражнение «Превратности жизни».

### 13. Занятие №13.

Цель: Осознание ценности и уникальности собственной личности, развитие положительного, целостного образа «Я», самопринятия, развитие креативности, творческого мышления.

- Сказкотерапия.
- Сказка про имя.
- Игра «зеркало».
- Упражнение «рисунок имени».

### 14. Занятие №14.

Цель: Формирование представления о себе; осознание и выражение своих чувств, развитие творческого мышления, креативности, выражение внутренних конфликтов, развитие воображения, ассоциативности мышления.

- Упражнение «Ассоциации».
- Сотворение мира.
- Упражнение «Карта моего внутреннего мира».

### 15. Занятие №15

Цель: Снижение уровня психоэмоционального напряжения, повышение самооценки, уверенности в себе, выражение внутренних конфликтов, актуализация положительных чувств к родителям, развитие воображения.

- Музыкальная терапия «Морское дно».
- Отдарок на подарок.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 4

### Результаты опытно-экспериментального исследования

Таблица 4.1 - Результаты вторичной диагностики по методике определения самооценки Т.В. Дембо-С.Я. Рубинштейн

№	Испытуемый	Баллы	Уровень самооценки
1	001	55	Средний
2	002	56	Средний
3	003	51	Низкий
4	004	66	Средний
5	005	48	Низкий
6	006	70	Средний
7	007	65	Средний
8	008	52	Средний
9	009	53	Средний
10	010	60	Средний
11	011	56	Средний
12	012	46	Низкий
13	013	57	Средний
14	014	57	Средний
15	015	79	Высокий
16	016	62	Средний
17	017	49	Средний
18	018	63	Средний
19	019	46	Низкий
20	020	69	Средний
21	021	65	Средний
22	022	59	Средний
23	023	50	Средний
24	024	53	Средний
25	025	65	Средний
26	026	48	Низкий
27	027	81	Высокий
28	028	57	Средний
29	029	68	Средний

Вывод: Низкая самооценка – 5, Адекватная – 22, Высокая - 2

Таблица 4.2 - Результаты вторичной диагностики по методике исследования самооценки личности С. А. Будасси

№	Испытуемый	r	Уровень самооценки
1	001	0,35	Средний
2	002	0,42	Средний
3	003	-0,34	Средний
4	004	0,08	Средний
5	005	-0,4	Низкий
6	006	0,6	Высокий
7	007	-0,29	Средний
8	008	0,1	Средний
9	009	0,43	Средний
10	010	0,58	Средний
11	011	-0,13	Средний
12	012	-0,71	Низкий
13	013	0,41	Средний
14	014	0,4	Средний
15	015	0,56	Средний
16	016	0,18	Средний
17	017	-0,4	Низкий
18	018	0,2	Средний
19	019	-0,29	Средний
20	020	0,64	Высокий
21	021	0,24	Средний
22	022	0,4	Средний
23	023	-0,74	Низкий
24	024	0,25	Средний
25	025	0,39	Средний
26	026	-0,54	Низкий
27	027	0,6	Средний
28	028	0,49	Средний
29	029	0,68	Высокий
Вывод: Низкая самооценка – 5, средняя – 21, завышенная – 3			

Таблица 4.3 - Результаты вторичной диагностики по методике «Несуществующее животное» М.З. Дукаревич

№	Испытуемый	Линия	Аккуратность	Острые углы	Размер	Направление головы	Угрож. выражение	Зубы, когти
1	001	0	0	0	1	а	0	1
2	002	1	0	0	0	п	0	1
3	003	0	1	0	0	а	1	0
4	004	0	0	0	0	а	0	1
5	005	0	0	0	0	а	0	0
6	006	1	1	0	0	п	0	1
7	007	0	0	0	1	л	1	0
8	008	0	1	0	0	а	1	1
9	009	1	0	0	0	а	0	1
10	010	0	1	0	1	а	0	0
11	011	1	0	0	0	а	0	0
12	012	0	1	0	0	а	0	0
13	013	0	0	0	0	а	0	0
14	014	1	0	0	1	а	1	1
15	015	0	0	0	1	а	0	1
16	016	0	0	0	1	л	1	0
17	017	0	1	0	0	п	0	0
18	018	0	0	0	0	а	0	0
19	019	1	0	0	1	а	0	0
20	020	1	0	0	0	п	0	0

Таблица 4.4 – Расчет показателей по критерию Т. Вилкоксона (методика определения самооценки Т.В. Дембо – С.Я. Рубинштейн)

№	Испытуемый	Результат первичной диагностики	Результат вторичной диагностики	Разность результатов	Ранг
1	001	53	55	2	2
2	002	54	56	2	2
3	003	43	51	8	8
4	004	65	66	1	1
5	005	41	48	7	7
6	006	72	70	-2	2
7	007	59	65	6	6
8	008	52	52	0	
9	009	54	53	-1	1
10	010	57	60	3	3
11	011	51	56	5	5
12	012	42	46	4	4
13	013	55	57	2	2
14	014	57	57	0	
15	015	87	79	-8	8
16	016	59	62	3	3
17	017	43	49	6	6
18	018	58	63	5	5
19	019	39	46	7	7
20	020	78	69	-9	9
21	021	67	65	-2	2
22	022	56	59	3	3
23	023	41	50	9	9
24	024	49	53	4	4
25	025	61	65	4	4
26	026	40	48	8	8
27	027	90	81	-9	9
28	028	55	57	2	2
29	029	74	68	-6	6
$T_{ЭМП} = \sum R_r = 6+9+2+9+8+1+2=37$					



Таблица 4.5 – Расчет показателей по критерию Т. Вилкоксона (методика определения самооценки С.А. Будасси)

№	Испытуемый	Результат первичной диагностики	Результат вторичной диагностики	Разность результатов	Ранг
1	001	0,33	0,35	0,02	3
2	002	0,4	0,42	0,02	3
3	003	-0,6	-0,34	0,26	4
4	004	0,03	0,08	0,05	7
5	005	-0,42	-0,4	0,02	3
6	006	0,77	0,6	-0,17	2
7	007	-0,27	-0,29	-0,02	3
8	008	0,05	0,1	0,05	7
9	009	0,4	0,43	0,03	5
10	010	0,50	0,58	0,08	9
11	011	-0,17	-0,13	0,04	6
12	012	-0,8	-0,71	0,09	10
13	013	0,43	0,41	-0,02	3
14	014	0,37	0,4	0,03	5
15	015	0,55	0,56	0,01	1
16	016	0,12	0,18	0,06	8
17	017	-0,43	-0,4	0,03	5
18	018	0,17	0,2	0,03	5
19	019	-0,38	-0,29	0,09	10
20	020	0,65	0,64	-0,01	1
21	021	0,20	0,24	0,04	6
22	022	0,34	0,4	0,06	8
23	023	-0,8	-0,74	0,06	8
24	024	0,20	0,25	0,05	7
25	025	0,33	0,39	0,06	8
26	026	-0,6	-0,54	0,06	8
27	027	0,56	0,6	0,04	6
28	028	0,48	0,49	0,01	1
29	029	0,7	0,68	-0,02	3
$T_{ЭМП} = \sum R_r = 2+3+1+3+3=12$					

## ПРИЛОЖЕНИЕ 5

### Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику

Таблица 5.1 – Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику

1-й этап «Целеполагание внедрения программы психолого-педагогической коррекции самооценки старших подростков средствами арт-терапии»						
Цель	Содержание	Методы	Формы	Кол-во	Время,	Ответственные
1	2	3	4	5	6	7
1.1.Изучить необходимые документы по предмету внедрения	Изучение и проведение диагностических методик, анализ	Анализ, опросы, анкетирование, психодиагностические тесты, наблюдение	Диагностика, опрос, применение методик, беседы		сентябрь	психолог
1.2.Поставить цели внедрения	Обоснование целей и задач внедрения	Обсуждение, беседы	Совещание, педагогические собрания	1	сентябрь	Зам.по УВР, психолог
1.3.Разработать этапы внедрения	Изучение и анализ содержания каждого этапа внедрения, его задач, принципов, условий, критериев и показателей эффективности, подготовка методической базы и основы для внедрения программы	Анализ уровня самооценки учащихся, оценка уровня готовности образовательного учреждения к внедрению программы анализ программы внедрения	Совещание, педагогические собрания, круглый стол	1	октябрь	Педагоги, зам.по увр, администрация образовательного учреждения, психолог

Продолжение Таблицы 5.1

1	2	3	4	5	6	7
1.4.Разработка программно-целевой комплекс внедрения	Анализ уровня подготовленности учащихся, анализ работы в учебном заведении по теме предмета внедрения, составление плана и программы внедрения	Анализ состояния программы внедрения. Обсуждение, анализ документации	Совещание, собрания, конференции	1	октябрь	психолог
<b>2-й этап «Формирование положительной психологической установки на внедрение»</b>						
2.1.Выработка состояния готовности к освоению предмета внедрения у заинтересованных программ.	Организация внедрения программы. Работа по проблеме самооценки подростков и их самоопределению Псих. подбор и расстановка субъектов внедрения	Обоснование практической значимости внедрения программы, семинары, тренинги	Беседа, обсуждение, консультация	2	сентябрь, октябрь	Психолог, заинтересованные программы

Продолжение Таблицы 5.1

1	2	3	4	5	6	7
2.2. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения программы у заинтересованных	Пропаганда уже имеющегося передового опыта внедрения программы, организация работы с родителями с целью выявления уровня их осведомленности о влиянии факторов на самооценку подростков, об их видении проблемы и готовности к действию. Консультирование по вопросу влияния психологической обстановки внутри семьи.	Методические консультации, беседы, консультации, просвещение родителей и подростков	Изучение опыта, проработка тематики, групповые обсуждения, проработка тематики, родительские собрания, тематические классные часы	3	сентябрь – ноябрь	Адм. учебного заведения, психолог
<b>3-й этап «Изучение предмета внедрения»</b>						
3.1. Изучить необходимые материалы и документы о предмете внедрения	Изучение и анализ интересантами внедрения программы материалов по проблеме исследования, диагностика состояния самооценки подростков, анализ их личностного самоопределения и отношения к проблеме	Фронтально, изучение и анализ научной литературы по вопросу, беседы, наблюдение	Просветительская работа, семинары, лекции, работа с документацией и литературой	2	октябрь, декабрь	Все заинтересованные субъекты: адм. учебного заведения, психолог, зам. по УВР, родители

Продолжение Таблицы 5.1

1	2	3	4	5	6	7
3.2. Изучить сущность предмета внедрения программы	Изучение предмета внедрения программы, её задач, форм, принципов, содержания, методов	В ходе самообразования, изучение литературы	Беседы, тренинги, изучение и анализ научной и психолого-педагогической литературы, мастер-классы, беседы	1	декабрь	Психолог, зам.по УВР
3.3. Изучить методику внедрения программы	Освоение системного подхода в работе, планирование и проектирование условий диагностики по проблеме	В ходе самообразования, обсуждения	Беседы, тренинги, семинары	1	декабрь	Психолог, зам.по УВР
<b>4-й этап «опережающее освоение предмета внедрения»</b>						
4.1. Создать группу для опережающего внедрения программы	Анализ условий для создания группы опережающего внедрения программы, Определение состава группы, орг. работа, исследование психологических портретов субъектов внедрения	Наблюдение анкетирование, опрос, психодиагностика, тестирование	Работа психологической службы, тематические мероприятия индивидуальные беседы, обсуждения), мастер-классы, введение в арт-терапию	3	декабрь - февраль	Психолог, адм. учебного заведения

Продолжение Таблицы 5.1

1	2	3	4	5	6	7
4.2.Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе	Изучение теории, методики внедрения	Научно исследовательская работа, обсуждение, тренинги, мастер-классы, творческие классные часы	Беседы, консультации, работа психологической службы	1	декабрь	Психолог, зам. по УВР
4.3.Обеспечить учащимся условия для успешного освоения методики внедрения программы	Анализ условий для опережающего внедрения, создание психологическ и комфортных условий	Изучение состояния дел, систематическая диагностика и мониторинг	Анализ документации, собрания, пед.советы, семинары	1	декабрь	Психолог, зам. по УВР
4.4.Проверит ь методику внедрения	Работа группы по внедрению программы коррекции самооценки с помощью арт-терапии	Изучение состояния дел в группе, корректировка программы, диагностика, анализ изменений	Работа психологической службы, практические занятия, творческие мероприятия, мастер-классы	5	сентябрь - январь	Психолог, адм. учебного заведения
<b>5-й этап «Фронтальное освоение предмета внедрения»</b>						
5.1. Мобилизовать коллектив учащихся на внедрение программы	Анализ работы группы по внедрению программы, оценить информированность обучающихся о состоянии своего самосознания и самооценки	Сообщение о результатах работы, технологии, тренинги, беседы, мероприятия, творческие часы	Просветительская работа, работа псих службы, семинары, творческие часы	1	сентябрь	Психолог, адм. учебного заведения

Продолжение Таблицы 5.1

1	2	3	4	5	6	7
5.2. Развить знания и умения, сформированные на предыдущем этапе	Повторный анализ научной и психолого-педагогической литературы, обновление знаний, подкрепление и совершенствование теории	Обмен опытом внедрения программ, самообразование, тренинги, мастер-классы, проведение арт-терапии по разным методикам	Работа психологической службы, консультации, мастер-классы, арт-терапия	4	сентябрь - ноябрь	Психолог, администрация учебного заведения
5.3. Создать условия для фронтального внедрения программы	Анализ состояния условий для фронтального внедрения программы	Изучение состояния дел условий для фронтального внедрения программы	Работа псих. службы	1	ноябрь.	Психолог, адм. учебного заведения
5.4. Освоить всеми учащимися предмет внедрения программы	Фронтальное освоение программы, определение и анализ готовности подростков к внедрению программы	Обмен опытом, анализ и корректировка технологии внедрения программы	Работа псих. службы, консультации, наставничество, беседы	1	декабрь	Психолог, зам. по УВР
<b>6-й этап «Совершенствование работы над предметом внедрения»</b>						
6.1. Совершенствовать знания и умения, сформированные на предыдущем этапе	Совершенствование знаний и умений	Обмен опытом, корректировка методики, наставничество	Работа психологической службы, мастер-классы, консультации, терапия	1	январь	Психолог, адм. учебного заведения

Продолжение Таблицы 5.1

1	2	3	4	5	6	7
6.2. Обеспечить условия совершенствования методики работы по внедрению программы	Анализ зависимости конечного результата от создания условий для внедрения программы	Анализ состояния дел по теме, диагностика, обработка результатов	Работа псих. службы, анализ документации, пед.совет, родительское собрание	1	февраль	Психолог, адм. учебно-воспитательного заведения
6.3. Совершенствовать методику освоения внедрения программы	Формирование единого методического обеспечения освоения внедрения программы, организация индивидуальной работы подростков с самооценкой с помощью арт-терапии	Анализ состояния дел по теме, обработка результатов, доклад	Работа психологической службы, наблюдение	3	Февраль - апрель	Психолог, зам. по УВР
<b>7-й этап «Распространение передового опыта освоения предмета внедрения»</b>						
7.1. Изучить и обобщить опыт внедрения программы	Изучение и обобщение опыта внедрения программы, работа по проблеме исследования, анализ результатов внедрения программы	Наблюдение, изучение документов, обработка результатов	Работа псих. службы, составление рекомендаций, просветительство, собрание, педагогический совет	5	Февраль - июнь	Психолог



Продолжение Таблицы 5.1

1	2	3	4	5	6	7
7.2.Осуществить наставничество над приступающими к внедрению программы	Обучение психологов и педагогов работе по внедрению программы, составление плана и алгоритма	Наставничество, обмен опытом, консультации, лекции	Работа псих. службы, тренинги, семинары	1	сентябрь	Психолог, адм. учебного заведения
7.3.Осуществить пропаганду опыта внедрения программы	Пропаганда опыта внедрения в работе, профессиональное просвещение	Научная и творческая деятельность, подготовка доклада по результатам	Участие в конгрессах, написание статей, практикумы	2-3		Психолог
7.4. Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившиеся на предыдущих этапах	Координация действий специалистов и наставничество . Обсуждение динамики работы над темой, научная работа по теме внедрения программы	Наблюдение, анализ, работа псих. службы, научная деятельность	Написание статей по теме внедрения программы, доклады, семинары, тренинги, мастер-классы	2-3		Психолог